

LebensArt

DAS STADTMAGAZIN FÜR GLADBECK

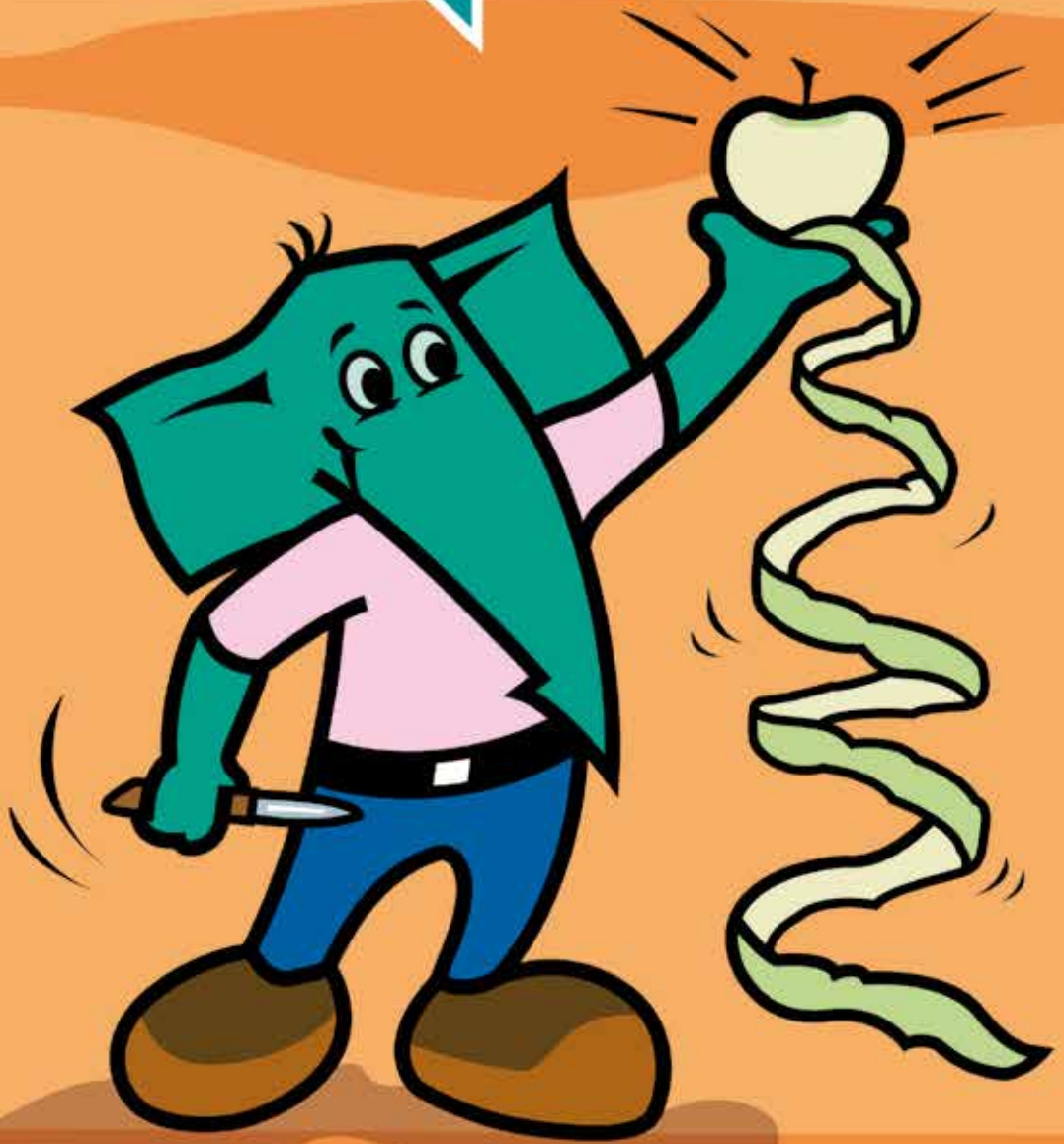


**Ganz Gladbeck feiert
das Appeltatenfest**

**Internetcafé lädt
Senioren ein**

**Kinderhospizdienst
sucht Ehrenamtliche**

An die Äppel. Fertig. Los!



Neue Majestäten!



Sie haben geschält, sie haben Zielwasser bewiesen und Geschick im Minigolfparcours, doch wieder einmal kann nur eine die begehrte Krone und den Titel der Appeltatenmajestät 2013 tragen. Schön ist es zu sehen, dass sich jedes Jahr aufs Neue so ehrgeizige Anwärtnerinnen auf den Titel finden, die Lust darauf haben, die Gladbecker Tradition fortzusetzen.

Und die Appeltatenmajestät ist nicht das einzige Haupt, das im September in Gladbeck gekrönt werden wird. Denn auch die Rentforter Schützen suchen wieder einen neuen König für ihre Reihen. Und natürlich eine neue Königin. Anders als bei der Appeltatenmajestät muss diese jedoch nicht ihr Können im Apfelschalen unter Beweis stellen. Obwohl es bestimmt spannend wäre, einmal beide Königinnen gegeneinander antreten zu lassen.

Erst einmal sollen die neuen königlichen Häupter aber ordentlich gefeiert werden. Und dazu werden hoffentlich zahlreiche Gratulanten aus Nah und Fern kommen. Denn solch schönes Brauchtum sollte man ja unterstützen. Also lassen Sie die Majestäten hochleben und feiern Sie mit ihnen zusammen die neue Regentschaft. Natürlich werden wir von der LebensArt auch dabei sein. Unser Fotograf Egon Maier hält natürlich die schönsten Momente im Bild fest.

Leben Sie die Gladbecker Tradition fort,


Ihre Gabriele Knafla



Zum 25. Mal feiert Gladbeck in diesem Jahr das berühmte Appeltatenfest. Eine schöne Tradition und ein fester Termin im Gladbecker Veranstaltungskalender, der jedes Jahr zahlreiche Gäste nach Gladbeck lockt.



Besuchen Sie unseren **Online-Shop**
www.team-joesten.de

Ab sofort bieten wir Ihnen:

- reduzierte Einzelstücke
- günstige Restposten
- hochwertige Lagerware

und das zum günstigen Preis und in bewährter Qualität!

TEAM® Jösten
Qualität in Wärme und Wasser

100% zertifiziert
Profi
im Handwerk

Nordring 84
46240 Bottrop
Telefon (0 20 41) 9 23 91
www.team-joesten.de



regio Vital
Das Gesundheitsmagazin

Die nächste regioVital erscheint Mitte Oktober.
Lesen Sie darin wie Sie gut in die Saunasaison starten, was Ihre Abwehrkräfte stärkt und warum Sie mal wieder einen Blick in Ihre Hausapotheke werfen sollten.

Seien Sie dabei und buchen Sie jetzt!
Ihre Anzeige schon ab 100,- €.

Sprechen Sie uns an!
Telefon 0 20 45/40 14-60 | regiovital@aureus.de

© Aureus GmbH | Foto: emma.vollma.com



HOLZ-HEGENER
Holz + Baumarkt GmbH  **Stollenstraße**

JETZT SPAREN! **Riesen Auswahl an MARKEN-Sichtblenden***
* solange Vorrat reicht

<p>Sichtblende Softline-Eco  Kiefer, kesseldruckimprägniert, 179 x 179 cm</p>	<p>statt 139,- jetzt nur</p>	<p>99,- €/Stk.</p>
<p>Sichtblende Robust  mit Bogen, Bangkirai, 179 x 179 cm</p>	<p>statt 257,- jetzt nur</p>	<p>199,- €/Stk.</p>
<p>Sichtblende Basic PARADOR Kiefer, kesseldruckimprägniert, 179 x 179 cm</p>	<p>statt 124,99 jetzt nur</p>	<p>99,- €/Stk.</p>

Stollenstraße 7 • 45966 Gladbeck • Fon: 0 20 43 / 40 08 - 0 • Fax: 0 20 43 / 40 08 - 27

SPEZIAL	6	Gladbeck feiert die neue Appeltatenmajestät
AKTUELL	9	Imagebroschüre für den Stadtteil Brauck
	11	Kinderhospizdienst sucht nach weiteren Ehrenamtlichen
	12	Internetcafé lädt Senioren ein
KUNST & KULTUR	14	Die Neue Galerie Gladbeck lädt zur neuen Ausstellung ein
	14	Theatergruppe glassbooth erneut zu Gast
	15	Gladbecker Autorin stellt ihren nächsten Roman vor
KAUFMANNSCHAFT	16	Tagespflege Mevlana seit einem Jahr in Gladbeck
	17	Injoy Lady macht mit bei Fit in 2 x 30 Minuten
	19	City Center lädt zum verkaufsoffenen Sonntag ein
KURZ & KNAPP	20	Neues Schulessen – Einfach lecker!
	20	Schützen laden zum Fest ein
	21	Letzte Fördermöglichkeit für Solarkollektoren-Anlagen
	21	Sommerfest im Seniorenzentrum
	22	Städtepartnerschaft feiert Jubiläum
	22	Bürgermeister zu Besuch
TERMINE	23	Termine September 2013

Impressum

Herausgeber: aureus GmbH, Geschäftsführer Oliver Mies, Lehmschlenke 94, 46244 Bottrop-Kirchhellen, Fon: (0 20 45) 40 14 - 60, Fax: (0 20 45) 40 14 - 66; **Internet:** www.aureus.de; **E-Mail-Kontakte:** Anzeigen: anzeigen@aureus.de, Redaktion: redaktion@aureus.de; **Redaktionsleiterin:** Gabriele Knafla (gk) **Redaktion:** Gabriele Knafla (gk), Jessica Hellmann (jh); Namentlich und nicht mit einem Redaktionskürzel gekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. **Bildredaktion:** Gabriele Knafla, Egon Maier; **Titelbild:** © Egon Maier; **Produktionsleiterin:** Bianca Roth; **Layout/Produktion:** Bianca Roth, Nicole Karger; **Medienberater:** Oliver Mies; **Anzeigenpreisliste:** Januar 2013; **Auflage:** 30.000; **Erscheinungsweise:** monatlich; **Anzeigenschluss:** 3. Freitag des Monats; **Verbreitung:** Gladbeck – Rentfort-Nord, Alt-Rentfort, Zweckel, Schultendorf, Mitte-West, Mitte-Ost, Ellinghorst, Butendorf; **Copyright:** aureus GmbH Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck, Aufnahme in Onlinedienste und Internet, die Vervielfältigung auf Datenträger sowie die Übernahme und Nutzung der vom Verlag für Kunden gestalteten Werbeanzeigen bedarf vorab der schriftlichen Zustimmung des Verlages. Unverlangt ohne Porto eingehende Beiträge werden nicht zurückgesandt. Für unverlangt eingesandte Manuskripte, Fotos und Zeichnungen wird keine Haftung übernommen. Die Redaktion behält sich das Recht vor, Leserbriefe gekürzt zu veröffentlichen. **Fotos:** pixelio.de, fotolia.com



Gladbeck feiert seine Appeltatenmajestät

Am Wochenende wird in Gladbeck die 25. Appeltatenmajestät gekrönt, dazu gibt es natürlich wieder ein buntes Fest rund um den Apfel

„Wenn ich heute sehe, was aus der damaligen Idee, eine Appeltatenmajestät für Gladbeck zu suchen und zu finden, geworden ist, dann bin ich mehr als glücklich“, sagt Ulrike Rodewald. Sie selbst hat im Jahr 1989 den Anstoß dazu gegeben, dem damaligen Stadtfest im Zeichen des Apfels mit einer dazugehörigen Appeltatenmajestät ein neues Image zu geben.

Und wer Ulrike Rodewald kennt der weiß, bei ihr heißt gesagt auch getan. Über die Zeitung startete sie damals den Aufruf. Hier sollten sich Gladbeckerinnen mit ihrem leckersten Apfelkuchenrezept bewerben. Über mehrere Wochen wurden die fleißigen Hobby-Bäckerinnen vorgestellt, ihre Rezepte zum nachbacken abgedruckt und die Apfelkuchen letztlich zur Leserwahl gestellt. Mit dabei auch Gudrun Dreischer. „Ich habe immer sehr viel gebacken, weil mein Mann ein leidenschaftlicher Kuchenesser war und wenn, dann musste es Apfelkuchen sein.“ So reichte Gudrun Dreischer ihr Rezept ein und ahnte nicht, dass sie damit die erste Appeltatenmajestät Gladbecks werden würde. „Ich erinnere mich noch genau, dass Freunde von uns am Freitag noch Späße darüber gemacht haben und am Samstag um 14 Uhr unser Telefon schellte, da hieß es dann, dass meine Torte

„Das ist wirklich ein besonderer Moment!“

gewonnen habe.“ Mit einer festlich geschmückten Kutsche wurde Gudrun Dreischer von zu Hause abgeholt und wurde in der Innenstadt zur Appeltatenmajestät gekrönt. Eine Tradition die bis heute so fortgesetzt wird. Ebenso bekommen alle Majestäten eine Majestätenkette. Das handgefertigte Stück aus 585er Gelbgold fasst einen lupenreinen Diamanten und wird bereits zum 25. Mal von Optik Rodewald gestiftet. „Peter Weis, der nun Geschäftsführer ist, wird diese Tradition auch weiter fortsetzen“, sagt Ulrike Rodewald. Und so darf sich auch die Appeltatenmajestät 2013 über die besondere Ehrung freuen.

„Das ist wirklich ein besonderer Moment“, bestätigt Kerstin Wohlfahrt. Sie setzte sich im vergangenen Jahr bei der

Olympiade durch. Verschiedene Disziplinen haben die Anwärtinnen dabei zu meistern. „Die Olympiade haben wir im fünften Jahr eingeführt, um den Gladbeckern die Möglichkeit zu bieten, mitzufiebern und dabei zu sein, wenn die Appeltatenmajestät ermittelt wird“, sagt Ulrike Rodewald. Jahr für Jahr treten daher nun die Gladbecker Anwärtinnen hier gegeneinander an. „Das Starterfeld ist dabei immer ganz bunt gemischt und genau das ist das Tolle daran. Ob jung ob alt, alle können mitmachen und Appeltatenmajestät werden.“ Für Kerstin Wohlfahrt ist mit dem Titel auch ein kleiner Traum in Erfüllung gegangen. „Ich habe immer schon zu Freunden ge-



sagt: Irgendwann mache ich da mit.“ Als sie sich 2012 anmeldete, hatte sie natürlich nicht damit gerechnet, direkt als Siegerin aus dem Wettkampf hervorzugehen. „Ich habe mich gar nicht darauf vorbereitet und ich glaube, das ist auch das Beste. Die Sache soll ja Spaß machen.“ Und Spaß, den hatte Kerstin Wohlfahrt in jedem Fall. „Ich habe das Jahr wirklich genossen und bin auch ein wenig traurig, dass die Zeit schon wieder vorbei ist.“ Zepter und Krone reicht sie nun an die 25. Majestät weiter, aber ihr ist auch klar, dass sie weiterhin die Appeltatenmajestäten aktiv unterstützen wird. Zum Beispiel beim alljährlichen Apfelwaffelbacken. Auch das hat mittlerweile Tradition. „Wir sind einfach eine schöne Gemeinschaft“, sagt Gudrun Dreischer. Und diese Gemeinschaft hat sich noch etwas besonderes für das 25. Jubiläum ausgedacht. So haben die Majestäten ihrer Kreativität freien Lauf gelassen und für den Tausendfüßer stilechte Apfelfüße gebastelt.



Foto: Egon Maier

Appeltatenmajestät Kerstin Wohlfahrt strahlte im vergangenen Jahr an der Seite von Bürgermeister Ulrich Roland.

Apfelparadies auf dem Goetheplatz



Anzeige

Ganz im Zeichen des Apfels präsentiert sich in diesem Jahr auch der Goetheplatz in Gladbeck-Mitte. Am Appeltatensonntag steht bei rund 15 Info- und Verkaufsständen garantiert der Apfel im Mittelpunkt des Geschehens. Ob Äpfel pur, tolle Apfelkuchenvariationen, Apfelweine und Apfelliköre, Apfelpfannkuchen oder Apfelgerichte aus dem Thermomix – im „Apfelparadies“ auf dem Goetheplatz zeigen sich die vielfältigen Verwendungsmöglichkeiten dieses beliebten Kernobstes. An weiteren Ständen wird das Apfel-Thema ausschließlich kreativ bearbeitet. Kunsthandwerker stellen auf dem Themenmarkt eine Auswahl an Patchwork-Objekten, bedruckten Stoffen, Handarbeiten, Deko-, Schmuck- und Filzartikeln vor. Selbstverständlich hat sich auch die Jugendkunstschule angemeldet. In entspannter Atmosphäre können sich Eltern und Kinder über das neue Semesterangebot informieren und sich direkt an Ort und Stelle zu einem der beliebten Kurse oder Workshops anmelden. Unter fachlicher Anleitung sind die jüngeren Gäste hier eingeladen, auch selbst Hand anzulegen und ihre Kunstfertigkeiten auszu-

probieren. Dabei spielt natürlich wieder einmal der Apfel eine große Rolle. Weitere Informationen und Anregungen rund um den Apfel gibt es garantiert an dem Stand mit der mobilen Applepresse. Der Weg vom Apfel in die Flasche wird an dieser Stelle eindrucksvoll demonstriert. Natürlich kann man die „Vi-



Stadt Gladbeck
familienstadt · sportstadt · meine Stadt

mit verkaufsoffenem Sonntag
von 13 bis 18 Uhr



31.8. + 1.9.

Appeltatenfest¹³



Foto: privat

Gudrun Dreischer ist Gladbecks erste Appeltatenmajestäät und erinnert sich gern an das Fest im Jahr 1989 zurück.



Foto: Gabriele Knafila

Gudrun Dreischer, die noch amtierende Majestäät Kerstin Wohlfahrt und Ulrike Rodewald fiebern dem Fest rund um den Apfel entgegen.

tamine zum Trinken“ in ausreichender Flaschenabfüllung auch käuflich erwerben. Der Besuch des Goetheplatzes ist also ganz bestimmt ein informatives und vor allem genussreiches Angebot im Rahmen des Appeltatenfestes 2013.

gung. Auch die Wochenmarkthändler beteiligen sich an der Aktion und werden passend zum Thema „Apfel“ kulinarische Kleinigkeiten und vieles mehr ihren Kunden auf dem Markt präsentieren.

Wochenmarkt der besonderen Art lockt am Samstag

„Appeltaten“ backen

Unter dem Motto „Rund um den Apfel“ plant die Stadt Gladbeck außerdem gemeinsam mit den Händlern zum 25. Appeltatenfest am Samstag, 31. August, einen Wochenmarkt der besonderen Art. Alle Gladbeckerinnen und Gladbecker erhalten die Gelegenheit, auf dem Marktplatz ihre eigenen, nur selbst erzeugten oder angepflanzten Produkte wie Obst, Gemüse, Gewürze, Blumen, Honig oder Marmeladen zu verkaufen. Dafür stellt die Stadt Gladbeck allen Hobbygärtnern zwölf Meter Angebotsfläche von 8 bis 13 Uhr kostenlos zur Verfü-

Das „siegreiche“ Rezept von Gudrun Dreischer „Apfeltorte mit Weincreme“ soll nun zum Jubiläumsfest seine Renaissance erleben. Deshalb rufen die Organisatoren des Appeltatenfestes 2013 alle Gladbecker Konditoren und Café-Betreiber auf, das Rezept nachzubacken und am Appeltatensonntag, 1. September, in ihr Warenangebot aufzunehmen. Und natürlich dürfen auch Sie eifrig nachbacken.

Besucher aus Nah und Fern erwartet also einiges bei der Krönung der 25. Appeltatenmajestäät und hungrig muss gewiss niemand nach Hause gehen. **gk**

Rezept:

500 bis 750 g Äpfel schälen, vierteln, entkernen, in Scheiben schneiden, in $\frac{1}{4}$ l Weißwein und 70 g Zucker dünsten und abtropfen lassen.

Für die Creme $\frac{1}{2}$ l Wasser, 4 Eigelb, 125 g Zucker, Schale von einer $\frac{1}{2}$ Zitrone, 30 g Stärke und $\frac{1}{8}$ l Wein im großen Topf unter ständigem Schlagen, nur wenige Sekunden kochen lassen.

Einen 2 bis 3 cm dicken Biskuitboden mit den Äpfeln legen. Die etwas abgekühlte Creme darübergeben. $\frac{3}{8}$ l Sahne mit 1 Tl Zucker sowie 1 Päckchen Vanillezucker steifschlagen und über die Torte geben. Eventuell mit Mandeln verzieren.

Brauck – Ein Stadtteil stellt sich vor

Imagebroschüre wirbt für den facettenreichen Gladbecker Stadtteil – BUG zeigt Stärke im Stadtteil und lädt ein, einmal genauer hinzuschauen

Wenn Sie das nächste Mal im Stadtteil Brauck unterwegs sind, dann sollten Sie einmal genauer hinschauen. Dann sehen Sie, dass der Stadtteil so lebendig und vielfältig ist wie kaum ein anderer. Ausgedehnte Grünflächen hier, weltweit agierende Industrie dort, Neubaugebiete hier, historische Zechenhäuser dort, hier eine Kirche, dort der Moscheeverein, hier das Jugendzentrum, dort der Seniorentreff. Bunt, lebendig und modern, so präsentiert sich Brauck und das zeigt die aktuelle Imagebroschüre „Brauck – Ein Stadtteil stellt sich vor“ in allen Facetten.

„Die Broschüre ist eine schöne Werbung für Brauck und macht Lust, unseren südlichsten Stadtteil genauer zu entdecken“, sagt Bürgermeister Ulrich Roland. Die Braucker Unternehmergemeinschaft (BUG) haben die Imagebroschüre in Zusammenarbeit mit der städtischen Wirtschaftsförderung in Auftrag gegeben. Gemeinsam mit der aureus GmbH aus Bottrop-Kirchhellen und der Druckerei Pomp ist eine Imagebroschüre entstanden, die auf 26 Seiten vom Leben in Brauck erzählt. Dabei werden Aspekte wie Wohnen, Sport und Kultur aufgegriffen und von den vielen wichtigen Veränderungen berichtet, die durch das Projekt „Soziale Stadt“ in Brauck stattgefunden haben. Einen Schwerpunkt bildet der Bereich Wirtschaft. Bürgermeister Ulrich Roland sagt: „Eine starke Wirtschaft war für Brauck immer wichtig. Früher waren es Zeche und Kokerei, jetzt sind es Großunternehmen wie Klingenburg, aber auch Handwerks – und Dienstleistungsbetriebe.“ Mit der Imagebroschüre sollen neue Unternehmen auf den Standort Brauck aufmerksam gemacht und zur In-



Die BUG überreichte die neue Imagebroschüre gemeinsam mit Vertreterinnen der aureus GmbH an Bürgermeister Ulrich Roland.

vestition ermuntert werden. Wichtig sei es, die Kräfte in Brauck zu bündeln und mit einer gemeinsamen Stimme zu sprechen. Ulrich Roland: „Das Engagement der Braucker Unternehmer Gemeinschaft für den Stadtteil ist vorbildlich.“

Finanziert wurde die Broschüre zu 90 Prozent aus dem Projekt „Soziale Stadt“, für das Stadt, Land und EU die Fördermittel bereitgestellt haben. 10 Prozent der Kosten hat die BUG selbst getragen. Die Broschüre ist in einer Auflage von 4.000 Stück erschienen und wird auch an öffentlichen Stellen ausliegen.

„Seit mehr als 5 Jahren engagieren sich Braucker Unternehmer im und für den Stadtteil Brauck. Es begann alles mit einem Runden Tisch, der dann auf Initiative von Luise Bruns zum „Unternehmerstammtisch“ wurde. Aus diesem ging dann die BUG als eingetragener Verein hervor. Dieser Stadtteil ist lebendig, die Menschen in Brauck sind kreativ und interessiert. Viele Unternehmer arbeiten und wohnen dort. Arbeit und Leben bilden hier eine gute Symbiose. Durch zahlreiche Aktivitäten im Stadtteil konnte eine Aufbruchsstimmung erzeugt werden. Neben der allgemeinen Miete und

den immer stärker steigenden Nebenkosten wird die Nähe zum Arbeitsplatz zu einem zunehmend positiven Standortfaktor, der in den Niedriglohnbereichen starke Berücksichtigung findet. Brauck ist für uns nicht nur ein lebens-, sondern ein liebenswerter Stadtteil, für den wir uns gerne und in besonderer Weise einsetzen“, sagt Roberto Giavarra, Geschäftsführer der BUG. **gk**

Anzeige

Leuchten & Elektrohandel Woelk

Leuchten günstig

www.markenleuchten.de

hochwertige Einbaustrahler
LED-Leuchten • LED-Leuchtmittel

Inhaber: Wolfgang Woelk
Feldhauser Str. 15 • 45964 Gladbeck
Tel. 0 20 43 / 20 32 65

Öffnungszeiten:
freitags von 16.00 - 19.00 Uhr
samstags von 09.00 - 13.00 Uhr



DER NEUE SEAT LEON SC.

Eins mit
der Straße.

NULL Anzahlung

NULL Zinsen

ab **149 €** / Monat¹

Einmalige Überführungskosten von 640 €.

ENJOYNEERING

DER NEUE SEAT LEON SC AB 14.890 €.

Eine unverbindliche Preisempfehlung der SEAT Deutschland GmbH.

Das stromlinienförmige Design, schlanke Proportionen und der trapezförmige Kühlergrill verleihen dem neuen SEAT Leon Sport Coupé seine einzigartige Präsenz und eine ganz eigene Formsprache. Das perfekt abgestimmte Fahrwerk, das Doppelkupplungsgetriebe (DSG)² sowie leistungsstarke Motoren sorgen für einen neuen Standard in puncto Agilität. Zusammen mit modernsten Technologien – von SEAT Easy Connect³ über Fahrassistenzsysteme⁴ bis zu Voll-LED Scheinwerfern – fügt sich alles zu einem großen Ganzen zusammen: Dem ultimativen Fahrerlebnis.

Beispielrechnung (berechnet für eine jährliche Fahrleistung von 10.000 km für den SEAT Leon 1.2 TSI, 63 kW (86 PS)*

Barzahlungspreis: ⁵	14.890,00 €	Laufzeit:	48 Monate
Gesamtbetrag:	14.890,00 €	Effektiver Jahreszins:	0,00 %
Nettodarlehensbetrag:	14.890,00 €	Sollzinssatz p.a. (gebunden):	0,00 %
Anzahlung:	0,00 €	Schlussrate:	7.738,00 €
Monatliche Rate:	149,00 €	Überführungskosten (einmalig):	640 €

* Kraftstoffverbrauch in l/100 km: innerorts 6,5; außerorts 4,4; kombiniert 5,2; CO₂-Emissionen: kombiniert 119 g/km. Effizienzklasse: C.

Kraftstoffverbrauch SEAT Leon SC: kombiniert 5,9-3,8 l/100 km; CO₂-Emissionen: kombiniert 137-99 g/km. Effizienzklassen: C-A.

¹ Ein Finanzierungsangebot der SEAT Bank, Zweigniederlassung der Volkswagen Bank GmbH, Gilhofer Straße 57, 38112 Braunschweig, für die wir als ungebundener Vermittler gemeinsam mit dem Kunden die für die Finanzierung nötigen Vertragsunterlagen zusammenstellen. Ein Angebot für Privatkunden und Finanzierungsverträge mit 12 bis 48 Monaten Laufzeit. Gültig für alle SEAT Leon Modelle (nur Neuwagen). Bonität vorausgesetzt. Nicht kombinierbar mit anderen Sonderaktionen. Eine Aktion der SEAT Deutschland GmbH. ² Optional erhältlich. ³ Serienmäßig ab Ausstattungsvariante Reference. ⁴ Optional erhältlich ab Ausstattungsvariante Style. ⁵ Unverbindliche Preisempfehlung der SEAT Deutschland GmbH. Abbildung zeigt Sonderausstattung.

Autohaus Bellendorf

SPEZIELLER SERVICE IST UNSERE STÄRKE

Pelsstraße 35, 46 244 Bottrop-Kirchhellen, Telefon 0 20 45 / 4 11 10 - 0, Telefax 0 20 45 / 4 11 10 - 19, www.bellendorf.de, E-Mail: info@bellendorf.de



Professionelle Fußpflege
ist kein Luxus!

**Kassenabrechnung &
podologische Behandlung!**

Tel.: 0 20 43 / 314 600

Barbarastr. 8 · 45964 Gladbeck
(direkt gegenüber vom St. Barbara Hospital)

LebensArt

Das Regionalmagazin

**Für Gladbeck
und Umgebung!**

**Die nächste Ausgabe
erscheint am
27. September 2013**

Anzeigenschluss
ist der 19. September 2013

Weitere Informationen finden
Sie unter **www.lebensart-
magazine.de**

**Steuerwissen
ist Geld!**



Wir setzen unser Wissen und unsere Erfahrung zu Ihrem Vorteil ein und erstellen Ihre

**Einkommen-
steuererklärung**

bei Einkünften ausschließlich aus nichtselbständiger Arbeit, Renten und Versorgungsbezügen.

Nur im Rahmen einer Mitgliedschaft.

Veilchenstr. 4 • 45968 Gladbeck
Leiterin: Stefanie Albertz
Tel. 0 20 43 / 9 34 13 19
e-Mail: Stefanie.Albertz@vlh.de

Engagement für todkranke Kinder

Björn Freitag ist neuer Schirmherr des Ambulanten Kinderhospizdienstes Emscher-Lippe – Der Sternekoch will die Familien aktiv unterstützen

„Ich war sofort angetan von der Idee“, sagt Björn Freitag voller Überzeugung. Der Sternekoch aus Dorsten übernahm Anfang August offiziell die Schirmherrschaft über den Ambulanten Kinderhospizdienst Emscher-Lippe in Gladbeck und möchte dessen Arbeit in Zukunft aktiv unterstützen. „Aufgrund meiner eigenen Familiengeschichte weiß ich, wie wichtig diese Arbeit ist.“

Eine langjährige Freundin, die selbst ehrenamtlich im Kinderhospizdienst tätig ist, habe bei ihm angefragt, ob er sich eine Schirmherrschaft vorstellen könne. „Da meine Mutter wegen einer Krebserkrankung im Hospiz betreut wurde, weiß ich genau, welchen Stellenwert die Unterstützung für Angehörige in schwierigen Lebenssituationen hat“, erzählt Freitag, der seit 1997 das Restaurant „Goldener Anker“ in Dorsten betreibt und als Mannschaftskoch die Fußballer des FC Schalke 04 bekocht. Vielen Fernsehzuschauer ist er vor allem aus seinen WDR- und kabel eins-Sendungen bekannt. „Da mir gerade Kinder sehr am Herzen liegen, möchte ich den Kinderhospizdienst im Rahmen meiner Möglichkeiten unterstützen.“

Er hat sogar schon ein paar Ideen, wie das aussehen könnte. „Ich möchte gerne in die Familien gehen und beispielsweise mit den Kindern zusammen kochen“, so Freitag. „An so einem Tag soll die ganze Familie Spaß haben.“ Durch sein Engagement wird er aber auch auf die Arbeit des Kinderhospizdienstes aufmerksam machen. „Wir haben uns sehr gefreut als Björn zugesagt hat. Auch die Eltern waren ganz begeistert“, verrät die Koordinatorin des Dienstes, Gisela Ewert-Kolodziej. „Durch unseren bekannten Schirmherren wird unsere Arbeit in der Öffentlichkeit noch stärker wahrgenommen.“ Das sei vor allem deshalb wichtig, da man sich aus Spenden finanziert.

Zurzeit sind hier 20 ehrenamtliche Mitarbeiter tätig, die zwölf Familien in Bottrop, Dorsten, Gelsenkirchen, Gladbeck und Oberhausen begleiten. „Wir suchen ganz dringend weitere Ehrenamtliche“, so Ewert-Kolodziej. Der nächste Befähigungskurs zur ehrenamtlichen Mitarbeit findet übrigens wieder im Januar statt. Wer mitmachen möchte, kann sich weiterhin für diesen Termin anmelden.

Mehr Informationen zum Ambulanten Kinderhospizdienst Emscher-Lippe erhalten Interessierte unter der Telefonnummer 02043 98 727 40 oder per E-Mail unter emscher-lippe@deutscher-kinderhospizverein.de. **jh**



Björn Freitag ist ab sofort Schirmherr des Kinderhospizdienstes Emscher-Lippe und unterstützt die ehrenamtlichen Helfer.

Anzeige

DA MACHT SICH LAUB SCHNELL AUS DEM STAUB.



Die STIHL Blasgeräte und Saughacksler:

- einfaches Beseitigen von Laub und gemähtem Gras
- besonders leistungsstark
- inklusive Rund- und Flachdüse

STIHL®

Wir beraten Sie gern.

Garten- & Motorgeräte
Brinkert

Verkauf · Service · Vermietung

Öffnungszeiten:

Mo.-Fr. 7.30 - 18.00 Uhr
 Sa. 8.00 - 12.00 Uhr

**Münsterstraße 41
 46244 Kirchhellen
 Telefon: 0 20 45 / 27 12**

Unterwegs in der Welt der Bits und Bytes



© Rainer Sturm / pixelio.de

Im Internet-Senioren-Café Intern@tto finden Menschen über 50 Unterstützung bei Computer-Problemen und Tipps im Umgang mit Laptop und Co.

Ein Leben ohne Computer ist für viele Menschen heute kaum noch vorstellbar. Dennoch fällt es nicht immer leicht, sich in der komplexen Welt der Bits und Bytes zurechtzufinden. Gerade für Senioren stellt sich der Umgang mit dem PC oftmals als Herausforderung dar. In Gladbeck finden Menschen über 50, die Probleme mit dem Computer oder Laptop haben, Hilfe im Senioren-Internet-Café „Intern@tto“ Zwölf Betreuer stehen dort bereit, um alle Fragen rund um neue Medien zu beantworten.

„Unser Ziel ist es seit jeher, mehr Senioren an den Computer zu bringen“, erklärt Betreuer Hans-Jürgen Schütz. „Die Hemmschwelle, sich mit dem PC zu beschäftigen oder Familienmitglieder um Hilfe zu bitten, ist oftmals sehr groß.“ Nicht selten sind Kinder oder Enkel, die mit den neuen Technologien des digitalen Zeitalters aufgewachsen, ungeduldig und zeigen wenig Verständnis für den Lernbedarf der Senioren. Das eine oder andere Mal ernten sie für ihre Fragen sogar herablassende Kommentare. Im Gladbecker Senioren-Internet-Café muss das niemand befürchten. „Es gibt keine dummen Fragen“, sagt Volker Loges, ebenfalls Betreuer im Intern@tto. „Wir helfen immer gerne weiter – egal, um welches Problem es geht. Hier ist man quasi unter sich.“

„Es gibt keine dummen Fragen. Wir helfen immer gerne weiter.“

Im Senioren-Internet-Café werden Menschen ab 50 bei Computer-Problemen unterstützt. Ob sie eine ausführliche Einführung benötigen oder ganz spezifische Schwierigkeiten haben, spielt keine Rolle. „Manche Besucher wollen Ordnung auf dem PC schaffen und Daten sichern, andere möchten gerne eine E-Mail-Adresse einrichten oder über Skype kommunizieren“, führt Schütz aus. „Viele haben Verwandte im Ausland und möchten auf diese Weise Kontakt halten.“ Zurzeit informieren sich zahlreiche Senioren über das Thema Bildbearbeitung oder erkundigen sich, wie sie Fotos vom Handy auf den Computer übertragen können. Hilfe bei der Textverarbeitung, Tabellenkalkulation, Trojanern oder dem Speichern von Dateien auf dem Stick ist ebenfalls gefragt. Häufig komme es vor, dass ältere Menschen einen alten Laptop von ihren Kindern geschenkt bekommen und zunächst nicht wissen, wie er genau funktioniert. Auch in diesem Fall geben die Betreuer gerne Auskunft. Und das alles für einen Grundpreis von einem Euro pro halbe Stunde.

Angefangen hat alles vor 13 Jahren mit einer Ausschreibung des Landes Nordrhein-Westfalen, die Senioren das Thema Computer näher bringen sollte. Mithilfe einer Landesförderung konnte der Seniorenbeirat der Stadt Gladbeck damals



Die Intern@tto-Betreuer helfen mit großem Engagement bei allen Fragen rund um den Computer.

das Intern@tto gründen. Seither informieren sich Senioren regelmäßig im Fritz-Lange-Haus an der Friedrichstraße 7. Drei feste Computerplätze stehen hier zur Verfügung. Zudem gibt es die Möglichkeit, den eigenen Laptop mitzubringen. Mittlerweile hat das Intern@tto drei weitere Außenstellen im Seniorenbüro Nord an der Feldhauser Straße, im Seniorenbüro Süd an der Horster Straße sowie im Bildungshaus Ellinghorst am Weusterweg. Hier stehen die Betreuer – elf Herren und eine Dame - regelmäßig für Hilfesuchende zur Verfügung. Auch ältere Menschen, die keinen Computer besitzen und einfach mal im Internet surfen möchten, sind hier willkommen.

„Wir sehen im Intern@tto immer neue Entwicklungen. Anfangs haben sich beispielsweise die meisten Besucher an den Computerplätzen beraten lassen. Um das Jahr 2005 kamen dann immer mehr Leute mit dem eigenen Laptop. Deshalb haben wir natürlich auch einen WLAN-Sender“, erzählt Werner Antoniak. „Mittlerweile bringen viele auch ihren Tablet-PC mit.“ Alle Betreuer kennen sich bestens mit der Materie aus,

haben sich beruflich viele Jahre mit Computern beschäftigt. „Es macht uns einfach unheimlich viel Spaß“, verrät Hans-Jürgen Schütz. „Und wir lernen selbst auch immer wieder dazu.“ Das Fachwissen der Herren und der Dame hat sich längst herumgesprochen. So betreuen sie mittlerweile sogar regelmäßig eine Computerseite im „plus Magazin“. Hier steuern sie Artikel zu Computerthemen bei und beantworten Fragen, die Leser an die Redaktion stellen.

Nach den Ferien möchten die Betreuer ein neues Projekt starten und in Senioren-Heime gehen, um Interessierten dort die Möglichkeit zu geben, an der digitalen Welt teilzuhaben. „Die nächste Generation wird unsere Hilfe vermutlich nicht mehr in diesem Umfang brauchen“, ist sich Dieter Tschimmel sicher. „Aber bis dahin freuen wir uns immer wieder aufs Neue, wenn wir helfen und Senioren die Computernutzung näher bringen können.“ Informationen zum Angebot und den Öffnungszeiten finden Interessierte im Internet unter www.internet-to-gladbeck.de. **jh**

Anzeige

Ihr schönstes Lächeln schenken Sie sich selbst...



Ästhetik
 Implantate
 Funktion
 Narkose





Von ästhetischer Zahnmedizin, Zahnimplantaten, Funktionsdiagnostik und -therapie über Endodontie und Laserzahnheilkunde bis hin zum individuellen Behandlungskonzept für Angstpatienten: im geschmackvollen Wohlfühlambiente realisieren die Spezialisten der Dentalklinik Dr. Schlotmann und Partner das gesamte Spektrum der modernen Zahnmedizin. Der Dentalklinik angeschlossen ist ein Meisterlabor. Das Motto lautet: Alles aus einer Hand, alles unter einem Dach!
Schöne, gesunde Zähne - ein Leben lang.



Dr. Schlotmann & Partner

the fine art of dental success

Platz der Deutschen Einheit 8 | 46282 Dorsten | Tel. 02362 - 61900 | www.dr-schlotmann.de

Von Architektur, Mechanik und Mobilität

Am 13. September eröffnet die Neue Galerie Gladbeck mit einer neuen Ausstellung. Bis zum 1. November wird die Künstlerin Angelika J. Trojnarski hier ihre Werke zeigen. Auf großformatigen Leinwänden zeigt sie in Schichten von Ölfarben und Papier technische und wissenschaftliche Errungenschaften der Moderne. Motive aus Architektur, Mechanik, Mobilität bilden den Kern ihrer Arbeiten. Einstige Symbole des industriellen Fortschritts werden von der Künstlerin ihrer Funktionalität und ihrem Kontext enthoben und neu zusammengesetzt. Im Zentrum der Galerie, dort wo das Sonnenlicht durch das Dachfenster einfällt, wird außerdem das Holzobjekt Luna platziert. Eine Schirmkonstruktion aus Holzbalken streckt sich wie ein Relikt aufgefächert empor. Luna bildet den Brückenschlag zum Düsseldorfer Ausstellungsraum KIT - Kunst im Tunnel, in dem Angelika J. Trojnarski in einer zeitgleichen Gruppenausstellung ein Pendant der Installation platziert und somit eine symbolische Vernetzung entsteht.



Die großformatigen Werke von Angelika J. Trojnarski zeigen die Moderne aus einem neuen Blickwinkel.

Der Ausstellungstitel HC SVNT DRACONES (Hier sind Drachen) steht für die gefährlichen oder unerforschten Gebiete, in Anlehnung an die mittelalterliche Praxis, diese mit Drachen, Seeschlangen oder andere mythologische Wesen auf Landkarten zu verzeichnen. Weitere Informationen unter www.neue-galerie-gladbeck.de.

glassbooth erneut in Gladbeck

Der eine oder andere Gladbecker wird Jens Dornheim bereits aus der Neuen Galerie kennen. Doch Jens Dornheim ist nicht nur Fachmann, wenn es um die Kunst geht, sondern auch leidenschaftlicher Schauspieler.

Mit seiner freien Theatergruppe glassbooth stand er bereits auf der Gladbecker Bühne. Nun kehrt glassbooth am 6. September zurück nach Gladbeck. Im Gepäck „Das Produkt“ von Mark Ravenhill. Jens Dornheim führt bei der aberwitzigen Satire Regie und gibt damit gleichzeitig sein Debüt. Und für seine Premiere hat sich Jens Dornheim keine leichte Kost gewählt. Bridget Jones goes Jihad ist die Formel, mit der Ravenhill sein Stück auf den Punkt bringt. Denn inhaltlich wartet das Stück mit einigem auf: Um seine Wunschbesetzung für sein neuestes Filmprojekt zu gewinnen, erzählt der Produzent James der Schauspielerin Olivia den Plot des Drehbuches. Die Geschäftsfrau Amy, deren Freund beim Anschlag auf das World Trade Center starb, verliebt sich auf einer ihrer Flugreisen in den attraktiven Terroristen Mohammed. Er löst ihre Orgasmusblockade und zieht in ihr Penthouse ein, das damit zur Planungszentrale der Al-Quaida wird. Osama Bin Laden höchstpersönlich erlaubt es Amy, gemeinsam mit ihrem Geliebten beim Selbstmordattentat auf Disneyland Paris in den Tod zu gehen. Da Amy jedoch Gewissensbisse bekommt, verrät sie Mohammed an die Polizei, und er wird daraufhin in Guantanamo in-

haftiert. Als sie Fernsehbilder von seiner Mishaandlung im Gefängnis sieht, wechselt sie die Seiten und wird selbst zu einer Kampfmaschine...! Und das derb-dreiste mit vielen Unverschämtheiten gespickte Gegenwärtstück hält auch eine Lehre bereit: „Der Zuschauer soll irgendwann bemerken, dass er diesen schrecklichen Film, von dem da geredet wird, wirklich sehen will“, wünscht sich Ravenhill.

Zu sehen sind glassbooth an folgenden Terminen:

Freitag, 6. September

Gladbeck Neue Galerie, www.neue-galerie-gladbeck.de

Mittwoch, 18. September

Gelsenkirchen

Schauburg Kino, www.schauburg-gelsenkirchen.de

Samstag, 26. Oktober

Witten, Werk.Stadt, www.werk-stadt.de

Freitag, 15. November

Bottrop, Malakoffturn, www.historische-bottrop.de



Reiseroman zum Schmunzeln

„Man muss kombinieren und verbinden, dann ist das Leben viel leichter“, ist sich Brigitte Vollenberg sicher. „Aber vor allem sollte man des Öfteren auch mal spontan sein.“ Diese Spontantät gepaart mit enormer Reiselust haben die Gladbeckerin schon fast rund um die Welt geführt. Bei ihren Exkursionen erlebte die 60-jährige zahlreiche spannende - und manchmal auch chaotische - Begebenheiten. Einige davon sind in ihrem neuen Buch „Wolkenlos chaotisch?“, das vor wenigen Wochen im cenarius Verlag erschienen ist, nachzulesen.

Dabei handelt es sich um eine Fortsetzung ihres Erstlingswerkes „Wolkenlos chaotisch“, in dem sie allerhand Kurzgeschichten zusammengestellt hat. Im Gegensatz dazu hat sie nun eine zusammenhängende Geschichte geschrieben. Thematisch geht es in ihrem Reiseroman aber wieder ums Urlauben. Von der ersten Reise ohne Eltern im zarten Alter von 18 Jahren über den Familienurlaub mit zwei Kindern bis hin zu Mutter-Tochter-Exkursionen und spontanen Wochenendausflügen, sind viele verschiedene Begebenheiten in diesem Werk zu finden. All diese Geschichten hat Vollenberg übrigens selbst erlebt. So führte sie ihr Fernweh unter anderem bereits nach Holland, England, Irland, Frankreich und Skandinavien.

„Die lustigen Anekdoten sollen dem Leser diese Urlaubsländer nahebringen“, sagt die Autorin. „Allerdings ist nicht jede Reise für jeden Reisenden geeignet.“ Dabei denkt sie zum Beispiel an einen Urlaub in einer Holzhütte in Finnland – ohne Stromanschluss. „Wir wollten einfach mal Back-to-the-Roots.“ Gewöhnliche Pauschalurlaube treten die Vollenbergs ohnehin eher selten an. Sie sind immer auf der Suche nach dem Besonderen. „Das „einfache“ Leben kennenzulernen, kann ebenso spannend sein. Unseren Kindern wollten wir genau diese Art zu Reisen nahebringen.“ Entstanden ist nun ein zweiter lesenswerter Roman, der Lust auf Urlaub macht und zum Schmunzeln anregt.

Geschrieben hat die Diplom-Betriebswirtin schon immer mit großer Freude. So hat sie sich neben der Arbeit im Architekturbüro ihres Mannes bereits seit einigen Jahren mit ihrer Leidenschaft für das Schreiben intensiv beschäftigt und Kurzgeschichten in Anthologien sowie Literaturzeitschriften veröffentlicht. Sie hielt bereits zahlreiche Lesungen, unter anderem im Ruhrgebiet, in Ham-



Foto: Jessica Hellmann

Brigitte Vollenberg präsentiert in ihrem neuen Reiseroman zahlreiche unterhaltsame Urlaubsgeschichten.

burg, Berlin oder Portugal. Zudem ist sie seit vielen Jahren in der Hausaufgabenbetreuung der Lambertischule tätig. An der Ingeborg-Drewitz-Gesamtschule wird sie im kommenden Schuljahr ein Schriftsteller-Seminar leiten. Gerade hat Brigitte Vollenberg übrigens ihren ersten Krimi fertiggestellt.

Das war aber noch längst nicht alles. In Zukunft dürfen wir uns auf viel mehr Lesestoff von der gebürtigen Dorstenerin freuen. „Ideen bietet der Alltag an jeder Ecke. Man muss nur mit offenen Augen durchs Leben gehen.“ **jh**

Anzeige

Pilzkopfverriegelung vom Fachmann

Wir machen
ihr Heim sicher!

Nachträglicher Einbau in Kunststoff- u. Holzfenster

- Schließanlagenbau
- Türöffnungen Tag + Nacht
- Sicherheitstechnik für Fenster + Tür
- Reparatur + Instandsetzung
- Beratung und Montage

Absicherung nach
DIN 18104 (WK 2)

Zuhause sicher
mit Stenkamp Best Practice

Pöttekamp 5 · 46514 Schermbeck
Schermbeck 0 28 53/9 16 20 · Dorsten 0 23 62/77 001

PR-Artikel

Vorzeige-Projekt mit Multikulti-Charakter

„Kein Tag ist wie der andere“, sagt Hülya Haack-Yol mit einem Lächeln. Vor genau einem Jahr eröffnete die Gladbeckerin die Tagespflegeeinrichtung Haus Mevlana, in dem sie professionelle Pflege für Senioren anbietet. Dabei entlastet das Betreuungsangebot nicht nur pflegende Angehörige – an der Enfieldstraße ist zudem ein Ort der Integration entstanden.

Schon beim Betreten der Räumlichkeiten macht sich ein Gefühl des Wohlbefindens breit. Helle, liebevoll eingerichtete Zimmer vermitteln eine angenehm wohnliche Atmosphäre. „Uns ist wichtig, dass sich hier jeder Gast wie zu Hause fühlt“, erklärt Hülya Haack-Yol. „Ganz egal, ob er deutscher, türkischer oder libanesischer Herkunft ist.“ Im Haus Mevlana werden nämlich auch viele Menschen mit Migrationshintergrund betreut. Der Multikulti-Gedanke wird hier ganz bewusst in den Mittelpunkt gestellt. „Verständigungsschwierigkeiten gibt es nicht. Unsere Mitarbeiter können bei sprachlichen Hürden immer übersetzen.“ Nicht umsonst lobte Bürgermeister Ulrich Roland diese Einrichtung. Das hervorragende Angebot hat sich innerhalb kürzester Zeit in der Stadt herumgesprochen. Die Tagespflege ist fast ausgelastet. Von montags bis freitags können hier täglich 17 Senioren betreut werden. Die Tage werde dann ganz individuell gestaltet. Mit den behindertengerechten Fahrzeugen werden die Gäste von daheim abgeholt und am Nachmittag wieder zurück gebracht. „Unser Ziel ist es, Angehörige zu entlasten“, sagt Haack-Yol. „Und unsere Gäste freuen sich darauf, ein wenig Abwechslung zu bekommen.“

In der Einrichtung werden die Tage nämlich aktiv gestaltet. Dort warten unter anderem gemeinsame Mahlzeiten, Zeitungsstunden, Bewegungsübungen, Gesellschaftsspiele oder Gedächtnistraining. Auf der großen Terrasse ist genügend Platz für ausgiebige Unterhaltungen oder schöne Sonnenbäder. Zur Entspannung stehen Ruheräume zur Verfügung. Ein „Snoezelzimmer“, das speziell für Demenzerkrankte entwickelt wurde, dient ebenfalls als Rückzugsort. „Bei gutem Wetter unternehmen wir auch Ausflüge oder gehen spazieren“, so Haack-Yol. „Natürlich übernehmen wir auch die medizinische Versorgung.“ Ganz individuell soll hier auf die Bedürfnisse jedes einzelnen Gastes eingegangen werden. Wer einmal im Haus Mevlana war, will es nicht mehr missen. „Der soziale Kontakt zu Menschen außerhalb der Familie tut gut. Hier sind schon viele Freundschaften entstanden“, plaudert die Gladbeckerin aus dem Nähkästchen. Was die wenigsten wissen: Liegt eine Pflegestufe vor, können die Kosten für die Tagespflege – zusätzlich zum Pflegegeld – bei der Pflegekasse abgerechnet werden.



Das Team um Hülya Haack-Yol (sitzend) legt großen Wert darauf, dass sich alle Gäste wohlfühlen.



Hans-Dietmar Haack und Hülya Haack-Yol holen ihre Gäste mit behindertengerechten Fahrzeugen ab und bringen sie auch nach Hause.

„Besonders großen Wert legen wir darauf, dass alle Gäste stets mit Respekt behandelt werden“, fügt Haack-Yol hinzu. Ganz im Sinne des Namensgebers, dem islamischen Mystiker Mevlana, der zu Lebzeiten Liebe und Zuneigung predigte. „Die schönste Freude ist eben die, die man anderen macht“, meint auch Hans-Dietmar Haack. „Es ist immer wieder schön, die Lebensfreude der Senioren zu sehen“, stimmt Hülya Haack-Yol zu. „Ihnen jeden Tag aufs Neue ein Lächeln ins Gesicht zu zaubern, macht einfach unheimlich viel Freude.“

Informationen erhalten Interessierte unter der Telefonnummer 0 20 43 / 40 29 314 bei Hülya Haack-Yol und Hans Dietmar Haack.

PR-Artikel

Fit in 2 x 30 Minuten

Sicherlich kennen Sie diese Ausreden, wenn es um regelmäßiges Muskeltraining geht: Zu viel Arbeit, zu viele Termine – oft ist dann aufgeschoben gleich aufgehoben. Zeitmangel ist häufig das größte Hindernis, um regelmäßig seine Muskulatur zu trainieren. Ein gezieltes Trainingsprogramm soll dieses Problem nun lösen.

Das Institut für Sportökonomie und Sportmanagement der Sporthochschule Köln testet in Zusammenarbeit mit teilnehmenden Fitnessstudios, zu denen auch das INJOY Lady Gladbeck gehört, ein Kurzzeit-Trainingsprogramm und sucht in der Zeit von Juni bis September hierfür Probanden. „Wir möchten Menschen mit wenig Zeit für Sport begeistern und so den Einstieg in ein regelmäßiges Training möglich machen“, so Stefanie Muckermann, Studioleitung des INJOY Lady Gladbeck. Denn eine gut trainierte Muskulatur spielt für unsere Leistungsfähigkeit und unseren Gesundheitszustand eine große Rolle, wie erst im vergangenen Jahr das Magazin Focus in einem Dossier „Muskeln garantieren ihre Gesundheit“ feststellte. „Die Botenstoffe, die bei einem regelmäßigen Muskeltraining ausgeschüttet werden, stärken das Herz, senken den Blutdruck, lassen die Fettdepots schmelzen, schützen vor Alzheimer und sind eine gute Vorsorge gegen Diabetes Typ 2“, so der Focus.

Für die Studie hat die Sporthochschule eigens ein Trainingsprogramm inklusive Ein- und Ausgangscheck erstellt. Hierfür müssen die Teilnehmer zwei Mal in der Woche etwa 30 Minuten Zeit aufbringen und das über eine Dauer von vier Wochen ohne Unterbrechung. Die Studie zum Kurzzeittraining wird vom Institut für Sportökonomie und Sportmanagement der Sporthochschule Köln unter der Leitung von Prof. Dr. Christoph Breuer evaluiert. Dabei soll festgestellt werden, ob Zeitmangel wirklich eine Barriere für ein gesundheitsorientiertes Muskeltraining darstellt. Darüber hinaus beschäftigen sich weitere Forschungsfragen unter anderem mit den Effekten des Trainings im Hinblick auf Zielerreichung und Wohlbefinden.

Im INJOY Lady Gladbeck stehen den Teilnehmerinnen qualifi-



Unter dem Motto Fit in 2 x 30 Minuten findet im Injoy Lady in Gladbeck aktuell eine Studie der Sporthochschule Köln statt.

zierte Trainer für alle Fragen rund um Fitness und Ernährung zur Verfügung. Wer mitmachen will bei der Studie, der meldet sich ab sofort im INJOY Lady Gladbeck an der Helmutstr. 41 unter der Telefonnummer (02043) 3188500. Hier gibt es auch weitere Informationen und Antworten auf mögliche Fragen. Die Teilnahme ist übrigens kostenlos.

Mehr Infos zur Fitness-Aktion finden Sie unter www.2x30minuten.de.

Anzeige

Appeltatenfest in Gladbeck
Auf alle Sonnenbrillen 20% Rabatt*

Ray Ban
s.Oliver
Gucci
Joop
Jette
Vogue

OPTIK
hahne

Hochstraße 37
45964 Gladbeck
Telefon 02043 64583

*Samstag, den 31.8. und am verkaufsoffenen Sonntag, den 1.9. von 13 bis 18 Uhr. **Nur bei Optik Hahne!**

(ausgenommen Korrektionsgläser)

Jetzt Termin mit uns vereinbaren und kostenfrei trainieren!

LEBENSFIT mit MUSKELTRAINING

www.2x30minuten.de

PRO WOCHE 2x30 MINUTEN

2X30 = FIT!
Die Formel, um schnell in Form zu kommen! Jetzt durchstarten mit der großen **INJOY Sommeraktion!**

für ein besseres Leben
INJOY Lady
INTERNATIONAL SPORTS & WELLNESSCLUBS

INJOY Lady Gladbeck
Helmuthstraße 41
Tel.: 02043/3188500
www.injoylady-gladbeck.de

DEUTSCHES INSTITUT FÜR SPORTS-QUALITÄT
Gardel & Co. AG
1. PLATZ
INJOY Testlabor
Fitness-Studios
18.07.2012
1000000
7 Fitness-Studio-Ketten
www.dill.de
ntv

Die Aktion „2x30 Minuten“ möchte in Zusammenarbeit mit dem Institut für Sportökonomie und Sportmanagement der Sporthochschule Köln unter der Leitung von Prof. Dr. Christoph Breuer die Wirkung eines bereits bewährten Kurzzeit-Trainingsprogramms von lediglich 2 Trainingseinheiten à ca. 30 Minuten wöchentlich auswerten.
* Als Teilnehmer füllen Sie lediglich zu Beginn und zum Ende dieses Zeitraumes einen Fragebogen aus und absolvieren jeweils einen kurzen Krafttest. Als „Belohnung“ genießen Sie kostenfrei 4 Wochen Fitness- und Gesundheitstraining.



Sommerzeit ist Beerenzeit

Genießen Sie Umbergs Sommerfrüchte: Erntefrisch gibt es wieder Erdbeeren, Himbeeren, Brombeeren, Heidelbeeren und sogar schon Zwetschgen in ausgesuchter Landqualität in unserem Hofladen in Kirchhellen.

Hof Umberg

Overhagener Feld 10 · Bottrop-Kirchhellen · Telefon: 02045 / 5103 · www.hof-umberg.de

PR-Artikel

Das City Center lädt ein

Bunt, mit vielen Überraschungen und besonderen Angeboten, so geht es am Appeltatensonntag im City Center rund. Von 13 bis 18 Uhr laden hier die Einzelhändler zum verkaufsoffenen Sonntag ein. Und dabei gibt es einiges zu sehen und zu erleben. Für beste Stimmung sorgt beispielsweise Rainer Migenda. Viele Gladbecker kennen und lieben den Sänger mit dem Cowboyhut, der immer wieder zum Mitsingen einlädt. Ab 16 Uhr spielt er für zwei Stunden im City Center und lädt alle Besucher zum Mitfeiern ein. Neben Rainer Migenda hat sich außerdem noch ein musikalischer Gast angekündigt, der direkt vor dem Auftritt von Rainer Migenda für Stimmung sorgt und das im wahrsten Sinne der Wortes.

Ab 13.30 Uhr wird außerdem der Gospelchor der Christus Kirche zu Gast sein. Dieser stimmt sich schon einmal auf seinen großen Auftritt am 21. September ein. Dann nämlich tritt der Chor zum Aktionstag „Gospel für eine gerechte Welt“ im City Center auf. In ganz Deutschland werden sich hunderte Chöre an der Aktion beteiligen und ihre Stimme für mehr Gerechtigkeit erheben. Von 11.30 bis 13 Uhr singt der Chor an diesem Tag im City Center.



Foto: Gabriele Knafja

Am Appeltatensonntag öffnen die Einzelhändler im City Center ihre Türen und laden zu vielen Aktionen ein

Nun freuen sich die 26 Geschäftsleute des City Centers aber zunächst einmal auf den Appeltatensonntag und erwarten zahlreiche Besucher aus Nah und Fern.

Anzeige

City Center Gladbeck

Verkaufsoffener Sonntag

1. September von 13 bis 18 Uhr zum Appeltatenfest!

Das City Center überrascht Sie an diesem Tag mit Musik, tollen Angeboten und den neuesten Trends.

Genießen Sie Qualität, Vielfalt und ein schönes Ambiente im City Center mit mehr als 30 Geschäften und 500 Parkplätzen.

City Center Gladbeck
Hochstr. 51-53
45964 Gladbeck
Telefon: + 49-(0)2043 - 98710 77
Telefax: + 49-(0)2043 - 98710 78
E-Mail: info@citycenter-gladbeck.de

Echt lecker!

Die Stadt Gladbeck will das Essen in den Gladbecker Schulen attraktiver machen und hat dafür ein neues Konzept erstellt. Ab dem kommenden Schuljahr wird die Schulverpflegung der Ingeborg-Drewitz-Gesamtschule, der Erich-Fried-Schule und der Erich Kästner-Realschule im Schulzentrum Brauck durch den Caterer „Stattküche“ übernommen. „Das ist eine deutliche Verbesserung unseres Essensangebots“, sagt Bürgermeister Ulrich Roland.

Die bisherige Bewirtschaftung der Schulküchen unter städtischer Führung war ein starres System, das nicht mehr zeitgemäß und rentabel war und kaum Auswahlmöglichkeiten bot. „Mit der Neuorganisation sollen die Qualität verbessert und die Auswahlmöglichkeiten zwischen den verschiedenen Speisen erweitert werden“, erklärt Bettina Weist, Leiterin des Amtes für Bildung und Erziehung. „Wir hoffen, dass mit der veränderten Angebotspalette mehr Schülerinnen und Schüler am Schulessen teilnehmen.“

Das Unternehmen „Stattküche“ verfügt über langjährige Erfahrungen im Bereich Schulverpflegung, die Berichte anderer Schulen hinsichtlich der Essensqualität sind durchweg positiv. Die Fördervereine der beteiligten Schulen haben bereits entsprechende Verträge abgeschlossen. Der Schulküchenbetrieb wird durch eigenes Personal des Caterers sichergestellt. Dieser übernimmt auch die Abrechnung mit den Essensteilnehmern.

Am Schulzentrum Brauck ist der offizielle Start für den 11. September 2013 vorgesehen. Die Schülerinnen und Schüler erhalten ihr Essen nach dem „Cook and Chill“-Verfahren. Dabei werden die Speisen in der Küche des Caterers zubereitet und nach dem Garen direkt auf unter 3°C gekühlt. Damit kann das Essen transportiert werden, ohne dabei viele Nährstoffe und Vitamine zu verlieren. In der Schulküche wird das Essen kurz vor der Essensausgabe erwärmt. Das Mittagessen besteht in Zukunft aus einer Vorspeise, zwei verschiedenen



warmen Hauptgerichten mit Fleisch, Fisch oder einem vegetarischen Gericht und einem Dessert.

Die Preise für ein Mittagessen im Schulzentrum Brauck betragen 3,30 Euro je Essen im Abo-Verfahren. An der Ingeborg-Drewitz-Gesamtschule wird das Angebot noch durch „Frische-Inseln“ ergänzt. Hierbei können die Schülerinnen und Schüler sich ihre Portionen aus verschiedenen Angeboten (Salatbar, Pastabar, SnackBar etc.) zusammenstellen. An der Ingeborg-Drewitz-Gesamtschule ist die Teilnahme an der Mittagsverpflegung im Abo-Verfahren zu einem Preis von 3,50 Euro je Essen möglich. Auch hier startet das neue Schulessen am 11. September, eine Woche nach dem offiziellen Schulstart.

Insgesamt wird das neue Schulessen vielfältiger und flexibler. Ein Essens-Abo läuft ab dem neuen Schuljahr nur noch über zwei Monate und nicht mehr über das ganze Schulhalbjahr. Zukünftig können auch nur einzelne Wochentage ausgewählt werden. Für die Essensauswahl erhalten die Schülerinnen und Schüler einen Chip, mit dem sie an Terminals das Menü für den nächsten Tag auswählen können.

Schützen laden zum Fest ein

Der Schützenverein Rentfort lädt wieder zu seinem traditionellen Schützenfest ein. Von Freitag, 13. September bis Sonntag, 15. September geht es bei den Schützen wieder rund. Höhepunkt ist wieder einmal das Königsschießen, das am Samstag ab 11 Uhr auf dem traditionsreichen Festplatz an der Johowstraße über die Bühne geht. Der aktuelle Schützenkönig

Johannes I. Niewerth und Königin Ruth I. Bühne werden natürlich dabei sein und den Anwärtern die Daumen drücken.

Weitere Informationen, das gesamte Festprogramm sowie die aktuelle Festschrift erhalten Sie auf der Internetseite www.sv-rentfort1898.de.

Letzte Fördermöglichkeit für Solarkollektoren-Anlagen

Anträge für die Förderung von Solarkollektoren-Anlagen sind nur noch bis Ende des Jahres möglich. Darauf weist die Stadt Gladbeck hin. Derzeit stehen nur noch begrenzte Haushaltsmittel zur Verfügung, im Rahmen der Haushalts-sanierung wird das Zuschussprogramm spätestens Ende 2013 eingestellt.

Wer eine Solarkollektor-Anlage bauen will und einen finanziellen Zuschuss möchte, kann jetzt noch einen Antrag stellen. Dieser steht auf der Internetseite der Stadt Gladbeck unter www.gladbeck.de. Formulare hält auch die Gladbeck Information im Alten Rathaus, Zimmer 19, sowie das Referat für Umwelt und Altlasten, Zimmer 102, bereit.

Je Quadratmeter installierter effektiver Kollektorfläche wird ein Zuschuss von 60 Euro gewährt, maximal 400 Euro pro Anlage. Der Antrag ist allerdings zwingend vor Bau der Anlage zu stellen. Der Baubeginn der Anlage muss spätestens neun Monate nach Zuschussbe-



willigung erfolgen, wobei die Anlage spätestens 24 Monate nach Zuschussbewilligung funktionsfähig in Betrieb sein muss. Die Stadt Gladbeck unterstützt die Errichtung von Solarkollektoren-Anlagen zur Erzeugung von Warmwasser seit 1997 finanziell.

Nähere Informationen gibt es im Umweltreferat im Bürgermeisterbüro der Stadt Gladbeck bei Katrin Knur unter (02043) 992303, Eva Klein unter (02043) 992116 und Dr. Dieter Briese unter (02043) 992610.

Anzeige

Sommerfest im Seniorenzentrum

Am Samstag, 31. August findet von 14 bis 18 Uhr im Caritas Seniorenzentrum Johannes-Van-Acken-Haus das diesjährige Sommerfest statt. An diesem Tag sind alle Gladbecker herzlich eingeladen mit den Bewohnern und Mitarbeitern einen schönen Tag zu verbringen. Dazu hat die Caritas ein buntes Programm auf die Beine gestellt. Zauberei, Livemusik, eine große Tombola und viele Aktionen für Kinder sorgen für Kurzweil. Für das leibliche Wohl gibt es nicht nur die Angebote des Kuchenbuffets und vom Grill, sondern viele andere Köstlichkeiten, die zusätzlich auf die Gäste warten.

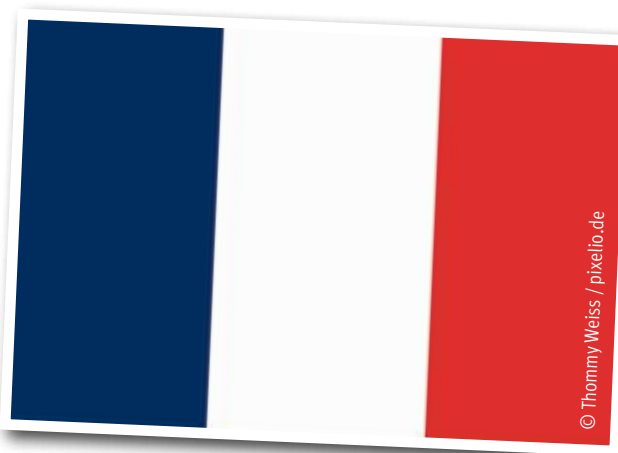
hahne
UHREN SCHMUCK JUWELEN
HOCHSTRASSE 37 45964 GLADBECK
F: [02043] 681497 T: [02043] 22821

Thomas Sabo
STERLING SILVER
WWW.THOMASSABO.COM

Städtepartnerschaft feiert 50-jähriges Jubiläum

Bon anniversaire! Die Städtepartnerschaft zwischen Gladbeck und dem nordfranzösischen Marcq-en-Barœul feiert im nächsten Jahr ein rundes Jubiläum - und das soll gebührend begangen werden. Zum 50. Geburtstag sind zahlreiche Veranstaltungen und Projekte geplant, die zeigen sollen, wie lebendig die Freundschaft zwischen den beiden Städten ist. „Wir möchten möglichst viele Bürger in Gladbeck einbeziehen“, sagt Bürgermeister Ulrich Roland. „Schließlich wird die Freundschaft zwischen beiden Städten vor allem von den Menschen geprägt, die sich seit Jahrzehnten begegnen.“

So erwartet die Bürger im „Sommer der Freundschaft“ ein buntes deutsch-französisches Programm, das zurzeit mit der Partnerstadt abgestimmt wird. Geplant ist ein Stadtpicknick, das als französisches Picknick veranstaltet werden könnte, ein Jubiläumsbuch mit vielen Facetten der Städtepartnerschaft, eine Fotoausstellung, VHS-Angebote mit dem Länder-schwerpunkt Frankreich, Sportveranstaltungen, Begegnungen von Jugendlichen und Musikern sowie eine Baumpflanzung. Höhepunkt der Feierlichkeiten wird das Appeltaten-Fest am ersten Septemberwochenende 2014 sein, das unter dem Motto „Festival de la tarte aux pommes“ stehen soll. Dazu gehört



unter anderem eine große Open-Air-Party, bei der französisches Liedgut im Mittelpunkt steht. Bereits am Donnerstag, den 4. September, soll im Rathaus ein Festakt stattfinden. Und auch in Marcq-en-Barœul wird das Jubiläum zelebriert: Dort feiert man vom 10. bis zum 12. Oktober 2014 ein Festwochenende.

Bürgermeister zu Besuch



Mit einem solchen Empfang hatte Bürgermeister Ulrich Roland nun wahrlich nicht gerechnet, als er Ende Juli den jungen Teilnehmerinnen und Teilnehmern der Stadtranderholung einen Besuch abstattete. Denn für den Bürgermeister gab es nicht nur frisch gebackene Waffeln, sondern auch eine lautstarke Laola-Welle. Bereits seit einigen Jahren lädt die Evangelische Kirche regelmäßig Gladbecker Kin-

der und Jugendliche zur Stadtranderholung auf den Heidhof in Kirchhellen ein. In diesem Jahr hatten sich etwa 45 Kinder angemeldet. Mit samt den Betreuern erforschten sie zwei Wochen lang das schön gelegene Gelände. Über den Besuch des Bürgermeisters freuten sich die Kinder sehr, vor allem, weil das Stadtoberhaupt einen ganz Korb voll süßer Sachen im Gepäck hatte.

Aktuelle Termine im Überblick

Sonntag, 1. September bis

Sonntag, 29. September

St. Lamberti: Gladbecker Orgeltage, Propsteikirche St. Lamberti, Gladbeck, weitere Infos unter (02043) 205200 oder www.sankt-lamberti.de.

Montag, 2. September

Café Stilbruch: „Bluesauffrischung mit der Wierschbande“ - Lesung, 19.30 bis 22 Uhr, Café Stilbruch, Rentforter Str. 58.

Mittwoch, 4. September

Förderverein Kotten Nie: Oktoberfest mit der Ruhrpott Party Band, 19 Uhr, Kotten Nie, Bülsler Str. 157, weitere Infos unter (02043) 66365.

Donnerstag, 5. September

Krimispieldinner: „Feine Verhältnisse – Mord auf dem Campingplatz“ – Krimispieldinner, Haus Kleimann-Reuer, Hegestr. 89, Kosten: 39 Euro pro Person, Tickets nur im VVK unter www.krimispiel-dinner.de oder im Haus Kleimann-Reuer.

Donnerstag, 5. September bis

Sonntag, 8. September

RuhrTriennale: „The Last Adventure“ – RuhrTriennale, 20.30 Uhr, Maschinenhalle Zweckel, Frentroper Str., Eintritt: 20/30/40 Euro, weitere Infos unter www.ruhr-triennale.de.

Sonntag, 8. September

Kulturamt Gladbeck: „Tag des offenen Denkmals“, 11 Uhr, Vöinghof, Hornstr. 25, Führungen um 12 und 14 Uhr, weitere Infos unter (02043) 992626.

Dienstag, 10. September

Seniorenbeirat Gladbeck: Abschluss des Sommerprogramms mit einer Ballonkünstlerin, 15 Uhr, Fritz-Lange-Haus, Friedrichstr. 7, Eintritt: 4 Euro inkl. Gedeck, weitere Infos unter (02043) 992775.

Seniorenbeirat Gladbeck: Volkslieder und Schlager zum Mitsingen – Singen für jedermann, 16 Uhr, Seniorenbüro Nord, Feldhauser Str. 243, Eintritt: frei, Texte sind vorhanden, weitere Infos unter (02043) 992775.

Donnerstag, 12. September

VHS Gladbeck: „Swinging Strings“ – Konzertabend zur VHS-Semestereröffnung, 19.30 Uhr, Foyer des Riesener-Oberstufenzentrums, Schützenstr. 23, weitere Infos unter (02043) 992415.

Samstag, 14. September

BARMER GEK Gladbeck/ Caritas Gladbeck: „Wenn das Gedächtnis nachlässt“ – Gesprächskreis für pflegende Angehörige von demenziell Erkrankten, 10 bis 12 Uhr, Caritas Seniorenzentrum Johannes-van-Acken-Haus, Rentforter

Str. 30, eine zweite Gruppe trifft sich von 13.30 bis 15.30 Uhr, Teilnahme kostenfrei, Anmeldung unter (02043) 3712110.

Sonntag, 15. September

Stadtteilbüro Brauck: Interkultureller Friedenstag, 15 Uhr, Stadtteilpark Buntendorf, Horster Str., weitere Infos unter (02043) 929774.

Dienstag, 17. September

Seniorenbeirat Gladbeck: Wanderung um Gladbeck, 13 Uhr, Fritz-Lange-Haus, Friedrichstr. 7, leichte Strecke (8 km), Kosten: 4 Euro (VVK im Fritz-Lange-Haus), weitere Infos unter (02043) 992775.

Anzeige

In Ihrer Sparkasse.

Unsere Pflegeserie.
Gegen Sorgenfalten,
für alle Pflegefälle.

Jetzt mit 60 Euro
Förderung.


 VersicherungsService
Sparkasse Gladbeck
 Telefon: (0 20 43) 2 71 - 0
 Beratung in allen Geschäftsstellen.

Immer da, immer nah.

PROVINZIAL
 Die Versicherung der  Sparkassen

Zinsweltmeister 2014

Mitfiebern
und
mitgewinnen!



Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.

Holen Sie sich Ihr WM-Sparbuch:

- Zinsen bis zu 2,10% p.a.*
- jeden Monat attraktive Preise
- 11 Spiele – 11 Chancen



* Variabler Basiszins z. Z. 0,30% p.a., zeitlich befristete Extra-Zinsen für Siege der deutschen Nationalmannschaft 0,05 - 1,0% p.a., Kündigungsfrist 3 Monate, mind. 1.000 €, max. 50.000 € (je Haushalt). Stand: 20.08.2013, Angebot freibleibend.

Weitere Infos unter www.vb-ruhrmitte.de

Volksbank
Ruhr Mitte



MEHR BANK. MEHR BERATUNG.