



ortszeit

DAS MAGAZIN FÜR DIE GANZE FAMILIE



- Gebrauchtfahrzeug An- & Verkauf
- Ankauf aller Fabrikate
- Service & Beratung
- Unfall Gutachten
- Fahrzeug Aufbereitung
- HU/AU Service
- Inspektion & Reparatur

Unsere Fahrzeuge



Rudolf-Diesel-Straße 9
59425 Unna
Tel: 02303 / 95644-0
Fax: 02303 / 95644-29
www.autohaus-sleiman.de
kontakt@autohaus-sleiman.de



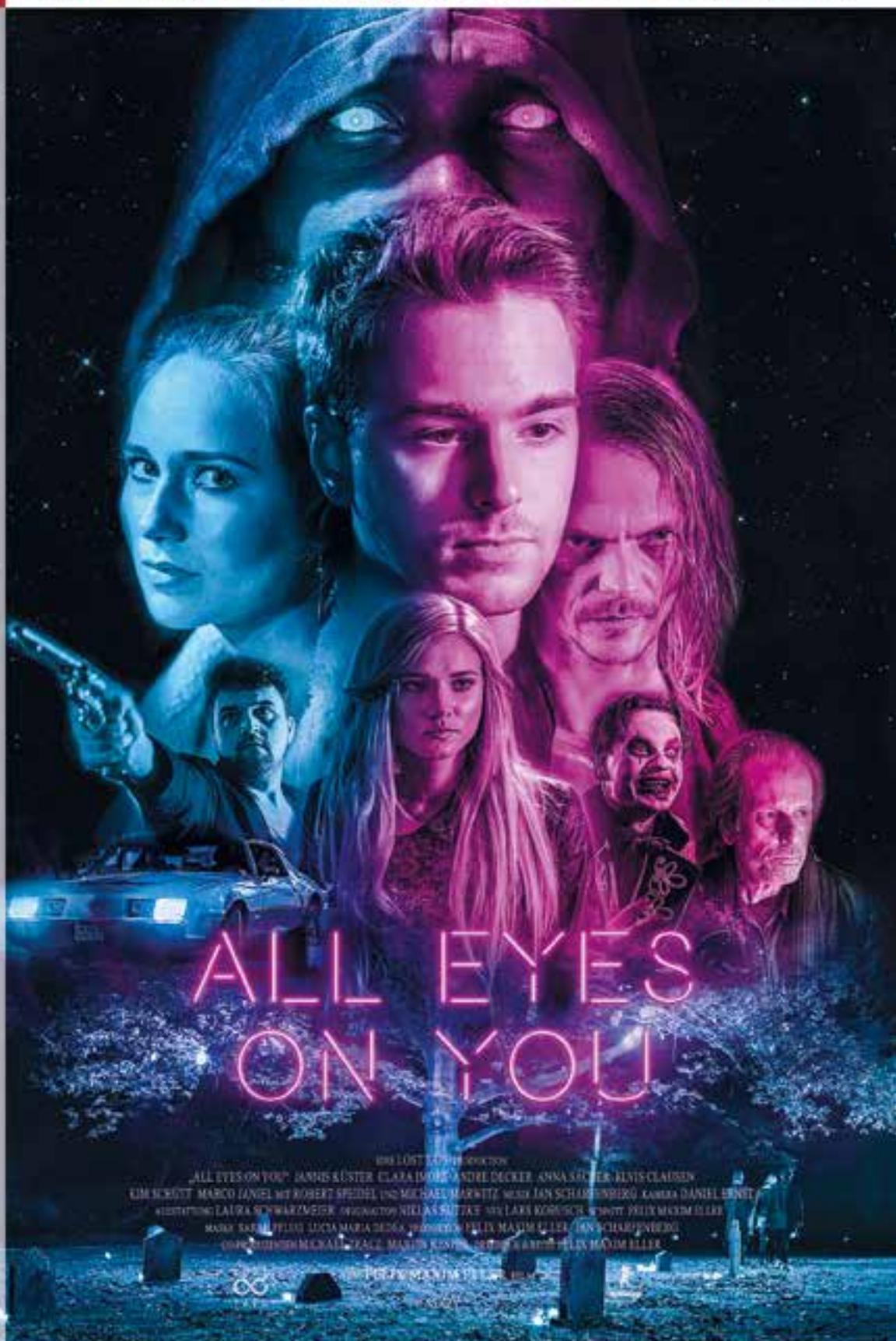
Teschner + Team
Zahn-S-thetik GmbH

Über 30 Jahre
Teschner + Team



Friedrich-Ebert-Straße 107
59425 Unna
Telefon 02303 / 66122

www.zahntechnik-unna.de



Jetzt ein Beratungsgespräch in Ihrer Sparkasse vereinbaren!

Auch beim Sparen gilt: Aus Klein wird Groß.

In Zeiten niedriger Zinsen regelmäßig sparen und Ertragsmöglichkeiten nutzen. Ganz entspannt mit **Deka-FondsSparplan**.



Unterschätzen Sie die Zukunft nicht. Anlegen statt stilllegen.

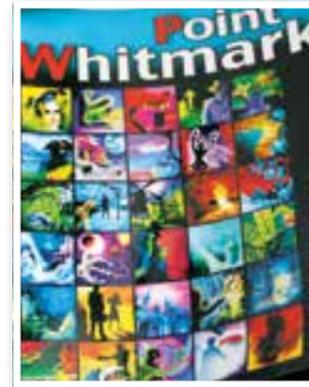


Sparkasse UnnaKamen

Deka Investments

Allein verbindliche Grundlage für den Erwerb von Deka Investmentfonds sind die jeweiligen Wesentlichen Anlegerinformationen, die jeweiligen Verkaufsprospekte und die jeweiligen Berichte, die Sie in deutscher Sprache bei Ihrer Sparkasse oder der DekaBank Deutsche Girozentrale, 60625 Frankfurt und unter www.deka.de erhalten.

- Kreis Unna** Märkte im Advent 6
- Verbrauchertipp** Pilze sammeln 24
- Mobiles Leben** Versicherungsverwechsel 30
- Trauer** Grabdekoration im Herbst 36



Story des Monats
Seite 4
Kino für die Ohren



Fröndenberg
Seite 10
Kultur mit Abstand



Unna
Seite 25
Bundesverdienstkreuz für Ehepaar Rebbert

Impressum

Ortszeit Kreis Unna
Herausgeber und Verlag:
FKW – Fachverlag für Kommunikation und Werbung GmbH
Delecker Weg 33
59519 Möhnese-Weppingsen
Telefon: 02924/87 970-0
Telefax: 02924/87 970-29
E-Mail: info@fkwverlag.com

Anzeigen:
Wolfgang Walter
Tel.: 0 23 03 • 30 10 724
walter@fkwverlag.com
Regina Schraaf
Tel.: 0 29 24 • 87 970-24
schraaf@fkwverlag.com
Frank Meurer
Tel.: 0 23 03 • 30 10 723
meurer@fkwverlag.com

59423 Unna • Heinrich-Hertz-Straße 1a
Fax: 0 23 03 • 30 10 729
www.fkwverlag.com

Redaktion:
Michaela Dziwisch, Heike Sieger,
Laura Oswald-Jüttner
Satz: FKW Fachverlag GmbH
Druck: Senefelder Misset, Doetinchem
Erscheinungsweise: monatlich
Verbreitungsgebiet: Auslagen in Unna, Kamen und Umgebung
Erfüllungsort: Möhnese-Weppingsen
Keine Gewähr für unaufgefordert eingesandte Manuskripte oder Fotos. Der Abdruck von Veranstaltungshinweisen ist kostenlos. Abdruck und Vervielfältigung redaktioneller Beiträge und Anzeigen bedürfen der ausdrücklichen Zustimmung des Verlages.

Titel: ©Lost Tape Film- & Tonproduktion

Liebe Leserinnen und Leser,

Unna ist um zwei Träger des Bundesverdienstkreuzes reicher: Monika und Dieter Rebbert. Für ihren unermüdlichen Einsatz für die KinderKrebshilfe wurden sie kürzlich mit der höchsten zivilen Auszeichnung der Bundesrepublik Deutschland geehrt. Die gesamte „ORTSZEIT“-Familie gratuliert ihnen von Herzen zu dieser Würdigung.

Mal Hand aufs Herz: Haben Sie schon Spekulatius, Lebkuchen und Dominosteine im Haus? Als im August die ersten weihnachtlichen Leckereien in den Supermarktregalen auftauchten, haben wir doch alle kurz um Fassung gerungen, weil Heilig Abend noch so wahnsinnig weit weg war. Nun sind es allerdings nur noch gut vier Wochen bis zum 1. Advent. Traditionell sollen uns die Weihnachts- und Adventmärkte der Region auf Weihnachten einstimmen. Die großen Märkte in der Region fallen

dieses Jahr aus. Aber es gibt einige Märkte, deren Hygienekonzepte abgesegnet wurden und daher durchgeführt werden können. Wir verraten Ihnen, wo Bummeln mit Abstand möglich ist.

Fröndenberg möchte nicht auf Kabarett, Comedy und Musik verzichten. Sämtliche Veranstaltungen in der Kulturschmiede wurden vorerst abgesagt, doch dann kam die zündende Idee: Übertragung per Livestream! Wie das vonstattengeht, verraten wir Ihnen in dieser Ausgabe. Außerdem stellen wir Ihnen noch weitere kulturelle Höhepunkte vor. Bei aller Vorfreude müssen Sie bitte stets bedenken, dass eine kurzfristige Absage aller Veranstaltungen jederzeit möglich ist.

Hörspiele gibt es seit etwa 100 Jahren. Zunächst wurden sie ausschließlich im Radio gesendet seit rund 50 Jahren gibt's sie auch für zu Hause. Deutschland ist das Land, in dem die meisten

Hörspiele produziert und gehört werden. Im beschaulichen Fröndenberg-Bausenhagen entstehen seit knapp 20 Jahren die ebenfalls sehr spannenden und äußerst aufwendig produzierten Hörspielreihen „Point Whitmark“ und „Gabriel Burns“. Wir haben uns mit dem Produzenten Volker Sassenberg zum Gespräch getroffen.

Wer seine Kfz-Versicherung zu teuer findet, sollte über einen Wechsel nachdenken. Wir verraten Ihnen, was Sie dabei beachten müssen.

Last but not least haben wir für Sie wieder umfangreiche Service-Themen rund um den winterlichen Garten, Haus, Hof und den Arbeitsmarkt. Den älteren Semestern geben wir Tipps, wie sie trittsicher und gesund durch Herbst und Winter kommen.

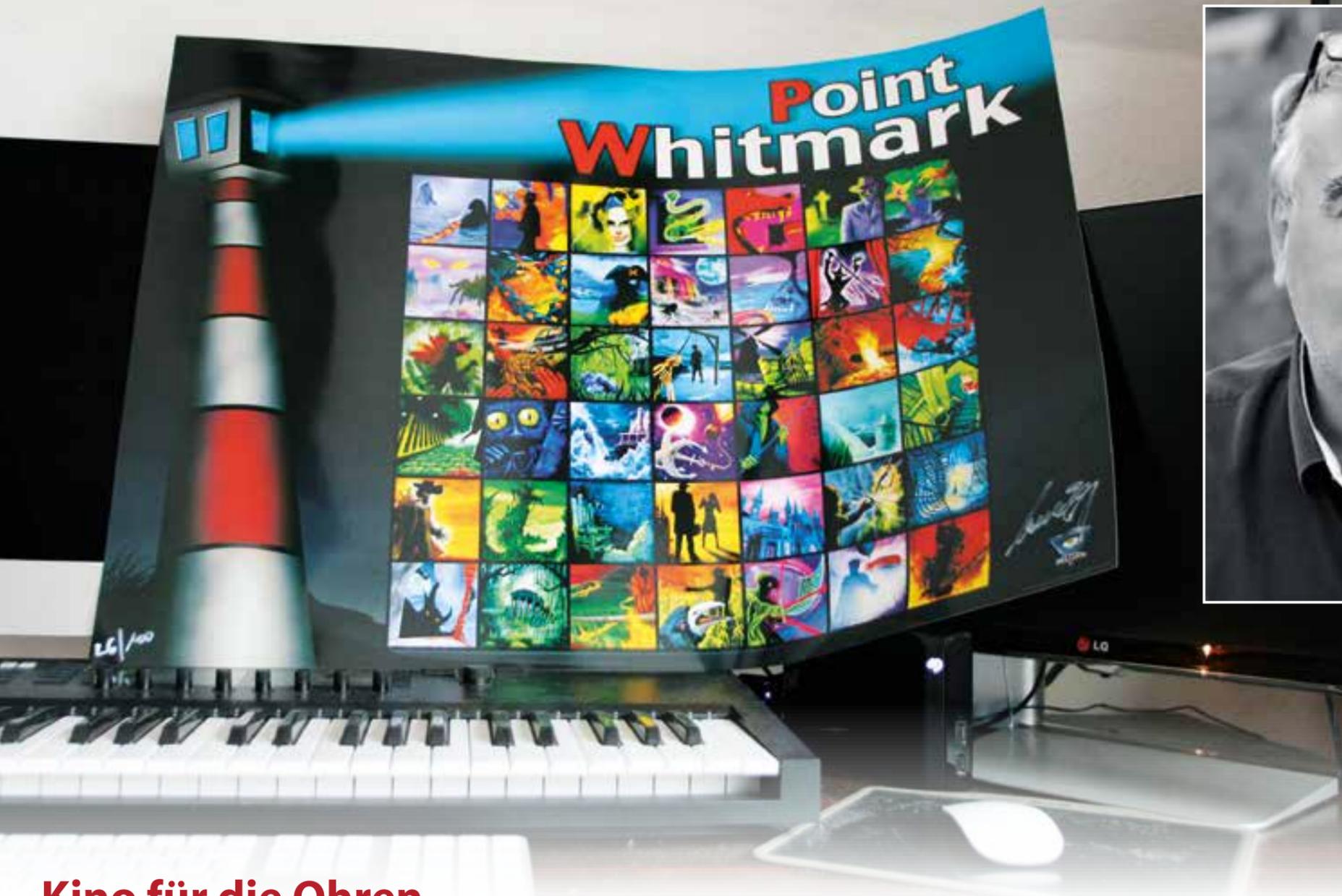
Viel Spaß beim Lesen und bleiben Sie gesund. Ihr Team der „ORTSZEIT“

Editorial

Bierkissen.com
Bierkissen-Laden
Agata Grzelak
Löbingsen 6
Fröndenberg
05 777 53911

kühlt. wärmt. hält.

BÖHMER & Immobilien
WIB24
ivd
Mittglied im
rund um das Thema
IMMOBILIEN
Beratung für Senioren
IHR AKTIVER PARTNER
Fragen Sie uns! Wir sind für Sie da!
Tel.: 0 23 78 / 92 93 - 0
www.immobilien-boehmer.de
ivd24



Volker Sassenberg. Foto: Gert Rickmann-Wunderlich

Kino für die Ohren

Hörspielserien entstehen in Fröndenberg

Hörspiele sind bei Kindern und Erwachsenen gleichermaßen beliebt. Heutige Produktionen bieten derart technische und akustische Finesse, dass der Zuhörer mitten in die Handlung geworfen wird. Das gilt auch für die in Fröndenberg produzierten Hörspielserien „Point Whitmark“ und „Gabriel Burns“.

Volker Sassenberg ist seit seiner Kindheit leidenschaftlicher Hörspiel-Fan. Irgendwann kam ihm die Idee, aus seinem zusätzlichen Spaß an Studioteknik und Filmmusik eine eige-

ne Serie zu machen. Vor fast 20 Jahren veröffentlichte er mit „Die Bucht der 22 Schreie“ die erste Folge der Serie „Point Whitmark“ auf seinem eigenen Label Decision Products. Drei Jugendliche betreiben in der gleichnamigen fiktiven Kleinstadt an der amerikanischen Atlantikküste einen kleinen Radiosender und lösen knifflige Kriminalfälle. Kommt Ihnen das bekannt vor? Ja, sagt der geneigte Fan, klingt nach „Die drei ???“. Das ist auch schon die einzige Gemeinsamkeit mit dem großen Bruder aus dem Hause Europa (bei diesem Label

erscheint die Serie). Doch, wo die Detektive aus Kalifornien seit 41 Jahren weitestgehend ohne Waffengewalt auskommen, geht es in „Point Whitmark“ etwas rauer zu, auch sind hier Mystery-Elemente weitaus mehr vertreten.

Bekannte Stimmen

„Es gibt Schlimmeres, als mit der erfolgreichsten Hörspielserie der Welt verglichen zu werden“, lacht Volker Sassenberg, Produzent von „Point Whitmark“. Er schreibt, führt Regie und produziert. Bislang sind 42 Folgen erschienen. Das Besonde-

re sind neben den spannenden Fällen die außergewöhnlichen Soundeffekte. Plätscherndes Wasser, tosende Stürme, geheimnisvoll raunende Stimmen – man hat eigentlich immer das Gefühl, man sei mittendrin. „Ich frage mich, wie ich das Medium Hörspiel maximal ausreizen kann“, erzählt Sassenberg, der nicht ohne Stolz ganz große Namen in seiner Sprecherkartei hat. Der unvergessene Hans Paetsch, der ganze Generationen von Kindern mit seiner sonoren Stimme in Hörspielen wie „Hui Buh das Schlossgespenst“ oder „Flitze Feuerzahn“

erfreut hat, ist in zahlreichen Folgen von „Point Whitmark“ und „Gabriel Burns“ zu hören. Volker Sassenberg wollte nicht allzu viel verraten, aber er hat noch etwas von Hans Paetsch, das er irgendwann veröffentlichen möchte. Die Freude, wenn er davon erzählt, ist ihm deutlich anzusehen.

Zum Stammpersonal von „Point Whitmark“ zählen mit Gerrit Schmidt-Foß, Kim Hasper und Sven Plate die deutschen Synchronstimmen von Leonardo DiCaprio, James Franco und Star-Trek-Schauspieler Will Wheaton.

Hommage und Insider

In einigen Folgen findet der aufmerksame Zuhörer Anspielungen auf bekannte Hollywoodfilme, außerdem verarbeitet Volker Sassenberg eigene Erlebnisse – mal mehr und mal weniger offensichtlich.

Übrigens sitzen die Sprecher inzwischen nicht mehr zwingend bei ihm im Fröndenberger Studio. Immer häufiger kommt es vor, dass Sassenberg „digital“ Regie führt. Dabei befinden sich die Sprecherinnen und Sprecher dann in einer anderen Stadt in einem anderen Studio und die Beiträge werden später via Internet übermittelt.

Wie entstehen die Folgen?

Früher habe es feste Drehbücher gegeben, heute entwickeln die Macher zunächst sogenannte Storyboards, die die Handlung grob skizzieren. Danach werden die Geschichten und die Dialoge geschrieben, bevor die Texte dann an die Sprecher weitergegeben werden. Sounds und Musik legt Maestro Sassenberg später drüber.

Die Musik schreibt er zusammen mit Komponist Matthias Günthert auch noch selbst.

Nicht für Kinder!

Maximal ausreizen ist ein gutes Stichwort für „Gabriel Burns“. Wussten Sie, dass es für Hörspiele keine gesetzliche Altersfreigabe gibt? Im Fall von „Gabriel Burns“, einer weiteren Hörspielserie aus dem Hause Decision Products, sollte mal drüber nachgedacht werden, denn hier geht es wirklich blutig zu. Die Menschheit sieht sich mit dem unfassbaren Schreckenskonfrontiert, die Charaktere können niemandem vertrauen. Gewalt wird explizit geschildert. Hin und wieder meint man, die Abscheu, die Erzähler Jürgen Kluckert (Stimme von Benjamin Blümchen, Synchronstimme von Morgan Freeman) beim Einsprechen selbst empfinden haben muss, mit Händen greifen zu können, wenn Detail schildert, wie Blutfontänen spritzen und Körper aufplatzen, ist das sicherlich nicht unbedingt etwas für schwache Nerven.

Doch das gehört natürlich gerade beim Hörspiel dazu –

der Sound macht einen erheblichen Anteil an der Dramatik der Geschichte aus. Außer in der Folge „Nebensee“. Dort fehlt er fast gänzlich, denn der Spielort der Folge befindet sich innerhalb einer dunstigen Nebelwand. „Ich wollte das Gefühl erzeugen, dass alles wattig und verschleiert ist“, erzählt Volker Sassenberg, dem immer daran gelegen ist, auch die erzählerischen Dimensionen durch die Art der Inszenierung auszureizen. „Gabriel Burns“ spielt permanent mit den Urängsten des Menschen und führt letztendlich jegliche religiöse Symbolik ad absurdum. „Das macht die Serie aus. Ich habe großen Spaß an Dingen, die anders sind – wir versuchen ständig, Klischees zu umschiffen“, lacht er. Die Serie musste eine Zeitlang pausieren, wird demnächst aber fortgeführt. Die Fans können es kaum erwarten, wurden sie doch darüber im Dunkeln gelassen, ob die Welt untergehen wird oder nicht. Um es mit dem Erzähler in Folge 1 zu sagen: „Es ist an der Zeit, dass Sie die Wahrheit erfahren...“ Ein bisschen müssen sie sich aber noch gedulden.

Poster gewinnen!

Nicht nur für Fans ein Muss: die streng limitierten Poster mit Covern aller bisher erschienenen 42 Folgen von „Point Whitmark“. Wir verlosen drei von Volker Sassenberg handsignierte Poster.

Sie möchten eines gewinnen?

Dann senden Sie einfach eine E-Mail mit dem Betreff „Hörspiel“ und Ihrer vollständigen Adresse bis zum 15. November 2020 an verlosung@fkwwerlag.com und mit etwas Glück gehören Sie zu den Gewinnern. Die Gewinner werden ausgelost, der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Die Gewinner werden schriftlich benachrichtigt.



Foto: F.K. W. Verlag

Weihnachtsmärkte und Aktionen 2020

Hier finden voraussichtlich Veranstaltungen statt

Nichts stimmt so schon auf Weihnachten ein wie Weihnachtsmärkte. In diesem Jahr ist bekanntlich alles anders. Gleichzeitig hat die NRW-Landesregierung zwar Großveranstaltungen bis Ende des Jahres verboten, Weihnachtsmärkte sind davon aber ausgenommen, wenn sie ein gutes Konzept vorweisen können.

Highlight-Märkte wie der Unnaer Weihnachtsmarkt, die Kamener Winterwelt, der Christkindelmarkt in Fröndenberg und viele weitere im Kreis Unna wurden bereits abgesagt. Wir haben Ihnen hier einmal zusammengestellt, wo aktuell noch geplant wird. Ob die Märkte dann tatsächlich stattfinden, hängt vom Infektionsgeschehen im Veranstaltungszeitraum ab.

Alte Heide

Der Bürgerverein Alte Heide in Unna hat sich entschieden, an seinem Bürgerhaus den bekannten Adventsmarkt am Samstag, 28. November, stattfinden zu lassen. Der Markt findet von 13 bis 21.30 Uhr statt. Das Hygienekonzept ist eingereicht und die Mitglieder sind optimistisch, dass es genehmigt wird. Das Gelände ist komplett umzäunt und verfügt über genügend Platz. Auf dem Gelände sind maximal 250 Besucher zurzeit erlaubt und am Eingang werden Daten aller Besucher erfasst. Die Stände stehen fünf Meter auseinander, damit auch die 1,5 Meter gut eingehalten werden können. Ein Mund-Nasen-Schutz sollte mitgebracht werden und für

genügend Desinfektionsspender ist gesorgt.

Methler

In Kamen-Methler soll am Sonntag, 15. November, der kleine Weihnachtsmarkt auf Hof Ligges eröffnen. Hier finden die Besucher bis zum 22. November Dekoratives und Stimmungsvolles wie Adventskränze und -gestecke für die kommende Adventszeit. In dieser Woche gibt es zudem nachmittags Adventskaffee und frische Kürbiswaffeln. Bis zum 23. Dezember bleibt die hauseigene Weihnachtsscheune geöffnet, die hochwertige Weihnachtsfloristik, Leckeres aus der Hausmacher Küche zum Verschenken und viele kreative Ideen für individuelle Weihnachtspresents bietet.

Der traditionelle Methleraner Weihnachtsmarkt fällt in diesem Jahr aus, aber stattdessen illuminieren die örtlichen Vereine den Lutherplatz am 3. Adventwochenende stimmungsvoll. Wenn unter Corona-Bedingungen möglich, sollen beim „Winterleuchten“ am 12. und 13. Dezember auch Speisen und Getränke angeboten werden.

Lünen

Wegen der Corona-Pandemie hat sich die Lüner Stadtverwaltung in Kooperation mit den jeweiligen Partnern und Interessengruppen und insbesondere in enger Absprache mit dem City Ring dazu entschlossen, Traditionsveranstaltungen wie das Anschneiden des Lebkuchenherzes durch den Bürgermeister, das Fackelschwimmen

sowie die Veranstaltung „Nikolaus kommt mit dem Schiff“ ausfallen zu lassen.

Der verkaufsoffene Sonntag am 29. November von 13 bis 18 Uhr bleibt bestehen. Der Weihnachtsmarkt Lünen wird jedoch weiterhin geplant und soll vom 23. November bis 23. Dezember stattfinden. Natürlich mit geändertem Konzept.

Werne

Der Adventsmarkt der Freilichtbühne Werne findet am Samstag und Sonntag, 28. und 29. November, zwischen 12 bis 21 Uhr bzw. 11 bis 20.30 Uhr statt. Unter folgenden Rahmenbedingungen können Sie sich auf die Weihnachtszeit einstellen: Auf dem gesamten Gelände herrscht ein Einbahnstraßensystem. Das Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung und das Einhalten von 1,5 Meter Abstand sind auf dem gesamten Gelände obligatorisch. Sie müssen im Vorfeld eine Eintrittskarte für ein festgelegtes Zeitfenster erwerben.

Unter <https://adventsmarkt-werne.reservix.de/> können Sie Karten zum Preis von 3 Euro für Erwachsene und 2 Euro für Kinder erwerben sowie das Zeitfenster wählen, innerhalb dem Sie den Markt besuchen möchten. Sollte der Adventsmarkt nicht stattfinden können, erhalten Sie Ihr Geld bis auf eine Bearbeitungsgebühr von 0,50 Euro pro Karte zurück. Weitere Infos unter <https://freilichtbuehne-werne.de/adventsmarkt>.

In Werner Innenstadt ist der

Weihnachtsmarkt mit verkaufsoffenem Sonntag vom 4. bis 13. Dezember geplant. Auch hier schaut man genau auf die Fallzahlen. „Die dramatische Entwicklung der Corona-Infektionen in den letzten Tagen hat deutlich gemacht, dass in Corona-Zeiten nichts in Stein gemeißelt ist“, brachte es Ordnungsdezernent Frank Gründken auf den Punkt.

Holzwickede

Zwar ist der physische Weihnachtsmarkt in Holzwickede abgesagt, aber um trotzdem ein bisschen Besinnlichkeit entstehen zu lassen, führt die Gemeinde erstmals einen virtuellen Weihnachtsmarkt durch. Er soll vom 27. November bis 23. Dezember stattfinden und es sollen möglichst viele typische Beschicker ihre Produkte online anbieten. Aber auch für „Neulinge“ steht die Tür offen, wichtig ist nur, dass es sich um „Weihnachtsmarkt-Artikel“ handelt.

Wer sich und seine Waren auf der Website der Gemeinde sowie bei Facebook präsentieren möchte, kann sich noch anmelden. Der Verkauf der Waren erfolgt beim jeweiligen Anbieter. Abholzeiten können vom Anbieter festgelegt oder individuell vereinbart werden. Weitere Informationen wie z.B. ein Online-Anmeldeformular stehen als Download auf der Homepage unter www.holzwickede.de bereit. Alle anderen können sich auf den ersten virtuellen Weihnachtsmarkt gespannt sein und sich auf das gemütliche Stöbern freuen.

Jetzt Termine notieren

Karten für Theatersaison in der Konzertaula im freien Verkauf



Dinner for One – „mal anders“. Foto: Constanze Henning



Pressefoto: „Ein Weihnachtstraum“

Besondere Zeiten bedürfen besonderer Maßnahmen: Nach diesem Motto ist das Kulturbüro der Stadt Kamen in die neue Spielzeit der Konzertaula Kamen gestartet. Nachdem das Kulturbüro in einem ersten aufwendigen Auswahlverfahren Eintrittskarten für die erste Hälfte der neuen Saison (bis zum Neujahrskonzert am 1. Januar 2021) an interessierte Abonnenten verlost hatte, gibt es nun für fast alle Veranstaltungen noch Karten im freien Verkauf.

Bei der ersten vorsichtigen Nachfrage nach Karten spielten Sorgen und Unsicherheiten im Zusammenhang mit dem allgegenwärtigen Thema Corona bei vielen Abonnenten eine so große Rolle, dass die Kartennachfrage eher zurückhaltend verlief. Die Entscheidung

des Kulturbüros, die Anzahl der Karten für die Konzertaula auf nur maximal 200 Besucher zu beschränken, um so eine Abstandswahrung zwischen Besuchern sicherzustellen wurde aber positiv bewertet.

Das bestätigten Gespräche mit den Kartenkäufern im Kulturbüro der Stadt sowie Aussagen von Aulabesuchern nach der ersten gelungenen Konzertveranstaltung im September. Viele Besucher hatten das erste Konzert in der Konzertaula als Privileg betrachtet. Sie konnten sogar ein paar Vorteile erkennen: Durch die weitläufige Platzbelegung hat man eine freie Sicht auf die Bühne und auch die Parkplatzsuche im Umfeld der Aula ist entspannter.

Save the date

Nun startet der freie Kartenver-

kauf, jeweils 14 Tage vor dem Veranstaltungstermin. Auch bei diesem Kartenverkauf sind ausschließlich Sitze mit ausreichenden Abständen zu anderen Besuchern erhältlich. Die 14-Tagesfrist wurde gewählt, damit bei jedem Kartenverkauf die allgemeine Gesundheitssituation als auch die sich immer wieder anpassenden rechtlichen Regelungen Berücksichtigung finden können. Sollte dann doch ein erneuter Lockdown die Kultur zwingen, Veranstaltungen abzusagen, erhielten die Kartenkäufer selbstverständlich ihr Geld zurück.

Ab den folgenden Terminen können Sie sich per E-Mail an kartenreservierung@stadt-kamen.de, telefonisch unter 02307/1483512-3513 oder auch persönlich im Kamener Rathaus,

nach Terminabstimmung, Karten für die genannten Veranstaltungen reservieren bzw. kaufen:

Mein Blind Date mit dem Leben, Tragikomödie mit Ursula Buschhorn am Samstag, 14. November, Kartenverkauf ab Montag, 26. Oktober.

Kinderstück: Petterson kriegt Weihnachtsbesuch am Donnerstag, 3. Dezember, Kartenverkauf ab Donnerstag, 5. November.

Die große Weihnachtsshow „Ein Weihnachtstraum“ am Freitag, 4. Dezember, Kartenverkauf ab Freitag, 20. November.

Dinner for One – „etwas anders“ am Freitag, 11. Dezember, Kartenverkauf ab Freitag, 27. November.

Neujahrskonzert am Freitag, 1. Januar 2021, Kartenverkauf ab Freitag, 18. Dezember.

BILDUNGS- UND TEILHABEPAKET

Kinder und Jugendliche aus Familien mit geringem Einkommen haben Anspruch auf Bildung und das Mitmachen z. B. im Sportverein.

- Kinder/Jugendliche bis zur Vollendung des 18. Lebensjahres
- Schülerinnen/Schüler bis zur Vollendung des 25. Lebensjahres
- Monatlicher Zuschuss für Vereins-, Kultur- und Freizeitangebote

Schulbedarf, Klassenfahrten, Ausflüge, Nachweilunterricht und Mittagsverpflegung z.B. in der Schule können davon getrennt beantragt werden.

Weitere Informationen unter: www.jobcenter-kreis-unna.de

Musik, Kunst und Kleinkunst

Das sind die Bergkamener Highlights im November

Der Herbst ist die Zeit der Kulturschaffenden, denn wenn das Wetter kälter und ungemütlicher wird, freuen wir uns über tolle Konzerte und Ausstellungen. Nun ist der Herbst 2020 kein gewöhnlicher, denn wir befinden uns weiterhin in einer Pandemie. Deshalb hat das Kulturbüro der Stadt Bergkamen selbstverständlich ein Konzept entwickelt, um kulturelle Veranstaltungen durchzuführen und die Zuschauerinnen und Zuschauer sicher und mit Abstand einen schönen Abend verbringen können.

Blues-Fans kommen am Mittwoch, 4. November, im Thorheim, Landwehrstr. 160, auf ihre Kosten, wenn Claus „Dixi“ Diercks auf der Bühne steht. Er ist nicht nur großartig als Sänger, an der Akustikgitarre, der Dobro und der Bluesharp. Claus Diercks ist auch einer, der seinem Publikum gern skurrile Geschichten aus seinem Musikerleben erzählt, viel mit den Zuhörenden lacht. Er tritt seit seinem 15. Lebensjahr regelmäßig als Sänger und Gitarrist mit diversen Bluesbands auf und ist einer der ersten Bluesharp-Spieler Hamburgs. Diercks spielte beispielsweise schon mit Luther Allison, Champion Jack Dupree, Walter Trout oder Jack Bruce. Karten kosten im Vorverkauf 14 Euro, ermäßigt 11 Euro, und an der Abendkasse 16 Euro, ermäßigt 13 Euro.

Am Montag, 9. November, gibt es ab 20 Uhr im Trauzimmer der Marina Rünthe Neapolitanische Lieder von der Band Assurd im Rahmen der „Klangkosmos“-Reihe auf die Ohren. Assurd, bestehend aus Cristina Vetrone und Lorello Monti, hat sich vor über 25 Jahren in Neapel gegründet, um Süditaliens traditionelle Musik neu zu beleben. Das Duo gehört heute zu den bekanntesten Protagonisten des neuen



Pressefoto: Harald Hofmann

Neapolitanischen Liedes. Mit außergewöhnlichen, kraftvollen Stimmen, leidenschaftlichem Temperament und einer expressiven Körpersprache bringt Assurd Volkslieder und traditionelle Tänze auf die Bühne, die aus Neapel stammen, aber auch aus ländlichen Gegenden Kampaniens, Apuliens und der Basilikata. Tickets kosten 5 Euro.

Kunst in der sohle 1
Kunstliebhaber können ab Sonntag, 15. November, die Ausstellung „Wanderlust“ in der Galerie sohle 1 bestaunen. Das Wandern ist des Müllers Lust. Seit seiner Entwicklung im 19. Jahrhundert ist es fast etwas wie heimisches Kulturgut geworden und immer wieder auch Motiv der Bildkunst. Der Kölner

Maler Dirk Schmitt hat sich in seinen neuesten Arbeiten dem Thema gewidmet und beweist dabei ein weiteres Mal die Einzigartigkeit seines Werks: Die Gegenwart mit der Kunst vergangener Epochen zu verknüpfen und dadurch eine völlig neue Wahrnehmungsqualität zu erzeugen. Schmitt, inspiriert von Wanderbildern der letzten Jahrhunderte, suchte nach einer zeitgemäßen Darstellung des Themas. Seine daraus entstandenen Arbeiten legen den Fokus dabei auf junge Menschen, die das Wandern nach eigenen Kriterien für sich interpretieren.

Kleinkunst

Ebenfalls in der sohle 1 können Interessierte einen amüsanten Abend am Mittwoch, 25. November, ab 19.30 Uhr erleben. Dann erklärt Matthias Reuter: „Wenn ich groß bin, werd' ich Kleinkünstler“. Auf die Frage „Was möchtest du mal werden, wenn du groß bist?“, antwortete Matthias Reuter als Kind mit der Gegenfrage „Wie groß muss das denn genau sein?“ Man muss es nicht übertreiben. Darum ist er heute auch Kleinkünstler, denn er weiß: Humor ist oft eine Frage der Perspektive. Heute präsentiert einem jeder die einzige und alleinige Wahrheit. Und da ist Vorsicht geboten. Denn Leute, die immer die Wahrheit kennen, haben sie sich meist selbst ausgedacht. Dieses Kabarettprogramm ist jedenfalls von vorne bis hinten erfunden. Matthias Reuter kennt die Wahrheit auch nicht. Aber seine erfundenen Geschichten kommen oftmals nah dran. Karten kosten 12 Euro, ermäßigt 9 Euro.

Für alle genannten Veranstaltungen sind weiter Infos sowie Karten beim Kulturreferat Bergkamen unter Tel. 02307/965-464 oder E-Mail a.mandok@bergkamen.de erhältlich. Kurzfristige Absagen sind möglich.



100-jähriges Jubiläum Curt Ebert: ein Jahrhundert erfolgreich am Markt

Aus eins mach drei: Was 1920 als Handelsagentur für Industriesiebe und Drahtgewebe in der Dortmunder Kaiserstraße begann, hat sich zu drei erfolgreichen Betrieben entwickelt, die alle noch den Namen des Firmengründers Curt Ebert tragen.

„Wir sind kein klassisches Familienunternehmen“, erklärt Frank Parbel, der vor fünf Jahren gemeinsam mit seiner Frau Britta die Curt Ebert Zaun und Tor GmbH gründete. Beide waren schon zuvor viele Jahre im Unternehmen tätig und kümmern sich mit 13 Mitarbeitern, darunter ein Meister und zwei Auszubildende, um die Wünsche ihrer Kunden. Die Firma befindet sich noch am ursprünglichen Sitz in der Westfälischen Straße in Brackel, wo heute Tor- und Türanlagen, Schiebetore, Gitter und Geländer gefertigt werden, die durch eigenes, langjähriges und erfahrenes Personal montiert werden. Zum Kundenkreis gehören neben Privat-

personen auch zahlreiche Unternehmen, Hausverwaltungen sowie kommunale Einrichtungen. Frank und Britta Parbel legen viel Wert auf ein gutes Arbeitsklima, zahlen Tariflöhne und investieren in die Zukunft. Ihre Auszubildenden in den Bereichen Konstruktionsmechaniker und Fachkraft für Metalltechnik wurden bisher alle übernommen und auch der Meister hatte bereits vor Jahren seine Ausbildung bei Curt Ebert absolviert. Wer einen Zaun, Tor oder Geländer sucht, dem unterbreiten die Experten aus Brackel individuelle Lösungen und Angebote.

Start in der Kaiserstraße

Aber nun erst einmal zur Historie: Im Alter von 29 Jahren gründete Curt Ebert sein Unternehmen, nachdem er seine Ausbildung bei der Raguhner Metalltuchfabrik in Sachsen absolviert hatte. Die Handelsagentur für Industriesiebe und Drahtgewebe wuchs schnell, und Anfang der 1930er-Jahre startete

Ebert seine eigene Produktion in der Westfälischen Straße 173 in Brackel. Hier produzierte er Siebe und Siebgewebe, für die Curt Ebert mehrere Patente anmelden konnte. Hinzu kam die Anfertigung von Gittern, Toren und Zäunen. Innovativ war die Produktion von Schiebetoren, die, wie auch alle weiteren Produkte, europaweit verkauft wurden. Die Waren konnten direkt im nahegelegenen Güterbahnhof für den Versand verladen werden.

Boom und Übernahme

In den 1960er und 1970er-Jahren stieg die Belegschaft auf über 100 Mitarbeiter. 1967 starb Curt Ebert und nachdem seine Frau Mary und seine Nichte das Unternehmen weiterführten, kaufte es 1998 der Industriebereiter Dr. Andreas Bach, der mit der Gründung der Beratungsabteilung „CE-Consult“ weitere Möglichkeiten der Entwicklung sah. „CE-Consult“ ist weiterhin erfolgreich im Bereich der beteiligungsorientierten Unter-



nnehmensberatung tätig. Seit 2008 betreibt die Curt Ebert Siebtechnik GmbH als Tochter der Dorstener Drahtwerke-Gruppe den Bereich Industriesiebe und Drahtgewebe als eigenständiges Unternehmen, zunächst noch am Stammsitz in der Westfälischen Straße. 2011 folgte der Umzug in eine neue Produktionsstätte in Dortmund-Körne. Der zweite wesentliche Teil des Unternehmens, die Curt Ebert Zaun und Tor GmbH, wurde 2016 eigenständig. Somit gibt es 100 Jahre nach der Firmengründung drei eigenständige, erfolgreiche Unternehmen unter dem Namen Curt Ebert: Curt Ebert Zaun und Tor GmbH, www.ebertzaun.de, Curt Ebert Siebtechnik GmbH, www.curt-ebertsiebtechnik.de, sowie Curt Ebert GmbH & Co. KG, www.ce-consult.com. Fotos: Curt Ebert Zaun und Tor GmbH

DRAHTGITTER

Streckmetall · Gelochte Bleche
CURT EBERT · DORTMUND 3
POSTFACH 31 FERNRUF 38377

EBERT
Zaun und Tor

Sichtschutzzäune
Qualität und Erfahrung seit 100 Jahren
Sicherheit für Ihr Grundstück
Türen und Doppelstabzäune
Geländer

- Kostenlose Angebotsstellung
- Beratung bei Ihnen vor Ort
- Maßanfertigungen in eigenem Meisterbetrieb
- Montage durch Fachpersonal
- Zaunmaterial ab Lager

Curt Ebert Zaun und Tor GmbH
Westfälische Str. 173 • 44309 Dortmund
Telefon 0231 20 7000 • www.ebertzaun.de

Von Klassik bis Comedy

Fröndenberg erlaubt Kultur mit Abstand



Foto: Strefa Zmian

Die Stadt Fröndenberg geht neue Wege und ermöglicht kulturelle Veranstaltungen unter Einhaltung der jeweils geltenden Abstands- und Hygieneregeln. So entstand die neue Online.Galerie als Ergänzung zur traditionellen Rathaus Galerie und ein neues Kabarettkonzept: „Onlive.Comedy“ in der Kulturschmiede.

Am Freitag, 6. November, wird es aber erst einmal klassisch. Anna Mikulska und Philippe Argenty bilden das „Duo Fortecello“ und treten im Rahmen des „Celloherbst am Hellweg“ um 20 Uhr im Stiftssaal, Eulenstraße 10, auf. Im Gepäck haben sie Kompositionen von Ludwig van Beethoven und Ulrich Schultheiss. Die gemeinsamen Programme der polnischen Cellistin Anna Mikulska und des französisch-spanischen Pianisten Philippe Argenty sind stets beseelt vom Anspruch, die klassische Musik als zeitgemäße Ausdrucksform zu präsentieren. Im Mittelpunkt des Programms stehen die dritte Sonate für Klavier und Violoncello von Beethoven, aber auch eine zeitgenössische Komposition von Ulrich Schultheiss sowie ausgewählte Werke von Brahms, Fauré und Saint-Saëns.

Der Komponist Ulrich Schultheiss erhielt vom WDR anlässlich des Beethovenjahres BTHVN2020 einen Kompositionsauftrag. „Lost in variations“ für Marimba wurde von Lila Zizhou Wang beim Auftaktkonzert „Beethoven bei uns im Funkhaus Köln“ uraufgeführt und im WDR gesendet. Das „Duo Fortecello“ wird die Komposition „deux par deux“ von Schultheiss interpretieren.

Eintrittskarten kosten 15 Euro (erm. 10 Euro) und sind ausschließlich per E-Mail unter Angabe von Namen, Anschrift und Telefonnummer aller Konzertbesucher an info@celloherbst.de möglich. Die Karten werden an der Abendkasse zur Abholung hinterlegt. Bitte tragen Sie eine Mund-Nasen-Bedeckung bis Sie an Ihrem Platz sitzen.

„Onlive.Comedy“ mit Archie Clapp

In der Kulturschmiede darf am Donnerstag, 19. November, ab 20 Uhr herzhaft gelacht werden, wenn Archie Clapp sein Programm „Scheiße Schatz, die Kinder kommen nach dir!“ präsentiert. Archie Clapp – Spross einer deutsch-englischen Künstlerfamilie, vegetarisch und zuckerfrei erzogen – verdankt den Pro-

grammtitel seiner Frau, die dem zweifachen Vater des Öfteren den Satz „Scheiße Schatz, die Kinder kommen nach Dir!“ an den Kopf warf. Archie beobachtet und bewertet den ganz normalen Familienwahnsinn. Päd-

agogisch nicht immer wertvoll, dafür lustig.

Eintrittskarten für 18 Euro sind in der Tourist-Information, Ruhrstraße 9, mit telefonischer Terminvereinbarung zur Abholung der Karten bzw. Vorreservierung unter Tel. 02373/976444 erhältlich. Vor Ort dürfen maximal 46 Personen live dabei sein, das Programm kann allerdings auch über einen kostenlosen Livestream im Internet verfolgt werden. Der Link zum Stream wird am Tag der Veranstaltung auf der Startseite der Homepage der Stadt Fröndenberg freigeschaltet.

Bitte tragen Sie bei Einlass eine Mund-Nase-Bedeckung und bringen Sie, sofern vorhanden, Ihr bereits ausgefülltes Kontaktformular mit. Zeigen Sie dies zusammen mit Ihren Eintrittskarten an der Kasse vor. Die Veranstaltung wird unter Einhaltung der aktuellen Hygieneauflagen durchgeführt.



Foto: ©Jean-Ferry Photography

Förderung für alte Photovoltaikanlagen läuft aus

Ruhe bewahren und auf gesetzliche Neuregelung vorbereiten

Wer vor dem Jahr 2001 eine Photovoltaikanlage in Betrieb genommen hat, steht jetzt vor einer schweren Entscheidung: Was soll ab dem kommenden Jahr mit dem Strom passieren? Die garantierte EEG-Vergütung dafür läuft am 31. Dezember 2020 aus, der Netzbetreiber muss die Energie auch nicht mehr abnehmen.

Eine Anschlussregelung gerade für kleine Ü20-Anlagen ist aber derzeit noch nicht beschlossen, sondern wird noch im Bundestag verhandelt. Trotzdem läuft eine Frist bis 30. November – spätestens dann muss der Netzbetreiber erfahren, in welcher Form 2021 weiter Strom eingespeist werden soll. Was also tun?

„Vor allem lautet die Devise: Ruhe bewahren“, sagt Astrid Stadtmüller, Energieberaterin der Verbraucherzentrale in Unna. Es gebe erste Angebote von Energieversorgern, den Strom künftig abzunehmen. Meistens seien dafür bislang nur Vormerkungen möglich. Die Bedingungen sollten Betroffene aber in Ruhe prüfen und die kommende gesetzliche Regelung abwarten. „Es kann nichts passieren – schlimmstenfalls schaltet man die Anlage zu Silvester einfach selbst mit dem Schalter im Sicherungskasten vorübergehend aus“, erklärt Stadtmüller. Einige erste Tipps hat die Energieberaterin zusammengestellt:

Anlage checken

Ist die Anlage überhaupt fit für den Weiterbetrieb, also sicher und leistungsfähig? Diese Frage sollte geklärt sein, bevor eine Entscheidung fällt. Eine sicherheitstechnische Überprüfung durch einen Fachbetrieb kostet etwa 250 bis 300 Euro. Fällt sie nicht gut aus, kann auch eine neue Anlage mit Eigenversorgung eine Alternative sein. Für diese fließt dann wieder 20 Jahre lang EEG-Vergütung – allerdings mit derzeit rund 9 Cent



Foto: ©Smileus / stock.adobe.com

pro Kilowattstunde deutlich weniger als früher.

Versicherung kündigen

Was nicht mehr lohnt, ist eine spezielle Photovoltaikversicherung. Bestehende Policen können Betreiber zum Ablauf des Versicherungsjahres kündigen und die Anlage künftig gegen allenfalls geringen Aufpreis in die Gebäudeversicherung einbeziehen.

Ist Eigenverbrauch eine Möglichkeit?

Den Strom vom Dach selbst zu verbrauchen, senkt die Stromrechnung. Doch die Umrüstung von der Volleinspeisung zum Eigenverbrauch kann aufwändig sein, und die Zusatzkosten dafür lohnen sich nicht immer. Ein hoher Stromverbrauch im Haushalt und eine Altanlage mit mindestens 3,5 kWp Leistung sind zwar gute Voraussetzungen für ein wirtschaftliches Ergebnis. Doch letztlich muss hier in jedem Einzelfall genau geprüft werden, was sich rechnet.

Den Strom verkaufen?

Die bisher gesetzlich vorgesehene „Direktvermarktung“ als einzige Möglichkeit der Einspeisung aus Altanlagen ist für kleine Anlagen nicht wirtschaftlich. Als Alternative gibt es erste Angebote von Energieversorgern, den Strom gegen Vergütung von wenigen Cent pro Kilowattstunde abzunehmen, wenn zugleich ein Stromliefervertrag mit dem Anbieter abgeschlossen wird. Das klingt komfortabel, bedeutet aber auch eine Bindung an das Unter-

nehmen und seine Tarife. In jedem Fall sollten Anlagenbetreiber hier die neuen gesetzlichen Regelungen abwarten, bevor sie sich entscheiden.

Mehr zum Thema auch unter: www.verbraucherzentrale.nrw/pv-nach-20-jahren

Die Informationen zu Ü20-Photovoltaik-Anlagen stellt die Verbraucherzentrale NRW im Rahmen des Projekts Energie2020 bereit, das mit Mitteln des Landes Nordrhein-Westfalen und der Europäischen Union gefördert wird.



<ul style="list-style-type: none"> • Installation • Kundendienst • Klimatechnik • Datennetze 	<ul style="list-style-type: none"> • Photovoltaik • Gebäudesystemtechnik <p style="text-align: center;">EIB/KNX zertifiziert</p>
--	--

Dipl.-Ing. Norbert Wix · Rudolf-Diesel-Str. 22 · 59425 Unna
Tel. 02303 257226 · Fax: 303730 · www.wix-elektrotechnik.de

Damit Hausbesitzer bei Schäden nicht im Regen stehen

Mit diesen Tipps kommen Sie gut durch die Sturmsaison

Das Dach ist eine Art Schutzschild für das Gebäude. Über Jahrzehnte hinweg soll es Stürmen standhalten und vor Niederschlägen schützen. Umso wichtiger ist ein einwandfreier Zustand ohne Mängel oder kleine Beschädigungen. Nur so ist das Dach auch bei starken Belastungen sicher und Eigentümer laufen nicht Gefahr, den vollen Versicherungsschutz zu verlieren.

wetters intakt sowie sturmsicher war. Ist dies nicht der Fall, sind Einschränkungen bei der Schadensregulierung möglich.

Dach ein- bis zweimal jährlich überprüfen

Schon aus Gründen des Versicherungsschutzes ist es für Bauherren deshalb wichtig, ein- bis zweimal pro Jahr Wartungsarbeiten am Dach vornehmen zu lassen. Ein Fachbetrieb erkennt bei einer gründlichen Prüfung mögliche Schwachstellen oder Schäden frühzeitig und kann kleinere Reparaturen oft sofort realisieren. Insbesondere auf Flachdächern ist das wichtig, da der bei Stürmen entstehende Unterdruck

Sturmschäden sind ab Windstärke 8 in der Regel durch die Gebäudeversicherung abgedeckt. Viele Versicherungen bestehen jedoch auf einem Nachweis, dass das Dach zum Zeitpunkt des Un-



Foto: ERGO Group

dort weniger als beim Steildach gebrochen wird und dadurch eine stärkere Sogwirkung entsteht. Zudem fließt Wasser hier nicht so schnell ab wie auf geneigten Dächern.

Mit einem Inspektionsnachweis auf der sicheren Seite

Zu einer professionellen Wartung gehören das Entfernen von Schmutzablagerungen und Pflanzenbewuchs, das Reinigen von Dachrinnen und Abläufen sowie das Überprüfen von Silikonfugen und Anschlüssen wie etwa zu Oberlichtern. Vernachlässigten Hausbesitzer die Dachinspektion, drohen Probleme wie Wasseransammlungen, Risse, Blasen- und Faltenbildung. Dies kann zu schwerwiegenden Schäden am Dach und in der Folge zu Feuchteschäden an der Gebäudesubstanz führen. Wichtig ist, dass der Fachhandwerker alle Schritte der Wartung protokolliert und dem Hauseigentümer den einwandfreien Zustand des Dachs bestätigt. Damit hat dieser

im Schadensfall einen Nachweis für die Versicherung. So bleibt nicht nur das Dach viele Jahre funktionstüchtig, sondern auch der Versicherungsschutz im vollen Umfang erhalten.

Weitere Maßnahmen

Neben der Dachinspektion sollten auch noch andere Teile des Hauses überprüft werden. Zu den häufigsten Schadensursachen bei Starkregenfällen >>>

BLS
Bedachungsgesellschaft mbH

Karsten Bettermann/Harry Böhle
Hemsack 26 · 59174 Kamen
Tel.: 0 23 07/7 45 76 · Fax: 0 23 07/7 23 76
www.bls-bedachungen.de

- Steildacharbeiten
- Flachdacharbeiten
- Bauklempnerei
- Fassadenarbeiten
- Balkonsanierung
- Reparaturdienst

Fachkompetenz für Ihr Dach!

- Wärmedämmung für Dach und Fassadenverkleidung nach Energieeinsparverordnung (EnEV)
- Dacheindeckung und -sanierung Steil-/Flachdacharbeiten
- Alle Reparaturen rund ums Dach

Adrian & Pütmann
Dachdecker-Meisterbetrieb

Ardeyer Straße 100 • 58730 Fröndenberg • Tel. 0 23 78/8 66 91-0
Rüpingstraße 3 a • 44309 Dortmund • Tel. 0 23 1/2 06 12 11
www.Adrian-Puetmann.de

Mit Smart Home fürs Raumklima Feuchteschäden und Schimmelpilz intelligent verhindern



Smart Home-Lösungen können inzwischen auch für ein optimales Raumklima sorgen – und damit Feuchteschäden und Schimmelpilzbefall vorbeugen.

Auch das Raumklima lässt sich mit intelligenten Geräten überwachen. Smarte Raumluftsensoren und die intelligente Auswertung der Messwerte helfen bei der Verbesserung des Raumklimas. Denn der Sauerstoffgehalt und die Luftfeuchtigkeit, die für das Raumklima entscheidend sind, bleiben so ständig im Blick.

Smart heizen und lüften

„Das Heiz- und Lüftungsverhalten kann direkten Einfluss auf Schimmelpilzbefall in der Wohnung haben“, erklärt Erwin Barowski, der mit seinem ISOTEC-Fachbetrieb auf die Beseitigung von Feuchte- und Schimmelschäden spezialisiert ist. Eine intelligente Heizungssteuerung beispielsweise ermittelt an Raumtemperaturfühlern oder Heizkörperthermostaten die konkrete Luftfeuchtigkeit im Raum und bietet Programme zur Warnung und zum Schutz vor Schimmelpilzbefall. Bei hoher Luftfeuchtigkeit raten die entsprechenden Apps dann zum Lüften. Und bei Bedarf wird der Raum aufgeheizt, um die relative Luftfeuchtigkeit und die Schimmelpilzgefahr zu reduzieren.

Klimaplatte – intelligenter Baustoff reguliert Raumklima

Neben den zahlreichen digitalen Innovationen gibt es auch handfeste Baustoffe, die „intelligent“ sind, weil sie „automatisch“ das Raumklima beeinflussen. „Um etwa der Kondensationsfeuchte Einhalt zu gebieten sowie Schimmelpilzbefall vorzubeugen, empfiehlt sich das Anbringen unserer Klimaplatten“, berichtet Fachmann Barowski. Die ISOTEC-Klimaplatten bestehen aus Calciumsilikat und haben eine gebäudedämmende Wirkung (Erhöhung der Oberflächentemperatur von Außenwänden um bis zu 5°C).

Vor allem aber erzeugen sie einen Kreislauf, der das Raumklima automatisch reguliert:

Bei fallender Temperatur nehmen sie die erhöhte Raumluftfeuchte auf.



„Nach erfolgter Lüftung geben sie die Feuchtigkeit automatisch wieder an die Raumluft ab, so dass ein angenehmes Wohnklima entsteht“, so der Sachverständige Erwin Barowski!
Weitere Infos: barowski@isotec.de · www.isotec.de/barowski

Unna	02303	23422
Dortmund	0231	1772046
Iserlohn	02371	81690
Hamm	02381	4876029

Wir machen Ihr Haus trocken

„Dichtheitsprüfung“ 2020 Frist läuft zum Jahresende ab

- Anzeige -



Immer wieder gab es Änderungen in puncto „Zustands- und Funktionsprüfung gemäß SüwVO Abwasser NRW“. So ist der aktuelle Stand der Dinge:

Bis zum 31. Dezember 2020 müssen Eigentümer von Immobilien, deren Hausanschlüsse nach 1965 errichtet wurden, ihren Abwasserkanal untersuchen lassen. Bürger sind heute zur Vorlage ihrer Prüfungsergebnisse durch

einen zugelassenen Sachkundigen verpflichtet. Die Unterlagen müssen neben dem Formblatt der Bescheinigung auch einen Bestandsplan/Lageskizze über den Verlauf der Rohre, eine Fotodokumentation der Örtlichkeit, eine CD/DVD mit dem Befahrungsvideo, Haltungs- und Schachtberichten sowie eine Bilddokumentation der festgestellten Schäden enthalten. Wichtig: Eine Sanierung von

Schäden ist zu diesem Zeitpunkt noch nicht gefordert, der Bericht enthält in diesem Fall eine Frist, die durchaus bis zu 30 Jahre sein kann. Die Firma KN-Kanaltechnik aus Bergkamen bietet Ihnen eine fachkundige Rundumberatung. Ob es um Versicherungsfragen geht, um Rückstau- und Überflutungsschutz, oder darum, in welcher Wasserschutzzone das Haus liegt: Bei KN-Kanaltechnik erhal-

ten Sie nicht nur die nötigen Informationen, sondern auch Hilfe bei der Auswahl von Inspektions- und Sanierungsfirmen, sodass Sie nur einen Ansprechpartner haben. Viele Schadensereignisse lassen sich schon vor Eintritt verhindern, wenn entsprechende Maßnahmen getroffen werden. Von der Kanalinspektion über Kanalsanierung in geschlossener Bauweise, Tiefbau, Hochbau, bis zu Garten- und Landschaftsbauarbeiten liegt hier die Abwicklung in einer Hand.

Weitere Informationen.

KN-Kanaltechnik
Peter Kunkel und Martin Noge GbR
Helmstedter Straße 15a
59192 Bergkamen
Tel. 02306/749813-0
Fax 02306/749813-1
24-Std-Service: 0176/31460766
www.kn-kanaltechnik.de
kn-kanaltechnik@gmx.de

SANITÄR HEIZUNG LECKORTUNG

Der Fachbetrieb für Heizung, Sanitär, Gas & Wasser



Frank Schabbehardt
59174 Kamen-Methler
Böckeburger Straße 30
Tel. 02307 / 38077

Schabbehardt
der Meisterbetrieb

www.schabbehardt.de

Vogler  **Bedachungs GmbH und Liftverleih**

• Bedachungen aller Art • Bauklempnerei • Fassadenbau • Reparaturen

Nießstraße 12 • 44309 Dortmund • Tel. (0231) 29 07 05
Lagerplatz • Massener Straße 4 • 59174 Kamen
Tel. (02307) 3 23 79 • Fax 3 95 09 • Mobil 0177 2 05 38 92

Seit 50 Jahren

TORSTEIN KOSCHINSKI DACHDECKERMEISTER

Handwerkliche Tradition
Als Dachdeckermeister streben wir nach höchster Bauqualität zu attraktiven Preisen. Egal was Sie planen, ob Geschäfts- oder Wohngebäude, wir sind für Sie da.
Unsere Arbeiten stehen für Qualität und termingerechten Perfektion im vereinbarten Kostenrahmen.

Service-Büro
Hauptstr. 48, 59439 Holzwickede
Tel.: 02301 - 2864, Fax: 02301 - 914162
E-Mail: kontakt@koschinski-dach.de
Homepage: www.koschinski-dach.de

Wärmepumpen – klimaschonend und zukunftssicher 

Wärmepumpen sind besonders klimaschonend, weil sie etwa 2/3 ihrer Energie aus der Umwelt gewinnen. Das ist die klimafreundlichste Art zu heizen. Dies ist auch der Grund, weshalb Wärmepumpen die höchsten staatlichen Förderungen erhalten.

Übrigens: Ein Großteil der Kosten, die Ihnen beim Einbau einer Wärmepumpe entstehen sind förderfähig. Es werden also nicht nur die Anschaffungskosten gefördert, sondern auch Umfeldmaßnahmen (z.B. die Entfernung des Öltanks), die Inbetriebnahme und sogar die Ergänzung um eine zentrale Wohnraumlüftung und die Erweiterung/Erneuerung der Heizkörper inkl. Rohrleitungen und Montage.

Wärmepumpen sind zukunftssicher, weil die Umweltwärme immer verfügbar ist. Und mittlerweile eignen sich Wärmepumpen nicht nur für Neubauten, sondern sind auch ideal für die Modernisierung – wie unsere neue Luft/Wasser-Wärmepumpe aroTHERM plus. Sie kann sogar ein altes Heizsystem ersetzen, ohne dass vorhandene Radiatoren ausgetauscht werden müssen.

Nie hat sich ein Heizungstausch mehr gelohnt – für das Klima und für Sie:

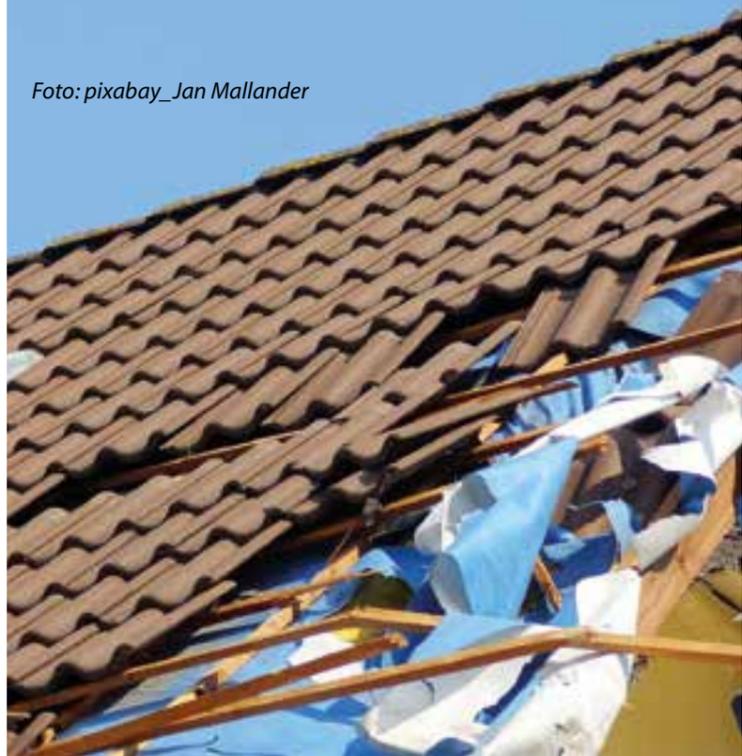
Bis zu 45% Förderung vom Staat*

- Mehrwertsteuersenkung
- Stressfreier Fördergeld Service
- Dauerhaft CO₂ und Energiekosten einsparen

Liebling
Ihre neue Heizungsanlage vom Meisterbetrieb

Marmelinghöfener Weg 20
59199 Bönen • Telefon 0 23 83 - 95 01 80
www.dusche24.de

Foto: pixabay_Jan Mallander



>>> gehört das Eindringen von Abwasser ins Gebäude. Daher empfiehlt es sich, auch regelmäßig die Rückstausicherungen der Abwasserrohre des Gebäudes von einem Fachmann überprüfen zu lassen. Auch tiefliegende Fenster und Türen sollten gecheckt werden: Sind sie druckwasserdicht oder sollten sie ausgetauscht werden? Zudem empfehlen Experten, giftige Stoffe wie Putzmittel oder Pflanzengifte nicht im Keller, sondern immer oberirdisch zu lagern. Für Heizöltanks ist

eine Sicherung gegen das Aufschwimmen durch feste Gurte oder Stahlbänder sinnvoll.

Es gießt in Strömen: Jetzt schnell handeln!
Sind alle Vorsorgemaßnahmen getroffen, ist dann bei Starkregen schnelles Handeln gefragt: Wenn die Wassermassen ins Haus einzudringen drohen, sollten Hausbewohner umgehend alle elektrischen Geräte und die Heizungsanlage vom Strom trennen, um einen Kurzschluss zu vermeiden. Und natürlich kontrollieren, ob alle Fenster und Türen geschlossen sind. Dabei auch Dachluken, Kellerfenster oder Balkontüren nicht vergessen.

Nasse Wände? Schimmelbefall?

Balkon- und Terrassensanierung
Keller- und Garagenbodensanierung

Analysieren. Sanieren. Garantieren.

ISO TEC
Wir machen Ihr Haus trocken

Barowski-Böttcher GmbH
59423 Unna ☎ 02303 / 23422

barowski@isotec.de
www.isotec.de/barowski
Standort Dortmund ☎ 02 31 / 177 20 46

Schutz vor finanziellen Schäden
Einen finanziellen Schutz vor Schäden durch Starkregen bieten die Hausrat- und die Wohngebäudeversicherung. Entschei-

dend dabei ist, dass beide Policen den Zusatzschutz „Weitere Naturgefahren“ enthalten. Dann sind Starkregenfolgen wie zum Beispiel kaputtes Mobiliar durch die

Hausrat- sowie Schäden an der Substanz des Hauses durch die Wohngebäudeversicherung abgedeckt. Außerdem ist es ratsam, die Policen in regelmäßigen Ab-

ständen zu überprüfen und gegebenenfalls anzupassen. Denn oft ändern sich durch Umzug oder einen Umbau die zu versichernden Werte. (dzi/djd/Ergo)

Werkstatt - Service -



Schlüsseldienst MARION SCHLANG
...wenn's sicher sein soll

Kleistraße 51 59427 Unna

02303 / 779873

• Türöffnung 24 h • Einbruchschutz • Reparaturen

www.schlüsseldienst-schlang-unna.de 



Private Vermietung

Mit einem Makler finden Sie den richtigen Mieter für Ihr Eigentum

Es gibt viele gute Gründe, Immobilien und Eigentumswohnungen zu besitzen. Einer davon ist ein zusätzliches Einkommen durch Vermietung. Aber gerade Privatpersonen, die als Vermieter fungieren haben viele Fragen. Wie erstelle ich eine gute Anzeige? Wie wähle ich den richtigen Mieter aus? Wie setze ich einen rechtssicheren Mietvertrag auf? Wenn Sie sich viel Ärger und Stress ersparen möchten, dann beauftragen Sie doch einfach einen Makler, der sich um die Vermietung Ihrer Immobilie kümmert.

kenntnis als ein privater Vermieter. Selbst, wenn Sie bereits mehrere Immobilien vermietet haben, bringen Makler trotzdem zusätzliche wertvolle Kompetenzen mit. Die Vermittlung beispielsweise einer Wohnung an einen Mieter kann der Makler mit einer professionellen Marketingstrategie durchführen. Die Erfahrung des Maklers bei der Vermarktung führt zum einen zu einer schnelleren Vermittlung der Immobilie. Auf der anderen Seite sind Makler besser in der Lage, die Konditionen der Vermietung zu verhandeln und zu einem günstigen Vertragsabschluss zu bringen.

Denn die Profis bieten viele Vorteile. Ein professioneller Immobilienmakler glänzt mit mehr Erfahrung und Fach-

Das Exposé
Mithilfe seiner Marktkenntnisse kann der Experte bereits >>>



Foto: New Africa/adobe-stock.com

>>> bei der Festlegung des Mietpreises eine große Hilfe sein, weil der Wohnungsmarkt von Region zu Region sehr große Unterschiede aufweist. Bereits bei der Besichtigung des Objektes nimmt er sich ausreichend Zeit, um die Vor- und Nachteile der Immobilie eingehend zu beurteilen. Das erleichtert eine realistische Einschätzung des Mietpreises. Zudem gehören professionelle Fotos und das Erstellen eines aussagekräftigen Exposés zu den Aufgaben des Profis.

Rundum-Service
Ein weiter Vorteil ist die gute Beratung und die immense Zeitersparnis. Denn der Immobilienmakler kennt sich mit der Abwicklung einer Haus- oder Wohnungsvermarktung sehr gut aus. Dies umfasst auch die betreffenden Rechtsfragen. Natürlich darf der Makler nicht rechtlich beraten, kann aber zumindest aus seinen Erfahrungen schöpfen. Hauptaufgabe ist dann das Führen von Interessentengesprächen sowie die Organisation und Durch-



Foto: ©leszekglasner - stock.adobe.com

MERTIN Immobilien seit 1975 für Sie regional und überregional erfolgreich tätig!

Ihr erfahrener Partner mit Sachverstand!

Möchten Sie Ihre Immobilie verkaufen? Suchen Sie eine Immobilie? Kostenfreie Beratung! Bitte nehmen Sie mit uns Kontakt auf.

Vermittlung von Grundstücken, Ein- und Mehrfamilienhäuser, ETW's, Wohnungen und Gewerbeimmobilien. **Tel.: 02301/8440**

Mobil: 0171 / 8014642 info@immobilien-mertin.de

günster IMMOBILIEN

Ben ich schon dein?

Von uns erhalten Sie eine kostenfreie Bewertung Ihrer Immobilie. Wir suchen Häuser und Eigentumswohnungen im Kreis Unna und finden für Sie den passenden Mieter!

Wie makeln für Ihre Zukunft

T 02303-6729580 gUnster-Immobilien.info

führung von Besichtigungsterminen. Nicht zu vergessen: Ein Makler holt eine Bonitätsauskunft eines Mieters ein, um den Vermieter vor Mietausfällen zu schützen.

Mietvertrag

Auch für die rechtlichen Aspekte rund um die Vermietung ist der Profi ein wertvoller Berater, denn viele Fehler im Mietvertrag und bei der Verhandlung mit dem Mieter können durch einen Makler vermieden werden. So leistet der

Makler wertvolle Unterstützung beim Aufsetzen eines vermietetfreundlichen Mietvertrages. Abschließend koordiniert der Profi noch die Vertragsunterzeichnung und die Wohnungsübergabe. Zwar kostet der Makler eine Provision, doch in der Regel zahlt sich diese Investition aus. Schwerwiegende Fehler können vermieden und Zeit gespart werden. Wenn Sie also Ihre Immobilie vermieten möchten, lohnt es sich, über die Bestellung eines Maklers nachzudenken. (dzi)

JETZT WERT-SCHÄTZEN WIR IHRE IMMOBILIE GEMEINSAM

IHR ZUHAUSE UNSERE MISSION

02303.107 6765 • dovoba.de/immobilien

BERATEN · VERMITTELN · FINANZIEREN

Volksbank Immobilien

Volksbank Unna



Den Ruhestand genießen, finanziell abgesichert sein und die eigene Immobilie in guten Händen wissen...

seriös fachkundig zielsicher seit 1908

B BREMERICH IMMOBILIEN

ivd WIR24



Die Verwaltungs-Profis:

- ✓ WEG Verwaltung
- ✓ Mietverwaltung

Hochstraße 12 · 59425 Unna · Industriegebiet West 42 · Telefon 0 23 03 / 258 70 20 · info@bremerich-immobilien.de · www.bremerich-immobilien.de

Von Grund auf sicher
Dipl. Geologe Stephan Brauckmann

Ob Bauvorhaben aus öffentlicher Hand oder privater Bauherr: Wer sichergehen möchte, dass auf dem gewünschten Baugrundstück keine Schadstoffe vorhanden sind oder der Boden tragfähig genug ist, der sollte sich vertrauensvoll an Dipl. Geologe Stephan Brauckmann aus Fröndenberg wenden.



nicht immer einfach in den nächsten Abwasserkanal geleitet werden darf.

Das sechsköpfige Team des Fachingenieurbüros versteht sich als Berater in individuellen Problemstellungen. Denn schon bei der frühen Projektplanung können die Profis Kunden durch gezieltes Abwägen der Risiken viel Ärger und Geld sparen.

Spezialisiert ist das Team von Geologe Stephan Brauckmann auf Baugrundprüfung, Gutachtenerstellung im Altlasten-Bereich und Niederschlagswasserentsorgung. Bei Letzterem geht's um die ökologische Entsorgung des Wassers, das

Beratungswillige finden Dipl. Geologe Stephan Brauckmann noch bis Ende des Jahres an der Von-Nell-Breuning-Straße 32 in Fröndenberg. Ab 1. Januar 2021 begrüßt das Team seine Kunden in den neuen Räumen an der Ardeyer Straße 12. „Am neuen Standort liegen die Büroräume zum einen alle auf einer Ebene. Zum anderen haben wir dort mehr Archiv-Stauraum und höhere Kapazitäten für die vorgeschriebene Probenlagerung“, erklärt Stephan Brauckmann den anstehenden Umzug. Weitere Infos und Kontaktmöglichkeiten unter www.stephan-brauckmann.de.

Andrea Rehmeier Manfred Hupe Malke Hötting

Zuhause ist einfach!

Sie möchten Ihre Immobilie oder Ihr Grundstück verkaufen? Wir auch!

Jetzt anrufen und passenden Käufer oder Objekt finden! ☎ 02303/104-5200

Immobilien@sparkasse-unnakamen.de

Sparkasse UnnaKamen

Neues Design, neues Glück

So verschönern Sie Ihr Zuhause



Foto: djd/Henders-und-Hazel/Kollektion Prato Zembra

Erst Abwechslung macht das Leben bunt. So wie man nicht jeden Tag dasselbe anziehen will, so tut auch den eigenen vier Wänden von Zeit zu Zeit etwas Veränderung gut. Viel Mühe ist dafür nicht nötig. Neue Wandfarben – darauf abgestimmt ein paar Teppiche und Wohnaccessoires – und schon wirkt das Zuhause ganz modern, so als ob man gerade erst umgezogen wäre. Wir geben Ihnen hier ein paar Tipps, wie Sie frischen Wind in Ihre vier Wände bringen.

Farbe und Tapete
Auf der Suche nach den neusten Trendfarben haben die Einrichtungsexperten aktuelle Stil- und Modetrends durchforstet. Ihr Favorit der Saison lautet „Terracotta“, ein warmer Farbton, der mediterrane Fröhlichkeit und Wärme vermittelt. Sie erinnert an Aufenthalte im sonnigen Süden und macht sich in der Kombination mit warmen Holzönen besonders gut.
Auch die weiteren Trendfarben sind oft von der Natur inspiriert, so wie das satte Dunkelgrün

von „Jungle“, das Lebendigkeit und Entspannung miteinander verbindet. Die Farben sind dabei einfach zu verarbeiten, frei von Konservierungs- und Lösemitteln und somit für Allergiker geeignet.
Mit Tapeten lassen sich Urlaubsgefühle ganzjährig nach Hause holen, sie können die Sehnsucht nach Strand, Meer, Bergen und Exotik stillen. Die dadurch inspirierten Gefühle wirken sich positiv auf Stimmung und Zufriedenheit aus. Mit einer Fototapete von Meer und Strand holt man sich das Gefühl von Entschleunigung und Freiheit in die eigenen vier Wände. Der Ur-

ban Jungle Trend hält seit Jahren an, zu ihm zählen auch Tapeten mit großen Blattmotiven. Inzwischen sind aber auch Tiere wie Papageien, Affen, Tiger und Leoparden in den Jungle-Motiven zu entdecken. Ein Mix aus Grüntönen überanstrengt das Auge nicht, daher kann man hier auch Tapeten mit verschiedenen Motiven oder Mustern wählen. Der asiatische Einrichtungsstil steht für Schlichtheit und Natürlichkeit, wer sich asiatisch einrichtet, mag es puristisch und aufgeräumt. Tapeten in hellen, natürlichen oder pastelligen Farben und mit fernöstlichen Ornamenten oder filigranen Blüten

Mehr als 90 Jahre für Sie da!

KÖNIG

M Ö B E L H A U S

Germaniastr. 23-25 · Kamen-Methler · Tel. (02307) 3 04 48
MO – FR 9 – 13 und 15 – 18.30 Uhr · SA 9 – 13 Uhr

Kunden-PARKPLATZ hinter dem Haus!

Wohnberatung
Sonnenschutz
Markisen
Lamellen

Teppichböden
Dekoration
Polstererei
Accessoires
Gardinewäsche

Inhaber: Guido Scholz & Markus Kattner
Mittelstr. 9 · 59427 Unna · Tel.: 02303 50862
Öffnungszeiten: Mo. + Fr. 10-15 Uhr,
Di. + Do. 10-13 u. 15-19.30 Uhr, Mi. geschlossen
www.die-wohngestalter.de

VELEX JOOP JAGNO Teba



Foto: djd/www.schoener-wohnen-farbe.com

und Blättern holen diesen Stil in die eigenen vier Wände.

Treppen und Podeste

Auch in Sachen Holztreppe und Holzpodeste ist ein Experte gefragt, denn sie sehen edel aus, verleihen dem Raum Wärme und werden zunehmend zu einem wichtigen Gestaltungselement in Häusern. Holztreppe werden von Schreiner und Tischler in Handarbeit passgenau gefertigt – auf Wunsch mit geradem Treppengeländer, Bögen oder Schwüngen. Je nach baulichen Vorgaben, Geschmack und Geldbeutel empfiehlt der Profi auch passende Holztreppe aus Serienfertigungen.

Schreiner und Tischler sind ebenfalls gefragt, wenn Sie Ihren

Wohnbereich mit einem Podest aufpeppen möchten. Podeste sind nicht nur schick, sondern auch sehr praktisch, denn sie helfen einen besonders großen Raum zu gliedern und bieten die Möglichkeit für zusätzlichen Stauraum. Außerdem entsteht auf erhöhter Ebene ein Rückzugsort, an dem Sie entspannt lesen und sich ausruhen können oder die Kids eine eigene kleine Spielfläche, zum Beispiel im Wohnzimmer, erhalten.

Charakter durch Kontraste

Frischen Wind bringen sie nicht zuletzt mit Möbeln in Ihr Zuhause. Materialien mit unterschiedlichen Texturen verleihen dem Interieur ein einzigartiges Ambiente. Die Kombinationen >>>

TAPETEN-HALLE

Schleppweg 3 in Kamen
Telefon 02307 - 73866
Öffnungszeiten:
Mo. bis Fr. 9-18 Uhr u. Sa. 9-13 Uhr

- ✓ Lieferungen frei Haus!
- ✓ Computergesteuertes Farbmischsystem mit über 2000 Farbtönen für Lack-, Wand- und Fassadenfarben
- ✓ Über 400 Tapetenmuster

Höffner
Wo Wohnen wenig kostet!

Wir feiern
1 Jahr
HAMM
27. & 28. NOVEMBER

mit vielen tollen Aktionen!

Höffner Möbelgesellschaft GmbH & Co. KG
Unnaer Straße 35 • 59069 Hamm-Rhynern • www.hoeffner.de
Öffnungszeiten: Mo.–Do. + Sa. 10–19 Uhr, Fr 10–20 Uhr

EINEN HAMMER GRATIS & EINEN GRATIS KAFFEE IN DER KOCHMUTZE*

*gegen Vorlage des Coupons bekommen Sie an der Kundeninformation den Hammer und einen Kaffeeutschein für unser Restaurant ausgehändigt. Gültig vom 01.11.20 bis 30.11.20



Foto: dj/d/Deutsches-Tapeten-Institut/Erismann

>>> beispielsweise von Holz und Metall, von Metall und Samt, von Holz und Beton oder Beton und Leder schaffen jeweils eine ganz eigene Atmosphäre und stellen die Besonderheit einer Inneneinrichtung heraus. So kann man einem Zimmer einen modernen, robusten, industriellen oder auch ganz natürlichen Look verschaffen. Wer edle Materialien wie Holz und Leder für seine Inneneinrichtung auswählt, erhält ein stilvoll elegantes Interieur. Ein schöner Holzesstisch beispielsweise kommt noch besser zur Geltung, wenn er von bequemen Ledersesseln umgeben

wird. Beide Materialien sind jedoch recht dominant. Ihre Wirkung sollte mit einigen Stoffakzenten abgemildert werden. In der Sitzecke des gleichen Raumes sollte also ein Sofa aus Mikrofaser oder anderen Stoffen stehen.

Wärmende Stoffe
Besonders jetzt in der kalten Jahreszeit liegen auch Thermostoffe für Fenster und Türen im Trend. Diese Wärmevorhänge spielen die Rolle einer sehr preiswerten, schicken und ausgesprochen wirkungsvollen Wärmedämmung. Einsatzgebiete für

diese Vorhänge sind folglich die sogenannten Kältebrücken wie Haustüren und Wohnungstüren, Balkontüren und Terrassentüren, Fenster und Windfänge. Neben speziellen Thermostoffen aus Polyester und anderen Mischgeweben, machen vor allem weiche und anschmiegsame Stoffe in Form von Kissen und Decken das Zuhause gemütlich. Für eine optimale Dämmung sorgt der Klassiker Wolle. Sie speichert die vorhandene Wärme, nimmt die entstehende Feuchtigkeit aber nicht auf. Auch Vorhänge aus Samt bieten zusätzlichen Schutz, um unangenehmen Luftzug zu minimieren. Lassen Sie sich doch einfach mal von einem Raumausstatter beraten, welche dieser praktischen und eleganten Vorhänge in Ihre Wohnung passen.

Trendige Accessoires
Textilien, Kleinmöbel, Accessoires, Tischschmuck – alles, was sich ohne großen Aufwand verändern lässt, zählt zur Dekoration. Und sie ist letztlich bei der Raumgestaltung das, was unsere Wohnungen individuell macht. Wir können damit zeigen, dass wir kreativ sind, fantasievol-

le Ideen haben und auf der Höhe der Zeit sind. So schaffen Möbel mit dezenter LED-Beleuchtung an der Unterseite oder in den Nischen eine besondere Atmosphäre und sorgen für eine Verteilung der Lichtquellen. Auch schöne Vintage-Accessoires wie Designlampen und Kupfer- oder Goldakzente sorgen für die gewünschte Atmosphäre. Und das muss nicht viel kosten. Auf Flohmärkten findet man oft originelle Dekoartikel im Vintage-Look, die den letzten Schliff geben.

Wer bei der Raumgestaltung mit wenigen Mitteln viel erreichen möchte, setzt Textilien gekonnt ein: Kissenbezüge austauschen oder in eine neue Wolldecke investieren – und die Raumwirkung verändert sich. Gleiches gilt für neue Jalousien, Rollos, Plissees, Gardinen, Markisen und Lamellenvorhänge. Mit modischen Fensterdekorationen lassen sich mehrere Ansprüche auf einmal erfüllen: Sie dosieren nicht nur Wärme und Licht nach Wunsch, sie schützen auch vor neugierigen Blicken. Gleichzeitig werten sie mit Trendfarben und attraktiven Designs das Zuhause auf wohnliche Weise auf. (dji/djd)

bielitz
RAUMAUSSTATTUNG

Seit über 25 Jahren Ihr Experte für:
Gardinen, Sonnenschutzanlagen
Polsterarbeiten, Bodenbeläge
Insektenschutz

02301 20 70
alles-in-einem-haus.de
Hauptstr. 22 - 59439 Holzwickede

Heizkosten sparen mit Thermovorhängen

Martins-Laterne selbst basteln

Bunte Lichtspender aus Milchkartons

Kinder laufen mit ihren bunten Laternen durch die Straßen, singen und sind fröhlich. Solche St.-Martins-Umzüge wird es dieses Jahr leider nicht geben. Schnappen Sie sich Ihre Kids und ziehen alleine mit ihnen los! Machen Sie aus dem Basteln der Laterne ein kleines Spektakel, dann haben alle ein bisschen Freude. Verwandeln Sie einfach einen Milchkarton in einen bunten Lichtspender.

Viele Eltern sind sicherlich schon so manches Mal verzweifelt, wenn es im Kindergarten ans Laternenbasteln ging. Das muss dieses Jahr nicht so sein, denn Milchkartons oder Tetrapacks bieten die optimale Vorlage für eine schicke Laterne. Dazu benötigen Sie: 1 Tetrapak/Milchkarton, 1 Laternenstab



Fotos: GEOLino

mit elektrischer Lampe, Cuttermesser, Draht, Locher, Acrylfarbe, Transparentpapier, Klebstoff, Tesafilm und Dekomaterial zum Verzieren. Bemalen Sie den gut ausgespülten und getrockneten

Milchkarton und lassen die Farbe trocknen. Dann schneiden Sie an drei Seiten den Boden des Kartons auf, sodass er sich aufklappen lässt. Mit einem Bleistift auf allen Kartonseiten kleine Fens-

ter und Flügeltüren vorzeichnen und vorsichtig mit dem Cuttermesser ausschneiden. Achtung: Bei den Flügeltüren die Umrisslinie ausschneiden, aber nicht an den

SPORT-CENTER
Sport macht Spaß
ULRICH MILCKE

SCHWIMMKURSE
2 KINDER PRO LEHRER

Max-Planck-Straße 6 · Unna
Telefon: 0 23 03 - 8 25 55
www.milcke.de

Längsseiten. So lassen sich die Flügel aufklappen.

Jetzt kommt das Transparentpapier zum Einsatz. Je nach Farbwunsch Streifen (am besten in der Breite des Kartons) zurechtschneiden und von innen die ausgeschnittenen Fenster und Türen bekleben. Nun mit dem Locher zwei Löcher in den „Dachgiebel“ stanzen, ein etwa 15 cm langes Stück Draht hindurchziehen und die Enden verzwirbeln.

Zum Schluss stecken Sie den Lampenstab durch den Ausgießer in den Karton und hängen den Draht über den Plastikhaken am Stab. Dann noch die Bodenklappe der Laterne mit Tesafilm festkleben und nach Herzenslust verzieren. Wir wünschen viel Spaß beim Laternenlaufen. (GEOLino/lj)

Besondere Lichtelebnisse für Nachtschwärmer

Veranstaltungen zur Lichtkunst im Kreis Unna

Foto: Frank Heldt

Im November können Sie an drei Terminen die Lichtkunst im Kreis Unna entdecken.

Im Rahmen des des Projekts Stadtbesetzung zum Thema: „Was geht? Kunst in Bewegung!“ lädt das Kulturreferat Bergkamen am Mittwoch, 4. November, um 19 Uhr zu einem abendlichen Spaziergang mit Lichtkunstführung durch Gästeführer Klaus Holzer ein.

Tatsächlich sind zahlreiche Kunstwerke im öffentlichen Raum in Bergkamen „Kunst in Bewegung“. Klaus Holzer wird zum Beispiel den weltweit ersten unterirdischen Flughafen (Subport Bergkamen) und eine eigenwillige Verkehrsnetzkarte von Rochus Aust vorstellen, die Windplastik von Günter Tollmann, eine Wasserleinwand von Birgit Hölmer und einige Kunstwerke mehr. Die Führung dauert ca. anderthalb Stunden. Auf dem Wetter entsprechende Klei-

dung wird verwiesen, ein Mund-Nase-Schutz sollte für alle Fälle mitgebracht werden. Treffpunkt ist der Motorradhelm zwischen Rathaus und ZOB. Die Führung ist kostenlos, wegen beschränkter Teilnehmerzahl (max. 10 Personen) ist eine Anmeldung jedoch unter Tel. 02307/965-464. Weitere Informationen erteilt Simone Schmidt-Apel, Tel. 02307/965-263.

Lichtweg

Im Rahmen der Reihe „ON/OFF“ präsentiert auch in diesem Jahr der Verein „HELLWEG – ein LICHTWEG e.V.“ ein buntes Programm, bei dem die Lichtkunstwerke im öffentlichen Raum in der Hellweg-Region genauer in den Blick genommen werden. Das Format „ON/OFF“ bietet noch bis Februar 2021 ein vielfältiges Programm mit unterschiedlichsten Aspekten und Themen rund um die Lichtkunst in verschiedenen Städten der Hell-

weg-Region.

In Bönen steht der 68 Meter hohe Förderturm der stillgelegten Zeche Königsborn III/IV, ein bedeutendes Denkmal der 20er-Jahre-Industriearchitektur. Mischa Kuballs Lichtkunstwerk „Yellow Marker“ verwandelt den Turm nachts in einen graziösen „Leuchtturm“. Am Sonntag, 22. November, in der Zeit von 16 bis 19 Uhr findet unter dem Motto „Licht und Reflexion im Schatten des Baumes“ eine Kreativaktion mit Besichtigung des Förderturms statt.

Alle Interessierten haben die Möglichkeit, an einer Kurzführung teilzunehmen, die von den Fördervereinsmitgliedern des Turms begleitet wird. Die Aussicht vom Balkon auf der 45. Ebene bietet einen traumhaften Ausblick auf die zahlreichen Lichter der Hellweg-Region. Die Bönener Künstlerin Kerstin Donkervoort lädt an diesem Abend zu einer besonderen Lichtkunstinstallation „Licht und Reflexion im Schatten des Baumes“ ein: Gemeinsam werden die Teilnehmenden einen LICHTERBAUM mit Glasstücken, Farbfolien und Spiegeln gestalten. Jeder ist eingeladen, selbst ein eigenes kleines Lichtobjekt zum Thema „Licht und Baum“ zu entwerfen und mit nach Hause zu nehmen. Die Bürgerstiftung bietet einen kleinen Snack für Selbstzahlende an. Der Eintritt ist frei, es wird jedoch für die Materialkosten der Kreativaktion eine Gebühr von 5 Euro erhoben. Aufgrund des begrenzten Platzkontingents

ist eine Anmeldung beim Kulturbüro der Gemeinde Bönen, Caroline Kirchner, Tel. 02383/933253, Mail: caroline.kirchner@boenen.de erforderlich.

Finissage in Unna

Neben den beiden Lichtkunstwerken im öffentlichen Raum ist in Unna Lichtkunst auch unter der Erde zu erleben, denn in den Gewölbekellern der ehemaligen Lindenbrauerei befindet sich seit Mai 2001 das weltweit erste und einzige Museum, das Zentrum für Internationale Lichtkunst e.V., das sich ausschließlich der Lichtkunst widmet.

Am Sonntag, 29. November, lädt das Museum ab 11 Uhr zur Finissage der Ausstellung „NEON DELIGHT“ mit Kuratorenführung und anschließendem KünstlerInnen-Gespräch ein.

Gemeinsam mit John Jaspers (Direktor des Zentrums für Internationale Lichtkunst e.V.) wird die Wechselausstellung „NEON DELIGHT“ zum letzten Mal erkundet und das Material, das in der Lichtkunst am meisten verwendet wird, genauer betrachtet.

Zu sehen sind Arbeiten renommierter KünstlerInnen (u. a. Tracey Emin, Brigitte Kowanz, Mario Merz, François Morellet, Maurizio Nannucci, Bruce Nauman u.v.m.) aus den 1960er-Jahren bis in die Gegenwart. Außerdem wird es natürlich auch einen Einblick in die „Neon-Highlights“ der Dauerausstellung geben. Anschließend haben die Teilnehmenden die Möglichkeit, Brigitte Kowanz und Jan van Munster, zwei KünstlerInnen der Ausstellung, persönlich im Rahmen eines moderierten Gesprächs kennenzulernen und mehr über die Besonderheit der Arbeit mit Neon als Material zu erfahren. Für eine Auswahl an Getränken und Snacks ist gesorgt. Tickets kosten 12 Euro, ermäßigt 8 Euro, und sind im i-Punkt im ZiB, Lindenplatz 1 in Unna, Tel. 02303/103777, E-Mail: zib-i-punkt@stadt-unna.de, erhältlich. Einen Überblick über das Gesamtprogramm finden Sie im Programmheft, das in gedruckter Form erhältlich oder online unter www.hellweg-ein-lichtweg.de einsehbar ist.

Digitales Museum Haus Opherdicke

Virtuelle Einführung in die aktuelle Ausstellung

Führungen durch die aktuelle Ausstellung NACH NORDEN sind im Museum Haus Opherdicke aktuell nicht möglich. Daher führt jetzt ein Film Besucher in die Ausstellung ein.

„Wir möchten Informationen zu unseren Kunstwerken vermitteln, auch wenn wir es nicht im direkten persönlichen Kontakt bei einer Führung tun können“, sagt Stefanie Kettler, Leiterin der Stabsstelle Kultur. „Deshalb haben wir uns gemeinsam mit der Pressestelle verschiedene Formate ausgedacht, die ein Stück weit unsere Führungen ersetzen können – digital, unkompliziert und kostenfrei.“

Bisher fanden die Führungen sonntags statt. Der Sonntag wird als Veranstaltungstag beibehalten. Nun läuft zwischen 10.30 und 17.30 Uhr alle 20 Minuten ein etwa 15-minütiges Ein-



Die Kuratoren Sally Müller und Arne Reimann haben Inhalte für das Internet aufbereitet. Foto: Fabiana Regino/Kreis Unna

führungsvideo, in dem Kunsthistorikerin Antje Bätjer durch die Ausstellung führt und Besuchern Informationen für den Rundgang an die Hand gibt. Ergänzend dazu haben die Kuratoren Sally Müller und Arne Rei-

mann fünf Bilder aus der Ausstellung NACH NORDEN in je einer Audiodatei kommentiert. Abrufbar sind die Audiodateien unter www.kreis-unna.de/kulturcast oder per QR-Code: Im Museum finden Interessier-



Foto: Thomas Kersten

te neben den Bildern die Codes, die direkt zu den Besprechungen führen. Sie können sie mit dem Smartphone scannen. Mithilfe eines mitgebrachten Kopfhörers können Details und Infos zum Bild beim Betrachten des Werkes abgehört werden.

Führungen durch den Skulpturenpark sind weiter möglich. Sie finden ebenfalls sonntags immer um 11.30, 13 und 14.30 Uhr statt. Private Führungen bis vier Personen sind auch wieder buchbar.

Klaus Weißkopf Schießsportausrüster
 Schützenhof 42b • D-59423 Unna
 Telefon [0 23 03] - 33 00 66 • Fax [0 23 03] - 33 00 55
 Internet: www.schiesssportausruester.de
 E-Mail: info@schuesssportausruester.de

Silos Glück
 DESIGN & LEBENSFREUDE

Kommt vorbei, stöbert durch nachhaltige Mode, entdeckt Stilvolles für euer Zuhause oder genießt einfach entspannt einen Kaffee ...

Ich freue mich auf euch!
 Agnes Pester, Inhaberin

Do + Fr 9.30 – 18.30 Uhr
 Sa 10 – 17 Uhr

Lünerner Schulstraße 3 · Unna
 +49 176 96171450
halle@silosglueck.de
www.silosglueck.de

Wenn man nicht sicher ist, Finger weg!

Obacht beim Pilze sammeln in heimischen Gefilden

Pilzseason ist das ganze Jahr. Das wussten Sie nicht? Dann sollten Sie jetzt weiter lesen, denn wir haben interessante Informationen über heimische Pilze zusammengestellt.

Etwa 13.000 Pilzarten sind bekannt. Die wenigsten sind tödlich giftig, aber trotzdem immer mit Vorsicht zu genießen. Schlechte Nachricht für alle Liebhaber: Der Mensch sollte generell nicht mehr als 250 Gramm Pilze pro Woche zu sich nehmen. Das Sammeln von Pilzen erfreut sich immer größerer Beliebtheit. So positiv das neue Bewusstsein für Leckereien aus der Region – oder sogar dem eigenen Garten – ist, hat der Trend auch Nachteile: Vergiftungen. Wer keine Ahnung von Pilzen hat, der sollte niemals alleine losziehen!

Nach dem Regen sprießen die Pilze

Steinpilz, Champignon (nicht jeder ist essbar!), Hexen-Röhrling, Marone oder Hallimasch sind nur eine Handvoll Speisepilze, die in unserer Region wachsen. Wenn es richtig viel geregnet hat, dauert es ungefähr 14 Tage, dann sprießen die Pilze. Wer bisher dachte, dass Spätsommer und Frühherbst die beste Zeit für Pilze sind, hat nur bedingt recht: Der Steinpilz wächst in größeren Mengen zwischen August und Oktober, einzelne Unterarten wie der Sommersteinpilz können schon im Juni auftreten. Wieder andere wachsen bis in den Dezember hinein.

Genießbar oder giftig?

Gefährlich werden kann schon eine Unterart derselben Gattung: Während der Gemeine Riesenschirmling ein sehr delikater Speisepilz ist, ist der Giftriesenschirmling – wie der Name schon sagt – ein ungenießbarer Giftpilz. Beide weisen einen Hut mit Schüppchen auf. Der Speisepilz hat am Stiel darunter einen doppelten, verschiebbaren Ring. Sein Fleisch ist weiß bis bräunlich und riecht leicht nussig. Außerdem ist der



Junge Grüne Knollenblätterpilze. Foto: Deutsche Gesellschaft für Mykologie e.V./Dr. Matthias Theiss

Stiel mit einem Muster überzogen, das an Schlangenhaut erinnert. Das nennt man genattert. Der Stiel lässt sich sehr leicht aus dem Schirm lösen. Der Giftpilz riecht säuerlich, hat keinen verschiebbaren Ring und sein Fleisch ist eher rötlich. Auch hat er keinen genatterten Stiel. Er ist nicht tödlich giftig, verursacht aber schlimme Magen-Darm-Beschwerden.

Ein tödlich giftiger Vertreter in unseren Breiten ist der Grüne Knollenblätterpilz (*Amanita phalloides*). Die Literatur beschreibt seine wichtigsten Bestimmungsmerkmale wie folgt: „Der fleischige Hut ist zunächst eiförmig, später konvex und schließlich ausgebreitet. Der olivgrüne Hut glänzt bei Trockenheit und ist bei feuchtem Wetter leicht schmierig. Die Färbung ist jedoch nicht immer einheitlich. Manchmal mischen sich gelbliche Flecken ins Olivgrün. Einige Formen des Grünen Knollenblätterpilzes sind sehr blass oder sogar weiß. Das weiße Fleisch ist dick und zart. Es riecht leicht nach Rosenblüten. Der Geruch ist bei älteren oder vertrocknenden Exemplaren stärker (aus „Der große PilzAtlas“ von Jean-Louis Lamaison und Jean-Marie Polese).“

Junge Grüne Knollenblätterpilze ähneln Champignons, was sie besonders gefährlich macht. Sind Sie sich nicht sicher, schauen Sie sich die Unterseite des Hutes an. Bei Champignons sind die



Hexen-Röhrling. Foto: F.K.W. Verlag

Lamellen rosa, fleischfarben oder bräunlich. Die des Grünen Knollenblätterpilzes stehen viel enger zusammen und sind weiß.

Rot wie Hexenhaar

Der flockenstiellige Hexen-Röhrling (*Boletus erythropus*) verdankt seinen Namen seinem leuchtend rot-orangen breiten Stiel und dem etwas dunkleren, halbkugelförmigen Hut. Das Fleisch ist saftig gelb. Schneidet man den Pilz an, verfärbt sich das Fleisch schwarzblau. Diese Eigenschaft wurde früher Hexenwerk geschimpft. Roh ist er ungenießbar. Gekocht oder gebraten soll er jedoch hervorragend schmecken.

Weiteren Aufschluss über die Genießbarkeit geben Stiele und Füße der Pilze. Daher sollten Sammler den Stiel nicht mit dem Messer abschneiden, sondern den Pilz vorsichtig mit einer leichten Drehung entnehmen. Früher dachten Fachleute, dass auf diese Weise das unterirdische Mycel, also die fadenartige Verbindung, auf denen der Pilz wächst,



Ist er ausgewachsen, kann der Grüne Knollenblätterpilz leicht mit einem Champignon verwechselt werden. Foto: Deutsche Gesellschaft für Mykologie e.V./Rainer Wald

beschädigt würde. Diese Annahme ist mittlerweile widerlegt. Das Mycel wird nicht nachhaltig verletzt, es schließt sich sofort wieder.

Unverträglichkeiten

Pilze sind noch immer wenig erforschte Lebewesen. Es kann passieren, dass jemand jahrelang Stockschwämmchen, Pfifferlinge und Co. genossen hat, aber plötzlich Unverträglichkeiten entwickelt. Woran das liegt, ist unklar. Daher sollte man auch lieber weniger, dafür aber hochwertige Pilze genießen. Pilze sollten generell nicht roh verzehrt werden, auch von kurzem scharfem Anbraten in der Pfanne raten Experten ab. Man soll sie lieber lange schmoren.

Und noch eine schlechte Nachricht für Maronen-Liebhaber: Der Pilz ist zwar extrem lecker, aber er speichert leider auch in hohem Maße Schadstoffe, vor allem Schwermetalle. Daher sollte er nur in geringen Mengen konsumiert werden.

Wenn Sie jetzt Lust bekommen haben, einmal selbst auf Pilzwanderung zu gehen, informieren Sie sich bei der Deutschen Gesellschaft für Mykologie e.V. unter www.dgfm-ev.de über Pilzsachverständige in Ihrer Region. Auch Volkshochschulen bieten Pilzwanderungen an.



Das Ehepaar Rebbert am Tag seiner Auszeichnung mit dem Bundesverdienstkreuz. Fotos: privat.

Ausgezeichnetes Engagement

Monika und Dieter Rebbert mit Bundesverdienstkreuz geehrt



Auf dem Bild von links: Monika Rebbert, Dieter Rebbert (KinderKrebshilfe Unna), Kristofer Süß, Tim Bach (beide Betriebsleiter Amazon Unna).

Seit rund 20 Jahren engagiert sich das Ehepaar gegen den Krebs und macht immer wieder mit Aktionen auf die KinderKrebshilfe aufmerksam. Mehr als 350.000 Euro an Spendengeldern haben die beiden schon dank ihres unermüdligen Engagements für den guten Zweck gesammelt. Dafür erhielten die beiden Unnaer kürzlich die höchste Auszeichnung der Republik.

Die meisten werden Monika und Dieter Rebbert wohl mit den beliebten Benefizkonzerten in Verbindung bringen, bei denen stets namhafte Orchester wie zum Beispiel die Big Band der Bun-

deswehr oder das Luftwaffenmusikerkorps Münster das Publikum begeistern. Deren Erlöse gehen zu 100 Prozent an die KinderKrebshilfe. Aber das Engagement des Ehepaars reicht weit darüber hinaus. Bereits 2012 erhielten die Krankenpflegerin und diplomierte Pflegewissenschaftlerin und der Elektroinstallateur die Verdienstmedaille des Verdienstordens der Bundesrepublik Deutschland. Seit 2001 engagieren sich die beiden für die „Stiftung Deutsche KinderKrebshilfe“, eine Tochterorganisation der „Stiftung Deutsche Krebshilfe“. Nun wurde ihr Engagement noch mit dem Bundesverdienstkreuz ausgezeichnet.

Schlafanzug-Aktion

Erst kürzlich erlangte das Unnaer Ehepaar Aufmerksamkeit, als Amazon-Mitarbeiter in ganz Deutschland im Schlafanzug zur Arbeit kamen und damit die KinderKrebshilfe-Unna mit 5.000 Euro unterstützten. Mit dieser Aktion wollten die 6.000 Logistiker auf krebserkrankte Kinder aufmerksam machen: Diese verbringen während ihrer Behandlung wie Chemo-Therapie, Bestrahlung und Operationen oft Monate im Schlafanzug. Um Solidarität mit diesen Kindern zu zeigen, kamen auch die Mitarbeiter in Unna im Schlafanzug zur Arbeit. Wegen Corona ist es derzeit nicht immer einfach, Aktionen durchzuführen.

Das Benefizkonzert im Frühling musste leider wegen der Pandemie ausfallen, zum Teil mussten Eintrittsgelder und damit auch für die Krebsforschung so wichtige Spenden erstattet werden.

Spenden trotz Corona wichtig

Gerade in der momentanen Situation mit all ihren Alltags-Herausforderungen sind manche Themen ein wenig in den Hintergrund gerückt. Aber: Krebs macht keine Corona-Pause und die Krebshilfe ist auch weiterhin auf Spenden angewiesen. Denn nach dem Motto „Helfen. Forschen. Informieren“ fördert die „Stiftung Deutsche KinderKrebshilfe“ Projekte in der Forschung und der Krebsbekämpfung, um erkrankten Kindern und ihren Familien zu helfen. Und dafür engagieren sich Monika und Dieter Rebbert unermüdet, denn sie wollen gemeinsam krebserkrankten Kindern Hoffnung schenken. Die immer größer werdende Aufmerksamkeit freut das Paar. Vereine, Unternehmen, aber auch Privatpersonen überreichen immer häufiger Spendenschecks. Mit etwas Glück kommt 2021 wieder eine größere Summe dazu, wenn hoffentlich das nächste Benefizkonzert stattfinden kann. Weitere Informationen: www.kinderkrebshilfe-unna.de.

WIR BRAUCHEN VERSTÄRKUNG!

Meisterbetrieb seit über 60 Jahren!

Wir sind ein familiengeführtes Bauunternehmen und suchen zur Verstärkung unseres Teams einen:

Maurergesellen (m/w/d) in Vollzeit

und **Auszubildenden** (m/w/d) zum **Maurer**

Wir bieten:

- eine gute Einarbeitung
- ein angenehmes Betriebsklima
- selbstständige Tätigkeiten
- regionale Baustellen
- tarifgerechte Vergütung

Sie suchen:

- eine neue Herausforderung
- einen sicheren Arbeitsplatz

SEIT 1960

STRAUCH

BAUUNTERNEHMUNG

Wir freuen uns auf Ihre aussagekräftige/vollständige Bewerbung!

Krusenstr. 15 · 59457 Werl · Tel. 02922 84569 · Fax 02922 862123

www.strauch-bauunternehmung.de · info@martinstrauch.de



Käthe-Kollwitz-Ring 30 a
59423 Unna
Tel.: 0 23 03 / 553 98 40
Fax: 0 23 03 / 553 98 40 99
info@pflagedienst-busch.com
www.pflagedienst-busch.com

Pflegedienst Busch

Wir sind für den Menschen da



Der Mensch im Mittelpunkt

MOBILE

Ambulanter Pflegedienst

24h SERVICE
7 TAGE

Ambulanter Pflegedienst
MOBILE
Kleistrasse 79
59427 Unna-Massen

Tel.: 02303 / 95 32 64
mobilegbr@t-online.de
ansberg.meier@gmail.com
www.alterpflege-unna.de



MK

Mobiler Betreuungsservice

Ihre Bedürfnisse sind unser Auftrag! **Meryem Koc**

Ahornstraße 10 • 59423 Unna • Tel.: 0 23 03 - 95 244 68
Fax: 0 23 03 - 95 244 69 • E-Mail: mbs.mkoc@gmx.de



Idyllisch, zentral gelegen und gut betreut – so kann das Alter kommen!

Unsere Wohnanlage „Haus am Kurpark“ liegt direkt am Rande des Unnaer Kurparks und bietet seniorenrechtliches Wohnen mit Service. Unser Konzept vereint die Vorzüge eines aktiven Lebens und ein Angebot von individuellen Serviceleistungen in angenehmer Atmosphäre. Modernes und barrierefreies Wohnen in hell geschnittenen Apartments in den Größen zwischen ca. 27- 63 m². Wellness, Gesundheit und Fitnessangebote finden Sie direkt im Haus. Unser Betreuungs- und Gemeinschaftskonzept wird Sie überzeugen. Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

GBS
Ambulante Dienste

Sie erreichen uns unter:
Telefon: 02303 283322
www.gbs-sozial.de



Foto: MuzzyCo/Adobe Stock

Ein nasser Laubhaufen, heran-nahende Fahrzeuge, Schietwetter: Gute Sicht, gutes Gehör und Trittsicherheit sind das A und O in Herbst und Winter. Wir verraten Ihnen, mit welchen Mitteln Sie gut durch die dunklen Monate kommen.

Damit man sich im Straßenverkehr sicher bewegt, vor allem, wenn das Wetter trüb oder es draußen noch nicht ganz hell ist, dann ist Sichtbarkeit unerlässlich. Statt zur dunklen Jacke sollten Sie lieber zu etwas Hellem greifen. Reflektierende Elemente an der Kleidung bieten zusätzlichen Schutz. Wer bereits auf einen Rollator angewiesen ist, der kann auch Reflektoren anbringen. Für die praktischen Gehhilfen gibt's übrigens, je nach Modell, auch Reifen extra für die Herbst/Winter-Saison, die mehr Halt auf rutschigem Untergrund bieten. In puncto Halt ist auch das Schuh-

werk wichtig: Lassen Sie glatte Sohlen lieber im Schrank und greifen Sie zu Modellen mit gutem Profil. Tipp: Im Fachhandel können Sie Ihren Rollator überprüfen lassen, sodass Sie sichergehen können, dass zum Beispiel die Bremsen tadellos funktionieren.

Laub lauschen
Blendendes Scheinwerferlicht macht nicht nur Autofahrern das Leben schwer. Umso besser, wenn man generell gut sehen kann. Ein Besuch beim Optiker kann helfen, um zu prüfen, ob sich die Sehstärke verändert hat und man ggf. eine neue Sehhilfe braucht. Ebenso wichtig ist ein gutes Gehör. Wer bereits ein Hörgerät trägt, der sollte beim Hörgeräte-Akustiker den praktischen Helfer überprüfen lassen, denn unter dem nasskalten Wetter leiden schnell die Batterien. Mit einem funktionierenden Gehör können Sie die Freuden der Jahreszeit doch viel besser genie-



Ambulantes Pflegeteam Unna

Hertinger Straße 123 59423 Unna
Telefon: 0 23 03 / 87 00 21
E-Mail: pflgeteam-unna@dokom.net
www.pflgeteam-unna.de

te stets gut ausgeleuchtet sein, damit man nicht stolpert. Entfernen Sie regelmäßig Laub vor der Tür – besonders, wenn dorthin Stufen führen. Hat eine kleine Treppe vor der Haustür kein Geländer, sollte man unbedingt über eines nachdenken, denn so bekommt man guten Halt, selbst, wenn es nur wenige Stufen sind. Einem Sturz kann man auch anderweitig vorbeugen, nämlich durch gezielte Prävention. Sportvereine und Reha-Einrichtungen bieten häufig Kurse unter dem Motto „Sturzprävention“ an. Im Rahmen dieser Kurse werden Muskulatur, Motorik und Gleichgewichtssinn trainiert, sodass in der einen oder anderen Situation ein Sturz vermieden werden kann. Und falls es doch dazu kommt, sind die Folgen unter Umständen nicht so gravierend. Zudem sind solche Kurse gesellig und man kommt unter Leute – ein nicht zu unterschätzender Spaßfaktor!

Sicher zu Hause
Nicht nur draußen, auch zu Hause kann man einiges für seine Sicherheit tun. Der Eingangsbereich soll-

Tageslicht nutzen
Generell ist es nicht verkehrt, seine Aktivitäten möglichst in die

sonnigen Stunden des Tages zu legen. Das hat nicht nur den Vorteil, dass man besser gesehen wird und auch selbst besser sieht, sondern man kann auch Vitamin D tanken, das wichtig für die Knochen, aber auch fürs Immunsystem ist. Hierzulande leiden viele

Menschen unter Vitamin D-Mangel. 20 Minuten Sonnenschein auf Gesicht und Arme täglich reichen bereits aus, um die Produktion des Vitamins anzukurbeln. Mit diesen einfachen Tipps können Sie die dunkle Jahreszeit entspannt genießen! (hs)



Der Medizinische Dienst der Krankenkassen bestätigt die sehr gute Qualität der Versorgung und Pflege der pro sanitate Gesundheitsdienste Kreis Unna GmbH

pro sanitate
Gesundheitsdienste
Klassische Alten-, Kranken- und Kinderkrankenpflege

Versorgungssicherheit und Lebensqualität

Hertinger Straße 14 • 59423 Unna • Tel.: 02303 943000
www.pro-sanitate.de



Pflegedienst Busch

Pflegefachkräfte und Pflegeassistenten (m/w/d) gesucht!

Wir sind für den Menschen da!

Ambulante Pflege • Senioren Wohngemeinschaften • Betreutes Wohnen • Verhinderungs- und Entlastungspflege

Käthe-Kollwitz-Ring 30 a • 59423 Unna
Telefon: 0 23 03 / 55 39 84-0 • Telefax: 0 23 03 / 55 39 84-999
www.pflagedienst-busch.com • info@pflagedienst-busch.com

Bequem und komfortabel:

Autos für die Generation 50 plus



Micro-SUV: der Suzuki Ignis. Foto: Suzuki

Sportiv darf er aussehen, aber in niedrige Sitze plumpsen möchten Sie nicht? Willkommen in der Welt der Komfort-Kfz!

Irgendwann ist wohl jeder reif für ein bequemes Auto. Eins, das Platz bietet aber auch jeden erdenklichen Komfort. Und dieser fängt bereits beim Einsteigen und Sitzen an. Sich tief in den Sportsitz fallen lassen ist das eine, aber wieder herauskrabbeln kann schon zur Herausforderung werden, wenn man nicht mehr so geschmeidig ist wie mit 20. Die gute Nachricht: Mittlerweile hat so ziemlich jeder Hersteller passende Modelle im Portfolio. Vor allem ist da für jeden Geschmack etwas dabei, vom höheren Mini-Van bis



Der Škoda Karoq. Foto: obs/Skoda Auto Deutschland GmbH

zum kraftvollen SUV. Egal, ob Sie einen kleinen oder großen Wagen fahren möchten: Der Markt hat sich in den letzten Jahren sehr auf die Wünsche derer eingestellt, die

gern hoch sitzen und den Überblick haben möchten.

Opa-Auto? Von wegen!

Und so gibt es zum Beispiel Micro-SUV wie den Suzuki Ignis, mittelgroße Varianten wie den Škoda Karoq, den VW T-Roc oder den Opel Mokka oder richtig große SUV wie den Honda CR-V oder den Peugeot 5008. Neben der angenehmen Sitzhöhe, die ein unkompliziertes Ein- und Aussteigen ermöglicht, punkten diese Kfz durch schickes Design sowie innovative Ausstattung. Die zahlreichen Assistenzsysteme erleichtern beispielsweise das Einparken,

warnen bei zu dichtem Auffahren oder vor Müdigkeit des Fahrers und bremsen sogar aktiv mit – so wird das Fahrvergnügen gleich noch angenehmer! Zudem gibt es so manches Modell auch als Hybrid oder E-Auto, sodass Sie auch mit einem SUV durchaus umweltfreundlicher unterwegs sein können. Vor allem aber haben die Modelle, die wegen ihres Komforts besonders von der Generation 50 plus gewählt werden, nichts mit typischen Opa-Autos zu tun. Schickes Design ist förmlich ein Muss in der Modellpalette und beweist, dass sich Bequemlichkeit und Style nicht ausschließen müssen. (hs)

REICH Wohnmobil- und Wohnwagenwerkstatt **REIMO**

LiMoTec

Einbau und Verkauf von Zubehör,
Unfallreparaturen, Gasprüfung (auch gewerblich),
Um- und Ausbauten, Dichtigkeitsprüfung,
Reparatur von Feuchtigkeitsschäden, Service aller Art

Lindemann Mobil Technik
Tel. 0 23 06 / 94 06 54
Im Holtros 3 · 59192 Bergkamen-Oberaden
E-Mail: limotec@t-online.de

Faires Frühstück

Steuerungsgruppe tauscht Ideen aus



Persönliche Treffen mussten wegen der Corona-Pandemie lange Zeit ausfallen. Jetzt hat die Fairtrade-Steuerungsgruppe für den Kreis Unna auf der Ökologiestation Bergkamen ein Faires Frühstück auf die Beine gestellt – natürlich sorgfältig geplant und unter Einhaltung aller geltenden Hygieneregeln.

del, der auf der Ökologiestation des Kreises in Bergkamen bereits seit längerer Zeit eingesetzt wird.

Hintergrund

Der Kreis Unna macht sich für den fairen Handel stark. So hat der Kreistag im Sommer 2019 beschlossen, bei der Kampagne Fairtrade-Towns mitzuma-

Jutta Eickelpasch und Matthias Tresp aus der Steuerungsgruppe beim Fairen Frühstück. Foto: Fairtrade-Steuerungsgruppe – Kreis Unna

chen. Ziel war es, als Fairtrade-Kreis zertifiziert zu werden. Zunächst arbeitete der Kreis daran, die entscheidenden Kriterien zu erfüllen, die das Engagement für den fairen Handel in allen Ebenen einer Kommune widerspiegeln. Nach Gründung

der Steuerungsgruppe am 5. Dezember 2019 wurde die Bewerbung abgeschickt. Transfair e.V. hat in der Folge die Bewerbungsunterlagen gründlich geprüft und im Juli 2020 den Kreis Unna als „Fairtrade Landkreis“ zertifiziert.

Auf der Ökostation ging es um den Austausch, wie die Ziele des Fairen Handels gefördert werden können. „Und zwar trotz der Beschränkungen durch die Pandemie, die weiterhin bestehen“, sagt Matthias Tresp aus dem Fachbereich Natur und Umwelt des Kreises. Er koordiniert die Fairtrade-Aktivitäten des Kreises Unna.

Fairtrade-Produkte vorgestellt

Erste Ideen für das kommende Jahr wurden bereits zusammengetragen. Zudem wurden im Rahmen des Frühstücks natürlich auch verschiedene Fairtrade-Produkte, wie z.B. Brotaufstriche und Marmelade, vorgestellt. Bei der Bewirtung mit Getränken gab es übrigens einen Kaffee aus fairem Han-

Heimat. Zusammen. Gestalten.

www.cdu-holzwickede.de

Danke!

Bleiben Sie gesund.



Kfz-Versicherung: Wann sich ein Wechsel lohnt

Mit rechtzeitiger Kündigung Geld sparen

Eine Kfz-Haftpflichtversicherung ist heute in Deutschland für nahezu alle Kraftfahrzeuge Pflicht. Entsprechend viele unterschiedliche Versicherer lassen sich auf dem Markt finden und auch bei der Höhe des Versicherungsbeitrags gibt es teilweise sehr große Unterschiede. Wer seine Versicherung clever wechselt, kann von einer großen Beitragsersparnis profitieren.

Beinahe jeder Autofahrer hat sich schon mal darüber geärgert: Man fährt ein Jahr lang unfallfrei und hofft auf eine Vergünstigung bei der Kfz-Versicherung. Doch mit der ersten Beitragsrechnung für das neue Jahr kommt das böse Erwachen: Die Beiträge werden erhöht. Das kommt immer mal vor, Sie müssen das aber nicht hinnehmen. Daher ist es stets ratsam, mit Beginn des Herbstes verschiedene

ne Versicherer zu vergleichen. Im günstigsten Fall können Sie einen dreistelligen Betrag einsparen.

Bis wann kann ich kündigen?

Eine ordentliche Kündigung ist zum Ende des Versicherungsjahres möglich, wobei eine Kündigungsfrist von einem Monat einzuhalten ist. Die sogenannte Hauptfälligkeit eines Kfz-Vertrags ist in vielen Fällen der 1. Januar eines Jahres, der Stichtag für die Kündigung ist also meistens der 30. November. Zu die-

sem Zeitpunkt muss die Kündigung bei der Versicherung vorliegen, damit diese zum 1. Januar angenommen wird. Liegt die Kündigung bis zu diesem Zeitpunkt nicht vor, verlängert sich der Vertrag automatisch um ein Jahr.

Bei Saisonkennzeichen gibt es eine Ausnahme. Hier liegt die Hauptfälligkeit auf dem Tag des Saisonbeginns. Bei einem Saisonkennzeichen mit Gültigkeit von April bis Oktober gilt also der 1. April als Hauptfälligkeit.

Zudem gibt es einige Versicherer, die eine unterjährige Hauptfälligkeit anbieten. Diese kann an einem beliebigen Tag liegen. Auch für den Fall, dass Ihr Vertrag mitten im Kalenderjahr abläuft, gilt die einmonatige Kündigungsfrist. Das heißt, wenn z. B. die Police Ihrer Autoversicherung zum 30. Juni endet, muss Ihre Kündigung spätestens am 29. Mai bei der Versicherung vorliegen.

Sonderkündigungsrecht

Der vielbeschworene Stichtag zur Kündigung der Kfz-Versicherung, der 30. November, ist vorbei. Was ist, wenn die Rechnung des Versicherers erst danach kommt und man eben auch erst später erfährt, dass die Kfz-Versicherung im kommenden Jahr teurer wird? Muss man zwangsläufig beim bisherigen Versicherer bleiben? Nein. Hier kommt das Sonderkündigungsrecht ins Spiel: Erst mit Erhalt der Beitragsrechnung und Kenntnis über den höheren Beitrag beginnt die einmonatige Kündigungsfrist zu laufen. Erhalten Sie das Schreiben beispielsweise erst am 20. November,



Foto: ProMotor

darf die Kündigung spätestens am 20. Dezember bei der Versicherung eingehen. Darum sollte die Rechnung sehr genau gelesen werden: Falls ein Sonderkündigungsrecht besteht, muss der bisherige Versicherer seinen Kunden klar und deutlich darauf hinweisen.

Dem Wechsel zu einem ande-

ren Kfz-Versicherer steht dann auch nach dem Stichtag nichts mehr im Weg. Sorgen über geringere Leistungspakete müssen Sie sich bei einem Versichererwechsel nicht machen. Die meisten Versicherer bieten identischen Service, die Unterschiede sind in der Regel sehr gering.

(HUK Coburg/lj)



Foto: picture alliance/INSADCO/Martin Plb

B1 Autoservice GmbH

Kfz-Meisterbetrieb aus Leidenschaft



Ihr Kfz-Meisterbetrieb

Ob Reifenwechsel, Wartung, Inspektion oder Reparatur: Wer sein Auto liebt, der fährt für sein Anliegen zur B1 Autoservice GmbH nach Unna-Hemmerde.

Seit der Eröffnung im August 2013 an der Hemmerder Dorfstraße 129 sind Betriebsleiter Simon Schwarzenberg und Kfz-Meister Philip Borgmann für Ihre Kunden da. „Seit Juni 2019 sind wir nun auch Teil der ‚Automeistergruppe‘. Der Vorteil für die Kunden ist, dass wir auf diese Weise direkten Kontakt zu Reifenherstellern haben und so nicht nur schneller an die Reifen kommen, sondern zum Teil auch günstiger“, erklärt Simon Schwarzenberg. Die Autofans reparieren Fahrzeuge aller Hersteller und auch Zweiräder. Falls es mal gerumst hat, wird

der Unfallwagen auch gerne instandgesetzt. „Wir haben übrigens seit November letzten Jahres einen Elektro-Smart als Leihwagen, falls eine Reparatur mal etwas mehr Zeit in Anspruch nimmt“, so Schwarzenberg. Auch in Sachen Digitalisierung ist das junge Team gut aufgestellt, denn es ist Bosch-Servicepartner. Damit haben sie Zugriff auf die Datenbanken und den Support eines der größten Werkstatt-Ausstatters und finden ganz sicher eine Lösung für jedes elektronische Problem an ihrem Fahrzeug. Übrigens: Bei der Werkstatt können Sie auch ihre Pakete von DPD und GLS abgeben.

Sie sehen: Ob zwei oder vier Räder, bei B1 Autoservice GmbH sind Sie immer richtig. Nehmen Sie jetzt Kontakt auf: Tel.02308/3899945.

Gebrauchte in Topform



Familienkutsche oder kleiner Stadtfliker? Was auch immer Sie brauchen, wahrscheinlich finden Sie Ihren Traumwagen im Autohaus Sleiman. Von der Kleistraße in Massen ist die Firma umgezogen in die Rudolf-Diesel-Straße. Hier lässt sich das große Angebot an Klasse Gebrauchtwagen viel besser darstellen. Verkauft werden alle Fabrikate von „A“ wie Audi bis „V“ wie Volkswagen, so dass es sich immer lohnt vorbeizuschauen oder die Internetseite zu besuchen.

Natürlich werden die Fahrzeuge auf Herz und Nieren in der eigenen Werkstatt geprüft und in Topform gebracht. Aber auch für „Fremdfahrzeuge“ steht der Kfz-Service zur Verfügung. Unfall Gutachten, Fahrzeug Aufbereitung, HU/AU, Inspektionen und sämtliche Reparaturen werden hier professionell durchgeführt und Fahrzeuge für jede Jahreszeit fit gemacht.

Sie möchten Ihr jetziges Fahrzeug verkaufen? Stellen Sie es im Autohaus Sleiman vor und Sie bekommen ein faires Angebot. Das Team freut sich darauf bei einer Tasse Kaffee Ihre Vorstellungen zu besprechen und kümmert sich auf Wunsch natürlich auch um alle Formalitäten. Lernen Sie uns kennen, denn Autokauf oder -verkauf ist immer eine Sache des Vertrauens. Text u. Foto: F.K.W.

- Anzeige -

Immer da, immer nah. **PROVINZIAL**
Die Versicherung der Sparkassen

Egal was Sie suchen, unsere Kfz-Versicherung hat es.

Ihre Provinzial Geschäftsstelle
Ilka Meißner e. K.
Ardeyer Straße 52
58730 Fröndenberg-Ardey
Tel. +49 2378 4646
Fax +49 2378 4838
meissner@provinzial.de

Michael Hinrichs | Kfz-Meisterbetrieb

Winterräder wechseln
der Satz für 15,99 €

- Wartung / Reparatur aller Marken
- HU / AU 3x wöchentlich
- Zahnriemenwechsel
- Klimaanlage
- Wartung / Reparatur
- Ersatzwagen
- Unfallreparaturen
- RJ-Service & einlagern
- Motor- / Getriebeinstandsetzung

58730 Fröndenberg • Westticker Str. 48-52
☎ 02373/17 444 71 • kfm.michahinrichs@gmail.com

Foto: HUK Coburg Versicherungsgruppe/Hagen Lehmann

- Anzeige -

Gesund im Herbst

Fünf Tipps für ein starkes Immunsystem

Wenn die Temperaturen sinken, es immer nasskalter wird und dazu dann die Heizungsluft kommt, läuft man schnell Gefahr, sich eine Erkältung einzufangen. Trockene Schleimhäute, Frösteln und umhergeisternde Viren sind eine Herausforderung für unser Immunsystem. Gut, wenn man seine Abwehrkräfte mit einfachen Mitteln stärken kann.

1. Ernährung

Obst und Gemüse: Die leckeren Vitaminbomben dürfen im Speiseplan keineswegs fehlen. Wer sich ausgewogen ernährt, der bekommt die nötigen Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente, die der Körper für eine fitte Abwehr braucht. Sogenannte Superfoods können

Sie getrost weglassen. Die heimischen, saisonalen Produkte, wie zum Beispiel Kohl, Kürbis, Feldsalat oder Rote Bete, sind wahre Nährstoffbomben. Hülsenfrüchte, aber auch Haferflocken, Eier und Käse sind wertvolle Zinklieferanten. Achten Sie auch darauf, viel zu trinken: So unterstützen Sie Ihre Schleimhäute.

2. Guter Schlaf

Nicht nur der Schönheit ist eine ordentliche Mütze Schlaf dienlich, auch Ihr Immunsystem profitiert, wenn Sie sich ausreichend ausruhen. Während der Nachtruhe regeneriert sich der Körper. Ist diese Zeit zu kurz, wird man schnell anfälliger für Infekte. Tipp: Auch Stress begünstigt ein schwaches Immunsystem. Gönnen Sie sich regelmäßige Aus-



Power für die Abwehrkräfte: Eintöpfe mit heimischem Gemüse. Foto: Silencefoto/Adobe Stock

zeiten und genügend Entspannung, zum Beispiel mit Wellness.

3. Bewegung

So verlockend es im Herbst und Winter ist, seine Freizeit drinnen zu verbringen, und sich gemütlich einzukuscheln: Die Abwehrkräfte stärken das leider nicht. Moderater Sport hingegen schon, und dieser am besten an der frischen Luft. Egal, ob Sie joggen, walken, radeln oder wandern – nicht nur die Frischluft tut gut, sondern auch die Sonne. So bilden Sie Vitamin D, selbst wenn es draußen bedeckt ist. Aber: Mit dem Sport bitte nicht übertreiben, denn dies kann genau den gegenteiligen Effekt haben.

4. Natur-Apotheke

Mit sanften Mitteln aus der Natur kann man seine Abwehr auch auf Trab halten! Honig ist nicht nur ein Genuss im Obstsalat, sondern hat auch antibiotische Wirkung. Wichtig: nicht

in kochend heiße Getränke geben! Tee mit Cistus, Lindenblüten oder Hagebutte unterstützt auch das Immunsystem. In der Apotheke bekommen Sie ebenfalls zahlreiche Pflanzenpräparate, zum Beispiel mit Echinacea (Sonnenhut), Sanddorn oder Kapuzinerkresse. Und wenn es Sie bereits erwischt hat, gibt es zahlreiche Mittel auf pflanzlicher Basis, mit denen Sie Ihren Infekt schnell wieder in den Griff kriegen.

5. Wärme

Natürlich kommen Infekte in der kalten Jahreszeit vornehmlich durch Viren, wer aber ständig fröstelt, der bereitet diesen besten Bedingungen, um ihn mit Schnupfen, Bronchitis und Co. zu plagen. Also halten Sie sich stets warm – mit der richtigen Kleidung und Accessoires wie Handschuhe und Mütze. Gerade über den Kopf verlieren wir viel Wärme. (hs)



Im Winter am besten nie ohne Mütze! Foto: Alliance/Adobe Stock

3. Sinfoniekonzert der NPW in Kamen

Von Mozart, Salieri und Schubert

Was wurde ihnen nicht für eine gigantische Rivalität unterstellt. Von Neid, Intrigen, sogar über Giftmord wurde gemunkelt, wenn es um zwei der größten klassischen Komponisten geht. Die Rede ist von Wolfgang Amadeus Mozart und Antonio Salieri. Dabei waren Salieri und Mozart Kollegen. Das 3. Sinfoniekonzert der Neuen Philharmonie Westfalen (NPW) am Montag, 23. November, steht ganz im Zeichen dieser beiden Tonkünstler.

Der Mittelmäßige gegen das Genie, der verbitterte Alte gegen den großen Kindskopf – so kennen viele die beiden aus dem Film „Amadeus“. Doch der Schein trügt. Salieri unterrichtete sogar Mozarts Sohn. In seiner Sinfonie „La Veneziana“ recycelte Salieri Musik aus seinen erfolgreichen Opern. Der Titel spielt auf seinen

Spitznamen „Il Veneziano“ an und steht für das 3. Sinfoniekonzert ganz oben auf dem Programm.

Oboe und Orchester

Ebenfalls auf dem Programm: Mozarts Konzert für Oboe und Orchester in C-Dur. Ein ebenso schwermütiges wie quirliges Stück, das Pavel Strugalev, Solo-Oboist der NPW, zum Besten geben wird. Salieri war außerdem ein Talentscout: Er entdeckte den erst siebenjährigen Franz Schubert und gab ihm Unterricht. Vertreten ist der dritte Komponist im Bunde mit seiner Sinfonie Nr. 3. Das Konzert leitet Markus Huber, Chefdirigent der Thüringen Philharmonie Gotha-Eisenach. Los geht es um 19.30 Uhr in der Konzertaula, Hammer Straße 19, in Kamen. Die Einführung vorab entfällt.



LWL-Klinik Dortmund
Prävention - Psychiatrie - Psychotherapie - Psychosomatische Medizin - Rehabilitation
LWL-Klinik Dortmund
(Für Dortmund und den Kreis Unna)
Auch in Corona-Zeiten gesund für die Seele. Mit Sicherheit.
www.lwl-klinik-dortmund.de
LWL
Für die Menschen.
Für Westfalen-Lippe



Foto: Pascal Amos Rest

Karten und Platzangebot

Das Sitzplatzangebot ist aus Gründen des Infektionsschutzes deutlich reduziert. Die etwa 200 zur Verfügung stehenden Plätze werden als personalisierte Tageskarten verkauft. Abonnenten haben ein Vorkaufsrecht bis zum

30. Oktober. Ansprechpartnerin ist Doris Erbrich im Kulturbereich des Kreises, Tel. 02303/27-1441. Sollte das Kartenkontingent für die Veranstaltung nicht ausgeschöpft sein, startet der freie Vorverkauf am Montag, 2. November. (Kurzfristige Absagen möglich)



Neue Kurse im Baumhaus

MBSR-Kurs, Stressbewältigung durch Achtsamkeit nach Jon Kabat-Zinn

Wann: dienstags ab 26.01.21, 18.30 Uhr bis 21.00 Uhr (8 Termine + 1 Tag der Achtsamkeit)

Wo: „Das Baumhaus“ in Unna, Kessebürener Weg 3

Praxis-Workshop Stressbewältigung

Innere Ruhe und Stärke finden - inmitten persönlicher und globaler Herausforderungen

Wann: Samstag, den 21.11.20, 10.00 bis 12.30 Uhr

Wo: „Das Baumhaus“ in Unna, Kessebürener Weg 3

8sam Sein – Ihr persönliches Resilienztraining

Ihr Leben ist im Moment anstrengend und herausfordernd? Dann erfahren Sie in diesem Kurs, wie Sie Ihre inneren Akkus wieder aufladen können.

Wann: 4 Termine nach persönlicher Absprache (2 x im Baumhaus, 2 x draußen in der Natur)

Weitere Kurse und Infos unter www.wegderachtsamkeit.de
Alle Kurse sind auch als Einzelveranstaltung für Gruppen buchbar.
Ilse Schabsky, Tel. 02301/944148 Mobil: 01609088725
Mail: info@wegderachtsamkeit.de

Gebackene Gans mit Vorsuppe

Zwei gan(s) einfache Gerichte



Fotos: Kapuhs/DJV



Hof Dahlhoff
Hofladen

Alles frisch von unserem Hof!

Rind- und Schweinefleisch, Wurst, Freilandhähnchen, Freilandeier, Kartoffeln, Honig, Marmeladen, Likör... und vieles mehr aus eigener Produktion und aus der Region

Kommen Sie doch mal vorbei...

Burgstraße 5 | 58730 Fröndenberg
Telefon 0160-91047760
www.landwirt-sebastian-becker.de

Unsere Öffnungszeiten:
mittwochs 16 - 18 Uhr
freitags 10 - 18 Uhr
samstags 8 - 18 Uhr

von 8 - 11 Uhr gibt's samstags frische Brötchen von Herrn Dahlhoff

Natürliche Produkte aus einer Hand genießen - das ist Genuss pur!

Wir informieren Sie über Ernte- und Schlachtermine, tragen Sie sich hier ein:



<https://www.landwirt-sebastian-becker.de>



Sankt Martin steht vor der Tür, traditionell freuen wir uns dann auf einen leckeren Gänsebraten. Aus unserem heutigen Rezepttipp zaubern Sie neben einem Hauptgericht auch eine Vorspeise. Die Graugans wird vor dem Backen gekocht und so gelingt neben dem eigentlichen Braten noch eine schmackhafte Suppe.

Zutaten für 4 Personen

1 Graugans, 1 Bund Suppengemüse, 2 Lorbeerblätter, 5 Zwiebeln, 3 Äpfel, 2 Orangen, 2 Knoblauchzehen, je 3 Zweige Thymian und Beifuß, Salz, Pfeffer (ganze Körner).

Zubereitung

Suppengemüse und zwei Zwiebeln in Würfel schneiden. Zusammen mit der Graugans, den Lorbeerblättern, einem Esslöffel Pfefferkörner und zwei Esslöffeln Salz in einen ausreichend großen Topf geben und mit kaltem Wasser auffül-

len. Das Wasser erhitzen und nun zwei Stunden auf kleiner Flamme köcheln lassen. Danach den Topf samt Inhalt an einem kühlen Ort über Nacht erkalten lassen. Am nächsten Tag die Gans aus dem Topf nehmen, abtropfen lassen und auf einem Backblech platzieren. Mit Salz außen wie innen einreiben. Äpfel, geschälte Orangen, Zwiebeln und Knoblauch klein schneiden, mit Beifuß und Thymian mischen und die Gans befüllen. Das restliche Obst, Gemüse sowie Gewürze ringsum die Gans verteilen. Den Backofen auf 160 Grad vorheizen. Die erkaltete Brühe durch ein Küchentuch abseihen. Einen Teil der Flüssigkeit und des Fetts auf das Backblech zur Gans geben. Ist der Backofen vorgeheizt, die Gans für etwa zwei Stunden backen, bis die Außenhaut braun und knusprig ist.

Währenddessen die klare, abgeseigte Brühe erhitzen, Nudeln und Gemüse nach Wahl hinzugeben, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Fertig ist eine kräftige Gänsebrühe, die als Vorspeise serviert werden kann. Wer's klassisch mag, reicht zur Gans Kartoffelklöße und Rotkohl.

Tipp Die Füllung und das „Bett“, auf dem die Gans gebacken wurde, lässt sich zu einer leckeren Sauce zaubern. Dazu

einfach alles in einem Topf kräftig anschmoren, mit einem ordentlichen Schluck Rotwein ablöschen, etwas von der Brühe zugeben und mit dem Pürierstab zerkleinern. (wild-auf-wild.de/lj)

Guten Appetit

Gemütlicher Einkauf
in bäuerlicher Atmosphäre

Bauernhof Sprave



Im November

- Weihnachtsgänse
- täglich frische Eier
- Enten, Puten, Hähnchen
- Suppenhühner
- Obst + Gemüse der Saison

Geschäftszeiten:
Mo. bis Fr. von 8 bis 18.30 Uhr
Sa. von 8 bis 14 Uhr
So. kein Verkauf · Di. geschlossen

Familie Sprave
Husener Straße 131
44319 Dortmund-Husen
Telefon 0231 281344

HOF LIGGES

KÜRBISSE | KARTOFFELN | DEKORATIONEN

Speisekürbisse, Dekokürbisse und Kartoffeln stehen zum Verkauf!






WEIHNACHTEN AUF UNSEREM HOF
Ab Sonntag, 15. November 2020

www.hof-ligges.de

Afferder Straße 1 • Kamen • Tel. 0 23 07- 388 96 • E-Mail: info@hof-ligges.de

Ristorante Pizzeria
TAORMINA
Party-Service



Friedrich-Ebert-Straße 2, 59425 Unna
Tel. 02303 - 13570 + Fax 02303 - 13571

Dienstag bis Sonntag
12:00 - 15:00 Uhr und von 17:30 - 01:00 Uhr
Montag Ruhetag

**heidehof
kötter**

Inh. P. Willnzig

**Qualität vom
Sauerländer Bauernhof**

Fleisch- und Wurstwaren aus eigener Herstellung



Ladenöffnungszeiten:
Fr. 15.00-19.00 Uhr
Sa. 9.00-15.00 Uhr

Auf den Märkten zu finden:
Do. Fröndenberg
Fr. Holzwickede



Heideweg 5 | 58730 Fröndenberg
Laden: 02378 869214 | Mobil: 0176 54136202
E-Mail: info@heidehof-koetter.de



Fotos: Gesellschaft deutscher Friedhofsgärtner mbH/Magrit Wild



Schöne Herbstzeit auf dem Friedhof

So schmücken Sie Gräber zu den stillen Feiertagen

Wenn die Tage kürzer werden und sich die Bäume in prachtvollen Rot- und Gelbtönen schmücken, wird es Zeit, auch die Grabbepflanzung an die neue Jahreszeit anzupassen. Obwohl der Herbst oft als grau und trist gilt, ist es nämlich durchaus möglich, das Grab stillvoll und farbenfroh zu gestalten mit den richtigen Pflanzen und Grabdekoration, die Akzente setzt.

Der Herbst ist auch die Zeit der stillen Feier- und Gedenktage: Reformationstag, Allerheiligen, Allerseelen, Volkstrauertag und Totensonntag. An diesen Tagen gedenken wir der Menschen, die nicht mehr bei uns sind. Spätestens jetzt möchten wir, dass deren letzte Ruhestätten schön und gepflegt aussehen. Wenn Sie die Grabpflege selbst gestalten und nicht in die Hände eines Friedhofsgärtners legen, geben wir Ihnen gerne ein paar Anregungen.

In Gestaltungsfragen auf dem neuesten Stand

Wer sichergehen möchte, dass die Ruhestätte seines geliebten Menschen zu den Gedenktagen geschmackvoll gestaltet ist, der sollte jetzt auf den Friedhofsgärtner, Steinmetz oder Bestatter seines Vertrauens setzen. Denn in Gestaltungsfragen sind die Experten immer auf dem neuesten Stand und wissen, wie sie Neuheiten und aktuelle Trendpflanzen in die Grabgestaltung integrieren können. Die Friedhofsgärtner beraten und übernehmen auf Wunsch auch die saisonal wechselnde Neubepflanzung und die dauerhafte Grabpflege. Fachgerecht umsortiert präsentiert sich die letzte Ruhestätte das ganze Jahr über attraktiv.

Grabschmuck

Für die Gestaltung eines Grabes gibt es verschiedene Möglichkeiten. Neben der Bepflanzung mit Blumen oder Sträuchern ist zum Beispiel auch das Aufstellen von Grablichtern, Blumenvasen oder Engelsfiguren möglich. Sofern es die Friedhofssatzung zulässt, können Angehörige ein Grab außerdem mit einer Einfassung passend zum Grabstein versehen. In die Ecken werden dann oft sogenannte Viertelkreise gesetzt, auf denen feststehende Vasen oder Grablampen installiert werden können. Zu den beliebtesten Grabdekorationen gehören Grablichter und Laternen, Engelsfiguren, Kreuze und Vasen.

Zur Grabgestaltung gehören natürlich auch die Grabsteine. Von ausgefallenen Motiven bis hin zum schlichten, eleganten

und zeitlosen Designs, Skulpturen oder Grabplatten: Für jeden Geschmack ist etwas dabei. Auch die Vielfalt an Farben – sprich Materialien, Formen und Verzierungselementen ist unerschöpflich. In Sachen Grabsteine und Grabplatten stehen Ihnen sehr gerne Steinmetze beratend zur Seite.

Es darf bunt werden

In Sachen Grabbepflanzung sind ebenso wie bei der Dekoration kaum Grenzen gesetzt. Ein Klassiker in diesem Bereich ist das Hornveilchen (Viola cornuta). Mit seinen zahlreichen kleinen Blüten zählt es wohl zu den schönsten Herbstblumen. Besonders sein unermessliches Farbspektrum, das sich von strahlendem Weiß über leuchtendes Gelb und intensives Rot

bis zu kräftigem Blau erstreckt, macht das Hornveilchen gestalterisch interessant. So kann man die Pflanze beinahe mit jeder anderen Herbstblume kombinieren – es lassen sich aber auch nur mit Hornveilchen interessante Kontraste setzen.

Ob in strahlendem Weiß, sanftem Rosa oder intensivem Blau – die Aster lässt sich ebenfalls wunderbar in jede Grabbepflanzung einfügen und strahlt mit den anderen Herbstblumen um die Wette. Zusätzlich ist sie auch noch sehr robust – Temperaturen bis -20 °C hält die Pflanze ohne Probleme aus.

Schöne Grabpflanzen müssen nicht immer durch ihre Blüten auffallen – das Silberblatt (Senecio cineraria) schafft es allein mit seinen silbrig-grünen, gefiederten Blättern zu einem

tollen Hingucker zu werden. Dabei setzt die Pflanze tolle Akzente im Beet und lässt sich perfekt kombinieren. Auch seiner pflegeleichten und unkomplizierten Art hat es das Silberblatt zu verdanken, dass es in der herbstlichen Grabgestaltung immer beliebter wird.

(dzi/www.plantura.garden)

WILMS-BASEL
BESTATTUNGEN

„Eine würdige Bestattung muss kein Vermögen kosten.“
Wolfgang Wilms

Unser Basisangebot Erdbestattung: 1999,- Euro*
*zzgl. Friedhofsgebühren

Bestatterleistungen für Erdbestattung:

- ◆ Kiefernarg aus unserer Ausstellung
- ◆ Kissen und Decke
- ◆ Abholung vom Sterbeort u. Überführung zum Friedhof
- ◆ Trauerfeier (exkl. Kosten für Halle, Musik, Redner)
- ◆ Abmeldung bei Standesamt, Krankenkasse, Rente

Weitere Leistungen (wie z.B. Blumenschmuck, Zeitungsannoncen, Sargträger) können gegen Aufpreis zugebucht werden.
Angebot für Unna, Menden, Fröndenberg, Iserlohn, Hemer, Balve.

Wilms-Basel Bestattungen UG
Tag u. Nacht erreichbar
Tel.: 0 23 73 – 39 51 818
Mobil: 0170 – 7 30 47 09

WIR LASSEN UNS ETWAS EINFALLEN EXTRA FÜR SIE!

FLORISTIK · KUNSTGEWERBE
SCHNITT-/TOPFPFLANZEN · GRABPFLEGE

- Ihren Lieblingsstrauß
- Geschenksträuße für jeden Anlass
- Aktuelle Accessoires
- Alles für Ihre Hochzeit
- Tisch- und Saaldekoration
- Gutscheine
- Kränze und Trauerdekoration zum Trost und Gedenken

Südkamener Str. 33 B
59174 Kamen · Tel. 0 23 07 - 7 10 11

DIE PASSENDEN BLUMEN FINDEN SIE BEI UNS!

Bestattungen Geißler
Mit uns den **Abschied** gestalten

Kamener Straße 11-13
59425 Unna
MEHRERFAHREN 0 23 03 / 94 24 994
24 Stunden für Sie erreichbar
www.bestattungen-geissler.de

100 Jahre

Determann

Grabmale · Brunnen · Felsen
Bronzen · Bildhauerei

Buschweg 1-3 · 59174 Kamen (Süd) · Tel.: (02307) 94 44 15 · www.determann.de

KERAK

Naturstein
MEISTERBETRIEB

Bergkamen-Weddinghofen
Am Hauptfriedhof 6
Telefon: 0 23 07 - 6 03 50
E-Mail: kerak@t-online.de
www.naturstein-kerak.de

Grabmale und Skulpturen

Armonat

I Bestattungen

Inh. Frank Armonat

- * Erd-, Feuer- und Seebestattungen
- * Überführungen im In- und Ausland
- * Erledigung aller Formalitäten
- * Bestattungsvorsorge zu Lebzeiten
- * Eigener Trauerdruck
- * Eigener Abschiedsraum

24-Stunden-Sammelruf:
02307 - 280505

Bestattungshaus Götter
Robert-Koch-Straße 71
59174 Kamen

Bestattungen Grundmann
Husener Straße 80
44319 Dortmund

Bestattungen Armonat
Friedrich-Ebert-Straße 106
59425 Unna

www.armonat.de

Im Herbst wird es schnittig

Baumschnitt, Rasenpflege und Co.

Wie alle Pflanzen benötigen auch Bäume und Sträucher Pflege – und danken mit neuem Austrieb. Neben regelmäßigen Fassonschnitten, die während der Saison aus optischen Gründen erfolgen, ist alljährlich ein starker Rückschnitt wichtig, um die Gesundheit der Pflanzen zu erhalten.

Wenn die Wachstumsperiode vorüber ist und die Obsternte an den Bäumen im heimischen Garten beendet wurde, kommen Gehölzschnneider und Säge zum Einsatz. Die Herbst- und Wintermonate sind der richtige Zeitraum für einen Rückschnitt – umso besser können Bäume und Sträucher im kommenden Frühjahr wieder austreiben.



Foto: djd/EUROGREEN/CandyBox-Images---stockadobecom

Gründliche Rückschnitte sind ab Oktober erlaubt

Wer seine Gehölze kräftig zurückschneiden will, muss sich bis mindestens Anfang Oktober gedulden: „Das Bundesna-

turgesetz erlaubt umfassende Rückschnitte nur in den Monaten Oktober bis Februar. In der übrigen Zeit des Jahres geht der Schutz der heimischen Vogelwelt vor“, erläutert Experte Jens

Gärtner. Um den Rückschnitt von Ziersträuchern wie Forsythie oder Rispenhortensie kann sich der Gartenbesitzer direkt im Herbst kümmern. Ein praktischer Vorteil: Wenn die Sträucher keine Blätter mehr haben, erleichtert das den Überblick beim Schneiden. Der Freizeitgärtner kann somit sein Werkzeug gezielter einsetzen. „Obstbäume können über die gesamte kalte Jahreszeit geschnitten werden – vorausgesetzt, es ist an den Schnitttagen frostfrei“, erklärt Gärtner weiter. So werden die Bäume während ihrer Winterruhe auf die neue Wachstumsphase vorbereitet, sie erzeugen im Frühjahr viele Blüten und damit eine reiche Obsternte.

Das passende Werkzeug für ein sauberes Schnittbild

Bei dünnen Ästen genügt meist eine übliche Garten- oder Astschere, um den Rückschnitt vorzunehmen. Sind die Äste kräftiger, empfiehlt sich motorisierte Unterstützung. So lassen sich Schnittarbeiten, die sonst anstrengend und langwierig sind, mit einem Akku-Gehölzschnneider schnell und mühelos

bewältigen. Geht es um Arbeiten in der Baumkrone, sollte man auf einen Hochtaster zurückgreifen. Mit einer solchen „Motorsäge am Stiel“ können problemlos Äste und Zweige in mehreren Metern Höhe gekappt werden, ohne dabei auf den festen Stand am Boden verzichten zu müssen. Noch ein Tipp: Im Häcksler zerkleinert, lässt sich das Schnittgut von Bäumen und Sträuchern anschließend im eigenen Garten wiedernutzen, zum Beispiel als Auflage, die Blumenbeete vor Frost schützt. Damit schließt sich der Kreislauf der Natur auf ideale Weise.

Baumfällung im eigenen Garten

Aus unterschiedlichen Gründen kann eine Baumfällung im eigenen Garten unausweichlich sein, wenn Bäume nicht mehr standfest sind, sie dem Wohnhaus zu nahe kommen, sie geplanten Baumaßnahmen im Wege stehen oder ganz einfach der Garten neu gestaltet werden soll.

Die beste Zeit, um Bäume zu fällen, ist ebenfalls November bis Anfang Februar. Denn die Gehölze führen jetzt das wenigste



Foto: djd/Soechting-Biotechnik/Getty-Imagespurplequeue



Foto: djd/STHL

Wasser und fallende Stämme können im Herbst und Winter im Garten zudem den wenigsten Schaden anrichten. Damit nichts schiefe geht, holen Sie sich am besten einen Profi in den Garten, der weiß, worauf es ankommt.

Rasenpflege wie die Profis

Wer sich auch im nächsten Jahr an einem schönen Garten erfreuen möchte, sollte jetzt ebenfalls die Vorbereitungen dafür treffen. Das gilt insbesondere für den Rasen, der sich jetzt über eine Jahresabschlusspflege freut.

Durch die Trockenheit sind auch in diesem Jahr schon früher als üblich die Blätter von den Bäumen gefallen, dazu kommt nun das Herbstlaub. Alle Blätter und sonstiger Unrat sollten vor dem Winter vom Rasen entfernt werden. Bleibt das Laub liegen, nimmt es den Gräsern Licht und Luft. Zudem bildet sich unter den Blättern ein Kleinklima,

das ein Nährboden für Schimmel und Pilze ist.

Damit die Gräser gut über die kalte Jahreszeit kommen, benötigt der Rasen eine Düngung mit einem kaliumbetonten Dünger. Das Kalium darin schützt die Gräser vor Frost und Krankheiten. Stickstoffbetonte Rasendünger, die man im Frühjahr und Sommer verwendet hat, dürfen im Herbst jedoch nicht mehr eingesetzt werden. Der hohe Stickstoffanteil würde das Gräserwachstum noch einmal erheblich anregen und die Halme würden weich und anfällig gegenüber Frost und Krankheiten werden.

Noch hat der Boden die Temperaturen des Sommers gespeichert, die Sonne brennt nicht mehr so lange und intensiv vom Himmel. Das sollten Gärtner ausnutzen, um die Lücken im Rasen nachzusäen oder eine Grünfläche ganz neu anzulegen. Der warme Boden lässt die Gräser im

Jahr verwendet hat, sollte beibehalten werden. Bei zu hohem Aufwuchs können Gräser faulen, bei zu tiefem Schnitt kann der Boden stärker durchfrieren und die Wurzeln werden geschädigt.

Herbstkur für den Gartenteich

Gartenteichbesitzer sollten nun am heimischen Biotop ebenfalls noch einiges tun, damit dieses sicher durch die kalte Jahreszeit kommt. Die Pflanzen müssen zurückgeschnitten, Laub und Schlamm aus dem Wasser entfernt werden und die Bodentemperatur sollte nachts nicht unter zehn Grad fallen.

Der letzte Schnitt
Bevor der Rasenmäher sein Winterquartier im Gartenschuppen bezieht, wird noch einmal gemäht. Wann der letzte Schnitt erfolgen sollte, ist regional unterschiedlich. Man sollte so lange mähen, bis der Rasen sein Wachstum eingestellt hat. Die Höheneinstellung, die man im

Agravis Technik Lenne-Lippe GmbH Fröndenberg

- Anzeige -

Wenn es um Motorsäge, Rasenmäher oder elektrische Heckenschneider geht, dann sind sie beim Team von Agravis Technik Lenne-Lippe GmbH genau richtig.

Im Geschäft an der Ruhrstraße 19 in Fröndenberg steht Ihnen in der Ausstellung eine große Auswahl an Garten-Kleingeräten der Marken Stihl, Sabo, Stiga und MTD zur Verfügung. „Besonders beliebt sind aktuell Rasenmäherroboter und Akku-betriebene Kleingeräte wie Sägen, Heckenscheren und so weiter. Letztere sind besonders leise und emissionsarm. Von Vorteil ist auch das Baukastensystem von Stihl, denn hier passt ein Akku in fünf verschiedene Geräte“, erklärt Betriebsleiter Peter Wetzel.

Im Herbst wird es auch Zeit für die Wartung und Inspektion der Gartengeräte. Hier bietet Agravis in Fröndenberg einen besonderen Service: In der vergrößerten Kleingerätewerkstatt – von 70 auf 150 Quadratmeter – bieten ein zertifizierter Kleingerätetechniker, ein Azubi und ein Geselle Ihnen den Rundum-Service. Von der Beratung über den Verkauf bis hin zur Wartung



oder Reparatur von Mähergeräten, Strauch- oder Heckenschere: Die Profis in Fröndenberg helfen Ihnen gerne weiter. Die Werkstatt verfügt unter anderem über einen Sägekettenautomaat mit Kühleinrichtung zur Kettenschonung, danach ist Ihre Kette wieder wie neu.

MASSGESCHNEIDERTE ÜBERDACHUNGEN SO INDIVIDUELL WIE SIE!

Glas-Lamellendach · Aluminiumkonstruktion · Sonnenschutz



ROGNER
VARIO DACH
Terrassendach Manufaktur

Rogner Variodach
Terrassendachprofi GmbH
Köttersweg 21
59494 Soest • 0 29 21 / 6 22 22
www.rogner-variodach.de



„All Eyes on You“

Neuer Unnaer Kultfilm kommt endlich ins Kino



Zwei Jahre nach der Premiere können die Unnaer nun das auf zahlreichen Film-Festivals erfolgreiche Mystery-Drama „All Eyes on You“ des Unnaer Regisseurs Felix Eller im Kino ansehen. Start ist am 29. Oktober.

„All Eyes on You“ spielt in einer Halloween-Nacht, daher denken wir, ist es der perfekte Zeitpunkt,

sich den Film im Herbst anzusehen“, ist Felix Eller überzeugt. Darum geht's in dem 87 Minuten langen Film, in dem unter anderem André Decker vom Theater Narrenschiff mitspielt: Der schüchterne Einzelgänger Marco träumt von der schönen Elena – doch sie scheint verschwunden zu sein. In einer kalten Halloween-Nacht sucht er wieder einmal nach ihr. Verfolgt von ei-

ner mysteriösen Gestalt entdeckt er bald die dunkelsten Geheimnisse der Stadt. Marco gerät in einen alptraumhaften Wettlauf gegen die Zeit und beginnt, an seinem Verstand zu zweifeln...

„Der Film startet erst mal im Kinorama in Unna und soll dann nach und nach in weitere Kinos in Deutschland kommen“, erklärt der Regisseur. „Wir verleihen den

Fotos:
Lost Tape Film- & Tonproduktion

Film gerade jetzt, weil aufgrund der Corona-Krise die Kinos kaum neue Filme von den Verleihern bekommen und wir so die Kinobetreiber unterstützen wollen.“ Den Filmtrailer kann man z.B. auf dem Youtube-Kanal der Produktionsfirma Lost Tape sehen: LOST TAPE Official.

„Faszientraining hat mich gerettet!“

Bäume ausreißen. Jung fühlen. Sexy sein.

Hocheffektives Training nach neuen Erkenntnissen der Forschung. Für mehr Beweglichkeit, strafferer Gewebe und weniger Gelenkschmerzen.

„Die Faszien bilden in unserem Körper ein Netz und geben ihm dadurch Halt, Struktur und Form. Ob zum Beispiel der Oberschenkel schön straff und gespannt aussieht, hängt vom Tonus der ihn umgebenden bindegewebigen Hülle ab. Außerdem können verletzte, verfilzte oder verklebte Faszien die Ursache von vielen Beschwerden sein, z.B. Schmerzen in

der Lendenwirbelsäule, den Schultern, im Ellenbogen oder im Nacken. Deshalb ist es wichtig, neben den Muskeln auch die Faszien zu trainieren.

Faszientraining sorgt also nicht nur für einen fitten Körper, sondern auch dafür, dass Sie sich mit jugendlicher Spannkraft, leichtfüßig federnd und schmerzfrei bewegen können.“



Dr. Robert Schleip
Fascia Research Group,
Universität Ulm



5 WOCHEN NUR 79,90 EURO

inklusive

- Beweglichkeits- und Faszien-Check mit detaillierter Auswertung am Ende der 5 Wochen
- Individueller Trainingsplan mit Einweisung und dauerhafter Betreuung
- Freie Nutzung aller Kurse und des Wellnessbereichs

Jetzt anmelden und Teilnahmeplatz sichern.

Anmeldeschluss: 15. November 2020

www.beweglicher.com

Deutschland wird beweglich

Ihr Faszien- und Beweglichkeitsexperte:
Lizenzierter Partner der Aktion



Steinbruchstraße 38 • 59439 Holzwickede • Tel. (02301) 1 22 33
www.fitnwell.de • info@fitnwell.de



Foto: Westend61/gettyimages.com/akz-o

Neues Aufstiegs-BAföG erleichtert berufliche Fortbildung

Fachkräfte erhalten höhere Zuschüsse

Eine Fortbildung beginnen und gleichzeitig die Familie versorgen: Wer sich das vornimmt, braucht häufig Unterstützung. Denn den Alltag zu stemmen und gleichzeitig im Beruf durchzustarten, ist eine große Herausforderung.

Ob Meisterin, Fachwirt, Technikerin oder Erzieher – das Aufstiegs-BAföG fördert unabhängig vom Alter die Vorbereitung

auf mehr als 700 Fortbildungsabschlüsse. Das neue Aufstiegs-BAföG von Bund und Ländern ist jetzt noch familienfreundlicher geworden. Seit dem 1. August bietet es eine Vielzahl von Neuerungen – gerade für Menschen im ständigen Spagat zwischen Familie und Beruf.

Zuschuss zum Lebensunterhalt

Die größte Verbesserung beim Aufstiegs-BAföG gibt es bei den Unterhaltskosten. Fachkräfte, die sich in Vollzeit fortbilden, erhalten bis zu 892 Euro Unterstützung zum Lebensunterhalt als Vollzuschuss. Sie müssen dieses Geld nicht zurückzahlen.

Fortbildungskosten

Bei den Fortbildungskosten liegt der Zuschussanteil für die Lehrgangs- und Prüfungsgebühren, inklusive Meisterstück, bei 50 Prozent. Für den verbleibenden Teil der Kosten kann ein zinsgünstiges Darlehen in Anspruch genommen werden. Gefördert werden Vollzeit- und Teilzeit-

maßnahmen sowie Fernlehrgänge oder mediengestützte Maßnahmen. Außerdem können zur Finanzierung der Lehrgangs- und Prüfungsgebühren einkommens- und vermögensunabhängig bis zu 15.000 Euro in Anspruch genommen werden. Und wenn es dennoch einmal finanziell eng wird: Die Stundungs- und Erlassmöglichkeiten aus sozialen Gründen haben sich für Geringverdienende verbessert.

Bei einer erfolgreichen Abschlussprüfung werden 50 Prozent des Darlehens erlassen. Kommt es zu einer anschließenden Unternehmensgründung, muss das Darlehen nicht mehr zurückgezahlt werden – eine enorme Erleichterung beim Aufbruch in die Selbstständigkeit.

Familienförderung

Das neue Aufstiegs-BAföG berücksichtigt besonders die Situation junger Familien. Um deren Situation zu erleichtern, wurde die Unterhaltsförderung er-

höht. Außerdem wurde diese zu einem Vollzuschuss ausgebaut und muss nicht mehr zurückgezahlt werden.

So bekommen etwa Verheiratete mit zwei Kindern bis zu 1.597 Euro Unterhaltsbeitrag. Alleinerziehende mit einem Kind erhalten bis zu 1.127 Euro Unterhaltsbeitrag plus 150 Euro Kinderbetreuungszuschlag pro Monat.

Der allgemeine Vermögensfreibetrag wurde ebenfalls erhöht. Das Vermögen des Antragstellers wird erst ab einem Betrag von 45.000 Euro angerechnet. Dieser Freibetrag erhöht sich bei Verheirateten und Verpartnerten, die nicht dauerhaft getrennt leben, um 2.300 Euro. Für jedes Kind erhöht er sich um weitere 2.300 Euro. Das Vermögen des Ehe- oder Lebenspartners ist anrechnungsfrei. Dies gilt auch für eine angemessene, selbst genutzte Immobilie und ein entsprechendes Auto. Die Altersgrenze für Kinder wurde von zehn auf 14 Jahre angehoben.

Die Antragstellung für das Aufstiegs-BAföG ist so leicht wie noch nie: Alle Formulare können online ausgefüllt werden. Wer persönlich beraten werden möchte, kontaktiert das Förderamt in Wohnortnähe. Mehr Informationen und die entsprechenden Adressen finden Interessierte unter www.aufstiegs-bafög.de. Allgemeine Informationen sowie Hinweise zur Antragstellung werden auch telefonisch unter 0800/622 36 34 (kostenfrei, montags bis freitags von 8 bis 20 Uhr) erteilt. (dzi/akz-o)

Die Druckerei für Printmedien



Senefelder Misset Doetinchem B.V.
Telefon +31 314 355 500
E-mail info@senefelder.nl

www.senefelder.nl



Dock35 Media B.V.
Telefon +31 314 355 800
E-mail info@dock35media.nl

www.dock35media.nl



Foto: pixabay/Igor Link

Die wirtschaftliche Erholung seit Ende des Lock-downs macht sich in allen Bereichen bemerkbar. Während es in vielen Bereichen noch nicht ganz so rosig aussieht, stimmt die Situation in den Kreisen Soest, Warendorf und Unna vorsichtig optimistisch. Laut dem Institut für Arbeitsmarkt- und Berufsforschung scheint der Arbeitsmarkt „die Talsohle durchschritten zu haben.“

Arbeitsmarkt im Kreis Soest

„Der Arbeitsmarkt sendet im September positive Zeichen“, so Oliver Schmale, Vorsitzender der Geschäftsführung der Agentur für Arbeit Meschede-Soest zu den aktuellen Zahlen. „Die Zahl der Arbeitslosen ist im September im

Kreis Soest um 4,2 Prozent zurückgegangen. Die Folgen der Pandemie hat der Arbeitsmarkt in unserer Region verhältnismäßig gut verkraftet. Auch der Stellenmarkt gewinnt leicht an Dynamik. Zwar ist weiterhin erkennbar, dass die Einstellungsbereitschaft der Unternehmen derzeit noch zurückhaltend ist. Trotzdem wurden in diesem Monat 133 freie Stellen mehr gemeldet als noch im August. Der Herbstaufschwung im September ist fast schon traditionell und wichtig für den Trend des verbleibenden Jahres. Ich blicke verhalten positiv auf die kommenden Wochen und appelliere weiterhin an Arbeitgeber, Arbeitnehmer und Arbeitsuchende, sich mit Qualifizierungen und Weiterbildungen für die nahe und mittelfristige Zukunft fit zu machen.“

Die Zahl der Arbeitslosen ist im Kreis Soest im September 2020 gesunken. Insgesamt wa-

ren 10.350 Personen arbeitslos gemeldet. Verglichen mit den Zahlen des Vormonates sind dies 449 Personen oder 4,2 Prozent weniger. Im Vergleich zum September des Vorjahres stieg die Zahl der Arbeitslosen um 2.004 Personen bzw. 24,0 Prozent.

Entwicklung im Kreis Unna

Im Kreis Unna sank der Bestand an gemeldeten Arbeitslosen im Vergleich zum Vormonat um 514 auf 17.031. Im Vergleich zu September 2019 stieg die Arbeitslosigkeit um 2.912 (+20,6 Prozent) an.

„Erstmals seit Ausbruch der Pandemie und nach fünf Monaten steigender Arbeitslosenzahlen hat die Arbeitslosigkeit im Kreis Unna im September nun wieder abgenommen, und zwar deutlich“, resümiert Agenturchef Thomas Helm die Entwicklung der vergangenen vier Wochen. Dabei betont er: „Dieser Trend erreicht viele Personengruppen, Langzeitarbeitslose konnten jedoch bisher nicht davon profitieren. Dennoch zeigt sich Thomas Helm optimistisch: Der Arbeitsmarkt folgt auch trotz andauernder Ausnahmesituation den üblichen saisonalen Gesetzen.“

Laut Helm wird dies mit einem Blick auf die Stellenseite noch deutlicher: „Wir haben es wieder mit steigenden Stellenmeldungen und steigendem Stellenbestand zu tun – Arbeitgeber

blicken nicht mehr so pessimistisch und ängstlich in die Zukunft, sondern versuchen, ihre Stellung am Markt wieder neu zu behaupten.“ Entsprechend appelliert der Arbeitsmarktexperte an Arbeitslose, Beschäftigte und Arbeitgeber, der lebenslangen Qualifizierung einen hohen Stellenwert beizumessen: „Corona zeigt uns, wie schnell sich Branchen, Betriebskonzepte und damit Erwerbsbiografien verändern können. Ein erlernter Beruf ist wichtig, reicht aber in aller Regel nicht mehr für ein Erwerbsleben aus. Umso wichtiger ist, sich innerhalb des eigenen Berufs kontinuierlich weiterzubilden oder sich alternativ neue Tätigkeitsfelder zu erschließen, um entsprechend abgesichert zu sein vor arbeitsmarktlichen Veränderungen.“

Arbeitsmarkt im Kreis Warendorf

Ebenfalls positiv kann man aus dem Kreis Warendorf berichten, denn auch hier setzte im September spürbare Erholung ein. Die Arbeitslosigkeit sank gegenüber dem Vormonat deutlich um 458 Personen auf insgesamt 8.408 Arbeitslose. Das entspricht einem Rückgang um 5,2 Prozent. Die Arbeitslosenquote verbesserte sich um 0,3 Prozentpunkte und lag zuletzt bei 5,3 Prozent.

„Nach und nach kehrt ein wenig Normalität auf dem Arbeitsmarkt zurück“, sagt Joachim



Foto: pixabay/Gerd Altmann

Fahnmann, Leiter der Agentur für Arbeit Ahlen-Münster, und erläutert: „Nach den Sommerferien setzt in der Regel eine Belebung am Arbeitsmarkt ein. In den Betrieben wird dann regelmäßig wieder neues Personal gesucht. Dieser Effekt ist erfreulicherweise auch in diesem Jahr eingetreten und hat vielen Menschen und insbesondere Nachwuchskräften eine neue berufliche Chance eröffnet“. Dementsprechend sank die Jugendarbeitslosigkeit im Ver-

gleich zum Vormonat deutlich um 9 Prozent oder 93 Betroffene. Damit waren im September insgesamt 937 unter 25-Jährige arbeitslos gemeldet.

„Die demografische Entwicklung wird durch die Corona-Pandemie nicht gestoppt. Die Zahl der Beschäftigten wird in den kommenden Jahren aufgrund der Altersstruktur sinken und es ist gut, wenn Unternehmen, soweit es ihnen in der aktuellen Situation möglich ist, beruflichen Nach-

wuchs einstellen“, betont der Agenturchef. Trotz der positiven Entwicklung am Arbeitsmarkt seien die Auswirkungen der Corona-Krise aber nach wie vor deutlich, sagt Fahnmann: „Verglichen mit dem Vorjahr ist die Arbeitslosigkeit weiterhin hoch“. So waren zuletzt 1.169 Personen mehr arbeitslos als im September des vergangenen Jahres. Das entspricht einem Anstieg um 16,1 Prozent.

Im September zog die Nachfrage nach Arbeitskräften in den

Unternehmen im Kreis Warendorf spürbar an. So meldeten die Arbeitgeber 849 neue freie Stellenangebote, 384 mehr als im August. Das entspricht einem Zuwachs von 82,6 Prozent. Im Vergleich zum Vorjahresmonat verzeichnete die Arbeitsagentur 171 Stellenangebote mehr. Insgesamt standen Arbeitsuchenden und Arbeitslosen damit 2.694 gemeldete Jobangebote zur Verfügung, 123 mehr als im August.

Trotz Krise haben Menschen, die einen neuen Job oder eine Ausbildung suchen, ganz gute Chancen, in ihrer Region eine neue Stelle zu finden. Sie können also positiv in die nahe Zukunft blicken. (dzi/Agentur für Arbeit Soest-Meschede/ Ahlen-Münster)

Wir suchen zu sofort
LKW Fahrer
 (m/w/d)
 in Vollzeit Klasse CE
 Sattelzug oder
 Anhänger im Nahverkehr
 Bewerbung unter
Tel.: 0 23 88 / 20 61 oder
info@hoering-hamm.de

Passen wir zusammen?
 Die PVS sucht ab sofort Auszubildende

Als ärztliche Gemeinschaftseinrichtung steht die PVS/Westfalen-Süd seit über 80 Jahren im Dienste der Ärzte, Chefärzte, Zahnärzte, Kieferchirurgen und Patienten. Mit unseren Dienstleistungen entlasten wir Tag für Tag unsere über 1.600 Kunden von arztfremden, kaufmännischen und verwaltungstechnischen Arbeiten.

ab sofort und zum Ausbildungsbeginn am 1. August 2021 weitere Auszubildende als Kauffrau/-mann für Büromanagement.

Als Auszubildende/r durchlaufen Sie alle Abteilungen unseres Unternehmens. Sie erledigen organisatorische Büroarbeiten, erstellen Rechnungen, telefonieren mit unseren Kunden sowie deren Patienten und führen den damit verbundenen Schriftver-



Die PVS
 Westfalen-Süd rkv
 Ärztliche Gemeinschaftseinrichtung



kehr durch. Sie lernen den Vertrieb und das Marketing kennen. Sie erhalten während Ihrer gesamten Ausbildung ein Verständnis für betriebliche Zusammenhänge und Abläufe sowie fundiertes Wissen, so dass Sie zukünftig eigenständig Fachaufgaben im kaufmännischen Bereich übernehmen können.

- Ihr Profil:**
- gutes (Fach-) abitur, bzw. Abschluss höhere Handelsschule
 - Grundkenntnisse in Microsoft Office Produkten
 - guter sprachlicher und schriftlicher Ausdruck
 - Flexibilität und Teamfähigkeit
 - gute Auffassungsgabe
 - Führerschein Klasse B

Die PVS bietet Ihnen:
 Ein dynamisches Team, flexible Arbeitszeiten in Gleitzeit und abwechslungsreiche Ausbildungsinhalte. Bei fachlicher Eignung und entsprechendem Bedarf bestehen gute Übernahmemöglichkeiten nach erfolgreicher Ausbildung. Haben wir Ihr Interesse geweckt? Dann freuen wir uns über Ihre aussagekräftige Bewerbung an:

Privatärztliche Verrechnungsstelle Westfalen-Süd rkv
 Ute Christ
 Heinrich-Hertz-Str. 4
 59423 Unna
 oder per Mail an:
 u.christ@pvs-westfalen-sued.de

Die wahren Heldinnen

Lesung über die Rolle der Frau in und nach dem Krieg



Inge Meyer-Dietrich.
Pressefoto: Wolfgang Kleber

Während Männer auf den Schlachtfeldern kämpfen, halten Frauen irgendwie zu Hause die Stellung. Sie sind die wahren Heldinnen im Krieg und danach. Eine Lesung in der Unnaer Bibliothek beleuchtet diese Heldinnen.

Sie arbeiten, versorgen ihre Kinder, ertragen Not und ihre aus dem Krieg heimkehrenden verstümmelten und traumatisierten Männer. Es wird aber nie gefragt, wie Frauen die Weltkriege erlebt haben. Und wie diese Erlebnisse bis heute nachwirken?

Die Autorinnen Inge Meyer-

er-Dietrich (geb. 1944) und Sarah Meyer-Dietrich (geb. 1980), Mutter und Tochter, spüren diesen Fragen in halbbiografischen Texten über mehrere Generationen nach. Für die Romane „Leben und Träume der Mimi H.“ und „Eisengarn“ hat Inge Meyer-Dietrich die 1887 geborene Näherin Mimi Heyn in den Mittelpunkt gestellt, deren Geschichte bis in die Nachkriegsjahre des Zweiten Weltkriegs reicht. Sarah Meyer-Dietrich wiederum beschäftigt sich in einer Episode ihres Romans „Immer muss man mit Stellwerksbränden, Streiks und Taggebrüchen rechnen“ mit der konfliktreichen Auseinandersetzung mit einer Oma, die zwei Weltkriege überlebt hat.

Die Lesung findet am Montag, 2. November, ab 18 Uhr im Jugendbereich der Bibliothek statt. Wegen der begrenzten Zuhörerzahl ist eine Anmeldung auf www.vhs-zib.de, im i-Punkt oder unter Tel. 02303/103-713 oder -714 erforderlich. Der Eintritt ist frei.

Keine Angst vor Klinik-Aufenthalt

Psychische Erkrankungen in Corona-Zeiten behandeln lassen

Auch für psychische Erkrankungen gilt: Wenn man sie nicht behandelt, kann sich der Gesundheitszustand rasant verschlechtern.

testet werden und sie symptomfrei sind. Dabei werden alle Patienten, auch diejenigen, die vorübergehend isoliert sind, selbstverständlich psychiatrisch und therapeutisch behandelt.

Sogar Gruppentherapien sind in den Klinik-Einrichtungen in reduziertem Umfang möglich, je nach der Größe des Raumes, in dem sie stattfinden. Patienten, die eine Tagesklinik (etwa in Unna, Lünen oder Bergkamen) besuchen, werden jeden Morgen nach ihrem Befinden, nach möglichen Symptomen oder Risikokontakten befragt.

Die Hygienefachschwester ist selbstverständlich Mitglied des internen Krisenstabes und steht in ständigem Kontakt zum Gesundheitsamt. Die Fachfrau versichert: „Wir sind auf ganzer Linie gut ausgerüstet und sorgen vor.“

Darum ist es den Verantwortlichen der LWL-Klinik Dortmund – mit Tageskliniken und Stationen im Kreis Unna – wichtig, das Corona-Ansteckungsrisiko mit aller Kraft zu minimieren. Die Gefahr, dass sich eine psychische Erkrankung manifestiert, sei groß; die Gefahr, in der Klinik an Covid-19 zu erkranken, hingegen klein.

Berit Happe-Mrzik, die Hygiene-Fachkraft der LWL-Klinik, sorgt den ganzen Tag dafür, dass Patienten rechtzeitig vor der Aufnahme getestet werden, Mitarbeiter genügend MNS oder ggf. FFP2-Masken haben sowie Patienten sicherheitshalber isoliert werden bis sie negativ ge-

Rent a Huhn

- Anzeige -

Jederzeit frische Eier aus Freilandhaltung

Landwirt Sebastian Becker-Dahlhoff vom Hof Dahlhoff möchte in Unna das Konzept des Miet-Huhns voranbringen und damit Mensch und Tier einander näherbringen.



Foto: Hof Dahlhoff

Denn wer für 15 Euro im Monat ein Huhn bei dem Landwirt aus Fröndenberg-Ostbüren mietet, bekommt nicht nur 30 Eier monatlich, die er mit Stempelkärtchen im Hofladen abholen kann. Einmal im Quartal ist auch ein Event angedacht, bei dem man sein Huhn besuchen, füttern und selbst Eier sammeln kann. Bei der Gelegenheit, aber auch generell, dürfen Besucher den Hof erkunden und z.B. auch einen Blick in die Rinderställe werfen. „Mir ist wichtig, dass die Leute sehen, woher Fleisch und Eier in meinem Hofladen kommen“, erklärt Sebastian Becker-Dahlhoff, der den alteingesessenen Hof vor ei-

niger Zeit übernommen hat und bald auch einen weiteren, neuen Eier- und Fleischautomaten zur Selbstbedienung in der Nähe an der B1 anbietet. Die Miet-Hühner leben übrigens im neu angeschafften mobilen Hühnerstall, von dem aus sie nach Lust und Laune ins Freie können, wo sie frische Luft und viel Platz zum Picken und Scharren haben. Auf dem Hof bekommen Sie alle Infos und frische, regionale Produkte. Adresse: Burgstr. 5, 58730 Fröndenberg, im Web: www.landwirt-sebastian-becker.de

Insel Rügen, Sassnitz, komf. FeWo, Balkon, Meerblick, Termin unter: Tel. 02381-36211 o. 0171-9754684 www.knicker-sassnitz.de

Rolf kauft Wohnwagen/Wohnmobile auch renov.-bedürftig, ohne TÜV Tel. 0221/2 76 96 12 oder 0177/5 08 82 42 auch Sa./So. Rolf

10 Jahre Qualitäts-Umzüge
NEU: Festpreis u. kostenl. Beratung vor Ort!
Fa. Zahn, 59379 Selm, Dieselweg 4
Tel. 02592-9776600
www.zahntransporte.de

Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen
Telefon: 03944-36160
www.wm-aw.de Fa.

Esken • Karnatz • Boeske
STEUERBERATUNGSGESELLSCHAFT

Beratung auf den Punkt gebracht.

- Steuererklärungen für Privatpersonen und Unternehmen
- Jahresabschlüsse
- Buchführung mit Zukunft
- Betriebswirtschaftliche Beratung

Standort Unna:
Pestalozzstraße 16
59423 Unna
Telefon 0 23 03 | 98 10 90
Telefax 0 23 03 | 9 81 09 70

Standort Fröndenberg:
Ardeyer Straße 100
58730 Fröndenberg
Telefon 0 23 78 | 86 83 40
Telefax 0 23 78 | 8 68 34 14

info@ekb-steuerberater.de • www.ekb-steuerberater.de



Deimel, Stehling
& Kollegin



Ingo Deimel
Dipl. Kaufmann
Steuerberater

Kathrin Jokiel
Steuerberaterin

Uwe Stehling
Steuerberater und Fachberater
für internat. Steuerrecht

Arnsberg

Bestwig

Kamen

Warstein

Kamen • Südfeld 9d • 59174 Kamen • Tel.: +49 (0) 23 07 / 2 60 17-0 • Fax.: +49(0) 23 07 / 2 60 17-23
Internet: www.ds-stbg.de • E-Mail: info@ds-stbg.de • Facebook: www.facebook.com/Steuerberatung.DS

strategisch. dynamisch. stark.

Steuerberatungsgesellschaft, Wirtschafts- und Unternehmensberatungsgesellschaft mbH

LeComte



**GROSSE
MARKEN-
VIELFALT
& PERSÖNLICHE
BERATUNG**

Mode

AUF 3.000 qm VERKAUFSFLÄCHE

das macht **SINN**
UNNA

**DAS HAUS DER BEKLEIDUNG UND WÄSCHE
RATHAUSPLATZ 42, 59423 UNNA**

 www.sinn.com

 APP
das macht SINN

 SINN
Bekleidungshaus

 [das.macht.sinn](https://www.instagram.com/das.macht.sinn)
#sinnstyle