LebensArt
Das Stadtmagazin für Gladbeck.

Ausgabe **1/2023**

Das ändert sich 2023

Wir haben die wichtigsten Neuerungen für Sie zusammengetragen

Besinnliche Stimmung beim Turmblasen

Opstapje-Programm feiert seinen 15. Abschluss

Eine echte Chance: Wettbewerb für Startups

Foto: aureus GmbH

Aileen Kurkowiak & Valerie Misz (v.l.)

Liebe Leserin, lieber Leser,

das ganze LebensArt-Team wünscht Ihnen und Ihren Familien ein glückliches neues Jahr! Von guten Vorsätzen will ich gar nicht erst anfangen, denn, wenn wir einmal ehrlich sind: Wer hält diese schon wirklich ein? Und warum braucht es erst ein neues Jahr, um häufiger Sport zu treiben? Unser Leben ist das, was wir daraus machen – unabhängig vom Jahresbeginn, auch, wenn dieser häufig ein kleiner Weckruf für den ein oder anderen sein kann.
Wir starten in der ersten Ausgabe der LebensArt im neuen Jahr traditionell mit einem Überblick, was sich für Sie in den kommenden Monaten ändern könnte. Denn während bei uns selbst der Jahresstart oft Anlass für Veränderungen gibt, gilt das auch für Neuregelungen bei den themengebieten Finanzen, Gesundheit und Umwelt.
Außerdem haben wir jede Menge Themen im Gepäck, die Ihnen ein wenig die dunkle Jahreszeit erhellen sollen. Wir kündigen nicht nur anstehende Veranstaltungen an, sondern blicken auch auf glückliche Zeiten des vergangenen Jahres zurück.

Starten Sie gut in das ereignisreiche Jahr 2023! Ich wünsche Ihnen viel Vergnügen beim Blättern und Lesen,

//

Ihre Aileen Kurkowiak

LebensArt

Das Stadtmagazin für Gladbeck.

20. Jahrgang // Ausgabe 1

Erscheinungstermin der nächsten Ausgabe:
24. Februar 2023

Ein Produkt der aureus GmbH

Geschäftsführer:
Oliver Mies

Lehmschlenke 94
46244 Bottrop-Kirchhellen
Fon (02045) 4014-60
Fax (02045) 4014-66
Internet: www.aureus.de

Web:
www.lebensart-magazine.de
www.lebensart-regional.de

E-Mail-Kontakte:
Anzeigen: anzeigen@aureus.de
Redaktion: redaktion@aureus.de

Redaktion:
Oliver Mies (om)
Aileen Kurkowiak (ak)
Valerie Misz (vm)

Namentlich und nicht mit einem Redaktionskürzel gekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder.

Titelbild:
© JustLife/ stock.adobe.com

Layout:
Sophia Forsthövel
Nicole Kosar

Medienberater:
Andrea Sauerbach
Christian Sklenak

Anzeigenpreisliste:
Januar 2023

Auflage:
24.000

Redaktionsschluss:
7 Werktage vor Erscheinen

Erscheinungsweise:
monatlich

Verbreitung:
Gladbeck – Rentfort-Nord, Alt-Rentfort, Zweckel, Schultendorf, Mitte-West, Mitte-Ost

Druck:
Druckstudio GmbH
Professor-Oehler-Straße 10
40589 Düsseldorf
Fon (0211) 770963-0

Vertrieb/Verteilung:
Delta Werbung GmbH
An der Wienbecke 52,
46284 Dorsten
Fon (02362) 9882-0

Copyright:

aureus

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.

Printed with Saphira Eco HEIDELBERG

Dieses Druckerzeugnis wird nach den hohen Umweltstandards des Blauen Engel produziert.

Foto: Daniel Böhm

Seite 11

Foto: Valerie Misz

Seite 12

Foto: Aileen Kurkowiak

Seite 14

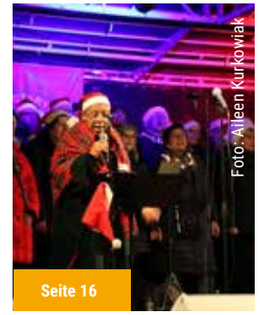


Foto: Aileen Kurkowiak

Seite 16

Foto: Brent Hofacker / sock.adobe.com

Seite 11

Inhalt

Spezial

6 Das ändert sich 2023

Aktuell

11 Besinnliche Stimmung beim Turmblasen
12 Opstapje-Programm feiert seinen 15. Abschluss
14 Wettbewerb für Startups

Gesellschaft

16 Rotary-Club: 25.000 Euro für den guten Zweck

Tipp

19 Lesetipps für jeden Geschmack
20 KoKi-Tipp: „Der Pfad“

Kaufmannschaft

21 Volksbank Ruhr Mitte erweitert Vorstand
22 Gesunder Schlaf, Schlafstörungen, Schnarchen und Co.
25 25 Jahre geballte Reisekompetenz

Kurz & Knapp

26 DLRG lädt zum 24-Stunden-Schwimmen
26 Weitere Umgestaltungen in der Stadtbücherei
27 Stadt Gladbeck verleiht den 35. Umweltpreis
27 Neuer künstlerischer Leiter der Forumskonzerte

Genuss

28 Gesund in das neue Jahr starten

Termine

31 Aktuelle Termine

ANZEIGE

Foto: Monster Ztudio / stock.adobe.com

Das ändert sich 2023

Mit dem Jahreswechsel stehen auch Veränderungen an, was Steuern und Gesetze betrifft – Wir haben die wichtigsten Neuerungen für Sie zusammengetragen

Der 1. Januar gibt in der Regel Anlass für Neuerungen – so oder so. Die Verbraucherzentrale Nordrhein-Westfalen gibt auch in diesem Jahr an, was für Änderungen auf uns 2023 zukommen. Diese betreffen sowohl gesundheitliche und finanzielle Aspekte. Auch hinsichtlich Umwelt, Einkommen, Steuern und Verbraucherrecht ändert sich so manches.

Finanzen

Gebäude- und Kfz-Versicherungen sollen teurer werden. Die Flutkatastrophe im Sommer 2021 hat bedingt, dass die daraus folgenden Regulierungskosten der Versicherer teurer werden. Außerdem ist nicht nur die Rekordinflation ein weiterer Faktor für die voraussichtliche Erhöhung der Wohngebäudeversicherung, sondern auch das steigende Risiko durch Naturkatastrophen, politische Krisen und Cyberattacken.

Bei der Kfz-Versicherung wird es 2023 aufgrund der Inflation teurer. Aber auch massive Hagelschäden vor allem aus Juni 2021 bedingen die höheren Versicherungskosten. Hinzu kommt eine Einstufung in teurere Regionalklassen bei 10,1 Millionen Kraftfahrzeugen.

Seit Januar ersetzt das sogenannte **Bürgergeld** die bisherige Hartz IV-Regelung. Hierbei sollen die Freibeiträge auf Einkommen zwischen 50 und 1.000 Euro auf 30 Prozent steigen. Das soll den Anreiz, eine Tätigkeit aufzunehmen, erhöhen. Regierung und Opposition haben sich auf einen Vermögensfreibetrag von 40.000 Euro für eine alleinstehende Person und 15.000 Euro für jede weitere Person im Haushalt geeinigt. Sanktionsmöglichkeiten bei Fehlverhalten wurden beibehalten.

Seit dem 1. Januar gibt es einheitlich pro Kind 250 Euro im Monat **Kindergeld**. Die Steigerung von 219 auf 250 Euro ist die höchste Steigerung in der Geschichte der Bundesrepublik Deutschland.

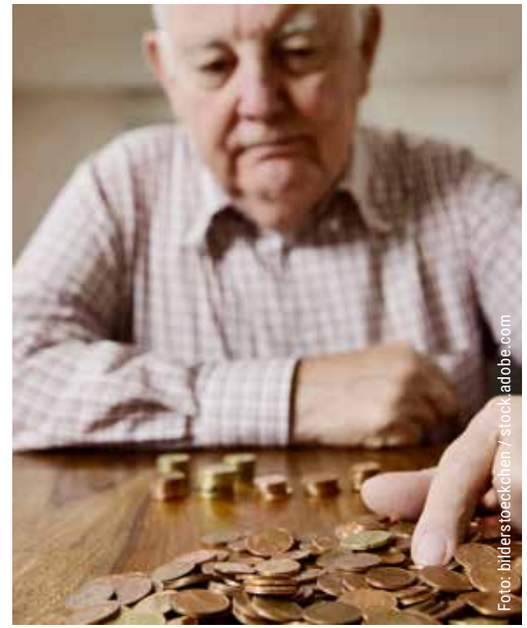


Foto: bilderstoeckchen / stock.adobe.com

Foto: Nopphon/ stock.adobe.com

Im Entwurf des Rentenversicherungsberichts 2022 der Bundesregierung ist festgehalten, dass die Renten ab dem 1. Juli voraussichtlich im Westen um 3,5 Prozent und im Osten um 4,2 Prozent steigen sollen. Berücksichtigt sind Altersrenten, Erwerbsminderungs- und Hinterbliebenenrenten, gesetzliche Unfallrenten und Renten der Landwirte aus der landwirtschaftlichen Rentenkasse. Eine finale Entscheidung dazu soll im kommenden Frühjahr fallen.

Auch das **Rauchen** wird 2023 teurer: Wie das Bundeskabinett bereits im Frühjahr 2021 beschlossen hatte, greift ab Januar 2023 ein weiterer von mehreren Schritten einer „Anpassung" der Tabaksteuer. Die Tabaksteuer für eine 20er-Packung Zigaretten steigt um durchschnittlich zehn Cent. Die Steuererhöhung darf an den Endkunden weitergegeben werden und betrifft auch (Wasser-)Pfeifentabak für das Kilo auf 19 statt 15 Euro.

ANZEIGE

Gegr. Anno 1981
BERG
Telefon 0 23 62-983 88 32
polenfahrer@gmx.de
Traumhafte Sonnenuntergänge in Kolberg
Mondänes Swinemünde – Misdroy
Bustickets für SINDBAD • Flüge WIZZAIR + RYANAIR
Städtereisen KRAKAU – BRESLAU – DANZIG
Misdroy Hotel TROFANA 02.04. – 15.04.2023
OSTERN • HP • Bus pp 755,-€
Kolberg Kurhaus SAN 16.04. – 29.04.2023
VP • 20 Anwendungen • Bus pp 699,-€
Katalog 2023 www.polenfahrer.eu

ALLES ZUM KARNEVAL
RIESEN SORTIMENT MIT ÜBER 1.000 KOSTÜMEN!
EINE AUSWAHL UNSERER ARTIKEL:
KOSTÜME | MASKEN | HÜTE | PERÜCKEN
SCHMINKE | ACCESSOIRES | HAARSPRAYS
KINDERKOSTÜME | DAMEN- UND HERRENKOSTÜME AUCH IN ÜBERGRÖSSEN
heim + Garten
Klosterstraße 6
46282 Dorsten
02362 - 26887
Alle Artikel aus unserem Sortiment sind ganzjährig verfügbar
www.heimundgartendorsten.de

Foto: mmann77/ stock.adobe.com

Foto: Budimir Jevtic / stock.adobe.com

Gesundheit

Der „gelbe" Schein kommt weg! Ab 2023 müssen Arbeitgeber selbst die **Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung** eines Mitarbeiters bei den Krankenkassen abrufen. Entsprechend muss vom Arbeitnehmer keine AU vorgelegt werden. Sollte die jeweilige Arztpraxis technisch bereits dazu bereit sein, übermitteln diese die AU direkt digital an die Krankenkassen. Diese Regelung gilt auch für Krankenhäuser, für Reha-Einrichtungen, Physio- und Psychotherapeuten allerdings (noch) nicht. Auch Privatversicherte bleiben außen vor, sie müssen weiterhin eine Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung in Papierform übermitteln. Für gesetzlich Versicherte wird weiterhin ein Exemplar für die eigenen Unterlagen herausgegeben.

Seit dem 1. Januar können Ehepartner in **Gesundheitsfragen** Entscheidungen fällen, wenn einer der Partner die eigenen gesundheitlichen Angelegenheiten nicht mehr regeln kann. Nach dem neuen § 1358 BGB sollen Ehegatten sich gegenseitig vertreten können, wenn ein Partner aufgrund von Bewusstlosigkeit oder einer Krankheit seine Angelegenheiten der Gesundheitssorge vorübergehend rechtlich nicht besorgen kann. Diese Änderung gilt für einen gesetzlich festgelegten Zeitraum von bis zu sechs Monaten. Entsprechender Beginn dieses Zeitraumes muss allerdings vom behandelnden Arzt bestätigt werden, der für diesen Fall dann von seiner Schweigepflicht entbunden ist. Aber: Grundsätzlich gilt dabei weiterhin, dass bei volljährigen Menschen nur andere entscheiden können, wenn sie dazu bevollmächtigt wurden. Eine Vorsorgevollmacht oder Patientenverfügung bietet sich also nach wie vor an.

Ab Sommer soll es ein neues **Tierhaltungskennzeichnungsgesetz** geben. Es sieht vor, dass frisches und unverarbeitetes Schweinefleisch deutscher Herstellung hinsichtlich der Art der Tierhaltung gekennzeichnet werden soll. Es soll eine der folgenden Haltungskategorien ersichtlich sein: Stall, Stall + Platz, Frischluftstall, Auslauf/Freiland und Bio. Die Kennzeichnung für Geflügel und Rind soll folgen. Der Haken ist allerdings, dass unter die Kennzeichnungspflicht entsprechend keine Fleisch- und Wurstwaren nach der Verarbeitung fallen, was der deutlich größere Teil des Schweinefleischabsatzes ist. Zumindest soll die Erweiterung der Kennzeichnungspflicht folgen. Außerdem sind Produkte ausländischer Herstellung ebenso nicht berücksichtigt.

Energie

Die Energiekrise wird uns auch in diesem Jahr noch nachhaltig beschäftigen. Um Verbraucher zu entlasten, wurden **Preisbremsen** bei Gas, Strom und Fernwärme angekündigt. Mit dem heutigen Stand sollen diese ab März in Kraft treten und bis Ende April 2024 bestehen. Rückwirkend sollen sie außerdem für die Monate Januar und Februar im März erstattet werden. Der Gaspreisdeckel für 80 Prozent des Vorjahresverbrauchs soll in diesem Zeitraum bei zwölf Cent pro Kilowattstunde liegen. Bei Strom liegt der Deckel bei 40 Cent pro kw/h und bei Fernwärme neuneinhalb Cent pro kw/h. Für die restlichen 20 Prozent gilt der gültige Vertragspreis. Die für Dezember 2022 beschlossene Soforthilfe soll Verbraucher davon entpflichten, die im Dezember vereinbarte Voraus- oder Abschlagszahlung zu leisten. Rückerstattungen bei bezahlten Beiträgen ist über den Energieversorger möglich. Mieter erhalten die Soforthilfe mit der Betriebskostenabrechnung im Jahr 2023.

Foto: mmphoto/ stock.adobe.com

Die Anschaffung einer **Photovoltaik-Anlage** (PV) soll in Zukunft nicht nur bürokratisch, sondern auch finanziell erleichtert werden. So werden ab diesem Jahr voraussichtlich Anlagen mit einer Leistung von bis zu 30 kWp von der Einkommenssteuer befreit – entsprechend sparen Verbraucher damit 19 Prozent. Außerdem gilt seit dem 1. Januar für Anlagen bis 25 kWp, dass die Vorgabe nur maximal 70 Prozent der Nennleistung in das öffentliche Netz einspeisen zu dürfen entfällt. Diese und einige andere Änderungen wurden in der Neufassung des Erneuerbare-Energien-Gesetzes (EEG) geregelt.

In den kommenden Wochen soll das bundesweite **Deutschlandticket** zu einem Preis von 49 Euro eingeführt werden. Mit diesem Ticket können dann sämtliche Busse und Bahnen des ÖPNV genutzt werden. Vorgesehen ist das Deutschland weit als monatlich kündbares Abo-Modell. // **ak**

ANZEIGE

Tennis spielen, auch im Winter – Jetzt unsere Abos zu Sonderpreisen sichern:

- Renovierte und moderne Tennishalle
- Spielen wie auf Asche
- Freundliche Gastronomie

Einfach online buchen unter
www.blau-gelb-eigen.de

TENNIS-CLUB BLAU-GELB EIGEN e.V. BOTTROP

Hallenbuchung und -abo: Thorsten Polnik (E-Mail: thorsten.polnik@blau-gelb-eigen.de)
Tennistraining: Anton Radev (Tel. 0172-28 52 215)

CRAFTED IN JAPAN

DER NEUE MAZDA CX-60

JETZT IM VORVERKAUF MIT REIHEN-SECHSZYLINDER-DIESELMOTOR

Der neue Mazda CX-60 verkörpert alles, was im Laufe der vergangenen 100 Jahre fester Bestandteil der Mazda DNA geworden ist: großartiges Design, japanische Handwerkskunst in Perfektion und technologischen Fortschritt. So eröffnet er unvergessliche Fahrerlebnisse und bietet mit einem neuen Reihensechszylinder-Dieselmotor beeindruckende Effizienz, dynamische Fahrleistung und hohe Reichweite.

In der Vollausstattung Takumi mtl. leasen für € **281** 1)

6 JAHRE | MAZDA GARANTIE

Kraftstoffverbrauch im Testzyklus (WLTP): Kurzstrecke 5,7 l/100 km, Stadtrand 4,9 l/100 km, Landstraße 4,7 l/100 km, Autobahn 5,9 l/100 km, kombiniert 5,3 l/100 km.
CO_2-Emission kombiniert: 139 g/km.

1) Ein Privat-Leasing-Angebot (Kilometer-Leasing) der Mazda Finance – einem Service-Center der Santander Consumer Leasing GmbH (Leasinggeber), Santander-Platz 1, 41061 Mönchengladbach – für einen Mazda CX-60 Takumi e-Skyactiv D 254 i-Activ AWD inkl. Driver Assistance-Paket, Convenience & Sound-Paket sowie Panorama-Glasschiebedach, bei € 281 monatlicher Leasingrate, € 11.000,00 Leasing-Sonderzahlung, 36 Monaten Laufzeit und 10.000 km Laufleistung pro Jahr. Bonität vorausgesetzt. Angebot ist gültig für Privatkunden und nicht mit anderen Nachlässen/Aktionen kombinierbar. Preise inkl. Überführungs- und zzgl. Zulassungskosten.

6 Jahre Mazda Garantie gemäß den Mazda Garantiebedingungen.

Abbildung zeigt den Mazda CX-60, die Ausstattungsmerkmale der abgebildeten Fahrzeuge sind nicht Bestandteil des Angebotes.

AUTOHAUS ROTTMANN GMBH
Raiffeisenstraße 9 · 46244 Bottrop - Kirchhellen
Tel. 02045 82626 · autohaus-rottmann.de

40. Turmblasen ein voller Erfolg

Ein Höhepunkt in der Weihnachtszeit: Gladbecker setzen ein Licht gegen dunkle Zeiten

Traditionell am Abend vor Heiligabend wird auf dem Dach des Sparkassenturms das Turmblasen veranstaltet. Nach zwei Jahren Corona-Pause konnte die bei den Gladbeckern liebgewonnene Veranstaltung endlich wieder stattfinden. Mit dabei war das Große Blasorchester der Musikschule unter der Leitung von Rolf Hilgers, der die Gäste mit bekannten Stücken wie „O du fröhliche", „Jingle Bells" oder „Stille Nacht" zum Mitsingen einlud.

Beim 40. Turmblasen nun sollte die Stadt besonders erstrahlen, um ein Zeichen für Frieden und ein neues Jahr voller Hoffnung zu setzen. Besucher wurden im Voraus gebeten ein Licht mitzubringen, um im Hinblick auf den Angriffskrieg Russlands auf die Ukraine Zuversicht auf ein friedliches neues Jahr zu zeigen. Viele Gladbecker Bürgerinnen und Bürger fanden trotz regnerischem Wetter ihren Weg in die Innenstadt und lauschten den Weihnachtsliedern, die vom Turm ertönten. // **vm**

Fotos: Daniel Böhm

Fotos: Valerie Misz

Opstapje-Programm feiert seinen 15. Abschluss

Ein wichtiger Baustein der frühen Hilfen: Jugendamt und Kinderschutzbund engagieren sich in der frühkindlichen Bildung und Erziehung

Unter dem Leitspruch „Der erste und wichtigste Lernort für Kinder ist die Familie“ engagiert sich der Kinderschutzbund im Auftrag des Jugendamtes in Gladbeck seit mittlerweile 15 Jahren in der frühkindlichen Bildung und Erziehung. Im Laufe dieser Zeit konnten etwa 500 Familien mit dem Opstapje-Programm begleitet werden. Gedacht ist dieses Angebot für Familien mit Kindern von der Geburt bis zum Alter von 36 Monaten.

Ursprünglich entwickelt wurde das Programm in den Niederlanden, woraufhin es vom Bildungsträger „IMPULS Deutschland Stiftung“ auf Deutschland übertragen und hier bekannt gemacht wurde. Schritt für Schritt in der Entwicklung – das bedeutet Opstapje übersetzt – und auf genau diesem Weg soll das Spiel- und Förderprogramm die Familien von Anfang an begleiten. Junge Familien, häufig mit Migrationshintergrund, sollen dabei unterstützt werden, sich für die Signale ihres Kindes zu sensibilisieren und den Alltag mit einem Baby zu meistern. Das Opstapje-Programm wurde von IMPULS überarbeitet und an die heutigen gesellschaftlichen Herausforderungen angepasst. Opstapje wird somit Teil des e: du- Eltern und du-Programms. Ab September 2023 wird die Namensänderung von Opstapje in e: du- Eltern und du-Programm erfolgen.

Im vergangenen Jahr nahmen 20 Familien mit ihren Babys und Kleinkindern teil. Mitte Dezember sind die Teilnehmerinnen und Teilnehmer dann ein letztes Mal im Familienzentrum Oase zusammengekommen. Bei der Abschlussfeier ist es stets Tradition, dass in gemütlicher Runde mit den betreuenden Pädagoginnen und Verantwortlichen der Stadt sowie des Jugendschutzbundes zusammen gegessen, geplaudert und die vorangegangenen zwölf Monate reflektiert werden. In der Zeit wurden die Familien wöchentlich von zwei Hausbesucherinnen, die selbst erfahrene Mütter sind, besucht. Mit speziell auf die jeweiligen Teilnehmenden zugeschnittenen Materialien und Spielanregungen konnten die Eigenverantwortung der Eltern in der Erziehung und Förderung der Kleinkinder erweitert und gestärkt werden.

„Nach wie vor sind Bedarf und Interesse bei den Gladbecker Familien hoch, sodass erneut nicht alle Familien berücksichtigt werden konnten“, bedauert der Erste Beigeordnete Rainer Weichelt, der an diesem Tag stellvertretend für Bürgermeisterin Bettina Weist vor Ort war. Gleichzeitig sichert er Unterstützung zu, um das Gladbecker Bündnis weiter zu fördern: „Wir sind absolut überzeugt von dem Opstapje-Programm. Vielleicht können wir die Kapazitäten in Zukunft noch weiter ausbauen.“ Das freut insbesondere auch Diplom Pädagogin Nadine Wieschollek, die bereits seit sieben Jahren das Programm koordiniert. Sie macht aktuell eine Weiterbildung zur Sexualpädagogik und konnte in diesem Jahr bereits erste Anregungen in den Programm-Alltag einfließen lassen: „Kinder sind neugierig und unbefangen. Wir haben den Kindern gezeigt, wie sie auf spielerische Weise ihre Körper erkunden können. Sexualität ist ein Thema, mit dem viele Eltern überfordert sind – dabei ist es so wichtig.“ Außerdem hat der Kurs gemeinsam Spielplätze erforscht, einen Ausweis bei der Stadtbücherei beantragt, Besuch von einer Ernährungsberaterin erhalten und einen Erste-Hilfe-Kurs am Baby und Kleinkind absolviert. „Es war besonders schön, dass wir nach den Einschränkungen in der Pandemiezeit wieder so viel persönlichen Kontakt aufbauen konnten. Vor allem für die Kinder ist das ein wichtiger Aspekt. Die Gruppe ist in den zwölf Monaten richtig zusammengewachsen“, sagt Wieschollek. Zum Abschluss erhielten die teilnehmenden Mütter und ihre Kinder noch ein Zertifikat. // **vm**

ANZEIGE

Unser Katalog Busreisen 2023 ist da!

BOKA-Tours
BUS- & GRUPPENTOURISTIK

BOKA-Tours GmbH
Kirchstraße 89 A
46514 Schermbeck/Gahlen
☎ 02045/407330
info@boka-tours.de

Gahlener Reiseshop

Gahlener Reiseshop
Kirchstraße 89 A
46514 Schermbeck/Gahlen
☎ 02853/91648
info@gahlener-reiseshop.de

Wir schicken Ihnen den Katalog auch gerne zu.

Zustiegsstellen in Kirchhellen, Gladbeck & Dorsten

Eine echte Chance

Wettbewerb für Startups: Gladbeck stellt „Raketenstart“ für Gründer in Aussicht

In diesem Jahr haben Startups die Möglichkeit, in Gladbeck ihre Ideen vom eigenen Unternehmen mit einer attraktiven „Starthilfe“ umzusetzen: Bürgermeisterin Bettina Weist, Stefan Hackmann, Geschäftsführer des Innovationszentrums Wiesenbusch Gladbeck (IWG), und Ludger Kreyerhoff, IWG-Aufsichtsratsmitglied als Vertreter des „Vereins zur Förderung der Gladbecker Wirtschaft“ (VGW), stellten die Planungen für einen Startup Wettbewerb im kommenden Jahr vor.

„Wir haben mit dem Innovationszentrum ein Pfund, mit dem wir wuchern können, einen tollen Standort mit ansprechender Architektur und großzügigen Räumlichkeiten. Der Standort muss jedoch mit Leben gefüllt werden. Dabei wollen wir uns wieder stärker zu den Wurzeln bekennen: Weg von der reinen Vermietung hin zur Förderung technologieorientierter beziehungsweise innovativer Existenzgründungen. Genau hier wollen wir mit einem Startup-Wettbewerb im nächsten Jahr den Hebel ansetzen“, erklärt Bürgermeisterin Bettina Weist. Die aktuellen Herausforderungen durch Klimawandel, Konjunkturkrise und Corona-Pandemie lassen immer mehr mögliche Gründer daran zweifeln, ihre Idee vom eigenständigen Unternehmen umzusetzen. Mit im Boot und vollends von der Idee überzeugt ist der neue Geschäftsführer der IWG Stefan Hackmann. „In der ersten gemeinsamen Aufsichtsratssitzung wurden die Weichen für den Wettbewerb gestellt“, so Weist.

Vier Startups können gewinnen

Dem möchten Stadt und IWG mit einer spannenden Möglichkeit entgegenwirken: Um aussichtsreichen kreativen und innovativen Gründern eine Plattform zu bieten, wird die Stadt Gladbeck zusammen mit dem IWG vier Startups die Möglichkeit geben, zwei Jahre die Infrastruktur des Innovationszentrums kostenlos zu nutzen. Dafür stehen vier Büroräume mit rund 30 Quadratmetern Fläche und eine Galerie als gemeinsamer „Makerspace“ zur Verfügung. Anfang April 2023 soll hierfür ein Wettbewerb gestartet werden. Die Startups können sich dann nach noch festzulegenden Vorgaben bewerben.
Eine Grundvoraussetzung wird sein, dass das Unternehmen aus dem Sektor der gebäudenahen Technologien und technikorientierte Dienstleistungen kommt. „Das ist einfach die DNA des IWG“, erklärt Stefan Hackmann. Unter den aussichtsreichsten Bewerbern werden vier Startups durch eine Jury aus Wirtschaft, Politik, Hochschulen und Verbänden ermittelt. „Die Startups erhalten in den zwei Jahren nicht nur Unterstützung von außen in allen Fragen der Gründung und des Aufbaus eines Unternehmens, sondern sie haben auch die Möglichkeit, einen engen Austausch mit bereits erfolgreichen Unternehmen im IWG zu führen. Somit können erfolgreiche ehemalige Gründer ihr Best-Practice-Wissen an junge Gründer weitergeben“, beschreibt der IWG-Geschäftsführer einen weiteren Vorteil des Projektes. „Die Grundidee ist, jungen Unternehmen die Chance zu geben, sich zu etablieren und zu wachsen“, erklärt Ludger Kreyerhoff. Was jungen Gründern in der Regel fehlt, ist die notwendige finanzielle Basis, um ihr Startup voranzutreiben. Die Gewinner des Wettbewerbes würden für zwei Jahre Mietkosten von rund 50.000 Euro einsparen – Ein Zeitraum, in dem sich junge Unternehmen üblicherweise in der Wirtschaft etablieren.

Die vier ausgewählten Startups sollen dann im August bzw. September 2023 in das Innovationszentrum einziehen. Nach Ablauf von zwei Jahren können die Unternehmen dann entscheiden, ob sie Räumlichkeiten im IWG auch zukünftig mieten möchten. Sollte der erste Anlauf in 2023 erfolgreich sein, ist für 2024 ebenfalls eine weitere Ausschreibung für vier weitere Startups geplant, die dann in diesem Jahr ins IWG ziehen werden.

Im Jahr 1995 wurde mit Unterstützung des Landes eigens für die Förderung junger Gründer ein Technologiezentrum mit 10.500 Quadratmeter Nutzfläche errichtet. Im IWG sind heute rund 50 Unternehmen mit über 250 Beschäftigten

ansässig. „Viele von Ihnen haben hier ihr Unternehmen gegründet und erfolgreich weiterentwickelt. Der Standort ist national wie auch international für seine Expertise in gebäudenahen Technologien und Dienstleistungen bekannt“, weiß Ludger Kreyerhoff, Aufsichtsratsmitglied und Vertreter für den VGW. Rund 60 Prozent der Mieter sind im engeren Kontext der gebäudenahen Technologien und Dienstleistungen tätig. Das IWG ist ein gemeinsames Unternehmen der Stadt Gladbeck und der heimischen Wirtschaft, dem VGW.
Weitere Informationen für Interessierte gibt es zukünftig auf der Homepage des IWG www.iwg-gladbeck.de. // **ak**

ANZEIGE

so wie der Schreiner, kann´s keiner ...
Schreinerei Grewing
Maßarbeit aus Holz:
• Innenausbau/Treppen
• Holz- & Kunststofffenster/Türen
• Möbel-Maßanfertigungen
• Repair Care Holzsanierungen
• Modernisierungsmaßnahmen
• Sicherheitstechnik nach DIN 18104
• Reparaturen u.v.m.
Qualität seit 1946
Zuhause sicher
www.schreinerei-grewing.de
info@schreinerei-grewing.de
Lichtenhagen 34
46514 Schermbeck
Tel. 0 28 53 / 29 85

Erfolg
Schulhaus
Nachhilfeschule Michael Mathes
Hochstraße 30 - 45964 Gladbeck - 02043/19418
Ein guter Start ins neue Schuljahr!
Schulhaus
Inh.: Michael Mathes (V. i. S. d. P.)
Telefon:
0 20 43 - 19 41 8
E- Mail: info@schulhaus.de
www.schulhaus.de

Fotos: Aileen Kurkowiak

25.000 Euro für den guten Zweck

Der Rotary-Club Gladbeck-Kirchhellen hat sich einen guten Erlös vom Benefizkonzert erhofft, aber mit einer solchen Summe hat man nicht gerechnet

Die tatkräftige Unterstützung des treuen Publikums und der vielen Sponsoren haben ermöglicht, dass das Benefizkonzert auf dem Schmücker Hof nicht nur für die Zuhörer ein echter Gewinn war: Durch den Reinerlös von 25.000 Euro kann die Frühförderinitiative Gladbeck die Therapieräume zeitnah erweitern, denn der Bedarf ist stark gestiegen.

Ende November konnte das alljährliche Benefizkonzert nach langer Corona-Pause endlich wieder stattfinden. In stimmungsvollem, adventlichem Ambiente auf dem Innenhof des Schmücker Hofs in Kirchhellen wurde die Veranstaltung für viele Besucherinnen und Besucher ein Höhepunkt der Vorweihnachtszeit.

Notwendige Erweiterung

„Die Frühförderinitiative, die aus einer Elterninitiative hervorgegangen ist, bietet eine kostenfreie individuelle Entwicklungsförderung für Kinder von der Geburt bis zur Einschulung. Wir freuen uns, dass eine so hohe Summe einem so guten Zweck zugutekommt“, erklärt Rotary-Präsidentin Dr. Theresa Zanke. Die Frühförderinitiative musste aufgrund des hohen Bedarfs in größere Räumlichkeiten umziehen, die Renovierungsarbeiten im oberen Stockwerk laufen noch immer, eine finanzielle Unterstützung kommt da durchaus gelegen. „Vor unserem Umzug zu Beginn des Jahres 2022 hatten wir eine Fläche von 150 Quadratmetern, jetzt sind es rund 500. Die Erweiterung war notwendig und ein echter Gewinn. Umso mehr freuen wir uns jetzt über die Unterstützung des Rotary-Clubs Gladbeck-Kirchhellen“, betont Einrichtungsleiterin Annette Heselmann-Hrosny.

Die Frühförderung ist eine Anlaufstelle für Eltern, die über die Entwicklung ihres Kindes beunruhigt sind. Oder denen von Kindergärtnern oder dem Kinderarzt ein entsprechender Hinweis gegeben wurde. Die Beratung, Diagnostik und Förderung ist für alle Familien kostenfrei. Am Prozess der Diagnostik, Beratung und Förderung sind eine Vielzahl an Fachrichtungen wie zum Beispiel Heilpädagogik, Motopädagogik, Physiotherapie, Logopädie, Ergotherapie, Psychologie und Kinderheilkunde beteiligt. Betreut werden in der Regel Kinder ab der Geburt bis zum Schuleintritt.

In der heilpädagogischen Förderung geht es darum, das jeweilige Kind in seiner gesamten Persönlichkeit wahrzunehmen und seinem Entwicklungsstand entsprechend ganzheitlich zu fördern. Hierbei werden die grundlegenden kindlichen Bedürfnisse, das Spiel und die Bewegung, als Förderansatz genutzt. Die vorgesehenen Förder- und Therapiemöglichkeiten werden innerhalb der verschiedenen Fachrichtungen aufeinander abgestimmt und in regelmäßigen Besprechungen weiterentwickelt.

Wichtige Unterstützung

Die Elterninitiative für Frühförderung besteht seit nunmehr 30 Jahren. Der Vorstand besteht aus sieben betroffenen Vätern, die ehrenamtlich ihrer Arbeit für den Verein nachgehen. Einer von ihnen ist Sigfried Schmitz, Gründungsmitglied und Vorsitzender der Initiative. Schon lange war die Frühförderung auf der Suche nach einem neuen Standort, um den aktuellen Bedarfen annähernd nachkommen zu können. Zuvor hatten sie ihren Sitz an der Luisenstraße. „Die neuen Räumlichkeiten an der Grabenstraße 13 sind ein echter Gewinn“, so Schmitz. Allerdings war das Gebäude renovierungsbedürftig und musste an die Bedarfe der Frühförderung angepasst werden. Möglich war das mithilfe eines Eigenanteils, aber auch vieler Spenden. Große, helle Räumlichkeiten mit einer adäquaten Ausstattung und einem geräumigen Besprechungsraum eröffnen ganz neue Möglichkeiten.

Weitere Informationen finden sich auf der Homepage www.fruehfoerderinitiative.de oder telefonisch unter der (02043) 22804. // **ak**

Foto: bigguns / stock.adobe.com

Lesetipps für jeden Geschmack

Wir stellen Ihnen regelmäßig die
aktuellen Buchtipps der Humboldt-Buchhandlung vor

Die Füße hochlegen, in fremde Welten eintauchen und einfach mal ausspannen? Mit einem guten Buch für viele ein guter Ausgleich zum oft stressigen Alltag. Viele haben ihre Lieblingsautoren, ihr Lieblingsgenre. Natürlich hilft auch die Internetrecherche auf der Suche nach einer passenden Lektüre weiter, aber ein Tipp von Menschen, die die Werke selbst gelesen haben, ist meist Gold wert.

Mrs. Pott's Mordclub und der tote Nachbar – *Krimi*

Robert Thorogood, Kiepenheuer & Witsch-Verlag,
12 Euro, Rezension von Christina Heger

Als die rüstige, etwas schrullige Judith eines Abends beim Nacktschwimmen in der Themse vom Nachbargrundstück einen Schuss hört, ist es zunächst die Sorge um den Nachbarn, die sie die Polizei rufen lässt...
Doch als die Polizei keine Leiche findet und zunächst keinen Grund für Ermittlungen sieht, nimmt Judith die Sache selbst in die Hand. Sie schwingt sich auf ihr Fahrrad, stakt mit ihrem Kahn über die Themse und lässt nichts unversucht, um zu beweisen, dass ein Verbrechen passiert ist.
Und tatsächlich, der Nachbar wurde erschossen und Judith findet Gefallen an der Ermittlungsarbeit. Im Stile einer Mrs. Marple ist sie fest entschlossen, die Wahrheit ans Licht zu bringen und ist dabei sehr erfinderisch.
Als es einen zweiten Toten gibt, gesellen sich zwei weitere Damen zum „Ermittlungsteam": Suzie, Hundesitterin und Nachbarin des zweiten Opfers und, zunächst widerwillig, Becks, die neurotische Gattin des Dorfpfarrers.
Ein sehr britischer, humoriger und wirklich unterhaltsamer „cozy crime" mit einem charmanten Ermittlerinnen-Trio. Für alle, die gerne kriminalistisch unterhalten werden, die aber weder um den Schlaf gebracht werden wollen noch blutriefende Seiten brauchen. „Auftakt einer Reihe, auf deren Fortsetzung ich bereits gespannt bin", sagt Christina Heger von der Humboldt-Buchhandlung.

Von der Idee zum Buch – *Kinderbuch*

Becky Davies, Ars Edition,
15 Euro, Rezension von Tanja Tenberg

Alle Bücher beginnen mit einer großartigen Idee. Und in diesem Buch erfahren die Leser, wie aus der Idee ein fertiges Buch wird. Wie arbeitet eine Illustratorin, wie ein Lektor? Was muss der Autor alles in Kauf nehmen, bis sein Buch am Ende in den Buchhandlungen steht? Mit witzigen Dialogen und bunten Bildern gibt es interessante Einblicke in die Entstehungsgeschichte eines Buches.
„Nach der Lektüre dieses Buches ist man auf jeden Fall bestens informiert, wie Bücher gedruckt und gebunden werden. Ein Bilderbuch für alle Interessierten ab etwa 6 Jahre, ein lohnendes Bilderbuch für Groß und Klein", sagt Tanja Tenberg von der Humboldt-Buchhandlung.

Foto: Jag_cz / stock.adobe.com

Der Pfad

Die Geschichte einer Flucht,
aktueller denn je und kindgerecht aufgearbeitet

Am 3. Februar zeigt das Kommunale Kino die Romanverfilmung „Der Pfad" von Regisseur Tobias Wiegmann. „Ein Abenteuerfilm, der auf einer wahren Begebenheit beruht und ausgezeichnet in die heutige Zeit passt", findet Agnes Smeja-Lühr vom Kommunalen Kino. Die Flucht aus Deutschland auf der Suche nach einer neuen Heimat – die packende Geschichte von Rolf, lebhaft verkörpert von Julius Weckruf.

Während Mutter Katja eine Überfahrt nach New York bekommt, müssen Vater und Sohn von Südfrankreich nach Spanien weiterreisen. Der regimekritische Journalist steht aufgrund seiner Haltung auf der schwarzen Liste und wird von den Nazis verfolgt. Ihm droht nicht nur die Inhaftierung, sondern sicherlich auch der Tod, wenn er ergriffen wird. Die Flucht ist die einzige Chance der Familie. Sie müssen über die Pyrenäen zu Fuß bis nach Lissabon gelangen, um ein Schiff gen Amerika besteigen zu können. Ihre Flucht ist nicht nur geprägt von Abenteuern, unangenehmen Spannungen und Überraschungen, sondern auch von Begegnungen, die sich als Glücksfall entpuppen. Das tapfere Mädchen Nuria kennt den Weg und soll die Männer führen, doch die plötzliche Verhaftung des Vaters führt dazu, dass die beiden Kinder von nun an auf sich alleine gestellt sind.
Wer sich fragt, warum einem das Gesicht des kleinen Rolf bekannt vorkommt, dem fällt es beim Stichwort „Hape Kerkeling" sicherlich wie Schuppen von den Augen. Darsteller Julius Weckauf avancierte durch seine Darstellung des halbwüchsigen Hape Kerkeling in „Der Junge muss an die frische Luft" zum absoluten Kinderstar. Ähnlich eindrucksvoll zeigt er in „Der Pfad" sein schauspielerisches Talent. Dir Freundschaft Rolfs mit der jungen Nuria trägt die fesselnde Fluchtgeschichte und zieht den Zuschauer in den Bann einer tiefen Kinderfreundschaft.
„Der Film zeigt nicht nur eine wahre Begebenheit, sondern spielt außerdem an Originalschauplätzen, was die Geschichte umso spannender und authentischer erscheinen lässt", meint Agnes Smeja-Lühr. „Eine absolut gelungene Abenteuergeschichte mit der persönlichen Empfehlung für Erwachsene und Kinder ab zehn Jahren." Der Film hat eine Altersfreigabe ab sechs Jahren. // **ak**

Das Kommunale Kino konnte endlich zum „Normalzustand" nach der Pandemie zurückfinden und zeigt nun wieder Filmvorstellungen jeweils um 18 und 20 Uhr an den Spieltagen. Das Programm des KoKi finden Interessierte auf der Homepage www.vhs-gladbeck.de/kommunales-kino.

Foto: Volksbank Ruhr Mitte

Das neue Vorstandsmitglied: Jörg Lott.

PR-TEXT

Volksbank Ruhr Mitte erweitert Vorstand

Wandel, das ist etwas, das die
Volksbank Ruhr Mitte auch in 2023 bewegen wird

Veränderungen bei der Volksbank Ruhr Mitte: Dr. Peter Bottermann, der bereits über 27 Jahre im Vorstand der Volksbank Ruhr Mitte tätig ist, davon knapp 16 Jahre als Sprecher des Vorstands, wird zum 30. Juni 2023 in den Ruhestand gehen.

„Eine lange Zeit, in der er die Geschicke der Genossenschaftsbank im Vorstandsteam mit großer Kompetenz und menschlichem Geschick geleitet und sich erfolgreich für das Wohl unseres Hauses eingesetzt hat", informiert Vorstandsmitglied Ingo Abrahams. „Der Aufsichtsrat der Volksbank Ruhr Mitte hat sich daher schon frühzeitig mit einer Nachfolge im Vorstandsgremium beschäftigt und Herrn Jörg Lott zum 1. Januar 2023 in den Vorstand bestellt."
Der 53-jährige Jörg Lott ist seit knapp sieben Jahren in der Volksbank tätig und kennt daher das Haus und das Geschäftsgebiet. Nach ersten beruflichen Jahren bei einer Großbank, kam Jörg Lott über die genossenschaftliche Zentralbank (WGZ Bank) und eine kleinere Volksbank nach Gelsenkirchen. Er war bis dato verantwortlich für das Private Banking, das Filialgeschäft sowie die private Baufinanzierung. Jörg Lott ist verheiratet und hat drei Kinder im Alter von 23, 20 und 17 Jahren.
„Wir freuen uns," informiert Dr. Peter Bottermann, „mit Jörg Lott einen Nachfolger gefunden zu haben, dem die Weiterentwicklung unserer Volksbank, die Zufriedenheit unserer Mitglieder und Kunden sowie die Einbeziehung der Mitarbeiter sehr am Herzen liegt."

Bei den Mitgliedervertretern der Bank wird Dr. Peter Bottermann sich im Rahmen der Vertreterversammlung verabschieden, die auf den 23. Mai 2023 terminiert wurde. Ab dem 1. Juli 2023 wird das Vorstandsgremium dann – wie in den letzten Jahren auch – aus zwei Vorstandsmitgliedern bestehen. Ingo Abrahams wird dabei die Sprecherfunktion übernehmen.

Foto: Graphicroyalty / stock.adobe.com

PR-TEXT

Gesunder Schlaf, Schlafstörungen, Schnarchen und Co.

St. Elisabeth-Krankenhaus und VHS Dorsten laden
am 4. März zum Dorstener Gesundheitstag

Ich schlafe schlecht, warum nur? Was ist eigentlich normaler Schlaf? Ist schnarchen ungesund? Wie diagnostiziert man Schlafapnoe und wie erfolgt die Behandlung? Diese und viele weitere Fragen beantwortet das Team des St. Elisabeth-Krankenhauses gemeinsam mit der Volkshochschule Dorsten am 13. Dorstener Gesundheitstag. Am Samstag, den 4. März sind alle Interessierten in die VHS Dorsten eingeladen, um sich zwischen 13 und 17 Uhr über Gesundheitsthemen rund um das Thema Schlaf zu informieren. Die Veranstaltung steht unter der Schirmherrschaft des Dorstener Bürgermeisters Tobias Stockhoff.

Attraktives Rahmenprogramm: Schlafmessung, ADAC-Fahrsimulator und vieles mehr

„Wir freuen uns sehr, dass wir nach zwei Jahren Corona-Pause wieder diesen Gesundheitstag in Kooperation mit der VHS Dorsten durchführen können", erklärt Guido Bunten, Kaufmännischer Geschäftsführer und Kaufmännischer Betriebsleiter des St. Elisabeth-Krankenhauses Dorsten. Neben interessanten Vorträgen zum Thema Schlaf wird ein attraktives Rahmenprogramm angeboten. Von Schlafmessung über physiotherapeutische Angebote bis hin zum Reaktionstest am ADAC-Fahrsimulator gibt es viel zu entdecken.

Informationsmeile rund um Schlafqualität

Entlang einer Informationsmeile stellen sich unter anderem die VHS und das Dorstener Krankenhaus mit unterschiedlichen Angeboten zum Thema Schlaf vor: Gezeigt werden Methoden zur Verbesserung der Schlafqualität und es gibt Informationen rund um Schlafschienen und Schlafmasken. Die Deutsche Selbsthilfegruppe für Sauerstoff-Langzeit-Therapie, die Selbsthilfegruppe Schlafapnoe Borken e. V. sowie der Seniorenbeirat Dorsten werden vor Ort sein, um unterstützend zu beraten. Klangreisen als Entspannungstechnik zum besseren Schlaf runden das Angebot ab.
Darüber hinaus gibt es gesunde Köstlichkeiten und Einblicke in das Kursprogramm des krankenhauseigenen Vereins KKRN-aktiv e. V. und der VHS. Durch das Programm führt Carsten Feldhoff, Leiter der VHS, der zum Abschluss des Tages noch eine Fragerunde mit allen Referenten moderiert. Der Flyer mit allen Informationen rund um den Dorstener Gesundheitstag liegt an vielen Stellen der Stadt aus und steht als Download auf der Homepage www.kkrn.de sowie www.vhs-dorsten.de bereit.

Foto: Dragana Gordic / stock.adobe.com

Die Vorträge:

13.15 Uhr:

Was ist normaler Schlaf?
Dr. med. Norbert Holtbecker, Chefarzt der Lungenklinik Ruhrgebiet Nord am St. Elisabeth-Krankenhaus

Ich schlafe schlecht - warum nur?
Dr. med. Hermann Thomas, Chefarzt der Lungenklinik Ruhrgebiet Nord am St. Elisabeth-Krankenhaus

Schluss mit Schnarchen – Wie können Zahn-Schienen helfen?
Zahnärztin Britta Hofmeister, Gesundheitszentrum St. Elisabeth, Dorsten

15.15 Uhr:

Schlafapnoe – Wie diagnostiziert man sie und wie erfolgt die Behandlung?
Friedrich A. Held, Facharzt für Innere Medizin u. Pneumologie, MVZ Ruhrgebiet Nord, Marl

Führt Schichtarbeit wirklich zu schlechtem Schlaf?
Dr. med. Hermann Thomas

Was hat Schlaf mit dem Autofahren zu tun?
Dr. med. Norbert Holtbecker

Ort: VHS Dorsten,
Im Werth 6, 46282 Dorsten

ANZEIGE

Foto: Valerie Misz

PR-TEXT

25 Jahre geballte Reisekompetenz

BOKA-Tours feiert sein 25-jähriges Bestehen:
Was Reise-Interessierte im neuen Jahr erwartet

Seit einem Vierteljahrhundert schon veranstaltet das Familienunternehmen BOKA-Tours vielfältige und außergewöhnliche Busreisen in Deutschland und Europa. Der Kirchhellener Hans-Dieter Wrobel war 1998 Mitbegründer und ist Geschäftsführer des Bustouristik-Unternehmens. Vor einiger Zeit übernahm sein Sohn Christoph die Geschäftsführung. Gemeinsam stehen sie und ihr Team des Gahlener Reiseshops für eine geballte Kompetenz in Sachen (Bus-)Reisen.

Getreu ihrem Motto „Für unsere Gäste nur das Beste" haben sie für das neue Jahr 2023 wieder eine spannende Vielfalt an Reisen zusammengestellt. In dem neuen Katalog finden Interessierte bewährte Formate wie die Reise mit dem „Musikdampfer" durch Holland, aber auch neue Touren wie zum Beispiel nach Egmond aan Zee an der holländischen Nordsee. Der BOKA-Tours Reisekatalog wird jedes Jahr mit viel Liebe zum Detail für die Kunden erstellt. „Es ist wie ein touristisches Bilderbuch, das den Anreiz gibt, mit uns auf Reisen zu gehen", beschreibt Dieter Wrobel. Erkundet werden können auf den geführten Bustouren zum Beispiel die bayerische Metropole München, das „Florenz des Nordens" Dresden oder Deutschlands schönstes Mittelgebirge, der Nationalpark Harz. „Unsere Touren werden immer von uns oder unserem Team begleitet. Der Urlaub beginnt, sobald unsere Gäste im Bus sitzen", betont Christoph Wrobel. Der langjährige Buspartner Boonk Reisen ist ein Familienunternehmen, dessen Busse nicht nur hohen Komfort bieten, sondern auch moderne Luftfilteranlagen.

Ein Höhepunkt in dem neuen Katalog ist die 8-tägige Reise an die Wachau, dem Weinparadies entlang der Donau. Da wird auch die österreichische Hauptstadt Wien erkundet. Und für Premium-Liebhaber geht es im Juni in die Dolomiten nach Südtirol in ein 4-Sterne-Wellness-Hotel, mit Galadinner und mehreren Gängen am Abend inklusive. Der nächste Kunden-Nachmittag, bei dem der neue Katalog vorgestellt wird, ist am 9. Februar und findet auf dem Hof Miermann, Scheideweg 38 in Kirchhellen statt. Gegen einen kleinen Kostenbeitrag können dort bei Kaffee und Kuchen jegliche Fragen direkt an das Team von BOKA-Tours gerichtet werden. Verbindliche Anmeldungen sind ab sofort möglich. Telefonisch erreichen Sie sie unter der (02045) 407330.

Tipp: Am 11. März veranstaltet BOKA-Tours einen Frühlings-Stadl im Brauhaus am Ring, Kirchhellen. Tickets gibt es für 39,50 Euro inklusive Kaffee und Kuchen bei BOKA-Tours, Kirchstraße 89 A in 46514 Schermbeck oder unter der (02045) 407330.

1) Foto: DLRG Gladbeck

2) Foto: Stadt Gladbeck

Kurz & Knapp

DLRG lädt zum 24-Stunden-Schwimmen

Nach drei Jahren Pandemie-bedingter Pause ist es wieder soweit: Am Wochenende vom 11. bis 12. März findet im Hallenbad Gladbeck das 24-Stunden-Schwimmen statt. Am Samstag um 13 Uhr fällt der Startpfiff. Sebastian Gehrt vom DLRG Gladbeck betont, dass auch Zuschauer herzlich willkommen sind. Für das leibliche Wohl ist gesorgt. Die Mitgliedschaft in einem Verein ist nicht nötig für eine Teilnahme. Teilnehmen kann außerdem jeder, der selbstständig ohne Hilfsmittel schwimmen kann. Geschwommen wird dann in verschiedenen Altersklassen. Jeder kann selbst entscheiden, wie lange und weit er im Becken schwimmen möchte oder kann. Es gibt die Möglichkeit, Urkunden oder Pokale zu gewinnen. Für Kinder und Jugendliche beträgt die Teilnahmegebühr 3,50 Euro, für Erwachsene 4,50 Euro. Die Anmeldung ist direkt vor Ort möglich am Veranstaltungswochenende ab Samstag 11.30 Uhr bis Sonntag 12 Uhr. Eltern aufgepasst: Im Lehrschwimmbecken steht ein Kinderprogramm zur Verfügung. „So können auch die Eltern in Ruhe schwimmen gehen, während die Kleinen betreut werden", freut sich Gehrt. Alle Informationen zum 24-Stunden-Schwimmen können unter gladbeck.dlrg.de nachgelesen werden. // **Abb. 1)**

Weitere Umgestaltungen in der Stadtbücherei

Bereits im Frühjahr 2022 wurde dank Fördermitteln des Landes Nordrhein-Westfalen der Zeitschriftenbereich im Forum der Stadtbücherei neu gestaltet. Ende vergangenen Jahres konnte nun der restliche Bereich des Forums neu möbliert werden. Und das hat sich verändert: Im oberen Bereich des Forums wurden die Medienmöbel ersetzt. Die DVD- und Blu-ray-Filme sind jetzt in niedrigen, modernen Medientrögen untergebracht. Ein kleines Ausstellungspodest und eine zu den bereits vorhandenen Möbeln passende Sitzgruppe ergänzen den Bereich. Im unteren Bereich des Forums wurde eine Ruhe-Arbeitszone mit sechs Tischen eingerichtet, an denen jeweils ein bis zwei Personen ruhig und entspannt lernen und arbeiten können. Mobile Schallschutz-Trennwände sorgen für mehr Privatsphäre. Außerdem wurde der Arbeitsbereich mithilfe dreier Raumteiler vom Bereich des Lesecafés getrennt. Im Lesecafé selbst können sich Besucherinnen und Besucher an einem Kaffeeautomaten mit Münzeinwurf mit Heißgetränken versorgen. Mit seiner neuen, einheitlichen Möblierung ist aus dem Forum der Bücherei ein attraktiver Aufenthalts- und Lernort geworden. // **Abb. 2)**

3) Foto: Stadt Gladbeck

Stadt Gladbeck verleiht den 35. Umweltpreis

Schon seit dem Jahr 1988 vergibt die Stadt Gladbeck jährlich den Umweltpreis, der auf Initiative der Stadt von verschiedenen lokalen Firmen unterstützt wird. Mit dem Preis werden Projekte ausgezeichnet, die dem Erhalt, der Pflege, dem Schutz oder der Verbesserung der Umweltbedingungen im Stadtgebiet dienen. Ende Dezember wurden die Umweltpreise zum 35. Mal verliehen. Den ersten Platz (1.500 Euro Preisgeld) belegte die Ingeborg-Drewitz-Gesamtschule mit dem Bau einer Solar-Lounge mit integrierten Solarmodulen und Ladeanschlüssen. Den zweiten Preis (1.200 Euro) bekam die Erich-Kästner-Realschule für ihren Einsatz im eigenen Schulgarten, in dem unter anderem selbstbewässernde Pflanzkästen die Pflanzen im Hochsommer vor dem Vertrocknen schützen. Mit einigen kleineren Projekten wie dem Bau von Insekten- und Vogelhäusern, dem Rikscha-Projekt für Senioren und dem Fairteller sicherte sich die Evangelisch-Lutherische Kirchengemeinde ein Preisgeld von 900 Euro. Außerdem durfte sich Henry Trebstein für das Projekt „Lufkollektor" über den vierten Platz und 600 Euro freuen. Insgesamt wurden 19 Projekte vorgestellt. // **Abb. 3)**

Neuer künstlerischer Leiter der Forumskonzerte

Als Nachfolger von Heiner Menning wird Zdenko Sojčić künftig als künstlerischer Leiter des Forums Deutscher Musikhochschulen in Gladbeck eingesetzt. Nach wie vor soll der Schwerpunkt der Veranstaltungen auf Klassik liegen. Um besonders junge Menschen zu begeistern, möchte Sojčić, der bereits seit mehr als 15 Jahren in Gladbeck lebt, aber auch neue Konzepte austesten: „Hier schlummert noch viel Potenzial." In seiner Wahlheimat ist er kein Unbekannter. Der 49-jährige arbeitete 15 Jahre lang am Städtischen Ratsgymnasium, an dem er innovative Konzepte zur musischen Bildung einbringen und damit nachhaltig zur Schulentwicklung beitragen konnte. Im vergangenen Jahr trat er eine neue Stelle am Vestischen Gymnasium in Kirchhellen als Lehrer für Mathematik, Katholische Religion und Musik an. Seit mehr als zehn Jahren ist der Wahl-Gladbecker zudem Chorleiter des Städtischen Musikvereins. Kulturdezernentin Linda Wagner freut sich sehr, dass mit Zdenko Sojčić ein Nachfolger gefunden wurde, der über langjährige Erfahrung verfügt. In seinem neuen Amt als künstlerischer Leiter stürzt er sich ab sofort in die Konzeption und Planung der Konzertsaison, die im Herbst startet. // **Abb. 4)**

4) Foto: Stadt Gladbeck

Foto: Brent Hofacker / stock.adobe.com

Gesund in das neue Jahr starten

Vier Rezeptideen für einen frischen Start in das neue Jahr –
Einfach und lecker zubereitet

Frühstücks-Auflauf mit Haferflocken

Zutaten (für 10 Portionen)

200 g	Haferflocken (gemischt)
400 ml	Milch
2	Eier
1	Banane
120 g	Beeren (Himbeeren, Blaubeeren …)
40 g	Nüsse (Walnüsse, Mandeln, Cashew ...)
1 Prise	Zimt

Zubereitung

Heizen Sie den Ofen auf 170 Grad vor. Geben Sie die Haferflocken mit Nüssen und den Früchten in eine Auflaufform. Heben Sie etwas von dem Obst auf, damit der Auflauf am Ende damit dekoriert werden kann. Nun Milch und Eier verquirlen und nach Belieben mit Gewürzen wie Zimt oder Lebkuchengewürz verfeinern. Wer auf den Zucker verzichtet, spart Kalorien. Die Mischung anschließend über die Haferflocken geben und zu einer Masse vermengen. Geben Sie die restlichen Früchte oben drauf und backen die Mischung für etwa eine halbe Stunde im Ofen.
Den Auflauf können Sie lauwarm oder kalt am nächsten Tag genießen. Ein tolles Rezept, mit dem Sie Frühstück für mehrere Tage vorbereiten können.

Haferflocken mit Birne und Walnüssen

Zutaten (4 Portionen)

250 g	Birnen
50 g	Walnüsse
10 g	Agavendicksaft
1 Prise	Salz
1 Prise	Zimt
1 Prise	Muskat
600 ml	Milch
120 g	zarte Haferflocken
20 g	Zucker

Foto: oksix / stock.adobe.com

Zubereitung

Wenn Sie dieses Rezept für mehrere Tage vorkochen möchten, können Sie einfach vier Schraubgläser dafür nutzen und das Gericht über mehrere Tage im Kühlschrank aufbewahren. Die Birnen in kleine Stücke schneiden und in einer Pfanne auf mittlerer Hitze unter ständigem Rühren mit Salz, Zimt, Muskat und dem Agavendicksaft goldbraun anbacken. Kochen Sie die Haferflocken mit etwas Zucker für etwa 8 Minuten in der Milch, bis diese zu einer weichen Masse werden. Das Porridge können Sie anschließend in Schalen umfüllen, mit dem Kompott und einigen Walnüssen garnieren oder in den Schraubgläsern aufbewahren. Das Gericht schmeckt warm und kalt. Tipp: Statt normaler Milch können Sie auch Kokos-Reisdrink verwenden.

ANZEIGE

Mit unserem Konzept „Feste Zähne an einem Tag“ gehören lästige Zahnprothesen oder lockere Zähne für immer der Vergangenheit an. Dank hochmoderner Technik, Know-How und einem eigenen OP-Bereich können wir Ihnen innerhalb eines Tages Implantate setzen und diese am selben Tag gleichzeitig mit Zahnersatz versorgen. Sie verlassen unsere Praxis mit festen Zähnen, die sofort belastet werden können. Wenn Sie mehr erfahren möchten über das Konzept besuchen Sie unseren Info-Abend.

DR. SCHLOTMANN | PLATZ DER DT. EINHEIT 8 | DORSTEN | T: 02362/6099332 | WILLKOMMEN@DR-SCHLOTMANN.DE

Buntes Ofengemüse mit Feta

Zutaten (4 Portionen)

1	Zucchini
1	rote Paprika
250 g	Kartoffeln
250 g	Süßkartoffeln
200 g	Cherry-Tomaten
200 g	Brokkoli
250 g	Feta
1	rote Zwiebel
20 ml	Öl
20 g	Ajvar oder Tomatenmark

Salz und Pfeffer
Paprikagewürz
Thymian
Balsamico-Essig

Zubereitung

Den Backofen auf 180 Grad vorheizen. Schneiden Sie das Gemüse, das je nach Belieben und Saison ausgetauscht werden kann, in mundgerechte Stücke. Den Feta ebenfalls mundgerecht würfeln. Vermengen Sie das Öl und Ajvar oder Tomatenmark mit den Gewürzen und geben einen Schuss Balsamico-Essig hinzu. Das Gemüse können Sie entweder in eine Auflaufform oder auf ein Backbleck mit Backpapier geben und mit der Marinade und dem Feta vermengen. Wer es lieber orientalisch mag, kann statt Thymian auch Garam Masala oder Curry dazugeben. Backen Sie das Gemüse anschließend etwa 40 Minuten im Backofen. Dazu kann ein frischer Joghurt-Dip oder eine Kartoffelcreme gereicht werden.

Leichtes Gemüse-Curry

Zutaten (4 Portionen)

200 g	Tiefkühl-Erbsen
600 g	Blumenkohl
150 g	Möhren
2	rote Zwiebeln
200 g	Basmati-Reis
40 g	Cashewkerne oder Erdnüsse
15 ml	Öl
2 TL	Currypaste

Currypulver

200 ml	Kokomilch
400 ml	Gemüsebrühe

Salz und Pfeffer

Zubereitung

Die Erbsen auftauen und den Blumenkohl in kleine Röschen schneiden. Mähren schälen und in mundgerechte Stücke schneiden. Die Zwiebeln schälen und würfeln. Kochen Sie den Reis nach Packungsanweisung in gesalzenem Wasser. Den Blumenkohl und die Möhren in einem Topf mit kochendem Salzwasser etwa 10 Minuten garen. Gießen Sie das Wasser ab und fangen es für die Gemüsebrühe auf. Öl in einem Topf erhitzen und die Zwiebeln mit der Currypaste und dem -pulver glasig braten. Mit Kokosmilch und Brühe ablöschen und kurz aufkochen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Geben Sie bei Bedarf ein wenig Stärke oder Saucenbinder hinzu. Erwärmen Sie das Gemüse darin und richten es am Ende mit dem Reis auf einem Teller an. Die Cashews oder Erdnüsse können sie nach Geschmack unterrühren oder zum Garnieren nutzen. // **vm**

Aktuelle Termine

Bis Sonntag, 19. März
Neue Galerie: Einzelausstellung „Water" der Künstlerin Vivian Greven in der Neuen Galerie Gladbeck, Bottroper Straße 17. Öffnungszeiten: mittwochs bis sonntags jeweils von 15 bis 20 Uhr. Der Eintritt ist frei.

Januar

Sonntag, 29. Januar
Mathias-Jakobs-Stadthalle: Abo für Theater-Mini und Einzelkartenverkauf für „Petersson und Findus" von dem Jungen Theater Bonn. Beginn ist um 11 Uhr. Karten gibt es für acht Euro zzgl. Gebühren an der Theaterkasse. Weitere Informationen finden Sie unter www.gladbeck.de.

Februar

Samstag, 11. Februar
Up To Dance: Die 33. Edition des Up To Dance Festivals findet wieder in der Mathias-Jakobs-Stadthalle statt. Es gilt als das größte Tanzfestival in der Emscher-Lippe-Region. Tickets gibt es ab 22,50 Euro (19,50 Euro ermäßigt) im Ticketshop von Up To Dance. Um 18 Uhr beginnt die Start-up Show, um 20 Uhr die Gala-Show. Mit einem Ticket können beide Shows besucht werden.

Sonntag, 12. Februar
Mathias-Jakobs-Stadthalle: Der Kinderkarneval beginnt um 14 Uhr. Mit dabei sind die DJs Jens und Jörg Sievers, ein Ballonkünstler, die Kinderprinzenpaare aus Bottrop und Datteln sowie die Jugend- und Prinzengarde. Karten gibt es für 4,50 Euro an der Theaterkasse.

Montag, 13. Februar
DRK: Blutspende-Termin in der Mathias-Jakobs-Stadthalle von 10 bis 19 Uhr. Um Wartezeiten zu vermeiden, können vorab Termine beim DRK-Blutspendedienst unter www.blutspende.de reserviert werden.

Donnerstag, 16. Februar
Weiberfastnacht: Rathaussturm am Alten Rathaus in Gladbeck. Die Teilnehmerinnen treffen sich um 10 Uhr am Oberhof. Alle jecken Frauen sind eingeladen, sich in den Zug einzureihen. Um 11.11 Uhr soll dann das Rathaus gestürmt werden. Die Teilnahme ist kostenfrei, im Rathaus gibt es außerdem kostenfreie Getränke.

Sonntag, 19. Februar
Schubkarren KG: Traditionell am Tag vor Rosenmontag zieht der närrische Umzug mit geschmückten Schubkarren sowie Bollerwagen durch den Stadtteil Rosenhügel. Insgesamt beteiligen sich 20 Gruppen mit etwa 360 Teilnehmern an dem Zug. Um 13.30 Uhr starten sie an der Südparkschule an der Münsterländer Straße. Der Umzug endet gegen 16 Uhr an der Erich-Kästner-Realschule.

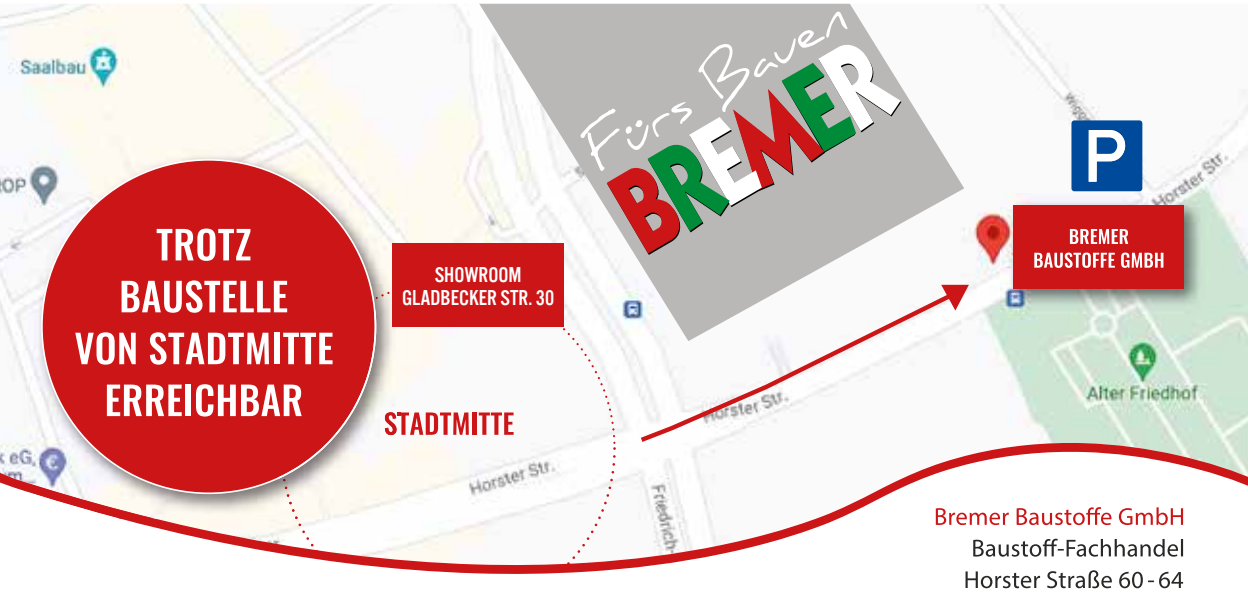
Weitere Termine finden Sie unter www.lebensart-regional.de

Sie möchten einen Termin in der LebensArt veröffentlichen?
Dann schicken Sie uns diesen einfach an **termine@aureus.de**.

Große Fliesen- und Badausstellung!

Ihr Fliesenfachhandel:

- ✓ große Auswahl an Boden- & Wandfliesen
- ✓ Outdoorfliesen
- ✓ 3D Badezimmerplanung
- ✓ hochwertige Badmöbel



Bremer Baustoffe GmbH
Baustoff-Fachhandel
Horster Straße 60 - 64
46236 Bottrop
Tel 0 2041 184 621
E-Mail info@baustoffe-bremer.de

www.baustoffe-bremer.de

Fassadengestaltung • Garten- und Terrassengestaltung • Dachausbau und Innenrenovierung • Badmodernisierung