



ortszeit

DAS MAGAZIN FÜR DIE GANZE FAMILIE



STADTFEST UNNA

ÜBER 100 STUNDEN PROGRAMM

02.-04.09.2022



Seite 29

Kids-Markt

Spezialmarkt für Gebrauchtes & Neues
fürs Baby & Kind

- 04.09.2022: Kämerer Stadthalle
- 25.09.2022: Stadthalle Unna
- 23.10.2022: Große Forum Heimer
- 30.10.2022: Stadthalle Werl

tür Kinder Eintritt frei!

www.kids-markt.de



Münz- und Edelmetallhandel Familie

ARETZ

Münzen & Edelmetallhandel

Seit über 17 Jahren in Unna

Friedrich-Ebert- Str. 39
59425 Unna
Telefon 0 23 03 / 25 43 43

Öffnungszeiten:
Mo.-Fr.: 11-18 Uhr, Sa.: 10-14 Uhr

An- und Verkauf von Münzen,
Edelmetallen, Schmuck- und Altgold,
Zubehör für Sammler

T

Team
Zahn-S-thetik GmbH

Über 30 Jahre
Teschner + Team



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

www.zahntechnik-unna.de



**FACHKRAFT FÜR
LAGERLOGISTIK (M/W/D)**

**FACHLAGERIST
(M/W/D)**

**BERUFSKRAFTFAHRER
(M/W/D)**

**KAUFLERLEUTE FÜR GROß-
UND AUßENHANDELS-
MANAGEMENT (M/W/D)**

**DU BIST EIN FOODLOVER?
DANN BEGINNE JETZT DEINE
AUSBILDUNG BEI UNS!**

online:
www.egv.de

schriftlich:
EGV Lebensmittel für Großverbraucher AG
Linda Klose • Werler Straße 42 •
59423 Unna

WhatsApp:


Unna 6
Stadtfest

Fröndenberg 12
Bauernmarkt

Trauer 20
Tag des Friedhofs

**Ausbildungs-
und
Stellenmarkt** 27
Tag des Handwerks



Fröndenberg
Seite 4
Rennradmuseum eröffnet



Unna
Seite 7
Mord am Hellweg



Kamen
Seite 10
Hansemarkt

Impressum
Ortszeit Kreis Unna
Herausgeber und Verlag:
FKW – Fachverlag für Kommunikation
und Werbung GmbH
Delecker Weg 33
59519 Möhnesee-Wippringsen
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
Frank H.G. 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,
Satz: FKW Fachverlag GmbH
Druck: Senefelder Misset, Doetinchem
Erscheinungsweise: monatlich
Verbreitungsgebiet: Auslagen in Unna,
Kamen und Umgebung
Erfüllungsort: Möhnesee
Auflage: 20.000
Keine Gewähr für unaufgefordert einge-
sandte Manuskripte oder Fotos. Der Abdruck
von Veranstaltungshinweisen ist kostenlos.
Abdruck und Vervielfältigung redaktioneller
Beiträge und Anzeigen bedürfen der aus-
drücklichen Zustimmung des Verlages.

Titelbild: Stadtmarketing Unna

Liebe Leserinnen und Leser,

wir sind im Spätsommer an-
gekommen und im Kreis be-
ginnt es zu leuchten. In Unna
lassen die Stadtlichter den
Westfriedhof ab dem 10. Sep-
tember erstrahlen und das
traditionellen Unnaer Stadt-
fest lockt Anfang September
wieder mit viel Livemusik,
Kinderfahrgeschäften, ei-
nem Familienunterhaltungs-
programm und Kulinarik die
Besucher:innen in die City.

Außerdem wird's kriminell,
denn nachdem es Corona-
bedingt verschoben werden
musste, feiert das Krimifestival
„Mord am Hellweg“ endlich sein
zehnjähriges Jubiläum. Freu-
en Sie sich bis Mitte November
auf viele hochkarätige Lesun-
gen mit internationalen Krimi-

Stars sowie tollen Sonderveran-
staltungen.

In unserer „Story des Mo-
nats“ stellen wir Ihnen das neu-
este touristische Schmuckstück
der Stadt Fröndenberg vor: das
Rennradmuseum. Nach langjäh-
rigem Hin und Her konnte die-
ses einzigartige Museum nun
eröffnet werden.

In Kamen können sich Mittel-
alterfans auf den Hansemarkt
freuen, der wieder das mittel-
alterliche Leben, alte Hand-
werksberufe und das Rittertum
den Besuchern näher bringt.
In Bergkamen entführt das Rö-
merfest alle Interessierten in die
Zeit der Römer und Germanen.
Und in Fröndenberg wartet der
Bauernmarkt.

Feinschmecker kommen
ebenfalls auf ihre Kosten, denn

die Kürbis-Saison startet. Wer
Fan des Fruchtgemüses ist, soll-
te nicht nur unseren Rezept-
Tipp ausprobieren, sondern
auch einen Abstecher zu Hof
Ligges in Kamen-Methler ma-
chen. Hier können Sie nicht nur
Kürbisse kaufen, sondern auch
in Kursen ein Menge zu ihrer
Verarbeitung in allen Variati-
onen lernen.

Last but not least haben wir
wieder eine Menge informativer
Service-Themen von Trends für
Ihre Wellness-Oase über Tipps
zu toller Herbstbepflanzung für
den Garten bis hin zum Senio-
renratgeber für Sie.

Genießen Sie den Spätsommer!

**Ihr Team der
ORTSZEIT**



**Das Ortszeit-Team
wünscht allen
Kunden und
Lesern
einen
schönen
September!**

©halilselman - stock.adobe.com



**BÖHMER
& Immobilien**

**IHR AKTIVER
PARTNER**

Fragen Sie uns! Wir sind für Sie da!
Tel.: 0 23 78 / 92 93 - 0
www.immobilien-boehmer.de

WIB24
Mitglied in
ivd
rund um
das Thema
IMMOBILIEN
Beratung
für
Senioren
ivd24
Immobilien

Ritzel, Räder, Emotionen

Das Rennradmuseum Fröndenberg hat eröffnet



Bürgermeisterin Sabina Müller (2.v.l.) schnitt gemeinsam mit Bernd Kern (2.v.r.) das Band bei der Eröffnung durch.

Restaurant „Zum Markgrafen“, Marktplatz Fröndenberg, 22. November 2019: Hier gründet sich offiziell der Verein „Rennradmuseum Fröndenberg/Ruhr e.V.“. Diesem Ereignis ging ein Hin und Her mit der Stadt voran, ausgelöst durch den gebürtigen Fröndenberger Andreas Grünewald, seines Zeichens leidenschaftlicher Sammler, der der Stadt 2018 Teile seiner imposanten Rad-Sammlung angeboten hatte.

des Vereins, schmunzelnd. Es seien sogar Besucher aus Botswana und Alberta (Kanada) hier gewesen. Auch Radler vom Ruhrtalradweg haben bereits den Weg zum Museum gefunden, was natürlich alle Beteiligten hinsichtlich dessen Zukunft optimistisch stimmt.

Zähe Mittelbeschaffung

Dass es von der Vereinsgründung bis zur Eröffnung einige Jahre gedauert hat, lag unter anderem an der Bürokratie, denn schließlich ist solch eine Gründung etwas anderes als die eines Kegelclubs. Es braucht eine Satzung, das Amtsgericht und das Finanzamt sind involviert und um in den Genuss der LEADER-Förderung zu kommen, musste der Verein sogar Mitglied in der Landwirtschaftskammer werden. Ein Kuriosum, auf das Kern bei seiner Eröffnungsrede hinweist. Bis aus dem Förderpotpf tatsächlich Gelder flossen, die nach durch Corona erschwerter Sponsoren- und Mitgliederakquise für den Fortschritt des Museums maßgeblich wichtig waren, fuhrten noch viele Radler den Ruhrtalradweg entlang. Erst im Februar 2022 kam die Zusage.

Eröffnung mit Ehrengästen

Bevor Kern gemeinsam mit Hans Kuhn (2. Vorsitzender), Bürgermeisterin Sabina Müller und dem



Der Marktplatz war zur Eröffnung des Rennradmuseums mit geladenen Gästen und neugierigen Besuchern gut gefüllt.



Hans Kuhn führte die ersten Gäste höchstpersönlich durch die Ausstellung, die nicht nur eine Menge historischer Rennräder bereit hält.

Exekutivmitglied des Weltradsportverbandes (UCI), Toni Kirsch, das Band vor dem Eingang durchschnitt, begrüßte der ehemalige Radsportler und versierte Renn-Kommentator Kuhn in seiner gewohnt unterhaltsamen Art die anwesenden Ehrengäste und würdigte dabei Kooperationspartner und Sponsoren. Zudem nahm er noch einige Exponate entgegen, wie z.B. das leichteste Rad der Ausstellung, das mit seinen 5,6 kg aber bei Rennen nicht zulässig ist, oder ein Trikot des Olympiasiegers im Paracy-

ling und mehrfachen Welt- und Deutschem Meister Hans-Peter Durst aus Dortmund. Natürlich fehlten auch nicht die Anekdoten, die Tausendsassa Kuhn stets parat hat und gern zum Besten gibt. Zudem war lokale Radsport-Prominenz anwesend, u.a. der Fröndenberger Ex-Querfeldein-Meister Frank Ommer und der Unnaer Bahnrad-Spezialist und Weltmeister Lucas Liß. Dass nicht noch weitere Rad-Promis da waren, war unter anderem den European Championchips in München geschuldet.



Hans-Peter Durst (r.) überreicht dem 1. Vorsitzenden des „Rennradmuseum Fröndenberg/Ruhr e.V.“, Bernd Kern, ein Trikot als Geschenk.

ten Ehrengäste persönlich durch die Ausstellung zu führen – der Ton wurde auch draußen übertragen, sodass geladene als auch Zaungäste direkt einen ersten akustischen Eindruck bekommen konnten.

Großes Interesse

Während die geladenen Gäste sich bei Kaffee und Kuchen stärkten, kamen direkt weitere Besucher ins Museum, so auch eine Familie aus Menden. Der Mann, selbst Zweiradmechaniker, ist ein echter Technik-Fan, hat selbst einige Räder zu Hause dekorativ arrangiert und erfreute sich an den Exponaten, die vom ausgehenden 19. Jahrhundert bis in die Gegenwart reichen und somit um die 120 Jahre Rennrad-Technik abbilden. Ein Unnaer Hobbyradler war ebenfalls von Kettenblättern und Gangschaltungen fasziniert und plant, noch einmal abseits des Eröffnungstrubels in aller Ruhe einen Rundgang zu unternehmen. Ein Hochrad und eine hölzerne Draisine, von der AWO als Leihgabe überlassen, sind die Exoten der Ausstellung, leisten aber einen wertvollen Beitrag zum Verständnis der Entwicklung dieses Vehikels. Zudem habe es ja auch schon seinerzeit Rennen auf Hochrädern gegeben, entsprechende Videos sei-

en sogar online zu finden, verrät Bernd Kern.

Räder und Devotionalien

Museumsbesucher können nicht nur die historischen Rennräder für Straße und Bahn in Augenschein nehmen, sondern auch ausgesuchte Prominenten-Trikots sehen, zum Beispiel von Radsport-Legende Eddy Merckx. Ein Multimediaraum bietet Möglichkeit für Vorträge und ein versteckter Hingucker ist ein Stück Bahn. Diese stammt jedoch nicht vom Dortmunder Sechs-Tage-Rennen (die Original-Bahn war tatsächlich zu groß und nicht ins Museum zu schaffen), sondern aus den handwerklich geschickten Händen von ADFC-Sprecher Eckhard Overbeck, der die aalglatten Bahn-Meter, auf denen natürlich entsprechende Räder präsentiert werden, anfertigte. Die Besonderheiten beim Rad für die Bahn? „Es gibt keine Gangschaltung, keinen Bremsen und keinen Freilauf“, erklärt Kern. Gleich neben der Bahn kann man sich einen Eindruck einer Kabine verschaffen, in der die Fahrer nach ihrem Einsatz vom Physio wieder flott gemacht werden. Zabel und Risi steht auf zwei Schildern – der Lokalheld und der Schweizer haben in ihrer aktiven Karriere gemeinsam so manche Sixdays zusammen bestritten.

Fotos: F.K.W.-Verlag



Trinkflasche von Anno Dazumal.

Die erste Museumsführung

Bürgermeisterin Sabina Müller ließ es sich nicht nehmen, bei der Eröffnung des neuen Highlights in der Fröndenberger City einige Worte zu sagen und lobte das Engagement und die Hartnäckigkeit, mit der Verein für die Entstehung dieses einmaligen Museums kämpfte. Schließlich hatte sie bereits als Ratsfrau im Kultur Ausschuss der Stadt die Anfänge hautnah miterlebt. Sie freute sich sehr über die Eröffnung und wünschte dem Museum viel Erfolg. Gegen 15.30 Uhr war es dann endlich soweit: Das Flatterband wurde durchgeschnitten und das Museum endlich für die Öffentlichkeit zugänglich gemacht. Hans Kuhn ließ es sich natürlich nicht nehmen, die ers-

Museum zum Anfassen

Das Rennradmuseum ist ein einzigartiger Ort. Es gibt zwar einige Radmuseen in Deutschland, aber keines widmet sich ausschließlich dem Rennrad. Natürlich existierten private Sammlungen, erklärt Kern, aber das Fröndenberger Museum sei die einzige öffentliche. Man kann sich hier nicht nur die Räder ansehen, der Museumsverein hält in seinen verschiedenen Bereichen der Ausstellung auch einige interaktive Highlights parat. Das oben erwähnte, extrem leichte Rad ist z.B. so aufgehängt, dass man sich selbst einmal vom geringen Gewicht überzeugen kann. Eine kleine Bibliothek lädt ein, durch Bildbände und Fachliteratur zu blättern. Und wer seine Fahrer-Skills einmal unter Beweis stellen möchte, der kann sich auf das Ergometer schwingen und beim Indoor-Trainings-Simulator z.B. auf der Flandern-Rundfahrt gegen Avatare in die Pedale treten.

Hotspot am Ruhrtalradweg

Fröndenberg ist nun um ein Highlight reicher und der Museumsverein hofft auch auf Synergieeffekte mit dem Ketenschmiedemuseum, sodass Touristen und Interessierte sich in der Stadt beide Anlaufpunkte vornehmen. Radsport ist stark in der Ruhrstadt verwurzelt, die Kettenfabrik Union stellte auch für Räder Teile her und hier lebte Hugo Rickert, ein legendärer Rahmenbauer, dessen Räder heute heißbegehrte Sammlerstücke sind und natürlich auch Teil der Ausstellung. Wer auf dem Ruhrtalradweg unterwegs ist, sollte in jedem Fall einen Abstecher zum Marktplatz anpeilen, künftig soll man auch in Reiseführern von der neuen Anlaufstelle für Radsportfans erfahren. Passend zur Rad-Saison öffnet das Museum von März bis Oktober dienstags bis sonntags von 11 bis 18 Uhr, in den Wintermonaten auch auf Anfrage. Der Eintritt beträgt 4 Euro (erm. 3 Euro). Weitere Informationen, auch zur Vereinsmitgliedschaft: www.rennradmuseum.com

„Say cheers to forty years“ Unnas Stadtfest – Legendär seit 1981

Foto: Stadtmaking Unna

Stets am ersten Septemberwochenende steigt mittlerweile zum 40. Mal Unnas beliebteste Open-air-Party; mit acht Bühnen und über 100 Programmstunden nennt sie sich ganz selbstbewusst und nicht grundlos die Größte der Region.

Die Disco in der Leiedeckerpassage, die Countrybühne an der Begegnung oder der legendäre Nachwuchs-Contest vor dem Hellweg-Museum, Erbsensuppen-Es-

sen auf dem Alten Markt, endlose Menschenschlangen vor dem Wertmarkenverkauf in kleinen Holzhäuschen, „Sorry – Bier ist aus“ hört man an Getränkewagen: Impressionen und Erinnerungen an vergangene Stadtfeste sind so unterschiedlich wie die Stadtfeste selbst. Dass ausgerechnet jedoch Unnas Stadtfest eine derartige Erfolgsgeschichte schreiben würde, ahnten dessen Eltern im Jahre 1980 sicher noch nicht. Mit dem Schwung der Feierlichkeiten zum 10. Geburtstag

der Unnaer Fußgängerzone im Nacken entschieden Verkehrsverein und Stadtrat, von 1981 an nun jedes Jahr zu feiern: Das war die Geburtsstunde UNseres Stadtfestes. Der kultige Altbierabend am ersten Freitag im September bildete damals schon den Abschluss der beliebten Summertime-Kulturreihe. So war einerseits die Terminfrage geklärt, andererseits auch gleich das Hauptgetränk der ersten Jahre.

Vier Tage Programm

Zum Jubiläum dürfen sich Stadtfest-Fans auf ein besonderes Zuckerli freuen, denn der Auftakt findet diesmal bereits am Donnerstag, 1. September, auf dem Alten Markt statt. Los geht's um 17.45 Uhr mit dem Einmarsch des Tambour Korps Hemmerde, gefolgt von der Begrüßung durch Bürgermeister Dirk Wigant. Um 18.20 Uhr werden Cantus Brutalis für Stimmung sorgen und danach läßt der Bürgermeister, wie 1981, zur Erbsensuppe. Um 19.05 plaudern Ehrengäste der ersten Stunde aus dem Nähkästchen. Der Auftakt-Abend klingt ab 19.30 Uhr

mit dem Auftritt von „UNNAversary“, einer eigens zusammengestellten Geburtstags-Party Band aus. Am Freitag geht's dann wie gewohnt mit der Eröffnung durch Bürgermeister Wigant um 18 Uhr auf dem Alten Markt, am Rathaus, auf dem Kirchplatz, am Morgentor, im Nicolai4tel, an der Schulstraße, auf dem Lindenplatz und vor dem Hellweg Museum Musik vom Feinsten für jeden Geschmack geben. Mit dabei sind unter anderem Groovejet, Mad Andy & the B's, Voice of Swing, JAHM, Cover Company, Dominos, The Stompin' Gents, die Big Bands von PGU und GSG, der Shantychor Unna, KC & The Soulbrothers sowie die Clan Lamont Pipe Band. Sonntag wird es wieder ab 11 Uhr den beliebten Kindertrödelmarkt geben und neben leiblichem Wohl und Schönem und Handgemachtem dürfen sich Weinkenner wieder auf das Enkircher Weindorf auf dem Kirchplatz freuen. Das vollständige Programm finden Sie auf www.stadtfest-unna.de



Sicher wie Fallschirmspringen.
Vom 1-Meter-Brett.
Mit Schwimmflügeln.

Kredit auf Nummer Sparkasse

Sparkassen-Privatkredit

Ihren Vertrag schließen Sie mit der S-Kreditpartner GmbH (Vinzenzregentenstraße 23, 10715 Berlin), einem auf Ratenkredite spezialisierten Unternehmen der Sparkassen-Finanzgruppe. Die Sparkasse wurde von der S-Kreditpartner GmbH mit der Beratung und Vermittlung von Kreditverträgen betraut und ist als Vermittler nicht ausschließlich für die S-Kreditpartner GmbH, sondern für mehrere Kreditgeber tätig.

Weil's um mehr als Geld geht.



la Venezia
italienisches Eiscafe
Handwerklich gefertigtes Eis!
Probieren Sie uns,
wir schmecken gut...

Eiscafe La Venezia Massener Str.7
Rino Toppan 59423 Unna
Tel. 02303 9476339



Gisa Pauly
Foto: © Angéla Vicedomini



Klaus-Peter Wolf
Foto: Wolfgang Weßling

Mord am Hellweg X Jubiläumsfestival startet im September

Endlich ist es soweit: Die Jubiläumsausgabe von „Mord am Hellweg X“ findet vom 17. September bis 12. November statt.

In den vergangenen Monaten ist das Festivalprogramm kontinuierlich gewachsen und präsentiert sich im Herbst mit mehr als 180 Lesungen und 400 Mitwirkenden an über 100 verschiedenen, teilweise außergewöhnlichen Veranstaltungsorten. Für alle Veranstaltungen sind unter www.mordamhellweg.de Karten erhältlich.

Krimifans können sich auf zahl-

reiche Stars der Szene aus aller Welt freuen, die im Herbst an den Hellweg kommen.

Volles Programm im September

Bereits am Montag, 6. September, präsentiert die Festivalleitung eine „Jubiläums Preview“ mit Special Guest Joe Bausch. Er stellt um 19.30 Uhr im Bestattungsinstitut Groß in Unna seinen neuen True-Crime-Band „Maxima Culpa. Jedes Verbrechen beginnt im Kopf“ vor.

Unter anderem auf folgende weitere Veranstaltungen können Sie sich im September freuen:

Am Sonntag, 18. September, liest Mona Nikolay um 17 Uhr im Kleingartenverein „Grüne Insel e.V. in Lünen aus „Amsel, Drossel, tot und star“. Am selben Abend geht es mit dem Schweden Mons Kallentoft nach Mallorca im Emscherquellhof in Holzwickede nach Mallorca. Um 18 Uhr liest er aus „Das dunkle Herz von Palma“.

Am Montag, 19. September, wird die Buchpremiere zur Anthologie „Jubiläumsmorde“ in der Werkstatthalle des Maximilianpark in Hamm nachgeholt. An diesem Abend lesen ab 19.30 Uhr Bestsellerautorin Gisa Pauly, die ihren Mord in Bad Sassendorf geschehen lässt, der Briten Ben Aaronovitch, der seine Leiche in Schwerte ablegt, sowie Jürgen Kehrer, welcher das mörderische Bergkamen entdeckte.

Am Freitag, 23. September, sorgt Klaus-Peter Wolf mit seinen Ostfriesenkrimis „Ostfriesensturm“ und „Rupert undercover – Ostfriesisches Finale“ ab 19.30 Uhr im Heinz-Hilpert-Theater in Lünen für Unterhaltung der Extraklasse. Begleitet wird

er von Bettina Göschl, die mit Musikeinlagen für mörderisch-gute Stimmung sorgt.

Im Großen Zelt in Bönen liest an diesem Abend die Schöpferin des Schaf-Krimis Leonie Swann ab 19.30 Uhr aus ihrem neuen Werk „Miss Sharp macht Urlaub“

Besondere Highlights

Zum Jubiläum werden auch besondere Veranstaltungen präsentiert wie die „Fit for Crime“-Radtour am Samstag, 24. September, ab 10 Uhr. Diese ganz besondere Fahrradtour wird im Rahmen der „MaH-Jubiläums-Revival Days“ neu aufgelegt. Die 30 km lange Tour hat dauert mit Pausen etwa fünf Stunden. Verschiedene Akteur:innen geben an spannenden Stationen Auskunft. Es können maximal 30 Personen teilnehmen.

Ebenfalls an diesem Samstag findet die „Große Fun-Kriminacht im Schützenzelt“ in Bönen statt. Ab 18 Uhr wartet geballter Cosy Crime und Krimispaß mit Anja Bogner, Herbert Dutzler, den Krimi-Cops und Peter Godazgar.

MORD AM HELLWEG

Europas größtes internationales Krimifestival

Mit Bernhard Aichner, Jean-Luc Bannalec, Simon Beckett, Max Bentow, Arne Dahl, Sebastian Fitzek, Nicci French, Tina Frennstedt, Tess Gerritsen, Anna Grue, Petra Hammesfahr, Romy Hausmann, Dora Heldt, Elisabeth Herrmann, Tom Hillenbrand, Hjorth & Rosenfeldt, Mons Kallentoft, Andrej Kurkow, Volker Kutscher, Charlotte Link, Håkan Nesser, Ingrid Noll, Wolfgang Schorlau, Klaus-Peter Wolf und vielen weiteren ...

10

17. Sep. – 12. Nov. 2022

JUBILÄUMSAUSGABE!

Tickets und Infos:
i-Punkt Unna (02303) 10 37 77, WLB Unna (02303) 96 38 50
www.mordamhellweg.de

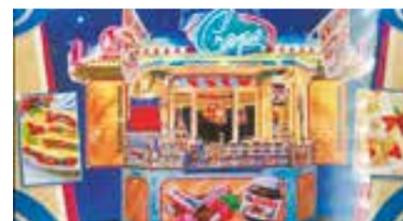




Happy Birthday, REWE Engel!

Markt an der Massener Straße 117/Ecke Feldstraße feiert 25-Jähriges

Kaum zu glauben, aber wahr: Bereits seit einem Vierteljahrhundert bietet der schnuckelige REWE-Markt im Unnaer Westen seiner treuen Kundschaft exzellenten Service, eine schöne Auswahl stets frischer Produkte und dazu ein nettes Lächeln.



Otto Wendler versorgt Sie mit Naschwerk



Pauline Wendlers Kinderkarussell

Carsten Engel, der den Markt führt, kann selbst kaum glauben, wie schnell die letzten 25 Jahre verfliegen sind, seit der Standort an der großen Feldstraßen-Kreuzung eröffnet hat. „Es ist schön, dass uns die Kunden über so lange Zeit immer treu geblieben sind und wir deswegen auch solch einen Erfolg haben“, resümiert Carsten Engel. „Deswegen möchte ich mich an dieser Stelle von Herzen bei unseren treuen Kunden bedanken!“

Klein, aber fein

In Zeiten, in denen die Supermärkte und Discounter flächenmäßig immer größer werden, pflegen Carsten Engel und sein Team an der Massener Straße 117 eher einen Markt mit Tante Emma-Flair. Auf rund 750 Quadratmetern Verkaufsfläche (zum Vergleich: zahlreiche Discounter geben sich mit nicht weniger als 1.000 Quadratmetern zufrieden) bietet REWE Engel, ein vielleicht nicht so üppiges Sortiment, aber dafür genau die Produkte, die seine Kunden brauchen und wollen. „Ein kleinerer Markt ist auch nachhaltig, die Frischhaltung ist einfacher, es gibt kein Überangebot und unterm Strich wird auch weniger weggeworfen“, erklärt Engel. In Zeiten, in denen Energieeinsparung ein großes Thema ist, steht ein kleiner Supermarkt ganz gut da. Zudem hat man schon vor vielen Jahren auf geschlossene Kühlschränke umgerüstet, um nicht unnötig Energie zu verschwenden.

Jubi-Feier

Für Carsten Engel und seine Mitarbeiter ist das 25-jährige Jubiläum in jedem Fall ein Grund, zu feiern und so lädt man Kunden und solche, die es noch werden möchten, zu einer Feier am Freitag und Samstag, 16. und 17. September ein. Gefeiert wird vor dem Markt auf dem Parkplatz, wo die Unnaer Schaustellerfamilie Wendler mit einem Kinderkarussell und mit köstlichen Süßwaren und Schokofrüchten für die richtige Atmosphäre sorgt. Wer im Markt einkauft, der kann für seinen Nachwuchs einen Fahrtchip mitnehmen, so dass regelrechtes Kirmes-Feeling aufkommt. Die süßen Leckerlis haben Stammkunden sicher noch aus Pandemie-Zeiten in Erinnerung, als die Bude regelmäßig bei REWE Engel zu Gast war und man sich auch ohne Kirmes das passende Naschwerk nach Hause holen konnte.

Darf's doch lieber eine Bratwurst sein? Kein Problem, denn der Sportverein SG Massen, den Carsten Engel schon lange im Rahmen einer tollen Kooperation unterstützt, kommt mit einem Grill vorbei und verkauft leckere Würstchen zugunsten der Vereinskasse. Wem Sushi besser mundet, freut sich hingegen über Eathappy, die an diesem Wochenende ihre Theke in Betrieb nehmen, denn künftig bekommen Sie bei REWE Engel auch die köstlichen asiatischen Kreationen frisch im Markt.

© Ortszeit Unna - F.K.W. Verlag

- Anzeige -

10. Celloherbst am Hellweg

Aufregend anders mit Ensembles aus ganz Europa



vision string quartet. Foto: Harald Hoffmann

Der „Celloherbst am Hellweg“ feierte vom 8. September bis zum 17. Dezember, Beethovens Geburtstag, mit mehr als 40 Konzerten in 20 Städten entlang des Hellweges sein 10. Jubiläum.

8. September, in der St. Martin Kirche in Unna das Festival eröffnet.

Das Festival besticht auch 2022 wieder durch die Vielfalt seines Programmangebotes: mit Tango, Pop und Rock, Literatur, Jazz, Tanz und alter Musik, mit Kammermusik von Bach über Beethoven und Brahms bis zur zeitgenössischen Musik, solistisch, kammermusikalisch und auch mit Kammerorchester ist alles dabei.

Dann geht es Schlag auf Schlag weiter: Mit der CD-Präsentation des Tango-Ensembles Contrabajando, VoiCello mit Fado aus Mallorca, das Notos Quartett, dem Duo Casals und dem Nerion Quartett aus Hiroshima. Für Jazzfans werden „deep strings“ ungeahnte Töne präsentieren, für Rockfans spielt La Finesse ein AC/DC Programm und besonders freuen sich die Veranstalter, dass „The Ukrainian Celloquartet“ aus Lemberg mit ihrem Programm „Die Musik darf nicht schweigen“ in der Synagoge in Unna zu Gast sein wird. Unter dem Motto „Der Celloherbst“ macht keine Ferien“, wird der Intendant für Grundschüler in einigen Städten, das Kinderkonzert „Der Geigenbauer von Cremona“ präsentieren. Und das sind nur einige Veranstaltungen, auf die Sie sich ab September freuen dürfen. Alle Konzerte finden Sie unter: www.celloherbst.de.

Beindruckend viele Ensemble aus ganz Europa werden 2022 am Hellweg zu Gast sein. Eines davon ist das **vision string quartet**, das ohne Noten und im Stehen Klassik, Jazz und Pop spielt und am **Donnerstag**,

Gefördert wird das Festival, das in über 20 Städten der Kulturregion Hellweg stattfindet, aus Mitteln der regionalen Kulturförderung des Landes NRW.

**Na, Appetit und Lust zum Mitfeiern bekommen?
Dann lassen Sie sich die Geburtstagsaktion am 16. und 17. September nicht entgehen!**

Hansemarkt

Kamens mittelalterliches Spektakel



Traditionell wird am zweiten Wochenende im September Kamens gute Stube wieder zu einem mittelalterlichen Spektakulum, wenn sich zahlreiche Händler und viele vom Aussterben bedrohte Tierrassen auf dem Alten Markt und den angrenzenden Straßen präsentieren.

Vor den toll restaurierten Häuserfassaden in der Kamener Innenstadt werden am Samstag

und Sonntag, 10. und 11. September, wieder Schwertkämpfe, Bardenmusik und tollkühne Artisten um die Aufmerksamkeit des Publikums buhlen. Der Hansemarkt ist dabei mehr als ein reiner „Mittelaltermarkt“, denn er präsentiert Traditionen aus mehreren Epochen. Er ist ein Traditions- und Mitmachmarkt mit zahlreichen Aktionen für Groß und Klein: von Ritterkampf bis Akrobatik, Schmiedekunst bis



Fotos: Agentur Schöne Märkte/ www.hansemarkt-kamen.de

Seilerei, Bardenmusik bis Mittelalterband. An zahlreichen Ständen können die Besucher erleben, wie damals mit Handarbeit produziert wurde: Schmiede, Seilerei, Korbflechterei, Lederei und viele weitere alte Handwerke laden große und kleine

Besucher ein, selber mitzumachen. Abgerundet durch ein reichhaltiges kulinarisches Angebot und einer vor allem bei Kindern beliebten Tieraussstellung, ist der Hansemarkt in Kamen ein besonderes Fest für die ganze Familie. Zudem werden am Sonntag auch die Kamener Geschäfte, sodass Sie neben den handwerklichen Markt-Produkten auch noch nach Herzenslust in den Läden shoppen können.

„Simul – Gemeinsam“

4. Internationales Römerfest Bergkamen

Am Samstag und Sonntag, 10. und 11. September 2022, findet im Römerpark Bergkamen das 4. Internationale Römerfest und dem Motto „Simul - Gemeinsam“ statt. Zugleich wird das zehnjährige Bestehen der Holz-Erde-Mauer gefeiert.



Die historischen Darsteller kommen aus ganz Europa, u.a. aus der Schweiz und aus den Niederlanden. Im Römerpark Bergkamen werden sie zu Gladiatoren, römischen Legionären, römischen Kavalleristen, germanischen Hilfstruppensoldaten und Germanen. Der „gemeinsame“ Schwerpunkt ist die Vielfalt der einfachen römischen und germanischen Bevölkerung, die in ihrer Freizeit eine Vielzahl von Handwerks-techniken beherrscht.

Freiwillige Gladiatoren kämpfen gegeneinander und erwecken die Arena zum Leben. Römische Rei-

ter zeigen Kampfweisen auf dem Aktionsfeld. Legionäre präsentieren ihre Ausstattung, stellen unterschiedliche Waffentechniken vor und erzählen von ihren Pflichten im Dienste des römischen Kaisers Augustus. Zahlreiche Handwerker führen römische und germanische Kunstfertigkeiten in unterschiedlichen Bereichen vor. Die germanischen Hilfstruppen und Germanen zeigen das Alltagsleben der einheimischen Bevölkerung in der Antike, abseits des Römischen Reiches.

Förderverein informiert
Auf die kleinen Besucher warten spannende Vorführungen und Akteure zum „Befragen“. Viele Akteure präsentieren ihre Ausrüstung und den ein oder anderen Helm oder Rüstung kann man auch Probetragen. Der Förderverein informiert zudem über die Vereinsarbeit und die geplanten Projekte im Römerpark. Mit dem zehnjährigen Bestehen der Holz-Erde-Mauer kann der Verein auf viele erfolgreiche Jahre zurückblicken. Und in

den nächsten fünf Jahren soll mit dem Nord-Tor ein weiterer großer Schritt gemacht werden. Der Verein betreibt dieses Jahr wieder den Römerfest-Shop und einen Getränkestand unter dem neuen Porticus, dem Eingangsbereich. Für das leibliche Wohl sorgt eine Grillstation an der Arena. Das Römerfest ist am Samstag von 11 bis 19 Uhr und am Sonntag von 11 bis 17 Uhr geöffnet. Der Eintritt ist wie immer für alle frei. Das Motto ist: Spende statt Eintritt. Plakat: Stadt Bergkamen

Herbstcheck fürs Auto:

Sehen und gesehen werden

Bei früh einsetzender Dämmerung und nasskaltem Schmelwetter mit Regen und Nebel kommt es am Steuer vor allem auf eines an: gute Sicht. Doch viele Autofahrer scheinen die Beleuchtung ihres Gefährts sträflich zu vernachlässigen.

An gut jedem dritten Auto sind die Scheinwerfer laut Statista entweder defekt oder falsch eingestellt. Wenn etwa ein Wildwechsel aufgrund schlechten Lichts zu spät wahrgenommen wird, kann das gefährliche Folgen haben. Ebenso riskant ist es, mit abgenutzten Scheibenwischern unterwegs zu sein, die bei jeder Bewegung Schlieren auf dem Glas hinterlassen. Ein Fahrzeugcheck frühzeitig zu Beginn der dunklen Jahreszeit hingegen sorgt dafür, auf der Straße besser zu sehen und gesehen zu werden.

Herbstcheck schützt
Viele Werkstätten beteiligen sich an den Aktionswochen und bieten eine kostenfreie Überprüfung der Fahrzeugbeleuchtung an. So können Mängel abgestellt werden, noch bevor Schlimmeres passiert. Der Lichttest ist gleichzeitig eine gute Gelegenheit, um ebenfalls einen Herbstcheck für das Fahrzeug vornehmen zu lassen. Neben der Beleuchtung kommt es bei schwierigen Straßenverhältnissen und kalten Temperaturen ebenso auf die richtige Bereifung, auf Bremsen, Batterie, Motor und die Fahrzeugelektronik an. Eine altersschwache Batterie zum Beispiel ist flugs ersetzt – das ist in jedem Fall besser, als frühmorgens nach einer Frostnacht von einem defekten Energiespeicher überrascht zu werden. Auch abgenutzte Scheibenwischer sind schnell ausgetauscht, um die Sicherheit am



Fotos: djd/Robert Bosch GmbH

Steuer bei unterschiedlichsten Situationen deutlich zu erhöhen.

Klare Sicht
Viele Autofahrer ärgern sich auch über Scheiben, die ständig von innen beschlagen. Der Grund dafür kann ein verschmutzter Innenraumfilter sein. Empfehlenswert ist es, den Filter mindestens einmal jährlich in einer Fachwerkstatt austauschen zu lassen. Modelle wie der „Bosch Filter+ pro“ sind für alle gängigen Fahrzeuge erhältlich. Er sorgt nicht nur für

freie Sicht, sondern wirkt ebenso gegen Viren, Schimmel, Bakterien, Feinstaub und neutralisiert Allergene sowie schädliche Gase. Neben der Technik kommt es bei widrigen Bedingungen auf der Straße aber auch auf die Autofahrer selbst an. Sie können zu mehr Sicherheit beitragen, indem sie ihre Fahrweise anpassen, bei rutschigen Straßenverhältnissen abrupte Lenk- und Bremsmanöver vermeiden sowie insgesamt vorausschauender fahren. (djd)

GESUCHT Wanted

Wir brauchen Verstärkung und suchen zum nächstmöglichen Zeitpunkt eine(n)

Medienberater (m/w/d)

Ihre Aufgaben:

- Telefonische und persönliche Akquise von Anzeigenaufträgen inklusive Kundenbetreuung für unsere Printprodukte
- Verkauf und Beratung sowie Aufbau und Pflege eines Kundenstammes
- Eigenverantwortliches Arbeiten und Handeln

Unsere Anforderungen:

- Sie haben nach Möglichkeit Erfahrung im Verkauf und sind kontakt- und kommunikationsfreudig
- Sie arbeiten selbstständig und können Kunden durch Ihr professionelles Auftreten überzeugen
- Sie sind zuverlässig, zielstrebig und ausdauernd

Ihre aussagekräftige Bewerbung richten Sie bitte an: info@fkwwerlag.com

F.K.W.
Fachverlag für Kommunikation und Werbung GmbH

Delecker Weg 33
59519 Möhnesee-Wippringsen
Telefon 02924 87970-0

WIR BILDEN AUS!

Kfz-Mechatroniker/in, Fachkraft im Fahrbetrieb und Kaufmann/-frau für Verkehrsservice.

Ausbildung zum 01.08.2023 starten! Jetzt bewerben unter: www.vku-online.de/karriere

VKU
Volkshochschule Kreis Unna e.V.
Ein Unternehmen der VWV-Gruppe

Das Neue Hotel Am Park



Ihr Zuhause in Fröndenberg

Ruhrstraße 16
58730 Fröndenberg/Ruhr
Telefon 02373/17 405-0
Telefax 02373/17 405-20
info@das-neue-hotel-am-park.de
www.das-neue-hotel-am-park.de



SPD

Einen Baum zu pflanzen rettet nicht das Klima. Schadet aber auch nicht.

Mit Sicherheit Frieling

Sicherheitstechnik

- Mechanische Sicherungen für Fenster und Türen
- Profizylinder, Mehrfachverriegelung, Schlüsseldienst

Tischlerei

- Fenster und Türen aus Holz, Kunststoff und Aluminium!
- Reparaturarbeiten, diverse Parkettarbeiten

Bettssysteme

- Bettgestelle aus Massivholz
- Tellersysteme, Matratzen, Kopfkissen und Auflagen

www.frieling-froendenberg.de
02373 974147 • 0170 2028286

Wir freuen uns auf Sie!



Isselmarkt

Isselmarkt Fröndenberg GmbH & Co. KG
mit Lieferservice
Alleestraße 38 • 58730 Fröndenberg
Telefon 02373 / 399651
www.isselmarkt.de

Öffnungszeiten:
Montag – Samstag
7:00 - 21:00 Uhr

Bäckerei Sommer
zusätzl. Sonntag von
8:00 – 11:00 Uhr

Wir bilden auch aus!

LANDBÄCKEREI Sommer

Besuchen Sie uns im Internet:
www.landbaeckerei-sommer.de



Fröndenberger Bauernmarkt

Am 2. Oktober im Himmelmannpark

Noch wird fleißig geplant, aber fest steht: Am Sonntag, 2. Oktober, findet der Fröndenberger Bauernmarkt im Himmelmannpark statt. Von 11 bis 17 Uhr kann hier nach Herzenslust gestöbert werden.

Passend zur Herbstzeit ist der Markt Teil der bundesweiten Aktion „Tag der Regionen“, der 2022 unter dem Motto „Kurze Wege – Große Wirkung“ steht.

Kurze Wege sind unerlässlich für den Bezug von regionalen Lebensmitteln und der damit verbundenen Wertschöpfung vor Ort. Für eine Regionalisierung in der Ernährungswirtschaft braucht es starke regionale Wirtschaftskreisläufe. Kurze Wege und deren große

Wirkung können zu einem nachhaltigeren Ernährungssystem beitragen und gleichzeitig einen Beitrag zur Daseinsvorsorge leisten.“

Wie immer bieten die Teilnehmenden aus Fröndenberg und der näheren Umgebung werden ihre Produkte und Waren auf dem Bauernmarkt an: Kartoffeln, Obst und Gemüse,

Fotos: F.K.W. Verlag



Fisch und Geflügel bis hin zu den Imkereien mit ihren Honigprodukten. Abgerundet wird der Markt mit Schönem und Nützlichem für den heimischen Garten und das eigene Zuhause.

In der Kulturschmiede veranstaltet der Heimatverein wieder seinen beliebten Bücherbasar und auch die Einzelhändler des Werberings Fröndenberg beteiligen sich mit Aktionen, einem Unterhaltungsprogramm für Große und Klein sowie einem

verkaufsoffenen Sonntag von 13 bis 18 Uhr.

Auch am Programm wird noch geplant, allerdings kann schon verraten werden: Fröndenbergs beliebter Entertainer Thomas Weber wird auftreten. Natürlich ist auch für das leibliche Wohl bestens gesorgt. Markieren Sie sich also schon einmal Sonntag, 2. Oktober, im Kalender und freuen Sie sich auf einen bunten Herbsttag für die ganze Familie in Fröndenberg!

HIER WEHT EIN NEUER WIND.

Besuchen Sie unseren Stand auf dem Bauernmarkt



STIHL

Die robusten STIHL Blasgeräte.

- einfaches Beseitigen von Laub und Schnittgut
- besonders leistungsstark
- mit vielen praktischen Details für mehr Arbeitskomfort

Wir beraten Sie gern.

AGRAVIS

TECHNIK

AGRAVIS Technik Lenne-Lippe GmbH
Ruhrstraße 19 • 58730 Fröndenberg
Tel.: 0 23 73 / 9 77 80
www.agravis-technik-lenne-lippe.de

Bei schönem Wetter ist unser Biergarten geöffnet!

Hotel - Restaurant



HAUS RUHRBRÜCKE

Jeden 1. Mittwoch im Monat
Kartoffelbuffet + mehr

donnerstags ab 18.00 Uhr
Schnitzelbuffet

sonntags-mittags ab 12.00 Uhr
Omas Küche lebt - Deutsches Buffet (auch an Feiertagen)

Ruhrstraße 20 | 58730 Fröndenberg | Tel. 0 23 73 / 7 21 69

täglich ab 17.30 Uhr
sonntags 11-15 Uhr
dienstags Ruhetag

Gesprächsabend

Die körperliche Seite der Depression



Foto: LWL/Herstell

Erkrankte, Angehörige und alle an psychiatrischen Themen Interessierte sind am Dienstag, 6. September, um 18 Uhr in die LWL-Klinik Dortmund eingeladen.

In der Auferstehungskirche auf dem Klinikgelände geht es um das Thema Psychosomatik, speziell um körperliche Beschwerden bei Depressionen.

Die Depression ist nicht nur ein seelisches Leiden, sie wird auch häufig von Schmerzen begleitet und durch sie verstärkt. Beim „Triolog Depression“ sprechen die Teilnehmenden darüber, wie es möglich sein kann, dass eine seelische Erkrankung körperliche Beschwerden hervorruft. Welche Mechanismen sorgen dafür, dass seelisches Leid sich auf den Körper überträgt?

Der Abend wird von Genesungsbegleiter Frank Wiebke und Pflegeentwicklerin Nathalie Iz gestaltet. Der Triolog findet wie immer von 18 bis 20 Uhr statt. Eine Anmeldung nicht erforderlich, der Eintritt ist frei.

Weitere Infos: matthias.pauge@lwl.org oder unter 0231/4503-2312.

Bang Boom Baltic

Spenden übergeben



Foto: privat

Thorsten Paasch und Jens Wegmann sind wohl behalten von ihrer Abenteuer Rallye, der Baltic Sea Circle, wieder zurück in Unna. Nun haben sie ihre gesammelten Spenden übergeben:

„7679 km, 9 Länder, 16 Tage, 0 Panen. Für uns bleiben einzigartige Erlebnisse und Erinnerungen und viele tolle Menschen, die wir ken-

nenlernen durften. Aber am wichtigsten ist, dass wir mit der Tour Aufmerksamkeit für die Organisation „Aktion für Kinder in Unna e.V.“ schaffen konnten. Am Ende durften wir 6.000 Euro an gesammelten Spenden übergeben. Unser allerherzlichster Dank an alle Unterstützer und Spender! Ihr seid großartig!“, lautet das Fazit der beiden.

Hilpert-Theater Open Air

Spielzeiteröffnung bei Lünens Stadtfest „Lünsche Mess“



© Der Tod

An vier Tagen feiert ganz Lünen in der Innenstadt die „Lünsche Mess“. 2022 findet am Freitag und Samstag, 9. und 10. September, unter dem Motto „Hilpert-Theater Open Air“ ein bunt gemischtes Programm aus Musik, Theater, Kabarett, Comedy und Kinderprogramm als Open-Air-Spielzeiteröffnung 2022/2023 des Heinz-Hilpert-Theaters auf einer großen Bühne auf dem Willy-Brandt-Platz statt.

Am Freitag steht die Marktplatz-Bühne unter dem Motto „Kabarett & Comedy“. Zum Auftakt ab 16.30 Uhr und in den Pausen spielt DJ Stevie Hard aus Lünen aktuelle Musik. Danach folgt mit „Make Germany Great Again“ der erste Auftritt des Tiktokers Promise Osa-



Peter Trabner © Gunar Meinhold

gie alias „itsuetime“ mit Stand Up Comedy aus Werne. Die Stimme des Ruhrgebiets Bruno „Günna“ Knust präsentiert mit einem „Best of“ Kabarett, Comedy und Entertainment. Die Kabarett-Comedy-Queen Anka Zink aus Köln zeigt einen Ausschnitt ihres aktuellen Programms „Gerade noch mal gut gegangen“. Len Mette unterhält seine Zuhörer:innen mit Selbstironie, Sarkasmus und durchdachten Texten zum Schmunzeln in seiner ganz eigenen Weise. Freunde von Satire und Kabarett erleben einen kurzweiligen wie launigen Stand-up-Kurzauftritt. Last but not least können sich die Mess-Besucher:innen auf „Death-Comedy“ bei „Der Tod“ freuen.

Am Mess-Samstag wird auf der Bühne am Willy-Brand-Platz Musik



© ReBeatles

und Theater gezeigt, in den Pausen sorgt DJ Stevie Hard wieder für gute Musik. Einen szenischen Auszug zum zeitgenössischen Schauspiel „Warten auf 'n Bus“ nach Oliver Bukowski zeigt das Westfälische Landestheater Castrop-Rauxel. Auf Handmade Irish Folk können sich die Gäste bei „Empty Barrels“ aus Selm und Lünen freuen. Als Highlight des Abends spielt die Tribute Band „The ReBeatles“ live in concert mit einer Beatles Show. Von „She Loves You“ bis „Let It Be“ präsentieren die ReBeatles in wechselnden Original-Outfits die größten Hits der Beatles, live und mit dem echten Beatles-Equipment!

Speziell für Kinder gibt es jeweils am Freitag und Samstag um 15 Uhr Programm am Marktplatz:



Warten auf 'n Bus © Volker Beushausen

Am Freitag ist die Märchenbühne Dortmund mit „Picknick-Piraten Ahoi“ für Kinder zwischen 3 und 9 Jahren am Willy-Brandt-Platz zu sehen. Am Samstag wird es lustig, schräg, absurd, magisch mit „Die Hempels“ und Musik vom unterm Sofa. Geeignet für Kinder ab 4 Jahren.

Echtes Theater-Feeling erleben die Besucher:innen bei der „interaktiven Theater Performance“ von und mit Peter Trabner am Freitag und Samstag auf der gesamten Veranstaltungsfläche! Mit Zollstöcken oder besser gesagt Gliedermaßstäben (Klugscheißer-Alarm!) im Gepäck zieht er über die Lünsche Mess und bereitet eine improvisierte „Performance to go“ zu. Alles Infos zum Programm: www.luenen.de/kulturbuero.



Foto: Axor/Hansgrohe SE/akz-o

Wohnambiente aus einem Guss

Lösungen für Bad und Küche

Offenes Wohnen liegt nach wie vor im Trend. Während früher Küche, Ess- und Wohnzimmer, Schlafrum und Bad meist streng durch Wände und Türen voneinander getrennt waren, öffnen moderne Raumplanungen die verschiedenen Funktionsbereiche. Harmonisch wirkt ein solch offenes Wohnraumkonzept, wenn die Räume in puncto Farben, Materialien und Gestaltung aufeinander abgestimmt sind.

Viele Küchenhersteller haben sich auf diesen Trend eingestellt und bieten neben klassischen Küchenmöbeln auch Möbel für Wohnzimmer, Bad, Garderobe und Hauswirtschaftsraum an. So lassen sich Dekor- und Materialkombination der Küche auf alle Räume übertragen und das Zuhause wirkt wie aus einem Guss. Wer gemeinsam mit dem Küchenspezialisten seine Traumküche für das neue Eigenheim plant, bekommt gleichzeitig maßgeschneiderte Lösungen für alle Wohnbereiche aufgezeigt.

Eleganz im Badezimmer

Sind Raumgestaltung, Einrichtung und Ausstattung bis ins Detail stimmig, passt auch die Wohlfühlatmosphäre. Für ein solches Gesamtbild sorgen mitunter aufeinander abgestimmte Armaturen, Brausen und

Bedienelemente in der Dusche und an der Wanne sowie harmonisierende Accessoires im Badezimmer. Die britischen Designer Edward Barber und Jay Osgerby beispielsweise gemeinsam mit einem Hersteller eine Armaturen- und Brausenkollektion für eine umfassende Badeeinrichtung in zeitlosem Design geschaffen. Bestehend aus eleganten Archetypen für das Waschbecken, die Wanne und Dusche, wird die Kollektion von einer ganzheitlichen Designsprache mit schlanken Silhouetten, planen Oberflächen, weichen Kanten und ausgewogenen Proportionen getragen.

Optische Verbindung

Zu den besonders vielseitigen Allerkönnern, die sich funktional für alle Wohnbereiche eignen, zählen keramische Fliesen. Denn die aktuellen Kollektionen sind so wohnlich und vielfältig, dass sich jeder Gestaltungs- und Einrichtungswunsch umsetzen lässt. Eine gemütliche Holzoptikfliese kann vom Wohnzimmer durchgängig bis auf die Terrasse verlegt werden. Die pflegeleichte und wetterfeste Oberfläche überzeugt drinnen wie draußen. Auch eine mit Fliesen gestaltete Wohnküche, die ins Wohnzimmer übergeht, vereint ansprechende Ästhetik mit hohem Nutzungs- und Reinigungskomfort. (dzi/djd)

Herbstzeit ist Pflanzzeit

Mit den richtigen Zwiebeln das Blütenmeer vorbereiten

Im Herbst ist es für Gartenbesitzer:innen an der Zeit, sich Gedanken über den Frühjahrslook ihrer Beete zu machen. Denn eine bunte Auswahl an Frühblühern möchte zwischen August und Dezember in die Erde, um ab Februar nach und nach zu blühenden Schönheiten zu erwachen. Doch worauf ist beim Pflanzen zu achten?



Wenn Frühblüher ab Februar und März aus der Erde wachsen, zeigen sie uns das Ende des Winters an. Doch nicht nur uns beglücken die ersten Boten der wärmeren Jahreszeiten, auch Insekten freuen sich über die Nahrungsquellen. Damit Frühblüher wie Hyazinthen, Narzissen und Krokusse freudig erblühen, ist es nötig, ihre Zwiebeln bereits im Herbst in die Erde zu setzen. Der optimale Pflanzzeitpunkt beispielsweise für Tulpen und Schneeglöckchen ist von September bis November, Osterglocken können auch im Oktober noch ins Beet. „Neben dem idealen Pflanzzeitpunkt können die meisten Frühblüher-Zwiebeln aber auch an allen frostfreien Tagen bis Dezember gepflanzt werden“, erklärt Expertin Andrea Sieberz-Otto. Kann man die Zwiebeln nicht direkt nach dem Kauf einpflanzen, sollte man sie kühl und trocken lagern. Ausnahmen wie Lilien und Bärlauch halten jedoch nur wenige Tage außerhalb der Erde. Sie können zur Überbrückung in Blumenkästen gesetzt werden. (dzi/djd)

Herbstfest!

Herbstlich willkommen am 17. September von 9 bis 15 Uhr

Wir zeigen Ihnen die schönsten Herbstpflanzen, sowie tolle Deko für Haus & Garten!

Frischen Kaffee und leckeren Kuchen von Sadlowskis Backstube!

VOLKER IDEIFÜß GARTENBAUBETRIEB

Altenmethler 8 • 59174 Kamen
Telefon 02307 32028
Mo.-Fr. 8.30 - 13 Uhr u. 14.30 - 18 Uhr
Sa. 8.30 - 14 Uhr geöffnet

Lünen

LÜNSCHE MESS Stadtfest & Kirmes 08. - 11. September

Theater- / Pfarrer-Bremer-Parkplatz / Marktplatz / Innenstadt

LIVEMUSIK ENTENRENNEN KINDERTRÖDELMARKT BIERGÄRTEN
THEATER COMEDY KABARETT FASSANSTICH LÜNEN HILFT



www.luenen.de/kulturbuero



Mein Lünen!

SANITÄR HEIZUNG LECKORTUNG

Der Fachbetrieb für Heizung, Sanitär, Gas & Wasser

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

Schabbehardt
Ihr Meisterbetrieb

www.schabbehardt.de

Stefan Krebber
Gartenbauliche Dienstleistungen aus Meisterhand

Gartenpflege, Baumfällungen und Baumschnitt per Seilklettertechnik, Baumstumpf-Wurzelfräsdienst

eigener Hubsteiger bis 30 m

S. Krebber • Hirschberg 7 • 58730 Fröndenberg
Telefon: 02373 9170224
www.gartenservice-rundum.de



Mhhh...endlich wieder Kürbis-Zeit! Ende August scharren kleine und große Kürbis-Fans mit den Hufen, denn Hof Ligges eröffnet wieder die Kürbis-Saison!

Essbar oder dekorativ? Orange, weiß, grün? Auf Hof Ligges wird das herbstliche Gemüse auch 2022 wieder effektiv in Szene gesetzt, ob als Leckerei, die zu Hause im Kochtopf, auf dem Grill oder im Ofen landet, oder als Hingucker für die eigenen vier Wände. Floristmeisterin Ute Ligges präsentiert auch in dieser Saison zauberhafte Kreationen, die Ihnen eine gehörige Portion Herbst-Stimmung ins Haus bringen. „Wir sind mit der Ernte von Kürbis und Kartoffeln zufrieden“, resümiert Ute Ligges die nicht ganz so einfache Saison. Die Ergebnisse können Sie in leuchtenden Farben in der großen Scheune bewundern.



Kommen und genießen

Zum Hofverkauf gesellen sich natürlich erneut spannende Events rund um das Trendgemüse. Freuen Sie sich z.B. auf Westicker Kürbisgerichte am Dienstag, 6.09., von 11.30 bis 14.30, wenn Ulli Neumann vom Alten Gasthaus Schulze-Beckinghausen zum Probieren einlädt. Um Kürbiskuchen, -praline oder Schokoladenkreation geht's am Mittwoch, 14.09., von 15 bis 18 Uhr

beim Besuch von Emily's Chocolaterie & Kucherei. Kürbis im Thermomix führen Sahra Tautz und Team am Samstag, 17. September, zwischen 11 und 16 Uhr vor und am Donnerstag, 22.09. zeigt Katja Vogt vom Refugio von 15 bis 18 Uhr, wie Kürbis in bunten Bowls richtig zur Geltung kommt. Auch am Sonntag, 25.09., dürfen Sie von 11.30 bis 16 Uhr probieren: Sigrid Buschmann und das Team der Land-

frauen 4Ma(h)l bringen Überraschungen von Kürbis und Kartoffeln mit. Jeweils Dienstag, 6. und 20.09., von 18.30 bis 21 Uhr gibt's zudem Vorträge über die gesunden Vorteile von Kürbis und Kartoffel. Im Oktober geht's mit köstlichen Events weiter, z.B. mit Kürbis-Highlights von Jörg Blankenstein und Team, Bäckermeister B. Brasse (Kathi's Café) zeigt Kürbis in Brot, Kuchen und Gebäck und das Team von Connies Diner kredenzt amerikanische Kürbisgerichte. Natürlich bietet Familie Ligges auch wieder täglich Kürbisschnitzkurse für Kinder und Erwachsene nach Voranmeldung an (in großen corona-konformen Räumen). Am 30. Oktober ist Tag des Schnitzens, ein Riesenspaß für Groß und Klein. Bitte vorab anmelden! Öffnungszeiten: bis 31. Oktober 2022 Mo bis Fr 9.30 bis 13 Uhr und 15 bis 18.30 Uhr, Sa 9.30 Uhr bis 16 Uhr und So 11 bis 16 Uhr. Weitere Infos: www.hof-ligges.de



HOF LIGGES
ALLES GUTE VOM HOF!

Kürbis-Kochevents
Gerichte von Köchen aus der Region
Informationsabende
Wissenswertes rund um den Kürbis

Kürbisschnitzkurse
Für Kinder und Erwachsene
Alle Termine unter:
www.hof-ligges.de

Afferder Straße 1 • Kamen • Tel. 02307-38896 • E-Mail: info@hof-ligges.de

Kürbis hat Saison

Rezepttipp: Kürbis-Birnen-Flammkuchen

Dieser Flammkuchen mit Birnen, Kürbis und roten Zwiebeln schmeckt herrlich herbstlich. Aber auch im Spätsommer ist er eine leckere Versuchung.

Zutaten

Ein Blech mit Backpapier
Für den Hefeteig: 375 g Weizenmehl, 1 Pck. Trockenbackhefe, 1 TL Zucker, 1 ½ TL Salz, 2 EL Speiseöl, z. B. Sonnenblumenöl, 250 ml lauwarmes Wasser

Für den Kürbis-Birnen-Belag: 150 g Hokkaido-Kürbis, 350 g Birnen, 100 g rote Zwiebeln, 150 g Dr. Oetker Crème fraîche Classic, 1 TL gerebelter Thymian, 1 TL gerebelter Rosmarin, Salz, frisch gemahlener Pfeffer, 100 g Chorizo-Salami

Wie backe ich den Flammkuchen mit Kürbis und Birnen?

Hefeteig zubereiten: Mehl mit Hefe in einer Rührschüssel sorgfältig vermischen. Die übrigen Zutaten hinzufügen und alles mit einem Mixer (Knethaken) kurz auf niedrigster Stufe verrühren, dann auf



Foto: © Dr. August Oetker Nahrungsmittel KG

höchster Stufe in etwa 5 Min. zu einem glatten Teig verarbeiten. Teig zugedeckt an einem warmen Ort so lange gehen lassen, bis er sich sichtbar vergrößert hat. Zwei Backpapierstücke auf Blechgröße zurechtschneiden und den Backofen auf etwa 250 °C Ober-/Unterhitze oder etwa 230 °C Heißluft vorheizen.

Kürbis-Birnen-Belag zubereiten: Kürbis waschen, Kerne entfernen und in dünne Scheiben hobeln. Die Birnen schälen, entkernen und in feine Spalten schneiden. Zwie-

beln abziehen, halbieren und in Ringe schneiden. Crème fraîche mit Thymian und Rosmarin verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken

Teig ausrollen und belegen: Teig auf leicht bemehlter Arbeitsfläche noch einmal kurz durchkneten und halbieren. Eine Hälfte auf einem Stück Backpapier zu einem Rechteck in Backblechgröße ausrollen. Etwa die Hälfte der Creme

auf einer Teigplatte verstreichen, mit der Hälfte der Salami, des Kürbis, der Birnen und der Zwiebeln belegen. Backpapier auf das Backblech ziehen und für etwa 9 Minuten im unteren Teil backen. Übrige Teigplatte wie beschrieben ausrollen, belegen und ebenfalls backen. Den Kürbis-Birnen-Flammkuchen heiß servieren. (dzi/Dr. Oetker)

Guten Appetit!

**Spezialitäten vom Biolandhof Raffenberg,
Bio Metzgerei, Biobackstube Behmenberg, Hofmosterei
und weiteren regionalen Erzeugern**

Stockumer Hofmarkt
Im Einklang mit der Natur

Öffnungszeiten in den Wintermonaten ab 01.09.2022
donnerstags 15-18 Uhr
freitags 9-18 Uhr
und samstags 9-13 Uhr

Stockumer Dorfstraße 24 | 59427 Unna | Telefon 02308-933395
www.stockumer-hofmarkt.de

Platz da

Mit Ausbau, Wintergarten und Co. lässt sich Wohnraum schaffen



Foto: dj/d/JOKA-SYSTEM

Wohnraum kann man nie genug haben. Schließlich ändern sich Anforderungen und Lebensumstände mit der Zeit. Wenn zum Beispiel aus dem provisorischen Homeoffice ein

dauerhafter, vollausgestatteter Arbeitsplatz werden soll oder wenn sich Nachwuchs ankündigt, stößt so manches Eigenheim an die räumlichen Grenzen.

Dabei gibt es einige Möglichkeiten, ein paar Quadratmeter neuen Wohnraum zu gewinnen – durch einen Umbau von Zimmern, dem Anbau eines Wintergartens oder auch durch den Ausbau ungenutzter Fläche.

Dachausbau

Der Klassiker ist der Dachausbau, denn hier schlummert oft eine bislang ungenutzte Reserve. Viel-

fach können Hausbesitzer:innen durch einen Ausbau des Obergeschosses an Platz und damit auch an Lebensqualität gewinnen. Zugleich ist dies häufig auch eine Investition in die Wertsteigerung der Immobilie.

Spätestens wenn die Baumaßnahme geplant wird, empfiehlt es sich, gleichzeitig an eine wirksame Wärmedämmung zu denken. Denn ein mangelnder >>>

Andreas Gajda

Verlegearbeiten von
Teppich- und PVC-Böden,
Laminat
Fliesenreparaturarbeiten

moderne Innenraumgestaltung mit Designböden

Tel: 0172 - 69 37 228
andreas.gajda@web.de

PROJECT
FLOORS Der perfekte Fullboden
für Platten, Holze und Plagemontierungen

>>> Wärmeschutz führt zu Energieverlusten und somit zu unnötig hohen Heizkosten, die gerade in der aktuellen Situation teuer wird. Und: „Die zeitliche Kopplung beider Bauvorhaben reduziert die Gesamtkosten. Eigentümer können bei selbst benutztem Wohnraum außerdem Zuschüsse für das energetische Sanieren oder wahlweise Steuervorteile nutzen“, erläutert Dämmungsexperte Wolfgang Holfelder. Informationen dazu geben Energieberater:innen sowie das Dachhandwerk vor Ort. Die Profis können darüber hinaus zu den verschiedenen baulichen Möglichkeiten beraten: Bei der Dachaufstockung beispielsweise wird der Dachstuhl ange-

Foto: djd/Paul Bauder



Schlüssige Systeme für hochwertige Böden und Sonder-Abdichtungen

GUSSASPHALT
Hoch- Industrie- Ingenieurbau

SCHROEDER GMBH

Auf'm Brinke 15
59872 Meschede
Fon 0291 / 9023-0
schroeder-gmbh.de

hoben, um Kniestock und Giebelwände zu verlängern und somit genügend Kopffreiheit zu ermöglichen. Eine weitere Möglichkeit ist es, Dachgauben mit großen Fensterflächen einbauen zu lassen. Das verleiht dem zusätzlich geschaffenen Wohnraum eine freundliche und helle Atmosphäre.

Neben dem Spareffekt und dem Nutzen für den Klimaschutz steigert eine Wärmedämmung im ausgebauten Dachgeschoss ebenfalls die Wohnqualität. Dank des Wärmeschutzes werden sowohl klamme Raumbedingungen

im Winter als auch ein Überhitzen an heißen Sommertagen verhindert – das gesunde Raumklima wiederum fördert das eigene Wohlbefinden.

Wohnen mit Ausblick

Glas ist ein echtes Multitalent in der Architektur: Es lässt Räume großzügiger und freundlicher erscheinen, holt viel Tageslicht ins Gebäude und löst die Grenzen zwischen Innen- und Außenbereiche optisch auf. Glasvorbauten wie Wintergärten und mehrgeschossige Foyers zum Beispiel las-

Seit **55** Jahren

KOSCHINSKI
Bedachungen GmbH + Co. KG

20% öffentliche Zuschüsse bei uns!

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

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

Malerbetrieb S.E.S

Jürgen Sippel
Mobil 0160 5548418

DAHLMANN
Stahl & Service

- # Stahl
- # Baustahl
- # Zaunsysteme

für Privat und Gewerbe

Holzener Str. 42 · 58708 Menden
Tel.: 0 23 73 - 96 45 45
www.dahlmann-gmbh.de

Alles Gute kommt von oben – Sonnenenergie durch Fördermittel

Mittlerweile seit zweieinhalb Jahren ist Dachdecker Sebastian Beyer in Holzwickede erfolgreich selbstständig.

Neben üblichen Reparaturarbeiten am Dach, einer ordentlichen Dämmung, Neudeckung oder Veränderung durch Gauben oder Dachbegrünung, geht es auch immer mehr um die Installation von Solar- und Photovoltaik-Kollektoren. Hier und auch in anderen Bereichen sollte man sich die aktuellen Fördermittel sichern. Denn im Rahmen der Bundesförderung für effiziente Gebäude (BEG) erhalten Hauseigentümer von der BAFA Zuschüsse von 15 Prozent. Geschieht die Umsetzung anhand eines individuellen Sanierungsfahrplans (ISFP), gibt es einen zusätzlichen Bonus von fünf Prozent. Bei der Antragsstellung ist Sebastian Beyer gerne behilflich, denn sein direkter Draht zu einem Energieberater und zu einem Netzwerk an regionalen Fachbetrieben vereinfacht die Sache enorm. Foto: Beyer, Text: F.K.W. Verlag

S. BEYER
BEDACHUNGEN

Alles unter einem Dach

- Steildach • Flachdach
- Walmdach • Balkonsanierung
- Bauklempnerei
- Dachfenster • Dachbegrünung
- Solar und Photovoltaik

Sebastian Beyer Bedachungen

Landweg 56 e | 59439 Holzwickede
Tel. (02301) 9 18 74 99 oder 0176-23 23 98 63
E-Mail: kontakt@bedachungen-beyer.de
www.bedachungen-beyer.de

- Anzeige - Ortszeit Unna - F.K.W. Verlag

sen Innenräume noch wohnlicher erscheinen.

Große Fensterflächen verbinden das Zuhause optisch mit der Natur. Dank moderner Mehrfachfenster mit hoher Dämmleistung erfüllt die Verglasung bei allen ästhetischen Vorteilen gleichzeitig die heutigen Anforderungen an die Energieeffizienz. Auch für die Innengestaltung ist der transparente und vielseitige Werkstoff gefragt. So können etwa Schiebetüren und Raumtrenner aus Glas den Innenbereich strukturieren und damit neue Nutzfläche herstellen, ohne eng begrenzte und dunkle Räume zu schaffen.

Eine funktionale und gleichzeitig optisch ansprechende Lösung ist eine Glasschiebetür als Abtrennung für den Wandschrank. Zudem lässt sich der Werkstoff individuell veredeln. Weitere Anregungen und Gestaltungsbeispiele finden sich bei Fachbetrieben vor Ort.

Puristischer Kubus als Hingucker

Der Garten als Zweitwohnzimmer unter freiem Himmel: Dies ist mittlerweile zu einem geflügelten Wort geworden. So mancher Hauseigentümer möchte diesen Anspruch aber auch höchst praktisch in die Tat umsetzen. Der Trend geht deshalb zum Zweithaus im Garten. Aus Glas und Aluminium lassen sich vielfältige Gestaltungsideen verwirklichen, sei es als allein stehende Konstruktion oder als transparenter Anbau am Wohnbereich.

Individuelle Möglichkeiten dazu bietet etwa ein deutscher Hersteller mit „Vitello Casa“. Der pur-

istische Kubus verbindet eine Statik für alle Wetterlagen rund ums Jahr mit einem vollverglasten Rundumblick. Neben einem frei stehenden Soloauftritt als attraktiver Glaskubus lässt sich das

Zweithaus auch Wintergarten direkt an der Hauswand montieren. Dabei passen die geradlinigen klassischen Formen zu nahezu jedem Architekturstil. Zudem kann die Pulverbeschichtung der rostfreien Aluminiumprofile in zahlreichen RAL- und Sonderfarben harmonisch auf die Fassadengestaltung abgestimmt werden. Das Gartenhaus überzeugt auch unter Aspekten der Nachhaltigkeit: Verbaut wird ausschließlich spezielles Aluminium mit kleinem ökologischen Fußabdruck, das mit erneuerbaren Energien in Norwegen gefertigt wird. (dzi/djd)

Seit 25 Jahren **Vaillant** - Exzellenz-Partner

Vaillant **5 PLUS** SORGLOS VERPFANDEN

Well wir das Klima nicht nur für uns schützen.

50% Förderung vom Staat!

Ihr Wärmepumpenprofi der Region.
Heizen 2.0

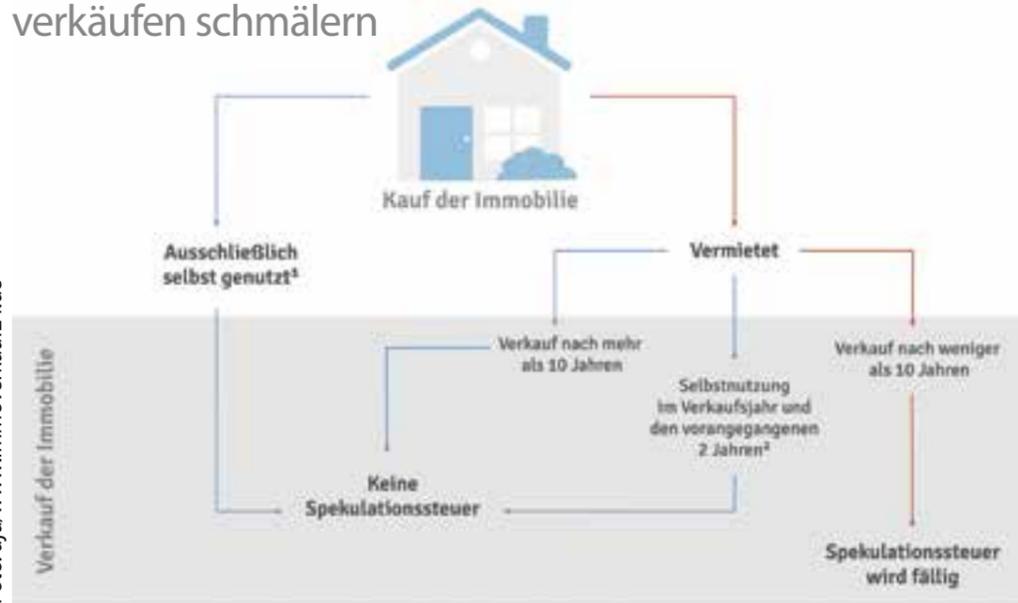
Liebing GmbH
Ihre neue Wärmepumpe vom Meisterbetrieb

Gerne erstellen wir Ihnen ein unverbindliches Angebot zu einer Wärmepumpe!

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

Vorsicht, Spekulationssteuer!

Vorzeitige Veräußerung kann Gewinne aus Immobilienverkäufen schmälern



Erstmals seit vielen Jahren erwarten Experten stagnierende Immobilienpreise im zweiten Halbjahr 2022, spätestens im Jahr 2023. Steigen die Zinsen weiterhin so stark wie im ersten Halb-

jahr, sind in einigen Regionen sogar sinkende Preise möglich. Wer deshalb den Verkauf einer Immobilie in Erwägung zieht, sollte die sogenannte Spekulationssteuer im Auge behalten.

Sie wird im Rahmen der Einkommensteuer für Einkünfte aus privaten Verkäufen erhoben. „Bei vermieteten Häusern oder Wohnungen fällt diese Abgabe an, wenn die Immobilie vor Ablauf

der Spekulationsfrist von zehn Jahren nach dem Kauf wieder abgestoßen wird“, erklärt Dr. Niels Jacobsen, Gründer und Geschäftsführer von immoverkauf24. Der Gesetzgeber will damit verhindern, dass Spekulationsgeschäfte mit Mietobjekten zu unzumutbaren Mietersteigerungen führen.

Nur Gewinne aus vermieteten Objekten müssen versteuert werden

Für selbst genutzte Immobilien fällt die Spekulationssteuer nicht an. „Es genügt, wenn sie im Jahr des Verkaufs und zwei Jahre zuvor selbst bewohnt wurde“, so Dr. Jacobsen. Bei Grundstücken ohne Bebauung greift die Steuer dagegen innerhalb der Zehn-Jahres-Frist immer, da unbebauter Grund und Boden ja nicht bewohnt werden kann. Ein paar Besonderheiten sind auch bei Erbschaften und Schenkungen zu beachten. Hier beginnt die Frist nicht mit dem Antritt des Erbes oder dem Datum der Eigentumsübertragung. Ausschlaggebend ist vielmehr das

Datum des Kaufvertrags für das Haus oder die Wohnung. Höhe der Spekulationssteuer online berechnen

Wer die Höhe einer möglichen Spekulationssteuer erfahren möchte, dem steht etwa unter www.immoverkauf24.de/spekulationssteuer-berechnen ein kostenloser Rechner zur Verfügung. Der Gewinn errechnet sich aus dem Verkaufspreis abzüglich des früheren Kaufpreises plus Anschaffungskosten sowie den Veräußerungskosten, zum Beispiel Schönheitsreparaturen im Zu-

sammenhang mit dem Verkauf. Der Nettogewinn, der sich aus dieser Rechnung ergibt, wird mit dem persönlichen Einkommensteuersatz multipliziert.

Übrigens: Die Spekulationsfrist beginnt und endet genau mit dem Datum der Beurkundung des Kaufvertrags. Das heißt, die Immobilie sollte tatsächlich keinen Tag früher als nach zehn Jahren verkauft werden, um die Spekulationssteuer zu vermeiden.

Hundertprozentig auf solche kostenlosen Angebote verlassen sollten Sie sich nicht. Diese kön-

MERTIN Immobilien seit 1975

Ihr erfahrener Partner mit Sachverstand in Holzwickede!
Kostenfreie Beratung!

Bitte nehmen Sie Kontakt mit uns auf:
Tel.: 02301/8440 Mobil: 0171/8014642
info@immobilien-mertin.de

nen aber eine Orientierung bieten. Möchten Sie Ihr Haus verkaufen und vorab klären, ob Sie beispielsweise die Spekulations-

steuer zahlen müssen, sollten Sie sich am besten an Immobilien- bzw. Steuerexpert:innen in Ihrer Region wenden. (dzi/djd)

Wandern, radeln, Kultur

Vielseitige Naturerlebnisse und Städtetrips in der Region

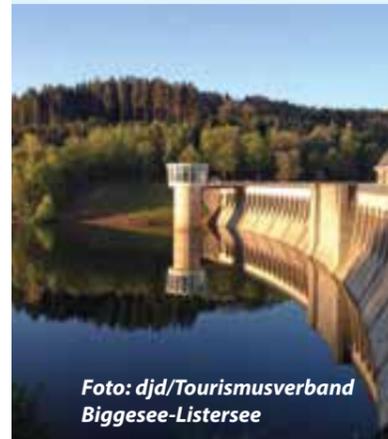


Foto: djd/Tourismusverband Biggeseelistersee

haargebirge bietet zum Beispiel das nordrhein-westfälische Natur-Erlebnisgebiet Biggeseelistersee. Die Ferienregion erstreckt sich entlang des Bigge- und des Listersees mit den Städten Attendorn, Drolshagen, Meinerzhagen, Olpe und der Gemeinde Wenden.

Höhenflug". Ab Meinerzhagen kann man 250 Kilometer auf den Bergrücken des Mittelgebirges erwandern. Dazu kommen viele weitere Wanderwege, wie der neue Rundweg „RuHe-Pfad“ in Attendorn-Helden, der zum Entdecken einlädt. (dzi/djd)

Wandererlebnisse

Von naturbelassenen Pfaden über aussichtsreiche Rundtouren bis hin zu steigungsarmen Wegen: Die durchgehend markierte Wandervielfalt lässt keine Wünsche offen. Der 46 Kilometer lange und in zwei Tagen zu erwandernde Bigge-Lister-Weg etwa erschließt auf einer großen Runde das Natur-Erlebnisgebiet. Entlang der Strecke liegen Aussichtspunkte und Rastplätze mit Blick auf die Seenlandschaft. Der Weg kann auch in kürzeren Etappen erwandert werden. Überregional bekannt ist der "Sauerland

Warum in die Ferne schweifen, wenn das Gute so nahe liegt? Die Menschen in Deutschland entdecken die Schönheit der eigenen Heimat. Auf kurzen Wegen sind die Ferienzele im Herbst schnell und komfortabel zu erreichen.

Spektakuläre Aussichten und viele Freizeitmöglichkeiten inmitten des Naturparks Sauerland-Rot-

Kombinieren Sie **Aktivität** mit **Erholung** und **Kultur** in der zauberhaften Barockstadt **Bad Arolsen am Twistesee** (ca. 45 km westlich von Kassel)

Wir beraten Sie gern!
Touristik-Service
Große Allee 24
34454 Bad Arolsen
☎ 05691/801-240
www.bad-arolsen.de

Pauschalangebote, z.B. **Fit & Fun-Weekend**
2 Ü./Fr., Tageskarte
Freizeitbad mit Sauna,
Fitnesstraining, Massage, Stadtspiel



IHRE AUSZEIT VOM ALLTAG

Bahnen schwimmen, entspannen oder Wassergymnastik (Di. - Fr., kostenfrei) – das 560 m² große Solebecken mit Massagedüsen, Sprudelliegen und Schwallduschen ist auf verschiedene Arten barrierefrei erlebbar. Ganzjährig unter freiem Himmel, in 33 °C warmen Wasser.

Textilsauna und -dampfbad sowie Kaminraum, Sole-lounge und die Solegastronomie „Strobels im Solebad“ garantieren eine hohe Aufenthaltsqualität. Genießen Sie die besondere Atmosphäre im Solebad Werne.

www.solebad-werne.de

6% SOLE – 100% ENTSPANNUNG



Solebad Werne | Am Hagen 2 | 59368 Werne | info@solebad-werne.de



Wir ziehen um – bleiben aber ganz nah!

Ab August erreichen Sie uns in neuen Räumlichkeiten: am **Südring 31 in Unna**. Wir freuen uns auf Sie!

Ob Bausparen, Finanzieren oder Immobilien - Ihre Immobilien- und Finanzierungsprofis sind weiterhin für Sie da.

LBS-Gebietsleiter Erik Schindel
Schäferstraße 2 · 59423 Unna
Telefon 02303 942190
info@lbs-unna.de

Finanzgruppe · www.lbswest.de

Wir geben Ihrer Zukunft ein Zuhause.



„In Gedenken – in Gedanken“

Tag des Friedhofs 2022

Alle zwei Jahre gibt es ein neues Motto zum Tag des Friedhofs. Für die Jahre 2022 und 2023 steht der bundesweit stattfindende Tag des Friedhofs unter dem Motto „In Gedenken – in Gedanken“.

Das Motto soll uns am „Tag des Friedhofs“, der am 18. und 19. September stattfindet, erinnern lassen, die Würde des Menschen als elementar zu begreifen, auch über den Tod hinaus.

Effizienz, Flexibilität und Mobilität – Wörter die unsere aktuelle Zeit und Gesellschaft beschreiben. Doch treffen sie wirklich unsere Bedürfnisse, Wünsche und Hoffnungen? Die heutige Gesellschaft ist an Schnellebigkeit kaum zu überbieten – bietet sie Trauernden auch



Foto: Deutsche Friedhofsgesellschaft/akz-o

den Raum und die Zeit für die Erinnerung an den Verstorbenen? Diese und ähnliche Fragen greift der Tag des Friedhofs auch in diesem Jahr auf.

Zahlreiche Städte und Gemeinden beteiligen sich Jahr für Jahr am dritten Septemberwochenende am „Tag des Friedhofs“. Zahlreiche Aktionen zeigen die Geschichte und Tradition einer gewachsenen Friedhofskultur vor Ort auf und bieten die Gelegenheit, sich dem Thema Friedhof mit unterschiedlichen thematischen Schwerpunkten zu nähern

Das Ziel des aktuellen Mottos ist, dass ältere Generationen und auch deren Kinder und Enkelkinder den Friedhof als schöne Begräbnis- und Erinnerungsstätte kennenlernen, wahrnehmen und besuchen.

Rituale beim Abschiednehmen

Heute haben viele Menschen nie lernen und auch nie erfahren können, was Sterben und Tod bedeuten und wie sie von einem geliebten Menschen Abschied nehmen und richtig trauern können. Die Deutsche Friedhofsgesellschaft gibt Anregungen für die Trauerbewältigung:

- Geben Sie sich Zeit, um die Trauer- oder Abschiedsfeier persönlich zu gestalten. Selbst wenn keine große Trauergemeinde zusammenkommen wird.

- In einem Tage- oder Trauerbuch können Sie Ihre persönlichen Gedanken und Gefühle festhalten und Klarheit bekommen. Auch können Sie Briefe an Freunde und Angehörige schreiben, um Erlebnisse noch einmal Revue passieren zu lassen. Es ist eine guttunende, langsame Kommunikation in der sonst so schnellen Zeit.

- Früher war es üblich, regelmäßig das Grab zu besuchen. Wenn das nicht möglich ist, hilft es vielleicht, zum Gedenken eine Kerze anzuzünden oder an einen vertrauten Ort zu gehen.

- Nehmen Sie Abschied von alten Gegenständen, wenn das für Sie möglich ist. Vielleicht wandern sie erst einmal in eine Kiste, später in den Keller – Abschied braucht nun einmal Zeit. (dzi/BdF/akz-o)



Bestattungen Geißler
Mit uns den Abschied gestalten

Kamener Straße 28
59425 Unna
MEHRERFAHREN 0 23 03 / 94 24 994
24 Stunden für Sie erreichbar
www.bestattungen-geissler.de

Rüdiger Geißler

WILMS-BASEL
BESTATTUNGEN

Würdige Bestattungen zum fairen Preis

Unser Basisangebot „Urne“: 999,- Euro

Das Angebot beinhaltet die Abholung vom Sterbeort*, hygienische Grundversorgung, Ankleiden und Einbetten, Kiefer-Vollholzsarg mit Kissen und Decke, Überführung zum Krematorium und Rückführung der Urne, sowie Beurkundung beim Standesamt.

* im Bereich Iserlohn, Herme, Menden, Balve, Fröndenberg, Unna; darüber hinaus zzgl. 1,90 €/Kilometer

Zusätzlich anfallende externe Kosten:
- Krematoriumskosten inkl. amtsärztlicher Untersuchung (295,- Euro)
- Friedhofsgebühren bzw. Kosten für Seebestattung

Wunschleistungen wie Schmuckurne, Trauerfeier, Blumenschmuck, Karten/Annoncen, Abmeldungen, etc. können gegen Aufpreis zugebucht werden.

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

KERAK
Naturstein
MEISTERBETRIEB



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

Grabmale und Skulpturen

Armonat
Bestattungen
Inh. Frank Armonat

24-Stunden-Sammelruf:
02307 - 280505

Bestattungshaus Göttker
Robert-Koch-Straße 71
59174 Kamen

Bestattungen Grundmann
Husener Straße 80
44319 Dortmund

Bestattungen Armonat
Friedrich-Ebert-Straße 106
59425 Unna

www.armonat.de

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



Sie suchen gute Werbung?

© rangizz - stock.adobe.com

Ihre Kreativagentur am Möhnesee

Wir als Full-Service-Kreativagentur entwerfen nicht nur Start-ups ein individuelles und professionelles Erscheinungsbild, sondern verleihen auch etablierten Unternehmen einen neuen Anstrich. Ob Logo, Geschäftspapiere, Prospekte, Anzeigengestaltung, frische Texte, Fotografie oder Websites: Bei uns sind Sie richtig!

Mit frischen Ideen, Einsatzfreude und jahrelanger Erfahrung setzen wir Ihre Wünsche um.



Delecker Weg 33 • 59519 Möhnesee
Fon 0 29 24 - 87 970-31 • Fax 0 29 24 - 87 970-29
info@4cminds.de • www.4cminds.de

Vertreten durch F.K.W. Verlag GmbH

Fit und gesund im Alter

Sport, Reha, Bewegung – Tipps für Ihr Wohlbefinden

Haben Sie schon immer Sport gemacht oder sind Sie eher ein Bewegungs-Muffel? Wer stets im Training geblieben ist, der wird im Alter vermutlich eher an Verschleißproblemen leiden als an Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes Typ II, Arthritis oder Osteoporose. Die gute Nachricht: Es ist nie zu spät, mit Sport anzufangen!



Foto: Anna Shvets/pexels.com

Die Ambitionen sind bei älteren Sportler:innen natürlich andere als bei Menschen um die 20. Die Gesunderhaltung von Körper und Geist steht im Vordergrund, nicht der Leistungsgedanke. Denn man möchte sich etwas Gutes tun und nicht überfordern. Doch was, wenn man eigentlich immer ein Couch-Potato war, aber nun doch von den positiven Effekten von Sport profitieren möchte? Gute Beratung ist hier das Stichwort! Am besten lassen Sie sich erst einmal beim Hausarzt durchchecken, wenn Sie noch nie groß Sport gemacht haben. Dieser kann Ihnen auch erste Empfehlungen geben, damit Sie nicht einfach lostrainieren. Denn vor allem wer Vorerkrankungen

hat, muss diese bei der Auswahl des geeigneten Sports berücksichtigen.

Sport und Kontakt

Wenn man erstmal für „sporttauglich“ erklärt wurde, hat man schon die Qual der Wahl, wie man sein Training gestaltet. Allein walken oder schwimmen gehen? In ein Studio? Zum Verein? Wer sich selbst schlecht motivieren kann, der ist bei einem Verein nicht schlecht aufgehoben. Viele Sportvereine bieten auch gezielt Kurse für Ältere

an, zum Beispiel Rückengymnastik, Sturzprävention oder Hockertraining. Oft gibt's in den Leichtathletikabteilungen auch Einsteiger-Kurse im Bereich Laufen und Walking, sodass man erst einmal Ausdauer aufbauen kann, bevor man sich einem Treff anschließt. Training in einer Gruppe bietet neben dem sportlichen Aspekt natürlich auch den Vorteil, soziale Kontakte zu pflegen.

Gezielt trainieren, Kraft aufbauen: In einem Fitnessstudio können Sie sich auf intensive Betreuung verlassen. Hier bekommen Sie einen Trainingsplan nach Maß, um so besonders effektiv zu trainieren. Viele Anbieter haben darüber hinaus noch Wellness-Angebote wie Sauna und auch Kurse im Programm, sodass Sie eine große Vielfalt vorfinden. Und als älterer Mensch ist man heutzutage im Fitnessstudio wirklich kein Exot mehr!

Muskeln aufbauen

Gerade Krafttraining wird häufig mit seinen Effekten für die Ge-

sundheit unterschätzt. Dabei reden wir hier nicht vom „Pumpen“ à la Schwarzenegger, sondern von moderaten Übungen, die die Muskulatur erhalten. Denn Muskeln stützen nicht nur den Körper, sie verringern auch den Körperfettanteil und wirken damit Diabetes und Herz-Kreislauf-Erkrankungen entgegen. Krafttraining kann mit Hanteln, aber auch an Geräten oder sogar sanft mit dem Thera-Band ausgeübt werden. Wichtig: Krafttraining nie ohne Anleitung machen, sonst drohen Fehlbelastungen, die Ihnen schaden können.

Wenn's um die Ausdauer geht, sollte man auf gelenkschonende Sportarten zurückgreifen und statt zu joggen lieber walken. Wenn Sie dies dann noch mit Stöcken ausführen, also Nordic Walking betreiben, haben Sie ein fantastisches Ganzkörpertraining. Beachten Sie aber, dass Ihnen ein/e Trainer:in die richtige Technik zeigt. Auch Radfahren und Schwimmen sind geeignete Sportarten, um die Ausdauer zu steigern.

Daheim trainieren

Auch zu Hause kann man etwas für seine Gesundheit tun. So läuft in den dritten Programmen bereits seit vielen Jahren die Serie „Tele Gym“ mit jeweils 15-minütigen Sportvideos. Hier ist immer Abwechslung dabei, von Nordic Walking über Pilates oder Entspannungsübungen wie Qi Gong. Für blutige Anfänger:innen eignen sich diese Angebote nur bedingt, sind aber für Wiedereinsteiger:innen ein niederschwelliges Angebot. Auch online gibt's zum Teil kostenlose Angebote mit Seniorensport. Die persönliche Beratung in einem Verein oder Studio kann dies aber nicht ersetzen, sondern nur ergänzen! (hs)



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 seniorengerechtes 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.



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

**Ambulantes
Pflegeteam Unna**

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



Gemeinsam wohnen in Unna

Service- Wohnen

- Haus am Kurpark

Wohngemeinschaften

- Villa Massen
- Kleiner Kurpark

Sie suchen einen mobilen Pflegedienst?

GBS Pflegedienst Unna
Friedrich- Ebert- Str. 57
59425 Unna
Tel: 02303 965 276



www.gbs-sozial.de

Vermietung

Melanie Köhnemann
Telefon: 02303 28 33 22
mk@architekt-koehnemann.de

Tag Tagespflege Lessing

Tagespflege Lessing hat wieder Plätze frei!



Sie sind pflegender Angehöriger und müssen tagsüber etwas erledigen oder brauchen einfach mal eine kleine Auszeit? Dann sind Sie bei uns richtig. Unser Angebot der Tagespflege entlastet Sie als Angehörigen stundenweise für ein oder mehrere Tage in der Woche. Sei es, dass Sie einer beruflichen Tätigkeit nachgehen, selbst krank sind oder einfach ab und an ein paar Stunden Zeit für sich selbst haben möchten.

Denn wir wissen nur zu genau, dass Sie als pflegender Angehöriger häufig vor einer schweren Aufgabe stehen. Zum einen wollen Sie für die Betreuung und Pflege Ihres pflegebedürftigen Familienmitglieds genügend Zeit einbringen, zum anderen müssen Sie den Aufgaben in der eigenen Familie und möglicherweise im Beruf nachkommen. Schnell werden dann die persönlichen Belastungsgrenzen erreicht.

Doch das muss nicht sein! Mit unserem Angebot der Tagespflege in Bergkamen bieten wir Ihnen eine Möglichkeit, dass Ihre hilfsbedürftigen, älter gewordenen Angehörigen möglichst lange in der eigenen Wohnung wohnen, bleiben können und tagsüber in einer angenehmen Atmosphäre gut versorgt werden und Gesellschaft finden. Dadurch wird die häusliche Pflegesituation entlastet und eine Unterbringung in einem Pflegeheim vermieden.

Sprechen Sie uns an! Gerne beraten wir Sie in einem persönlichen Gespräch individuell zu Ihren Wünschen und Bedürfnissen. Bei der Beratung nehmen wir uns Zeit für Sie, um gemeinsam zu klären, welche Hilfen notwendig sind und wie diese finanziert werden können.

Haben Sie schon von unserer Tagespflege gehört?

Vereinbaren Sie gerne schon heute einen kostenlosen Probetag!
Sie erreichen uns unter: 0 23 07 / 98 353 20

WIR FREUEN UNS AUF SIE!

info@pflegelessing.de
www.tagespflege-lessing.de

Tagespflege Lessing
Lessingstr. 108 · 59192 Bergkamen



Tag des Handwerks Fachbetriebe und Fachkräfte im Fokus

Am Samstag, 17. September 2022, findet zum zwölften Mal der Tag des Handwerks statt. An diesem bundesweit stattfindenden Aktionstag sind alle Augen auf das Handwerk gerichtet. Grund genug, einmal auf das Image und die Vielfalt der dazu zählenden Berufe zu schauen.

Der Fachkräftemangel in Deutschland ist alarmierend. Nicht nur Materialprobleme durch Lieferengpässe, Corona und die Ukraine-Situation machen Betrieben zu schaffen, oftmals können gar nicht alle Anfragen bearbeitet werden, weil schlichtweg nicht genügend Mitarbeitende vorhanden sind. In

den letzten Jahrzehnten hat das Handwerk einen Imageschaden erlitten, eine akademische Ausbildung galt für viele Eltern und Jugendliche als Königsweg für ein erfolgreiches Berufsleben.

Ausbildung vs. Studium
Dies war jedoch eine absolute Fehlentwicklung, die sich nun überall dort zeigt, wo „Anpacker“ gefragt sind. Im Handwerk mit seinen 130 Berufen fehlten bereits heute über 250.000 Fachkräfte, Tendenz steigend, so Hans Peter Wollseifer, Präsident des Zentralverbands des Deutschen Handwerks (ZDH).

Hinzu kämen rund 125.000 Handwerksbetriebe, die in den nächsten fünf Jahren Nachfolger:innen suchen. Der ZDH setzt sich dafür ein, dass berufliche und akademische Bildung gleichwertig behandelt werden und eine Berufs- und Studienberatung an weiterführenden Schulen über beide Möglichkeiten ergebnisoffen informiert. Die Perspektiven sind glänzend!



Foto: www.konditoren.de

ner Hochschule. Die Aufstiegsmöglichkeiten sind so vielfältig wie die Berufe selbst. Wer unsicher ist, welcher Beruf am besten zu einem passt, der findet erste Orientierung zum Beispiel auf www.handwerk.de, wo man anhand seiner >>>



- Bedachungen aller Art
- Bauklempnerei
- Fassadenbau
- Reparaturen

Nießstraße 12 · 44309 Dortmund
Lagerplatz · Massener Straße 4 · 59174 Kamen
Tel. (02307) 3 23 79 · Mobil 0178-9 80 49 54
www.m-vogler-bedachung.de

LKW-Wäscher m/w/d
auf 450,- €-Basis gesucht.
Arbeitszeiten samstags ab 14 Uhr bis sonntags 20.00 Uhr.
Führerscheinklasse CE muss vorhanden sein.
Reiling Holz Recycling GmbH & Co. KG
59199 Bönen, Tel.: 0 23 83-9360 32

Kleinbusfahrer (m/w/d) ab sofort
Führerscheinklasse B, D1 oder D
oder **Begleitperson** (m/w/d)
ca. 15-25 Std. Woche, Minijob oder Gleitzone
Mo.-Fr. 6.30-8.00 und 14.30-16.00 Uhr
Bus steht beim Fahrer, Kosten für erforderliche Qualifikationen werden von uns übernommen. Fahrgastbeförderung von ihrem Wohnort zu den Heilweg-Werkstätten.
Bewerbung bitte schriftlich:
Logo Bus GmbH
Hidemiastraße 4, 45879 Gelsenkirchen
Mail: bewerbung@logobus.de
www.logobus.de

Ist mein Kind schief? Diagnosen häufen sich nach den Sommer-Monaten



Schroth-Methode. Häufig sind die Jungs und Mädchen über viele Jahre in unserer Praxis und durchlaufen ein individuelles Programm. Wichtig: Mit der Therapie sollte so schnell wie möglich begonnen und bestimmte Übungen sollten regelmäßig zu Hause durchgeführt werden.

- Hat Ihr Kind Skoliose? Achten Sie auf folgende Merkmale:**
- Steht eine Schulter höher als die andere?
 - Ragt ein Schulterblatt stärker hervor?
 - Sind die Schlüsselbeine, Rippen oder Brüste ungleich?
 - Sind die Beine ungleich lang?
 - Gibt es Probleme mit dem Kiefer oder den Zähnen?
 - Steht eine Hüfte weiter heraus als die andere? (Dies kann man erkennen, wenn bei empfindlichen Stoffen das Pilling an einer Seite verstärkt ist.)

Sie tritt meistens in der Pubertät auf und bleibt aus einem ganz bestimmten Grund oftmals lange Zeit unentdeckt. Die Rede ist von der Skoliose, einer Verkrümmung der Wirbelsäule um mehr als 10° nach Cobb. Diesen Wert müssen Sie sich nicht merken, ist für uns als Praxis aber maßgebend.

Wir sind das Skoliose-Therapie-Zentrum in Unna und haben uns auf diese spezielle Erkrankung spezialisiert. Gerade im Sommer fällt diese Krankheit so häufig auf, weil viele Eltern ihre Kinder in Badekleidung sehen. Eine Fehlstellung wird für Laien häufig erst sichtbar, wenn der Oberkörper frei ist. Dennoch ist nicht jede Fehlstellung eine Skoliose. Daher gibt es diesen genannten Richtwert, der von einem Orthopäden bestimmt wird. Bestätigt dieser die Skoliose, kommen die Patientinnen und Patienten in unsere Praxis. Wir sind erfahrene Therapeuten und therapieren nach der bekannten



ben Sie bitte ruhig und machen einen Termin bei einem Orthopäden Ihres Vertrauens. Gerne dürfen Sie sich bei uns in der Praxis auch weitere Informationen holen.

Tag der offenen Tür 22.10.2022
Wir veranstalten in unserer neuen Praxis einen Tag der offenen Tür für die ganze Familie. Interessante Vorträge, leckeres

Sollten Sie einen oder mehrere der oben genannten Punkte feststellen, dann bleiben Sie bitte ruhig und machen einen Termin bei einem Orthopäden Ihres Vertrauens. Gerne dürfen Sie sich bei uns in der Praxis auch weitere Informationen holen.



Essen und Spiel und Spaß für die Kleinen sind natürlich dabei. Vor allem dürfen Sie sich aber unsere neuen, modernen Räume anschauen und einen Blick hinter die Kulissen werfen.



Sie finden unsere neue Praxis ab dem 04.10.2022 unter folgender Adresse:

Skoliose Therapie Zentrum Unna
Inh. Bärbel Lemberger-Kalle
Burgring 4
59423 Unna

info@skoliose-therapie-zentrum.de
www.skoliose-therapie-zentrum.de

Weitere Informationen zum Thema Skoliose, zu unserer Praxis und zu unserem Tag der offenen Tür, erhalten Sie auf unserer Website und auf unserem Instagram-Kanal.

- Anzeige, © F.K.W. Verlag -

Schon mal über Psychiatrie nachgedacht?

#wirtungut
Übernimm Verantwortung als Pflegefachkraft beim LWL-PsychiatrieVerbund.

lwl-tut-gut.de

Dean A.
Pflegerische Stationsleitung beim LWL-PsychiatrieVerbund

Lerne uns jetzt in Dortmund kennen!




>>> Interessen eine erste Vorauswahl treffen kann. Nichts jedoch ersetzt den persönlichen Kontakt und so ist ein Praktikum zum „Reinschnuppern“ grundsätzlich nicht verkehrt. Dies kann man auch außerhalb eventueller Schulpraktika machen, um zu se-

hen, ob der mögliche Traumbe- ruf tatsächlich der richtige ist. Zu- dem gibt es in Herbst und Winter immer wieder Azubi- und Berufs- orientierungsmessen, auf denen man Betriebe direkt und unkompli- ziert kennenlernen kann.. (hs/www. handwerk.de)

Wir suchen zum nächstmöglichen Termin
einen **Auszubildenden m/w/d**
Zusätzlich stellen wir ein und lernen an **Geräteführer m/w/d**
und **Tiefbauer m/w/d** im Brunnenbau

STUCKMANN Erdwärme Tiefbohrungen
Wasserversorgung Brunnenbau
Beregnungsbrunnen

Wir sind zertifiziert nach W120 1 und 2
BAU

Stuckmann GmbH
Tel.: 02922 / 5322
stuckmann-brunnenbau.de

Rufen Sie uns an, wir beraten Sie gern!

Wir suchen Dich



Wir brauchen dringend Unterstützung
im Physio Team.

Wenn du flexibel in einem tollen Team dich entfalten möchtest, dann nutze jetzt die Chance auf Veränderung.

Wir bieten:

- Bezahlte Fortbildungen
- flexible Arbeitszeiten
- abwechslungsreiche Patienten/innen
- ein üppiger Gerätebereich

und vieles mehr stehen dir zur Entfaltung zur Verfügung.

Traue dich und komm in unser Team.

Bewerbungen unter info@levelup.ruhr, z.Hd. Frau Kahlisch.

Wir freuen uns auf dich.

Im alten Bahnhofgebäude von Fröndenberg

Wir suchen...
zum nächstmöglichen Zeitpunkt eine/n
Physiotherapeuten/in (m/w/d)
für ganztägig, halbtags oder
auf 450 € Basis

LEVEL UP

Level Up GbR
Bahnhofstraße 15
58730 Fröndenberg
Tel. 023 73-3 95 3000
Fax 023 73-3 95 3002

Medizinisches Zentrum
für Physio und Fitness
www.levelup.ruhr | info@levelup.ruhr

Ein großes Familienfest Hüstener Kirmes 2022



Vom 9. bis 13. September steht Hüsten ganz im Glanz der über 1000-jährigen Hüstener Kirmes. Trotz weiter steigender Preise versuchen die Kirmesmacher ein attraktives Volksfest zu organisieren.

„Ein Volksfest wie das unsere, muss bezahlbar bleiben“, sagt der Vorsitzende der Kirmesgesellschaft Ingo Beckschäfer. „Es soll ein Fest für die ganze Familie werden.“ Wenn der Kirmesrubel in Arnsberg-Hüsten startet, gibt es auf dem Festplatz einen bunten Mix aus traditionellen Karussells und neuen High-Tech-Fahrgeschäften. Karussellfreunde können sich auf Heros, Jetlag, Jekyll & Hyde, Steamer, Shake & Roll,

Alpha 1 und andere große Fahrgeschäfte freuen.

Traditioneller und etwas ruhiger ist es im Wellenflieger und im Riesenrad. Für die jungen Volksfest-Besucher stehen verschiedene Karussells wie Kinder-Wellenflieger, Disney Flieger, und Truck Stop auf dem Platz. Abgerundet wird das Kirmeserlebnis mit vielen Klassikern, Spielgeschäften, kulinarischen Genüssen und Live-Musik.

Jeden Tag Kirmes-Trubel auf dem Festplatz und nach der Eröffnung am Freitag, legt ein DJ im Festzelt auf. Am Samstag, 9. September, kann ebenfalls im Festzelt gefeiert werden. Der Sonntag beginnt gemütlich mit einem musikalischen Frühstücken und am Kirmesmontag lädt die Kirmesgesellschaft wieder zur Tierschau mit Krammarkt. Die Hüstener Kirmes klingt am Dienstag mit dem traditionellen Familientag und Feuerwerk aus. Änderungen vorbehalten. Aktuelles unter www.kirmes-info.de.

HÜSTENER KIRMES

DAS GRÖSSTE VOLKSFEST DES SAUERLANDES

Steamer Mike's Pit Stop Time Machine
Pirates Adventure Heroes Wellenflieger
Jetlag Shake & Roll Jekyll & Hide
Alpha 1 Riesenrad Autoskooter u.v.m.



9.-13.9.
Die Nr. 1 im Sauerland

Da **MUSS** ich hin!

nur ca. 30 min. von Unna / Kamen

FR Eröffnung
SA Party im Festzelt
SO Frühschoppen
MO Tierschau
DI Familientag + Feuerwerk



www.kirmes-info.de



- Anzeige -

Gut und günstig KIDS-MARKT



Foto: p.e.w.

Der Spezialmarkt mit Artikeln fürs Baby und Kind!

Am Sonntag, 4. September, in der Kamener Stadthalle, am Sonntag, 25. September, in der Stadthalle Unna, am Sonntag, 23. Oktober, im Grohe Forum Hemer und am Sonntag, 30. Ok-

tober, in der Stadthalle Werl. Geshoppt werden kann jeweils von 11 bis 16 Uhr. Angeboten werden Bekleidung, Spielzeug u.v.m. für Babys und Kinder, gebraucht und neu, gut und günstig. Weitere Infos:

www.kids-markt.de.

ESCAPE-ROOM
DAS SCHWARZE KREUZ

Der mittelalterliche Spionagethriller vor deiner Haustür

25. - 26. Juni **Bergkamen**
Römerpark Bergkamen
Buchung: 02306 30602111 oder info@stadtmuseum-bergkamen.de

17. - 18. September **Lünen**
Museum der Stadt Lünen
Buchung: 02306 497441 oder museum@kamen.de

2. - 4. September **Werne**
Karl-Pollander-Stadtmuseum
Buchung: 02389 780773 oder museum@werne.de

28. - 30. Oktober **Kamen**
Haus der Stadtgeschichte (Indoor)
Buchung: 02307 553412 oder museum@stallkamen.de

Jeweils 10 Uhr, 11:30 Uhr, 13 Uhr, 14:30 Uhr, 16 Uhr, 17:30 und 19:00 Uhr

Der Kreis Unna veranstaltet regelmäßig Konzerte im **MUSEUM HAUS OPPERDICKE**



Dorfstraße 29 | 59439 Holzwickede

Die nächsten Termine für 2022:

WeltMusik MusikWelt 2022

- Donnerstag | 22.09.2022 | 20.00 Uhr
Dresdner Salondamen
In der Scheune des Hauses Opperdicke
„Liebling mein Herz lasst dich grüßen“
Evergreens und Filmmelodien der 20er bis 50er Jahr

KAMMERMUSIK

- Donnerstag | 20.10.2022 | 20.00 Uhr
Ensemble der Neuen Philharmonie Westfalen
Im Spiegelsaal des Hauses Opperdicke
Violoncello | Klavier

Konzertbeginn jeweils 20 Uhr | Einlass 19 Uhr | Eintritt 15 € (Frida Gold 30 €) zuzüglich 1€ Ticketgebühr, zuzüglich 7% Vorverkaufsgebühr | RUHR.TOPCARD 50% Ermäßigung auf den Eintrittspreis.

Tickets können online über unseren Webshop <https://ticketservice.kreis-unna.de/> reserviert werden.

Sollten Sie Hilfe benötigen, können Sie uns gerne unter Fon 02303 271741 (Chantal Gosens) sowie Fon 02303 272541 (Heinz Kytzia) kontaktieren.

Weitere Infos unter www.kreis-unna.de/haus-opperdicke

21. September – Quiz – 19.30 Uhr 42! - Das Team-Quiz

An diesem Abend sind die schlaun Köpfe in Unna gefragt, denn dann gibt es die erste Ausgabe vom Team Quiz im Schalander!



Foto: ©Jeventphotopool/2

Wie hoch ist der Mount Everest? Wie heißen die „drei ???“ mit Nachnamen? Wie oft war Schalke 04 Deutscher Meister? Wer so was weiß (und noch mehr), ist beim Team Quiz genau richtig! Bei den Fragen von Quizmaster Mario Siegesmund können sich Teams von 2-6 Personen in verschiedenen Kategorien messen und maximal 42 Punkte erzielen. Gefragt ist breites Allgemeinwissen, aktuelle Facts und gute Schätzfähigkeiten. Ein Highlight dabei: die Musikrunde! 6 Spielrunden, 6 Themengebiete und jede Menge Spaß sind hier zwei Stunden lang garantiert. Natürlich alles ohne Handy, sondern durch eigenen Gehirnschmalz. Als Gewinn winken neben ewigen Ruhm auch Gutscheine für die ersten drei Plätze. Eintritt 5 Euro pro Person. Anmeldungen: Tel. 02303 / 251120, mail@lindenbrauerei.de

Schalander (Lindenbrauerei), Unna



Pressefoto: <http://www.mercy-street.de>

30. September – Konzert – 20.00 Uhr Mercy Street

Mercy Street – A Tribute to Peter Gabriel bringt die Musik eines der innovativsten Künstler der Popgeschichte auf die Bühne.

hochklassige Show entwickelt. Die Band bietet dem Publikum weit mehr als eine reine Covershow. Ihre musikalische Dokumentation eröffnet eine einzigartige Perspektive auf das Leben und das musikalische Werk von Peter Gabriel. Eintritt: 19 Euro (zzgl. Gebühren) im VVK.

Kühlschiff (Lindenbrauerei), Unna

Die Kölner Band spielt die Musik von Peter Gabriel in einer Qualität, die dem Original so nahe kommt wie niemand zuvor. Verbunden mit einem aufwendigen Videokonzept haben Mercy Street – A Tribute to Peter Gabriel eine

Im Hier und Jetzt

Mein Weg in die Achtsamkeit

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

Wann: freitags, ab 21.10.22, 18.30 - 21.00 Uhr (8 Termine + 1 Tag der Achtsamkeit)

Wo: „Baumhaus“ in Unna, Kessebürener Weg 3

Weitere Infos und Kurse unter:

www.wegderachtsamkeit.de
Tel. 02301/944148 | info@wegderachtsamkeit.de

HSC Outdoor-Kurs

„Laufen lernen“ mit Tommy

Wer sein Gewicht und Blutwerte unter Kontrolle halten und den Kopf frei bekommen möchte, der sollte regelmäßig Laufen gehen.

kurzen Intervallen von Anfang an. Spaß und Erfolgserlebnisse sollen das Ziel sein. Der Outdoor-Kurs „Laufen lernen“ findet ab sofort immer montags von 18.30 bis 19.30 Uhr im Monathydraulik-Stadion an der Jahstr. 7 in Holzwickede statt. Er wird vom erfahrenen Lauf- und Triathlon-Trainer Tommy Kasten geleitet. Infos gibt es bei Susanne Werbinsky unter Tel. 02301/9450377 oder unter hsc-werbinsky@gmx.de.

Anfänger können sich oft nicht vorstellen, über mehrere Kilometer am Stück zu laufen. Laufen verbessert die Ausdauer, steigert die Fitness, beschleunigt den Stoffwechsel und fördert die Fettverbrennung. Durch das Laufen wird der gesamte Körper beansprucht und verschiedene Muskulaturen, Sehnen, Knochen, Bänder werden mehr oder weniger belastet. Schon fünf bis zehn Minuten täglich genügen, um seiner Gesundheit etwas Gutes zu tun. Der Kurs wird vom Holzwickeder Sport Club e.V. angeboten und ist für Anfänger und Einsteiger geeignet, er ist der perfekte Start ins Lauftraining. Überforderung gibt es nicht, auch keinen Laufzwang. Jeder trainiert langsam und mit

Foto: HSC

Outdoor-Sportkurse

Qi Gong - Yoga - Fitness
- Laufen lernen

HSC-Gesundheitsport

Infos unter: 02301 / 9450377

www.hsc-holzwickede.de/gesundheitsport

- | | |
|---|---|
| <p>Fr., 16.09.2022 Achtung Baby Tribute to U2</p> <p>ab 20 Uhr im Kühlschiff VVK: 19 € (zzgl. Geb.)</p> | <p>Fr., 14.10.2022 Dan Sperry „Der Rockstar der Magie“</p> <p>ab 20 Uhr im Kühlschiff VVK: 25 € (zzgl. Geb.)</p> |
| <p>Sa., 17.09.2022 Schlagernacht Vol. 10 Das große Jubiläum!</p> <p>ab 21 Uhr im Kühlschiff VVK: 8 € (zzgl. Geb.)</p> | <p>Sa., 15.10.2022 Music Monks Tribute to SEED & Peter Fox</p> <p>ab 20 Uhr im Kühlschiff VVK: 19 € (zzgl. Geb.)</p> |
| <p>Fr., 23.09.2022 Kings of Floyd Tribute to Pink Floyd</p> <p>ab 20 Uhr im Kühlschiff VVK: 33,50 € (zzgl. Geb.)</p> | <p>Fr., 28.10.2022 Ulla Meinecke</p> <p>ab 20 Uhr im Kühlschiff VVK: 25 € (zzgl. Geb.)</p> |
| <p>Di., 27.09.2022 Ingo Appelt „Der Staats-Trainer“</p> <p>ab 19.30 Uhr im Kühlschiff VVK: 20 € (zzgl. Geb.)</p> | <p>Fr., 04.11.2022 Fritz Eckenga „Am Ende der Ahnenstange“</p> <p>ab 20 Uhr im Kühlschiff VVK: 20 € (zzgl. Geb.)</p> |
| <p>Sa., 01.10.2022 Ü30 Party 2 Floors 2 DJs</p> <p>ab 21 Uhr im Kühlschiff VVK: 8 € (zzgl. Geb.)</p> | <p>Sa., 05.11.2022 Grobschnitt Acoustic Party</p> <p>ab 20 Uhr im Kühlschiff VVK: 37,50 € (zzgl. Geb.)</p> |
| <p>So., 02.10.2022 Eric Steckel & Band Grandview Drive Tour 2022</p> <p>ab 19 Uhr im Kühlschiff VVK: 20 € (zzgl. Geb.)</p> | <p>Sa., 26.11.2022 MIND2MODE Depeche Mode / U2 / Simple Minds</p> <p>ab 20 Uhr im Kühlschiff VVK: 19 € (zzgl. Geb.)</p> |

Weitere Veranstaltungen, Tickets & Infos auf www.lindenbrauerei.de

KLEINANZEIGEN

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

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



WEITERBILDUNG UND QUALIFIZIERUNG

Gute Qualifizierung ermöglicht gute Beschäftigung!
Haben wir Ihr Interesse geweckt? Wir unterstützen Sie gerne.

Melden Sie sich unter 02303 2538-2222.

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

