

ortszeit

DAS MAGAZIN FÜR DIE GROSSE FAMILIE



UKBS

Ihr guter Nachbar

Hier wohne ich schlau



- Unnaer Kreis-Bau- und Siedlungsgesellschaft mbH
- Friedrich-Ebert-Straße 32
59425 Unna
- +49 2303 2827-0
- info@ukbs.de
- www.ukbs.de

Foto: Knappecke
www.ukbs.de



Münz- und Edelmetallhandel Familie

ARETZ

Münzen & Edelmetallhandel

Seit über 17 Jahren in Unna

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

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

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

BRUNO GÜNNA KNUST

DA LACHT DAT HERZ
Kamener Stadthalle

MUTTERTAG
10.05.26 | 18.30 Uhr

Stefan Jokiel
Sanitär - Heizung - Klima



Daniel Zahradka
fachbetriebl.

Entdecken Sie
unsere neue Ausstellung



Edisonstr. 3a
59199 Bönen
Tel. 02383/922940
stefan@jokiel-shk.de

Schreiben Sie noch oder klicken Sie schon ?



Jobcenter-App
Download für iOS



Jobcenter-App
Download für Android



Für den Browser
www.jobcenter.digital

NEU!

Kein Weg.
Kein Warten.
Erreichen Sie uns
jetzt einfach per
Smartphone.



- Unna** 7
Mobilitätsschau
- Gaumenfreuden** 17
Falscher Hase
- Gesundheit** 19
Weltgesundheitsstag
- Verlosung** 30
FORT FUN Abenteuerland



Story des Monats
Seite 4
Laura Nolte



Unna
Seite 7
Benefizkonzert



Fröndenberg
Seite 8
Frühlingsmarkt

Impressum

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

Anzeigen:
Wolfgang Walter
Tel.: 0 23 03 • 30 10 724
walter@fkwverlag.com
Jochen Flessner
Tel.: 0 29 24 • 87970-12
flessner@fkwverlag.com

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

Redaktion:
Matthias Scheuren, Katharina Klaus
Satz: www.4cminds.de
Druck: Senefelder Misset, Doetinchem
Erscheinungsweise: monatlich
Verbreitungsgebiet: Auslagen in Unna, Kamen und Umgebung
Erfüllungsort: Möhnese

Keine Gewähr für unaufgefordert eingedachte Manuskripte oder Fotos. Der Abdruck von Veranstaltungshinweisen ist kostenlos. Abdruck und Vervielfältigung redaktioneller Beiträge und Anzeigen bedürfen der ausdrücklichen Zustimmung des Verlages.

Titelbild: ©Max Sonnenschein / Kamener Betriebsführungsgesellschaft mbH

Liebe Leserinnen und Leser,

der Frühling bringt frischen Schwung – und genau diese Aufbruchstimmung spiegelt auch unsere neue Ausgabe wider. Während die Tage länger werden und die ersten Veranstaltungen ins Freie locken, richten wir den Blick auf Menschen, Ereignisse und Geschichten, die unsere Region bewegen.

Im Mittelpunkt steht diesmal eine beeindruckende Persönlichkeit: Laura Nolte. Nach ihren herausragenden Erfolgen im Bobsport und ihren Olympiasiegen wurde sie nun mit der Ehrennadel der Stadt Unna ausgezeichnet. Eine verdiente Anerkennung für eine Athletin, die mit Ehrgeiz, Disziplin und Leidenschaft ihren Weg gegangen ist – und dabei viele Menschen inspiriert. Doch auch darüber hinaus stellen wir in dieser Ausgabe wie-

der zahlreiche Veranstaltungen vor, die Lust machen, aktiv in den Frühling zu starten. Der Frühlingsmarkt in Fröndenberg lädt zum entspannten Bummeln und Entdecken ein. Ein besonderes Zeichen für Zusammenhalt setzt das Benefizkonzert der Kinderkrebshilfe in der Stadthalle Unna. Musik genießen und gleichzeitig Gutes tun – eine Kombination, die zeigt, wie stark Gemeinschaft wirken kann. Auch kulinarisch wurde es passend zur Jahreszeit: Mit unserem Rezept für „Falscher Hase“ holen wir einen echten Klassiker auf den Tisch, der gerade zu Ostern nicht fehlen darf. Natürlich gibt es auch wieder etwas zu gewinnen: Freuen Sie sich auf Verlosungen für das FORT FUN Abenteuerland sowie für die beliebte Veranstaltung „Ladies lacht Werl“. Beste Unterhaltung ist also

garantiert. Außerdem darf auch unser allseits beliebter Veranstaltungskalender nicht fehlen. Hier sehen Sie auf einen Blick, welche Events wann und wo stattfinden.

Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Lesen, Entdecken und genießen dieser frühlingshaften Ausgabe!
Ihr Team der Ortszeit!



FOLLOW US ON



Nikkys Hundesalon
Hundefrisörin / Groomerin
Nicole Pöter
59269 Beckum
Tel.: 0176 - 30135444
Waschen, Schneiden, Föhnen zu fairen Preisen
Hunde bis 15 kg

Sofort Bargeld oder erhöhte Gutschrift!

Wir kaufen Ihr Altgold

Altgold
Zahngold
Münzen
Barren

JUWELIER BECHER

Weststraße 71-72
59174 Kamen
02307.15926
Shop-Becher.com

Erst Gold, dann Ehrennadel

Bobsportlerin Laura Nolte erobert Olympia



Laura Nolte (rechts) und Deborah Levi feiern ihren Erfolg. Foto: ©Krissi Behr/Authentic Athletes

Die Kreisstadt Unna ehrt eine ihrer bekanntesten Persönlichkeiten: Die Bob-Pilotin Laura Nolte, doppelte Olympiasiegerin im Zweierbob, erhielt die Ehrennadel der Stadt Unna. In einer öffentlichen Feierstunde am 12. März wurde die 27-jährige Athletin in der Bürgerhalle des Rathauses ausgezeichnet.

Die Auszeichnung ist eine der höchsten, die die Stadt zu vergeben hat. Sie wird an Menschen verliehen, die sich „in besonderer Weise um Unna verdient gemacht haben“ - und gerade Noltens Leistungen auf der internationalen Bob-Bühne haben nach Ansicht der Stadt einen bleibenden Eindruck hinterlassen. Bürgermeister Dirk Wigant betonte, wie stolz Unna auf seine erfolgreiche Sportlerin ist: „Laura

Nolte ist eine tolle Botschafterin unserer Stadt und trägt dazu bei, dass Unna in der Welt ein Stück bekannter wird.“

In Unna aufgewachsen

Bei der Feierstunde im Rathaus würdigte Bürgermeister Wigant nicht nur Noltens sportliche Erfolge, sondern auch ihre Verbundenheit mit ihrer Heimatstadt. In Unna ist Laura Nolte aufgewachsen und zur Schule gegangen. Bis heute fühlt sie sich ihrer Heimatstadt eng verbunden. Rund um die Ehrung, zu der sie von ihrer Familie begleitet wurde, traf sie auf viele bekannte Gesichter, darunter auch ihren ehemaligen Sportlehrer vom Geschwister-Scholl-Gymnasium. Auf der Bühne ließ Laura Nolte durchblicken, dass die nächsten Olympischen Winterspiele 2030 in den

französischen Alpen ein reizvolles Ziel für Deborah Levi und sie seien – und sorgte damit für Jubel im Publikum. „Wir haben viel darüber nachgedacht in der letzten Zeit. Eigentlich sollte nach 2026 Schluss sein, aber aktuell fühlt sich das noch nicht richtig an, weil wir noch so erfolgreich und jung sind. Es macht so viel Spaß und wir sehen es als Privileg an, unsere Leidenschaft als Beruf ausüben zu können. Deshalb ist erstmal noch nicht Schluss und wir können uns beide gut vorstellen, noch einen Zyklus zu machen. Wir müssen aber gucken, was unsere Körper dann sagen.“ Anschließend nahm sich die Doppel-Olympiasiegerin viel Zeit, um Fragen ihrer Fans zu beantworten, stellte sich für Fotos zur Verfügung und schrieb jede Menge Autogramme.

Die Stimmung war großartig – was nicht zuletzt an der sympathischen, bodenständigen und authentischen Art Laura Noltens lag. Schon bei ihrer Ankunft hatte sich die 27-Jährige riesig gefreut, als sie mit einer zu ihren Ehren gestalteten Wand überrascht wurde. Die Wand befindet sich zwischen dem Rathaus und dem Einkaufszentrum Neue Mühle und wurde im Auftrag der Kreisstadt Unna von zwei Graffiti-Künstlern mit einem Kunstwerk besprüht, das einen Bob, eine Goldmedaille mit ihrem Namen und den Schriftzug „Aus Unna“ zeigt. Zahlreiche Unnaer Bürgerinnen und Bürger gingen schon auf der Straße auf Laura Nolte zu und ließen es sich nicht nehmen, ihr persönlich zu gratulieren.

Internationale Erfolge

Doch wie war überhaupt der Werdegang der heutigen Weltklassesportlerin? Laura Nolte wurde am 23. November 1998 in Unna geboren und startete ihre Karriere im Bobsport im Jahr 2015. Schnell machte sie sich als Pilotin einen Namen und setzte früh Maßstäbe: Bereits 2016 gewann sie bei den Olympischen Jugend-Winterspielen im Monobob Gold. Bei den Olympischen Winterspielen 2022 in Peking triumphierte Nolte im Zweierbob zusammen mit Antrieberin Deborah Levi und schrieb Sportgeschichte - sie wurde die jüngste Bob-Olympiasiegerin der Geschichte. Auch bei den Winterspielen 2026 in Mailand-Cortina d'Ampezzo setzte sie ihre Erfolgsserie fort: In der Zweierbob-Disziplin erneut ganz oben auf dem Podest, sicherte sie sich zusammen mit Levi Olympisches Gold und bestätigte ihre Rolle als eine der dominierenden Athletinnen im internationalen Bobsport. Zudem gewann sie die Silbermedaille im Monobob. Neben ihren olympischen Triumphen feierte Nolte zahlreiche Siege im IBSF Weltcup - sowohl im Zweierbob als auch im Monobob - und gewann Titel bei Welt- und Europameisterschaften. Sie gehört seit Jahren zu den Top-Pilotinnen im Bob-Zirkus und sammelte dabei mehrere Weltcup-Gesamtsiege.



Laura Nolte erhält von Bürgermeister Dirk Wigant die Ehrennadel der Stadt Unna. Fotos: F.K.W. Verlag



Laura Nolte präsentiert ihre Medaillen.

Die Anfänge

Nach den Olympischen Spielen erlebte sie einen wahren Terminmarathon. Jeder wollte ein Bild oder eine Stimme von der Goldmedaillengewinnerin haben. Das führte dazu, dass sie vor dem Empfang im Unnaer Rathaus erst einen Tag zuvor in Unna angekommen war. „Es ist total schön hier zu sein. Hier hat alles angefangen, hier bin ich auch mit der Kinderleichtathletik bei Rot-Weiß Unna gestartet.

Die Stadt hat mir den Weg geebnet, für alles, was danach kam“, erklärte Nolte, die betont, dass die Leichtathletik der Grundstein für ihre spätere Bobkarriere war. Nach ihrer Zeit in Unna hat sie ihre sportliche Laufbahn in Dortmund fortgesetzt und dort einige Bobsportler getroffen. Sie verriet, dass sich das Bob-Training im Sommer nicht alles angefangen, hier bin ich auch mit der Kinderleichtathletik bei Rot-Weiß Unna gestartet.

den Sportarten an der Tagesordnung. Ihre läuferischen Fähigkeiten sollten ihr später noch zu Gute kommen. Bereits mit 15 Jahren hatte sie eine 100-Meter-Bestzeit von knapp 12,5 Sekunden.

Irgendwann sei sie dort angesprochen und gefragt worden, ob sie nicht mal mit nach Winterberg kommen möchte – und das tat sie. Ursprünglich war sie als Antrieberin gescoutet worden. Der damalige Bundestrainer wollte sie aber zur Jugendolympiade im Monobob schicken – und da musste sie zwangsläufig die Rolle der Pilotin übernehmen. Obwohl sie schnell erfolgreich war, gibt Nolte zu, dass sie vor ihrer ersten Fahrt großen Respekt hatte. „Es ist anders als im Fernsehen. Dort sieht man zwar, dass es schnell ist, aber sieht nicht, wie hoch diese Kurven wirklich sind. Mir hatte das beim ersten Mal echt Angst gemacht. Heute ist das anders. Ich habe Respekt vor anspruchsvollen Bahnen, aber keine Angst mehr“ so die Athletin, die für den BSC Winterberg startet und sich auch nicht vor Geschwindigkeiten von bis zu 150 km/h fürchtet.

Teamedanke entscheidend

Aber auch über den Sport an sich äußerte sich die Olympiasiegerin. So machte sie deutlich, dass das Material in etwa ein Drittel der Gesamtleistung aus-

macht. Die anderen Zweidrittel setzen sich aus der Start- und Fahrleistung zusammen. Auch über den Umgang mit Druck sprach die Sportsoldatin, die an der Ruhr-Universität Bochum Wirtschaftspsychologie studiert und aktuell in Frankfurt lebt. Das sei ein Lernprozess. Am Anfang sei ihr das auch nicht so leichtgefallen. So stürzte sie bei ihrer ersten Weltmeisterschaft, nachdem sie erfuhr, dass ihre Antrieberin Deborah Levi krank ausfallen würde und sie mit wem anders fahren müsse, weil sie mit dem Druck nicht umgehen konnte. Allerdings habe sie aus der Erfahrung sehr viel gelernt. Heute versuche sie, aus dem Druck etwas Positives zu ziehen und nicht das Negative zu fokussieren. Zudem betont sie, dass Erfolg niemals von alleine kommt. Zwar seien es letztlich Deborah Levi und sie, die am Ende auf dem Siegerpodest stehen, aber dahinter stehe ein großes Team – auch deshalb, weil der Bobsport sehr trainings- und kostenintensiv ist. Dementsprechend ausgelassen wurde der Sieg auch gefeiert. „Das war sehr gut, darauf hatten wir uns auch extrem gefreut, dass wir den Moment, egal was auch dabei herausgekommen wäre, mit unseren Familien und Freunden teilen können. Wir waren im deutschen Haus und hatten eine gute Party. Leider wurden wir um halb 4 herausgeworfen, aber bis dahin war es sehr cool. Die Feier toppt nichts. Das war definitiv mein Olympiamoment.“

Das Erfolgsgeheimnis

Solche gemeinsamen Erfolge, wie die beiden Olympiasiege schweißen natürlich zusammen. Und obwohl Laura Nolte und Deborah Levi so viel Zeit miteinander verbringen, betont Nolte, dass sie sich mit ihrer Freundin und Teampartnerin noch nicht einmal gestritten habe. Nach dem ganzen Trubel gönnt sich Laura Nolte jetzt eine kleine schöpferische Pause, bevor sie im April leicht und dann ab Mai wieder komplett ins Training einsteigt. (MS/KK)

Benefizkonzert in der Stadthalle Unna

Kinderkrebshilfe Unna lädt am 21. April ein

Von 2001 bis 2026. Nicht nur auf den ersten Blick ist das eine lange Zeit. 25 Jahre – exakt so lange gibt es die Kinderkrebshilfe Unna – und exakt so lange engagiert sich das Ehepaar Monika und Dieter Rebbert ehrenamtlich, um krebserkrankten Kindern eine bessere Perspektive in schwierigen Zeiten zu bieten.

Wichtig ist ihnen viel Geld zu sammeln, um die Arbeit der Deutschen Kinderkrebshilfe zu unterstützen. Ein wichtiger Teil ihrer Arbeit sind die Benefizkonzerte, die sie in der Stadthalle Unna veranstalten. In diesem Jahr werden am Dienstag, 21. April, um 20 Uhr die Marinemusikkorps Wilhelmshaven in der Unnaer Stadthalle auftreten. „Die Zuschauer können sich in diesem Jahr auf ein maritimes Konzert freuen, wo das Orches-



Foto: Privat

Auch die Heeresmusikkorps Kassel waren schon beim Benefizkonzert.

ter wieder die gesamte Bandbreite des Könnens präsentieren wird“, erklärt Monika Rebbert, die betont, dass hinter so einem Benefizkonzert eine Menge Arbeit steckt. Bereits jetzt sind die Termine für die Benefizkonzerte bis 2029 terminiert und mit der Stadthalle Unna koordiniert. (MS)

Der Termin für das Benefizkonzert der Kinderkrebshilfe Unna 2027 ist bereits gesetzt. Am 13. April 2027 um 20 Uhr werden die Heeresmusikkorps Hannover in der Stadthalle Unna auftreten. Der Vorverkauf hierzu wird am 21. April unmittelbar nach dem diesjährigen Benefizkonzert beginnen. Der Eintritt kostet weiterhin 26 Euro. Karten gibt es im i-Punkt in Unna und im Internet unter www.reservix.de. Wer Spenden an die Kinderkrebshilfe Unna tätigen möchte, kann dies unter folgenden Bankverbindungen tun:

Sparkasse UnnaKamen
Kontoinhaber: Dieter und Monika Rebbert
IBAN: DE23 4435 0060 0000 7774 41

Volksbank Unna
Kontoinhaber: Dieter und Monika Rebbert
IBAN: DE42 4416 0014 6620 2369 00

LEGO-Ausstellung:
Stadtgeschichte Hamm
Maximilianpark
27. März bis 1. November 2026

Westfälische Hansestage
Santa-Monica-Platz/Lutherplatz
11. und 12. April 2026

Dreiklangfest
Am CreativRevier Heinrich Robert,
auf dem WDI-Betriebsgelände,
und dem Gelände des
RWE Kraftwerks Westfalen
1. Mai bis 3. Mai 2026

**NRW-Landesturnfest und
Le Notti Spettacolari di Hamm**
Innenstadt
3. bis 7. Juni 2026

**Mittelalterlicher Markt -
der Graf von der Mark zu Gast**
Maximilianpark
4. bis 7. Juni 2026

**Hör mal hin! Hammer Dinge
erzählen Stadtgeschichte(n)**
Gustav-Lübcke-Museum
Noch bis 14. Juni 2026

HAMM800FESTIVAL
2026: 800 + 30 = 3 Veranstaltungen!
Kurhausgarten
24. bis 26. Juli 2026

HAMM800 EIN JAHR VOLLER HIGHLIGHTS!

Die aktuellsten Infos zum Jubiläumsjahr und allen Veranstaltungen gibt es immer auf www.hamm.de/800



Outdoormesse im April

Das Auto stand und steht seit Jahrzehnten im Fokus unserer Gesellschaft als das führende Fortbewegungsmittel. Durch neue Technologien und einen Wandel in unserer Bevölkerung, verliert das Auto mit klassischem Verbrennermotor immer mehr an Bedeutung. Erleben Sie auf der Outdoormesse „Mobilitätsschau Unna“, dem neuen Format rund um Mobilität, welche alternativen Fortbewegungsmittel

E-Bikes sind der Trend der vergangenen Jahre und weiterhin der Verkaufsschlager. Haben Sie denn auch mal über E-Roller nachgedacht? Lohnt es sich auf kurzen Strecken zu wechseln? Wie werden sie angemeldet und versichert? Die-

se und viele weitere Fragen und nützliche Infos gibt es auf der Mobilitätsschau. Darf ich mit meinem Führerschein auch ein großes Wohnmobil fahren? Wo kann man das Fahren unter schwierigen Bedingungen trainieren? Auch auf solche Fragen finden Sie auf der Mobilitätsschau genau die richtigen Ansprechpartner.

Falls Sie nur selten ein Auto benötigen, ist das Car-Sharing-Angebot der Stadtwerke sicherlich genau das Richtige für Sie. Lassen Sie sich informieren und nutzen Sie die Vorteile. Bald ist Urlaubszeit und der Trend zum Reisemobil für die Ferien geht immer weiter nach oben. Finden Sie auch hier das für Sie passende Mobil, oder lassen Sie sich vom 4x4-Club inspirieren und erleben Sie wie individuell Urlaub mit einem selbstgebauten Wohnmobil sein kann.

MOBILITÄTS SCHAU UNNA

Foto: Unna Marketing

Eine Ausstellung der Schlütertraktoren rundet die Mobilitätsschau Unna ab. Hier darf gestaunt werden und man kann die Oldtimertrecker hautnah erleben. Nicht nur Kinderherzen schlagen bei dem Anblick höher. Dies und vieles mehr ist auf der Mobilitätsschau Unna zu sehen. So finden Sie vom modernen E-

Auto, E-Bikes und E-Rollern bis hin zu Reisemobilen, auf über 17.000 Quadratmetern alles was das Herz begehrt. Gleichzeitig öffnen die Unnaer Geschäfte ihre Türen zum verkaufsoffenen Sonntag. In entspannter Atmosphäre lädt der Einzelhandel zum Bum-meln, Stöbern und Shoppen ein.

Von Grund auf sicher planen und bauen

Dipl. Geologe
Stephan Brauckmann

Nationale und Internationale Dienstleistungen in den Bereichen:
Baugrundgutachten/Grundstücksberatung • hydrogeologische Untersuchungen
Bodenmanagement • begleitende Tief- und Straßenbauüberwachungen
Geothermie (Erdwärme) • umweltgeologische Gefährdungsabschätzungen

Beratender Umwelt- und Ingenieurgeologe
Ardeyer Straße 12 | 58730 Fröndenberg
Tel. 02373 / 1780300, Fax: 02373 / 1780320 | info@stephan-brauckmann.de
www.stephan-brauckmann.de



Foto: Stadt Fröndenberg

CDU
STREITVERBAND FRÖNDENBERG/ULM

Frohe Ostern

wünscht Ihnen Ihre CDU-Fröndenberg

©grafikplusfoto - www.stockadobe.com

Frühling in Fröndenberg

Markt, Musik und vieles mehr

Am Sonntag, 12. April, lädt die Stadt Fröndenberg zum Frühlingmarkt ein. Ab 11 Uhr verwandelt sich der Himmelmannpark in einen bunten Treffpunkt für Familien, Marktbesucher und Shoppingfreunde. Rund 35 Aussteller präsentieren dort kreative Produkte, regionale Spezialitäten und Angebote rund um Garten und Freizeit. Gleichzeitig öffnen viele Geschäfte in der Innenstadt beim verkaufsoffenen Sonntag ihre Türen.

Der Frühlingmarkt bietet eine große Vielfalt an Ständen. Besucher können handgefertig-

te Kunstwerke, frische Blumen und kulinarische Spezialitäten entdecken. Auch praktische Angebote rund um Haus und Garten gehören zum Programm. Ein besonderes Augenmerk liegt zudem auf nachhaltigem Konsum. Der Eine Welt Laden Fröndenberg präsentiert eine Auswahl fair gehandelter Produkte. Dazu gehören Kaffee und Schokolade, die mit einer eigens für die Stadt gestalteten Verpackung angeboten werden.

Spezialitäten
Auch regionale Akteure nutzen den Markt, um sich zu präsentieren. Die Frönderberger Privatbrauerei Heinrich lädt Besucher an ihrem Getränkestand ein, das hauseigene Bier sowie Spezialitäten wie Bierlikör zu probieren. Großes Interesse wird zudem am Stand des Bürgerbusverein Fröndenberg erwartet. Dort stellen Mitglieder ihre Fahrzeuge vor und informieren über neue Linien sowie das Angebot der sogenannten „Ruf-Bereitschaft“.

Kulturangebot und Familienprogramm
Neben dem Markttreiben gibt es weitere Attraktionen in der Stadt. Im Kettenschmiedemuse-

um beginnt die saisonale Eröffnung mit Schmiedevorführungen. Parallel dazu veranstaltet der Heimatverein Fröndenberg in der Kulturschmiede einen großen Bücherbasar mit Romanen, Sachbüchern und Reiseliteratur. Auch für Kinder ist gesorgt: Auf der Wiese im Park wird ein Karussell aufgebaut. Bummeln in der Innenstadt

Bummeln in der Innenstadt

Während im Park der Frühlingmarkt stattfindet, lädt die Innenstadt zum Einkauf ein. Bei dem verkaufsoffenen Sonntag öffnen zahlreiche Geschäfte zwischen 13 und 18 Uhr und bieten besondere Aktionen an.

Hotel - Restaurant

HAUS RUHRBRÜCKE

donnerstags ab 18.00 Uhr
Schnitzelbuffet

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

täglich ab 17.30 Uhr - sonntags 11-15 Uhr
dienstags Ruhetag

Ruhrstraße 20 | 58730 Fröndenberg | Tel. 0 23 73/721 69

Westfälisches
Ketten
Schmiede Museum
Fröndenberg / Ruhr

Gemeinsam schmieden wir die Zukunft

Was lange halten soll, braucht eine feste Verbindung wie z.B. eine Kette. Wie solche Ketten hergestellt werden, zeigen wir Ihnen in unserem Kettenschmiedemuseum am Schmiedefeuer sowie an zahlreichen historischen Maschinen.

Auch die Ehe soll eine feste Verbindung sein. Beginnen Sie daher Ihren gemeinsamen Weg auch im Kettenschmiedemuseum. In stimmungsvollem Ambiente mit Kerzenschein und vor der lodernen Esse schmieden Sie in unserer „Heiratsschmiede“ Ihren Bund fürs Leben.

Westf. Kettenschmiedemuseum Fröndenberg
Ruhrstraße 12 | 58730 Fröndenberg/Ruhr | www.frei-dich-auf-froendenberg.de

Das Neue
Hotel Am Park

Ihr Zuhause in Fröndenberg

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

Besuchen Sie unseren Stand auf dem Frühlingmarkt!

Jens Klein
Bäckermeister

Landstraße 43
58730 Fröndenberg
02377/2933

baeckerei.jensklein@web.de

Donnerstags auf dem Wochenmarkt in Fröndenberg!
Dienstags + freitags auf dem Wochenmarkt in Menden!

Würdige Bestattung zum fairen Preis

Jederzeit gut aufgehoben im Trauerfall
Einfühlsame und kompetente Beratung
Übernahme aller Formalitäten
Individuelle Gestaltung von Karten und Anzeigen, Blumenschmuck und Trauerfeier
Klimatisierte Abschiedsräume

Auf Wunsch:
Eigener Trauerredner
Floristin im Haus

WILMS-BASEL BESTATTUNGEN
Tag u. Nacht für Sie erreichbar

Tel.: 0 23 72 - 55 92 166 Mobil: 01 70 - 73 04 709
Tel.: 0 23 73 - 39 51 818 www.bestattungen-wilms-basel.de

Bald wieder täglich frische Erdbeeren

Thies Henter
... wünscht frohe Ostern

Besuchen Sie demnächst unsere Verkaufsstände:

Unnaerstr. 101 - 58730 Fröndenberg
Kirchspiel 106 - 59077 Hamm
Wernerstr. 21/Bambergstr. 85 - 59192 Bergkamen
Körnerhellweg 105 - 44143 Dortmund



Wir wünschen Ihnen ein schönes Nest!

- SANIERUNG
- RENOVIERUNG
- ... ALLES AUSEINER HAND **KOSTENLOS!**

Beratung vor Ort.

Mo. – Fr. 9 bis 17 Uhr

Kahle Hege 61
44319 Dortmund
Tel. 0231-92 72 88 22
info@pavic-hausundgarten.de • www.pavic-hausundgarten.de

Frühlingserwachen am Immobilienmarkt

Chancen nutzen bei Käufern, Verkäufern und Maklern

Im Frühjahr zeigt sich der deutsche Immobilienmarkt traditionell von seiner aktivsten Seite. Nach einer eher ruhigen Winterzeit ziehen wieder mehr Kaufinteressenten in die Suche ein, Immobilien werden häufiger inseriert und die Verhandlungsbereitschaft steigt. Für Verkäufer eröffnet die Frühlingssaison oft die beste Chance, ihre Objekte zügig und zu attraktiven Preisen zu verkaufen. Gleichzeitig erleben Makler eine verstärkte Nachfrage, weil ihre Expertise bei der richtigen Platzierung, Vermarktung und Preisfindung gefragt ist.

Saisonale Dynamik: Mehr Bewegung im Frühjahr

Der Frühling gilt als Hochsaison am Immobilienmarkt, weil viele Menschen die milderen Temperaturen, längeren Tage und blühenden Gärten für Besichtigungen und Umzüge nutzen. Im Frühjahr werden häufiger Immobilien-Annoncen veröffentlicht, und die durchschnittliche Vermarktungszeit kann im Vergleich zum Winter deutlich kürzer sein. Das steigert Konkurrenz unter den Interessenten und kann zu höheren Preisen führen, vor allem in begehrten Wohnlagen. Nach Daten regionaler Immobilienanalysen liegen Verkaufsquoten und durchschnittliche Verkaufspreise im Frühjahr regelmä-



Foto: freepik

ßig über den Werten aus anderen Jahreszeiten, was sowohl Käufer als auch Verkäufer motiviert, in dieser Phase aktiv zu werden.

Makler als Lotse

Immobilienmakler spielen in der Frühlingssaison eine zentrale Rolle. Sie kennen lokale Marktbedingungen, beraten zur Preisgestaltung und erstellen professionelle Exposés, die besonders in dieser aktiven Phase entscheidend sein können. Makler koordinieren Besichtigungen, verhandeln mit Interessenten und schaffen Vertrauen auf beiden Seiten - insbesondere bei komplexeren Transaktionen oder wenn mehrere Interessenten gleichzeitig im Rennen sind. Ohne professionelle Vermittlung kann

es schwieriger sein, den optimalen Verkaufspreis zu erzielen oder geeignete Angebote zu finden.

Wenden Sie sich gerne per Post, Telefon oder direkt über das Kontaktformular bei uns!

- Verkauf von Bestandsimmobilien und Neubauprojekten
- Kostenlose Einwertung von Immobilien
- Vermietung von Häusern, Wohnungen und Gewerbeimmobilien
- Individuelle Betreuung von der Wertermittlung bis zum Kaufabschluss
- Teilverkauf der Immobilie

GÜTSCHEN
Für Ihre kostenlose und unverbindliche Wertermittlung

UNNA T. 02303 - 6729560
Kleiststraße 47 A, 59427

günstler-immobilien.info

Tipps für Käufer und Verkäufer

Käufer sollten die Frühlingssaison nutzen, um frühzeitig aktiv zu werden: klare Finanzierungsvoraussetzungen schaffen, Wunschkriterien festlegen und Besichtigungen zügig wahrnehmen. Verkäufer profitieren davon, ihr Objekt ansprechend zu

präsentieren und realistische Preisvorstellungen zu entwickeln, idealerweise unterstützt durch erfahrene Makler. So lässt sich der erhöhte Markttraffic bestmöglich nutzen. (www.vester-immobilien.de/ www.weisenbachimmobilien.de/ www.n-tv.de

Statt zu experimentieren

lieber erfolgreich verkaufen.

Profitieren Sie von unserer Erfahrung als Fachleute für Immobilien und erzielen das bestmögliche Ergebnis Ihres Verkaufes.

Beim Thema Immobilien sind Sie bei uns einfach immer bestens beraten.

Ihre Ansprechpartner:



Frank Friße
Tel.: 02307/821-205



Jessica Ossovski
Tel.: 02307/821-207



Sparkasse
Bergkamen-Bönen

www.spk-bergkamen-boenen.de

Lernen lohnt sich



hallo-jobs.de



TOPTAX
strategisch · dynamisch · stark



Ingo Deimel
Dipl.Kaufmann
Steuerberater

Markus Strom
Dipl. Kaufmann
Steuerberater

Kathrin Jokiel
Steuerberaterin

Uwe Stehling
Steuerberater und
Fachberater für
internationales Steuerrecht

Arnsberg Bestwig Düsseldorf Unna Warstein

Unna · Bahnhofstr. 46 | 59423 Unna | Fon +49 2303 95215 - 0 | Fax +49 2303 95215- 23
info@top-tax.eu | www.top-tax.eu

strategisch. dynamisch. stark.

TOPTAX Steuerberatungsgesellschaft mbH

Nachhaltig bauen und sanieren

Zukunftsfähig, ressourcenschonend, energieeffizient

Der Klimawandel, steigende Energiepreise und ein wachsendes Umweltbewusstsein machen nachhaltiges Bauen und Sanieren heute wichtiger denn je. Wer bei Neubau oder Renovierung nicht nur auf Optik und kurzfristige Kosten, sondern auf Lebenszyklus, Ressourcenschonung und Energieeffizienz achtet, trägt aktiv zum Umwelt-

schutz bei - und profitiert gleichzeitig von langfristigen Einsparungen, Förderungen und besserem Wohnkomfort. In diesem Artikel schauen wir, wie Sie mit Solarenergie, Regenwassernutzung, ökologischen Baustoffen sowie effizienter Heizung, moderner Elektrik und hochwertiger Verglasung nachhaltig bauen oder sanieren können.



Foto: freepik

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

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

KOSCHINSKI
Bedachungen GmbH + Co. KG
Heizkosten einsparen und öffentliche Fördergelder bis 12.000 EURO beziehen!
Rufen Sie uns an unter 02301 - 2864

Steildach - Flachdach - Wandbekleidungen - Isolierungen - Bauklempnerei
Balkonsanierung - Zimmerei - Innenausbau - Photovoltaik - Notdienst
Liefer- u. Aufbauservice für Baumarktartikel

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

Weil das Beste für das Klima eine neue Heizung ist.

Jetzt Heizung tauschen!

Der Wärmepumpen-Profi in Ihrer Region!

Vaillant
Eine klimafreundliche Heizlösung für dein Zuhause: Wärmepumpe **aroTEHRM plus**

Marmelinghöfener Weg 20a · 59199 Bönen · Telefon 02383/950-180 · info@dusche24.de

Was heißt "nachhaltig bauen"?
Nachhaltiges Bauen bedeutet weit mehr als gute Dämmung oder moderne Heiztechnik. Es zielt darauf ab, über den gesamten Lebenszyklus eines Gebäudes hinweg ökologische, ökonomische und soziale Kriterien zu berücksichtigen. Das beginnt bei der Auswahl umweltverträglicher Baustoffe – etwa Holz, Lehm oder Naturdämmstoffe – geht über energieeffiziente Planung, Nutzung erneuerbarer Energien und smarte Haustechnik bis hin zur Möglichkeit der Rückfüh-

rung oder Wiederverwertung von Materialien. Schon einzelne Maßnahmen reduzieren den ökologischen Fußabdruck spürbar.

Sonne & Photovoltaik
Ein zentraler Baustein nachhaltigen Bauens ist die Nutzung von Solarenergie. Mit einer Photovoltaik-Anlage auf dem Dach lässt sich Strom selbst erzeugen – idealerweise als Basis für ein energieautarkes oder zumindest energieeffizientes Haus. Neben Strom für Haushalt und Geräte kann Solarenergie auch zur Warmwasserbereitung oder Heizunterstützung dienen – zum Beispiel in Kombination mit Wärmepumpe oder Solarthermie. Je nach Dachausrichtung und Standort amortisiert sich die Anlage über die Jahre und sorgt für stabile Betriebskosten bei geringer CO₂-Belastung.

Regenwassernutzung & Wassermanagement
Regenwasser bietet enormes Sparpotenzial. Systeme zur Regenwassernutzung sammeln Niederschläge für Gartenbewässerung, Toilettenspülung oder Reinigung. Das reduziert den Trinkwasserverbrauch, entlastet Umwelt und Geldbeutel. Auch die Außenanlagen tragen bei: wasserdurchlässige Beläge statt Versiegelung fördern Ver-

sickerung und Grundwasserneubildung und helfen, Hochwasserschäden zu mindern.

Ökologische Baustoffe
Die richtige Materialwahl ist entscheidend. Natürliche, nachwachsende Rohstoffe wie Holz, Lehm, Zellulose oder Natur-

dämmstoffe binden CO₂, belasten Umwelt und Bewohner nicht mit Schadstoffen und sorgen für ein gesundes Raumklima. Holzbauweise, Lehmputz oder Dämmung mit Holzfasern sind langlebig, recyclebar und eignen sich auch für die Sanierung älterer Gebäude.

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

- Türöffnung
- Einbruchschutz
- Reparaturen

Schließenanlagen
Alarmanlagen
Videoüberwachung
u. v. m.!

Wir wünschen Ihnen allen ein schönes Osterfest!

50 Jahre SCHLANG Seit 1975

Kleistraße 51 59427 Unna 02303 / 779873

www.schlüsseldienst-schlang-unna.de

Jetzt Fördergelder sichern!

Wir beraten Sie und stellen mit Ihnen den Förderantrag.



O. Liebing GmbH
BAD / HEIZUNG / ENERGIE
Montag bis Freitag 09.00 - 16.30 Uhr
Samstag 09.00 - 13.00 Uhr
www.dusche24.de

SANITÄR HEIZUNG LECKORTUNG
Der Fachbetrieb für Heizung, Sanitär, Gas & Wasser

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

Schabbehardt
Ihr Meisterbetrieb

www.schabbehardt.de

Mehr als 90 Jahre für Sie da!

KÖNIG
M Ö B E L H A U S

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

Kunden-PARKPLATZ hinter dem Haus!

S. BEYER
BEDACHUNGEN

Alles unter einem Dach

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

Sebastian Beyer Bedachungen
Montanhydraulikstraße 11 | 59439 Holzwickede
Tel. (02301) 9 18 74 99 oder 0176-23 23 98 63
E-Mail: kontakt@bedachungen-beyer.de
www.bedachungen-beyer.de

SIEFER S
Wir stellen ein:
Anlagenmechaniker/in SHK

Sanitär-Heizung-Klima-Solartechnik
Wärmepumpen - kontrollierte Wohnraumbelüftung

Notdienst

Unsere Sanitär-Ausstellung
Besuchen Sie unsere exklusive Sanitärausstellung im Loftwerk.
Vereinbaren Sie gerne einen Termin!

Siefert GmbH, Kampstraße 4, 59192 Bergkamen
Tel.: +49 (0) 2307 / 806 19 www.siefer-gmbh.de

LoftWERK

malermeister spauke

Maler- und Lackiermeister
Frohe Ostern!

Außen: Fassadenanstriche u.v.m. ...
Innen: Maler- und Tapezierarbeiten, sowie Lackierungen

Buschweg 25 • 59174 Kamen • Tel.: 02307 79222 • Fax: 02307 71461
E-Mail: maler-spauke@gmx.de • Internet: www.maler-spauke.de

Besuchen Sie unseren neuen Bäder Showroom

Wir beraten Sie gern.
CAD und Ausführung aus einer Hand.

Marmelingshöfener Weg 20a • 59199 Bönen • Tel. 02383/950-180
info@dusche24.de • www.dusche24.de



Graphik: freepik

Heizung - effizient und umweltfreundlich

Moderne Heizsysteme spielen eine zentrale Rolle. Wärmepumpen, Pelletheizungen oder Solarthermie reduzieren fossile Brennstoffe und CO₂-Emissionen. Besonders effizient sind Kombinationen aus Photovoltaik und Wärmepumpe, da überschüssiger Strom direkt für die Heizung genutzt werden kann. Auch smarte Thermostate helfen, Verbrauch zu steuern und Heizkosten zu senken.

Elektrik & Haustechnik

Energieeffiziente Beleuchtung (LED) und intelligente Stromsteuerung

minimieren den Energieverbrauch. Smarte Systeme regulieren Heizung, Rollläden und Geräte nach Bedarf und Tageszeit. Auch Ladestationen für E-Mobilität lassen sich nachhaltig in die Planung integrieren, um die Nutzung erneuerbarer Energien zu optimieren.

Zwei- und Dreifachverglasung

Doppel- oder Dreifachverglasung verhindert Wärmeverlust, reduziert Heizkosten und verbessert Schallschutz. Moderne Rahmenmaterialien wie Holz-Alu oder recycelbare Kunststoffe erhöhen die Lebensdauer und tragen zur Nachhaltigkeit bei.

Ganzheitlich planen

Nachhaltigkeit zeigt sich erst im großen ganzen: Energieversorgung, Materialwahl, Wasserhaushalt, Wohnkomfort und Lebenszyklus müssen bei Planung und Umsetzung zusammenspielen. Auch Förderprogramme, staatliche Zuschüsse und Zertifizierungen helfen nachhaltige Bauprojekte wirtschaftlich attraktiver zu machen.

Wichtig ist:

Nachhaltigkeit kostet oft etwas mehr in der Investition - amortisiert sich aber durch geringere Betriebskosten, Energieunabhängigkeit und längere Lebensdauer. (www.ibau.de/ www.velux.de/ www.bauen.de/ www.haus.de)

O. Liebing GmbH
BAD / HEIZUNG / ENERGIE

Montag bis Freitag
09.00 - 16.30 Uhr

Samstag
09.00 - 13.00 Uhr

Termine nach Vereinbarung
auch außerhalb der Sprechzeiten möglich.

EIN BAD FÜR

Amelie Berger

Profihandballspielerin



- Anzeige -



Amelie Berger ist 26 Jahre alt und steht als Profisportlerin mitten im Leben. Ihr Alltag ist geprägt von intensiven Trainingseinheiten und einem klaren Fokus auf Leistungsfähigkeit. Neben dem Sport studiert sie Psychologie. Doch in ihrem Badezimmer passte die alte Badewanne nicht mehr zu ihrem dynamischen Lebensstil. „Nach dem Training brauche ich eine Dusche, die praktisch, sicher und erholsam ist und dabei auch gut aussieht“, erzählt sie. Der Wunsch nach einem modernen, barrierefreien Bad wurde immer größer. Über eine Empfehlung kam sie auf die Firma Runge, „Schnell zur Dusche“. Schon beim ersten Telefonat merkte sie: Hier versteht man ihre Situation. Ein Termin in der Ausstellung am Massener Hellweg in Unna war schnell vereinbart.

INSPIRATION IN DER AUSSTELLUNG

Beim Rundgang durch die Ausstellung erlebte Frau Berger die Möglichkeiten hautnah. Unterschiedliche Dekorplatten ohne Fugen, elegante Glasabtrennungen und moderne Duscharmaturen gaben ihr viele Ideen. Besonders begeistert war sie von den pflegeleichten Oberflächen - ideal für jemanden, der seine Zeit lieber ins Training investiert als ins Putzen. Mit dem Inhaber Andreas Herzog ging sie ihre Vorstellungen Schritt für Schritt durch. Gemeinsam entstand ein Plan: Wanne raus, Dusche rein - großzügiger Einstieg, elegante Walk In Glasabtrennung mit Licht und eine komfortable Thermostatarmatur mit Kopf- und Handbrause. Ein großer Waschtisch mit selbstgebaute maßgenauem Unterschrank aus Echtholz, Ablagemöglichkeiten für Handtücher und Kleinigkeiten, Wand WC mit Wassersparteknik und Orientierungslicht.



PLANUNG UND UMSETZUNG

Nach der Beratung folgte die detaillierte Planung. Frau Berger bekam einen klaren Ablaufplan: transparente Kostenaufstellung, Terminierung des Umbaus. Der Umbau selbst dauerte nur wenige Tage. Das Team arbeitete sauber, zuverlässig und schnell. Die alten Fliesen wichen modernen Wandpaneelen, die sofort eine helle und freundliche Atmosphäre schufen. Die neue bodengleiche Dusche passt perfekt zu ihrem sportlichen Lebensstil: praktisch, ästhetisch und komfortabel.

DAS ERGEBNIS

Heute ist Frau Berger begeistert. „Das neue Bad ist für mich ein echter Gewinn. Es macht meinen Alltag leichter, erhöht den Wert meiner Immobilie, sieht klasse aus und gibt mir nach dem Training das Gefühl von Wellness und Zuhause. Dank des Tipps und der Erfahrung von Herrn Herzog muss ich meine Wäsche nicht mehr im Bad sortieren. So wurde aus einer ersten Idee ein fertiges Projekt. Schnell, unkompliziert und individuell umgesetzt durch „Schnell zur Dusche““

Öffnungszeiten: Montag und Dienstag: 8 bis 12 Uhr
Mittwoch, Donnerstag und Freitag: 13 bis 17 Uhr
Samstag: 8 bis 13 Uhr

Massener Hellweg 9 • 59427 Unna
02303-9 58 39 96 • 0160-97 94 06 16

RUNGE - MEISTERBETRIEB - SEIT 1964
SANITÄR HEIZUNG
KLIMA BADUMBAU
BARRIEREFREIES BAD & WC



Text und Fotos: SchnellzurDusche

Frühling...

...die besten
Tipps für Ihren
Ausflug!



Cuxhaven-Döse:
komf. FeWo, NR, max. 4 P., keine Tiere,
4 Min. z. Strand, Schwimmbad u.
Sauna im Haus, www.aufnachcux.de
☎ 05741 / 6911

Schnuppern Sie Sylter Luft!
Appartement Vermietung Schmitz
Inh. Regina Vockamm
Westerland Sylt · 0 46 51 / 94 41 30
www.appartement-schmitz.de

CASALO
Ferienhausvermittlung
www.CASALO.de
Ferienhäuser in Italien
CASALO.de
Ferienhausvermittlung Bankhandeln & Börsen
Info@Casalo.de ☎ 07633/80 24 200

Finca-viva-Mallorca
www.Finca-viva-Mallorca.de
info@Finca-viva-Mallorca.de
Telefon 07633 / 923 93 30
Ferienhäuser für Ihren Urlaub

**SONNTAGS-
BRUNCH**
jeden Sonntag für
32,90 € p. Person
Reservierung
erforderlich!
Mehr Infos unter:
www.oelckenthurm.de

Oelckenthurm
Grabenasse 27 * 59423 Uрна
Tel. 02303/772007 * Fax 02303/983387
E-Mail: info@oelckenthurm.de
www.oelckenthurm.info * www.gastezimmer-urna.de

la Venezia
italienisches Eiscafé
Handwerklich gefertigtes Eis!
Probieren Sie uns,
wir schmecken gut...
Eiscafé La Venezia Rino Toppan
Massener Str. 7
59423 Uрна
Tel. 02303 9476339
Mittwochs Ruhetag

INDOOR SKYDIVING
DU WIRST FLIEGEN!
JETZT OSTERANGEBOTE SICHERN:
WWW.INDOOR-SKYDIVING.COM

KLEINANZEIGEN
Rolf kauft
Wohnwagen/Wohnmobile
auch renov.-bedürftig, ohne TÜV
Tel. 0221/2 76 96 12 oder
0177/5 06 82 42 auch Sa./So. Rolf

Foto: ©Enrique auf Pixabay

Falscher Hase

Saftiger Hackbraten mit Überraschungsfüllung

Der traditionelle "Falsche Hase" ist ein echter Klassiker der deutschen Küche: saftiges Hackfleisch umhüllt eine Reihe gekochter Eier und wird im ofenfrischen Blätterteig goldbraun gebacken. Mit aromatischen Kräutern, knackigen Radieschen und einer frischen Kräuter-Vinaigrette wird dieses Gericht zu einem besonderen Genuss für gemütliche Mahlzeiten - ob zum Mittagessen oder beim gemeinsamen Sonntagessen.

Zutaten

- 5 Eier (Größe M)
- Hackfleischmasse**
- 1 Zwiebel
- 500 g Hackfleisch (halb und halb)
- 3 EL fein gehackte, gemischte Kräuter (z. B. Thymian, Petersilie, Schnittlauch)
- 1 Ei (Größe M)
- 1 Eiweiß (Größe M)
- 2 TL mittelscharfer Senf
- 1 TL Paprikapulver edelsüß
- 1 - 1 ½ TL Salz
- frisch gemahlener Pfeffer
- 2 EL Semmelbrösel (Paniermehl)
- Zum Bestreichen
- 1 Eigelb (Größe M)
- 1 TL Wasser
- Blätterteig**
- 275 g frischer Blätterteig (24 x 38 cm)
- Kräuter-Vinaigrette**
- etwa 1 Frühlingzwiebel
- 3 EL fein gehackte, gemischte Kräuter (z. B. Kerbel, Petersilie, Thymian)
- 3 - 5 EL Balsamico-Essig
- etwa 6 EL Speiseöl, z. B. Olivenöl
- 2 - 3 EL Wasser
- Salz, Zucker
- 3 - 5 Radieschen

Zubereitung

- Eier kochen**
- Topf mit Wasser zum Kochen bringen. Eier vorsichtig in das Wasser geben und in etwa 8 Min. wachweich kochen. Eier kalt abspülen, etwas abkühlen lassen, dann pellen.
- Hackfleischmasse zubereiten**
- Zwiebel abziehen und fein



Foto: Dr. August Oetker Nahrungsmittel KG

würfeln. Gehacktes mit Zwiebeln, Kräutern, Ei, Eiweiß, Gewürzen und Semmelbröseln vermengen. Eigelb mit Wasser verquirlen. Backblech mit Backpapier belegen. Backofen vorheizen. Ober- und Unterhitze: etwa 200 °C
Heißluft: etwa 180 °C
Blätterteigverzierungen vorbereiten
Blätterteig vorsichtig abrollen. An der kurzen Seite des Blätterteiges einen etwa 8 cm breiten Teigstreifen für die Verzierung abschneiden und etwa 10 kleine österliche Motive (z. B. Hase, Blume, Ei) ausstechen. Teigreste aufeinanderlegen, wieder ausrollen und ausstechen. Die Motive an die Seite legen.
Hackbraten formen
Die Hälfte des Hackfleisches als Rolle auf dem Blätterteig verteilen, dabei im unteren Drittel und an den kurzen Seiten gut 2-3 cm frei lassen. Der Länge nach eine leichte Mulde in das Hackfleisch drücken. Eier in einer Reihe in die Mulde legen. Die Eier mit der restlichen Hackfleischmasse ummanteln, dabei die Masse gut andrücken und die Oberfläche glatt streichen.

Den Blätterteig von der langen Seite mit Hilfe des Papiers an das Hackfleisch drücken und damit aufrollen. Die Enden des Teigs gut verschließen. Hinweis: Beim Aufrollen darauf achten, dass die Rolle wenig hin und her bewegt wird, ansonsten verschieben sich die gekochten Eier und beim Aufschneiden wären die Eier nicht mehr in der Mitte des Hackbratens.
Hackbraten backen
Hackbraten mit Hilfe des Papiers mit der Nahtseite nach unten auf das Backblech legen (das Papier vom Blätterteig entfernen). Ausgestochene Motive mittig auflegen. Den falschen Hasen mit Eigelb bestreichen und in

den Backofen schieben. Einschub: unteres Drittel
Backzeit: 45 - 50 Min.
Kräuter-Vinaigrette zubereiten
Frühlingszwiebel putzen, waschen und in feine Ringe schneiden. Mit den gemischten Kräutern, Essig, Öl, Wasser und Gewürzen verrühren und abschmecken. Radieschen waschen putzen und in feine Streifen schneiden.
Falschen Hasen servieren
Den falschen Hasen etwa 5 Min. ruhen lassen. Dann mit einem scharfen Sägemesser den Hackbraten in Scheiben schneiden und mit der Kräuter-Vinaigrette und Radieschenstreifen servieren. (www.droetker.de)

Ihr Experte für den perfekten Schliff
Stephan Blank
Der Gratwandler
Mobil: 0173 / 60 37 678
www.der-gratwandler.de

Proben, Technik und Teamgeist

Intensives Wochenende auf Burg Blankenheim

Zur Vorbereitung auf das Hauptkonzert „Animals“ am 20. und 21. März arbeiteten Ensembles und Technik-AG des PGU drei Tage lang konzentriert zusammen und erlebten dabei ein musikalisches Wochenende voller Gemeinschaft.



Foto: PGU

Zur intensiven Vorbereitung auf das große Hauptkonzert am 20. und 21. März, das in diesem Jahr unter dem Titel „Animals“ stand, verbrachten Musikerinnen, Musiker und das Technikteam ein gemeinsames Probewochenende auf der Burg Blankenheim.

Im Mittelpunkt des Wochenendes standen selbstverständlich die intensiven Proben. Geübt wurde im Rittersaal der Burg, der sowohl als Probenraum als auch als Speisesaal diente. Die Tage waren klar strukturiert: Frühstück gab es ab 8 Uhr, bevor gegen 9.30 Uhr die

Proben begannen. Das Mittagessen fand ab 12.30 Uhr statt, das Abendessen ab 18 Uhr. In der Regel wurde bis etwa 22.30 Uhr gearbeitet. Trotz der langen und fordernden Tage war die Stimmung durchweg motiviert und positiv. Das gemeinsame Musizieren zeigte deutlich, wie gut alle zusammenarbeiten.

Für viele Musikerinnen und Musiker verlief das Wochenende nahezu ohne echte Pausen. Personell war es auch in diesem Jahr wieder notwendig, dass viele engagierte Mitglieder in beiden Bands

mitwirkten, um ein solches Projekt überhaupt möglich zu machen. Ein ganzes Wochenende konzentriert zu arbeiten, ist bereits anspruchsvoll – aber parallel für zwei Bands zu proben, verdient besonderen Respekt.

Auch das Technikteam war über das gesamte Wochenende hinweg stark eingebunden. Neben span-

nenden theoretischen Einheiten wurde intensiv praktisch mit der hochwertigen technischen Ausstattung des PGU gearbeitet. Parallel zu den musikalischen Proben traf sich das Technikteam regelmäßig, um die jeweiligen Abendveranstaltungen vorzubereiten.

Nach jedem Probentag fand am Abend eine gemeinsame Feier statt. Technik-Tobi, Jost und Laurenz sorgten für die Musik, während das restliche Technikteam das passende Licht übernahm. Die Stimmung war großartig, und die Partys gingen bis spät in die Nacht. Insgesamt war das Probewochenende auf der Burg Blankenheim eine gelungene Mischung aus konzentrierter Arbeit, guter Organisation, großartiger Gemeinschaft und viel Freude. Laurenz (9c)



Foto: PGU

Musicalabend

7. Klassen in der Oper Dortmund

Am Sonntag, dem 1. März, besuchte die Jahrgangsstufe 7 des Pestalozzi-Gymnasiums Unna das Theater Dortmund, um dort das Musical „Grease“ anzuschauen.

Im Vorfeld wurde das Musical bereits im Musikunterricht der einzelnen Klassen sowohl inhaltlich als auch musikalisch behandelt.

Am Tag der Aufführung fuhren wir am Abend gemeinsam mit der Bahn nach Dortmund. Dort angekommen, erhielten wir unsere Eintrittskarten und nahmen unsere Plätze im Theatersaal ein. Wenig später begann die Vorstellung. Es war beeindruckend mitzuerle-

ben, wie die Darstellerinnen und Darsteller die Geschichte mit viel Energie, Gesang und Tanz auf die Bühne brachten und dabei Texte, Lieder sowie Choreografien sicher präsentierten. In der Pause hatten wir Gelegenheit, die ersten Eindrücke auszutauschen, bevor es mit dem zweiten Teil weiterging. Nach dem Finale verabschiedeten sich die Mitwirkenden unter großem Applaus des Publikums. Auch wir machten uns anschließend wieder auf den Rückweg und fuhren gemeinsam mit der Bahn zurück. Insgesamt war es ein spannender und abwechslungsreicher Ausflug, der uns allen sehr viel Freude bereitet hat. Jente (7b)

Weltgesundheitstag

Gemeinsam für die Wissenschaft

Der Weltgesundheitstag 2026, der am 7. April begangen wird, ruft Menschen auf der ganzen Welt dazu auf, sich hinter die Wissenschaft zu stellen. Unter dem Motto „Gemeinsam für die Wissenschaft“ startet in diesem Jahr eine einjährige Kampagne, die die Kraft wissenschaftlicher Zusammenarbeit würdigt, um die Gesundheit von Menschen, Tieren, Pflanzen und unseres Planeten zu schützen.

Zwei Ereignisse im Fokus

Die Kampagne stellt sowohl wissenschaftliche Errungenschaften als auch die multilaterale Zusammenarbeit in den Mittelpunkt, die nötig ist, um wissenschaftliche Erkenntnisse in konkretes Handeln umzusetzen – mit einem starken Fokus auf den One-Health-Ansatz. Zwei bedeutende globale Ereignisse bilden das Herzstück der Kampagne 2026: der Internationale One-Health-Gipfel am 7. April, veranstaltet von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) und der französischen Regierung im Rahmen der französischen G7-Präsidentschaft, sowie das erste Globale Forum der WHO-Kooperationszentren vom 7. bis 9. April. Dort kommen fast 800 wissenschaftliche Einrichtungen aus über 80 Ländern zusammen. Gemeinsam bilden diese Veranstaltungen das größte wissenschaftliche Netzwerk, das jemals rund um eine Organisation der Vereinten Nationen versammelt wurde, und zeigen, wie wissenschaftsbasierte Partnerschaften eine gesündere und sicherere Zukunft für alle schaffen können. Die Kampagne lädt Menschen weltweit ein, sich zu beteiligen – indem sie wissenschaftliche Erfolge feiern, sich mit wissenschaftlichen Erkenntnissen auseinandersetzen, persönliche Geschichten darüber teilen, wie Wissenschaft das Leben verbessert, und sich

über #TogetherForScience an der globalen Diskussion beteiligen.

Ziele der Kampagne

Die Kampagne ruft Regierungen, Wissenschaftlerinnen und Wissenschaftler, Gesundheitsfachkräfte, Partnerorganisatio-

nen und die Öffentlichkeit dazu auf sich hinter die Wissenschaft zu stellen, indem sie sich mit Evidenz, Fakten und wissenschaftsbasierten Empfehlungen zum Schutz der Gesundheit auseinandersetzen. Zudem sollen sie das Vertrauen in Wissenschaft und öffentliche Gesundheit wieder aufzubauen sowie wissenschaftsgeleitete Lösungen für eine gesündere Zukunft zu unterstützen. (www.who.int)



Foto: freepik

Persönlichkeit ... IM BERUF EINSETZEN

Warum Selbstkenntnis ein Karrierefaktor ist

Im April geht es darum, die eigenen Stärken klar zu erkennen und gezielt einzusetzen. Fachwissen allein reicht oft nicht aus – persönliche Fähigkeiten wie Kommunikation, Organisation oder Empathie sind im Berufsalltag ebenso entscheidend. Wer weiß, was ihn auszeichnet, kann selbstbewusster auftreten und passende Aufgaben übernehmen. Gleichzeitig hilft Selbstreflexion dabei, Entwicklungspotenziale zu erkennen und an ihnen zu arbeiten. Arbeitgeber suchen Menschen, die ihre Rolle verstehen und Verantwortung übernehmen. Der bewusste Umgang mit der eigenen Persönlichkeit stärkt nicht nur die Karriere, sondern auch die Zufriedenheit im Job.



hallo-jobs.de





UNSERE KOMPLETTPREISE

Einstärkenbrille komplett
Fassung inkl. Einstärkengläser „Basic“ in Ihrer Stärke inkl.

- Superentspiegelung
- Hartschicht
- CleanCoat

€ 99,-*

Gleitsichtbrille komplett
Fassung inkl. Gleitsichtgläser „Basic“ in Ihrer Stärke inkl.

- Superentspiegelung
- Hartschicht
- CleanCoat

€ 239,-*

Die Preise gelten für jede unserer Simon-Komplettpreis-Fassungen inkl.

Massener Straße 1 · 59423 Unna · Tel. 0 23 03 - 130 42
Fax 0 23 03 - 130 62 · www.simon-optik.de



* Preise in Euro inkl. MwSt. Nicht mit anderen Aktionen kombinierbar. Einzelpreis: sph +/- 6,0 (zfl +/- 2,0, Gleitsicht: sph +/- 4,0 (zfl +/- 2,0). Gültig bis 01.07.2024. Irrtümer und Änderungen vorbehalten.

© 2025 | simon-optik.de

Frühjahrscheck

Sicher in die warme Saison starten



Foto: senivetro über freepik

Der Winter ist vorbei, und die Tage werden länger - Zeit, das Auto fit für die warme Jahreszeit zu machen. Nach den kalten Monaten haben Streusalz, Frost und Schlaglöcher ihre Spuren hinterlassen: an Reifen, Unterboden, Karosserie und Technik. Ein gründlicher Frühjahrscheck erhöht nicht nur die Sicherheit im Straßenverkehr, sondern kann auch teure Reparaturen vermeiden und den Kraftstoffverbrauch senken. Im Zentrum stehen dabei zwei zentrale Aufgaben: der Reifenwechsel und der umfassende Frühjahrs-check.

Warum ein Frühjahrscheck wichtig ist

Im Winter setzen sich Salz, Schmutz und Split unter dem Auto fest und können Korrosion sowie Verschleiß begünstigen. Deshalb lohnt es sich, das Fahrzeug im Frühling gründlich zu reinigen und wichtige Bauteile zu prüfen.

Der Reifencheck

Der Zustand der Reifen ist entscheidend für Sicherheit und

Fahrverhalten. Man sollte auf folgende Punkte achten:

- Profiltiefe prüfen: Gesetzlich vorgeschrieben sind mindestens 1,6 mm, empfohlen werden aber mindestens 3 mm für sicheren Nassgriff und kürzere Bremswege.

- Reifendruck kontrollieren: Temperaturen steigen im Frühling, daher verändert sich auch der Druck im Reifen. Der richtige Wert steht im Fahrzeugschein oder an der Türinnenseite.

- Auf Beschädigungen achten: Risse, Beulen oder Fremdkörper können die Sicherheit beeinträchtigen. Wenn man den Reifenwechsel in einer Werkstatt durchführen lässt, kann dort auch gleich eine Auswuchtung überprüft und bei Bedarf eine Achsvermessung vorgenommen werden.

- Beleuchtung und Elektrik: Blinker, Scheinwerfer und Bremslicht testen, damit man bei wechselhaften Licht- und Wetterlagen gut gesehen wird.

- Flüssigkeitsstände kontrollieren: Motoröl, Kühlwasser, Brems- und Scheibenwaschflüssigkeit sollten überprüft und gegebenenfalls ergänzt werden.

- Karosserie reinigen: Restliches Salz entfernen, um Korrosion vorzubeugen.

- Scheibenwischer und Innenraum: Wischblätter checken und Lüftung sowie Filter kontrollieren. (www.adac.de/www.tuev-nord.de/www.bussgeldkatalog.org)

Terrasse als Wohlfühlort

Pflegeleicht, gemütlich und stilvoll

Die Terrasse ist das Herzstück vieler Gärten. Hier wird gefrühstückt, entspannt, gefeiert oder einfach die Sonne genossen. Damit der Außenbereich dauerhaft schön und funktional bleibt, braucht es jedoch etwas Planung und Pflege. Mit den richtigen Materialien, Pflanzen und Gestaltungsideen verwandeln Sie Ihre Terrasse in eine echte Wohlfühlzone - ganz gleich, ob groß oder klein.

Bodenbelag

Der Boden bildet die Basis jeder Terrasse. Beliebt sind Holz, WPC (Wood-Plastic-Composite), Naturstein oder Betonplatten. Holz wirkt besonders warm und natürlich, benötigt jedoch regelmäßig Pflege mit speziellen Ölen. WPC gilt als pflegeleichte Alternative, da es splitterfrei und witterungsbeständig ist. Naturstein überzeugt durch seine edle Optik und Langlebigkeit, während Betonplatten in vielen Designs erhältlich und vergleichsweise kostengünstig sind. Wichtig ist ein tragfähiger Untergrund mit ausreichender

Drainage, damit Regenwasser gut ablaufen kann. So vermeiden Sie Staunässe und Frostschäden.

Sichtschutz

Privatsphäre steigert den Erholungswert erheblich. Neben klassischen Holzelementen sorgen Rankgitter mit Kletterpflanzen oder große Pflanzkübel für natürlichen Sichtschutz. Auch Pergolen mit Stoffbahnen oder Sonnensegel bieten Schutz vor intensiver Sonneneinstrahlung. Flexible Lösungen wie Markisen lassen sich je nach Wetterlage anpassen. Achten Sie bei der Ausrichtung auf den Sonnenverlauf. Süd- und Westterrassen benötigen meist mehr Beschattung als Nordlagen.

Pflanzen

Pflanzen bringen Leben auf die Terrasse. Kübelpflanzen wie Lavendel, Hortensien oder Ziergräser schaffen Struktur und lassen sich flexibel arrangieren. Mediterrane Gewächse wie Olivenbäumchen oder Rosmarin vermitteln Urlaubsflair. Wichtig ist eine gute Drainageschicht im



Foto: ycomp über freepik

Topf sowie regelmäßiges Düngen während der Wachstumsphase. Kombinieren Sie unterschiedliche Wuchshöhen, um Tiefe zu erzeugen. Immergrüne Pflanzen sorgen auch im Winter für ein ansprechendes Bild.

Möbel und Beleuchtung

Wetterfeste Loungemöbel aus Aluminium oder Polyrattan sind langlebig und pflegeleicht. Holz wirkt natürlicher, sollte jedoch regelmäßig behandelt werden. Für stimmungsvolle Abende empfiehlt sich eine Kombination aus indirekter Beleuchtung, Solarleuchten und warmweißen LED-Spots. So entsteht eine gemütliche Atmosphäre, ohne zu blenden. Praktisch sind außerdem Outdoor-Teppiche und wasserabweisende Kissen - sie erhöhen den Komfort und setzen farbliche Akzente.

Pflege nicht vergessen

Regelmäßiges Fegen und gelegentliches Reinigen mit geeigneten Mitteln verlängern die Lebensdauer von Boden und Möbeln. Kontrollieren Sie Fugen, Schrauben und Holzelemente mindestens einmal jährlich auf Schäden. Pflanzen sollten je nach Art zurückgeschnitten und umgetopft werden. Mit durchdachter Planung, passenden Materialien und liebevoller Pflege wird Ihre Terrasse zum erweiterten Wohnzimmer.

mer im Grünen - ein Ort, an dem Sie viele entspannte Stunden verbringen können. (www.mein-schoener-garten.de/www.gartenjournal.de/www.gartenflora.de/www.haus.de)

ROLLADEN BREY
MEHR KOMFORT RUND UMS HAUS

- ✓ Rolläden
- ✓ Terrassenschirme
- ✓ Verandaer
- ✓ Gängeltore
- ✓ Markisen
- ✓ Sonnenschirme
- ✓ Hauslärm
- ✓ Kundenrat

Aktuelle Angebote & Aktionen - Jetzt sparen!

weinor
DRAUSSEN WARTET DER FRÜHLING
Ihre Markise, Ihr Stil, Ihr Lieblingsplatz für eine entspannte Zeit im Freien.

mind. **300 €** sparen!

MUR FÜR KURZE ZEIT! **GRATIS PUNKTSTEUERUNG** JETZT SPAREN - BIS 30.04.2026!

Besuchen Sie unsere Ausstellung!

Rolladen Brey
Inb. Jan Köllmeier s.K.
0 23 71 / 83 87 - 0
Friedrich-Kaiser-Str. 19
58638 Iserlohn
www.rolladen-brey.de

Indefrey
Garten- und Landschaftsbau GmbH

WIR SUCHEN VERSTÄRKUNG!

Individuelle Gartengestaltung
Terrassen · Wege · Beete · stilvolle Beleuchtung · Poolbau

unverbindliches Beratungsgespräch:
Andreas Indefrey Tel. 014094451980 | 02308933960

Wir starten in die Saison mit einer großen Auswahl an Gemüse-, Kräuter- sowie Beet- und Balkonpflanzen. Es erwarten Sie attraktive Angebote und kleine Überraschungen für Groß und Klein. Es freut sich auf Ihren Besuch das Team vom Gartenbau Deifuss.

VOLKER DEIFUSS
GARTENBAUBETRIEB

bis 16 Uhr geöffnet

Langer Blumen-samstag am 25. April

Altenmethler 8 · 59174 Kamen · Tel.: 02307 32028
Öffnungszeiten: Mo.-Fr.: 9.00-13 Uhr + 14.30-18 Uhr · Sa.: 9.00-14 Uhr
Dienstag Nachmittag geschlossen. www.gartenbau-deifuss.de

Stefan Krebber
Gartenbauliche Dienstleistungen aus Meisterhand

Gartenpflege, Baumfällungen und Baumschnitt per Seilklettertechnik, Baumstumpf-Wurzelfräsdienst

eigener Hubsteiger bis 30 m

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



Wir feiern 20 Jahre Gartenmöbel & Ambiente - und sagen Danke!

Zum Jubiläum erhaltet ihr 20 % Rabatt auf alle lagernden Möbel, inklusive vieler aktueller Neuheiten.

Seit zwei Jahrzehnten stehen wir in Lüdinghausen für hochwertige Gartenmöbel, stilvolles Ambiente und persönliche Beratung. Pünktlich zur neuen Outdoorsaison laden wir euch ein, Garten, Balkon oder Terrasse neu zu gestalten.

Unsere neuen Kollektionen setzen auf helle Farben, organische Formen und eine entspannte Leichtigkeit. Auf unserer liebevoll gestalteten Ausstellungsfläche findet ihr Lounges, Dining-Gruppen, Sonnenliegen, Sonnenschirme und viele Accessoires, die Lust auf den Frühling machen.

Wir setzen auf langlebige Qualität und renommierte Marken, die für Komfort und zeitloses Design stehen. Und natürlich ist unser Team weiterhin mit Herz und Kompetenz für euch da - seit 20 Jahren.

Feiert mit uns und entdeckt eure neue Wohlfühlzone. 20 % auf Lagerware, ausgenommen bereits reduzierte Artikel.

Wir freuen uns auf euch!

Gartenmöbel & Ambiente

Wir sagen DANKE für **20 JAHRE** und geben euch dafür **20%*** auf alles

* auf Lagerware; außer bereits reduzierte Ware.

Unser Team ist für Sie da
Mo - Di: 10:00 - 18:30 Uhr
Sa: 10:00 - 15:00 Uhr
www.gartenmoebelundambiente.de

Hier finden Sie uns
Industriestraße 15
59048 Lüdinghausen
Tel. 02551 892340

Im Alter gut aufgehoben

Betreuung außerhalb des eigenen Zuhauses

Viele Menschen möchten ihren Lebensabend so lange wie möglich in der vertrauten Umgebung verbringen. Doch mit zunehmendem Alter können Treppen, große Wohnungen oder fehlende Infrastruktur zur Herausforderung werden. Wenn Sicherheit, Pflege oder soziale Kontakte im Alltag nicht mehr ausreichend gewährleistet sind, ist es sinnvoll, über Alternativen

außerhalb des eigenen Zuhauses nachzudenken. Moderne Wohn- und Betreuungsangebote bieten heute vielfältige Möglichkeiten, Selbstständigkeit und professionelle Unterstützung miteinander zu verbinden.

Betreutes Wohnen

Das betreute Wohnen richtet sich an Senioren, die ihren Alltag noch weitgehend eigen-

ständig gestalten können, sich jedoch ein Plus an Sicherheit wünschen. Barrierefreie Apartments, Notrufsysteme und feste Ansprechpartner geben ein gutes Gefühl. Je nach Bedarf lassen sich Serviceleistungen wie Mahlzeiten, Hauswirtschaft und ambulante Pflege hinzubuchen. Gleichzeitig profitieren Bewohner von Gemeinschaftsräumen und organisierten Aktivitäten, die soziale Kontakte fördern und Einsamkeit vorbeugen.

Pflegeheime und Seniorenresidenz

Bei höherem Pflegebedarf kann ein Umzug in ein Pflegeheim oder eine Seniorenresidenz sinnvoll sein. Hier steht rund um die Uhr qualifiziertes Fachpersonal zur Verfügung. Neben medizinischer Betreuung gehören gemeinsame Mahlzeiten, Therapieangebote

und Freizeitprogramme zum Alltag. Feste Strukturen geben Orientierung, besonders für Menschen mit Demenz. Angehörige werden entlastet und wissen ihre Liebsten in professionellen Händen.



Fotos: Drazen Zigic/über freepik

Service-Wohnen und Senioren-WGs

Zunehmend beliebt sind alternative Wohnformen wie Service-Wohnen oder Senioren-Wohngemeinschaften. Hier teilen sich mehrere ältere Menschen eine Wohnung oder leben in einer Wohnanlage mit Serviceangeboten. Gemeinschaft wird großgeschrieben, während individuelle Rückzugsräume erhalten bleiben. Unterstützungsleistungen können flexibel organisiert werden. Dieses Modell verbindet Eigenständigkeit mit gegenseitiger Hilfe und sozialer Nähe.

Gut informiert entscheiden

Welche Wohn- und Betreuungsform passt, hängt von Gesundheit, finanziellen Möglichkeiten und persönlichen Vorstellungen ab. Beratung durch Pflegekassen, Kommunen oder unabhängige Beratungsstellen hilft bei der Orientierung. Wichtig ist, sich frühzeitig mit dem Thema auseinanderzusetzen. Wer rechtzeitig plant, schafft die Grundlage für ein sicheres, selbstbestimmtes und würdevolles Leben im Alter - auch außerhalb der eigenen vier Wände. (www.wohnen-im-alter.de/ www.pflege.de/www.advita.de)

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

HAUSNOTRUF

mit dem Funkfinger sind Sie rund um die Uhr an 365 Tagen im Jahr in sicherer Begleitung. 24 Std. besetzte VdS-Notrufzentrale. Für Selbstzahler schon ab 25,50 € im Monat incl. MwSt. Nach DIN ISO 9001:2015 zertifiziert.

RUPPRECHT

Vertragspartner aller Pflegekassen
 Philipp-Reis-Straße 6 · 59065 Hamm · ☎ (0 23 81) 67 50 55

Neuer Seniorendienst feiert Eröffnung in Unna

Am 28. März ab 13 Uhr feiert der Seniorendienst Eli die Fee die Eröffnung seines Büros in der Friedrich-Ebert-Straße 83. Bei Getränken, Snacks und mit illustren Gästen können Anwohner den Dienst und seine Geschäftsführerin Tugce Bagcik kennenlernen.

Wenn vermeintlich einfache Dinge zunehmend zur Herausforderung werden, bietet Eli die Fee Unterstützung an. Der 2007 als ehrenamtliche Tätigkeit gestartete und heute an über 45 Standorten in Deutschland aktive Seniorendienst ermöglicht so, dass Betroffene im eigenen zu Hause bleiben können.

Geschäftsführerin Tugce Bagcik koordiniert ein Team von Betreuungskräften, die Senioren in Unna, Kamen, Bönen, Holzwickede und Fröndenberg im Haushalt, beim Einkauf oder bei Besuchen, etwa beim Arzt oder beim Amt, helfen.

Die gebürtige Bochumerin Tugce Bagcik wuchs in einem Mehrgenerationenhaus mit ihren Eltern und Großeltern auf. „Das enge Zusammenleben mehrerer Generationen hat mich persönlich stark geprägt und mir früh Verantwortungsbewusstsein sowie soziale Kompetenz vermittelt“, erklärt sie. Auch deshalb beschloss sie, nach ihrer Ausbildung als Rechtsfachangestellte bei Eli die Fee anzufangen.

Anders als klassische Haushaltshilfen zahlen Senioren für die Unterstützung durch Eli die Fee in der Regel nicht aus eigener Tasche, da die Pflegekasse schon ab dem ersten Pflegegrad einige alltägliche Hilfeleistungen übernimmt. So können Angehörige entlastet werden und Pflegekräfte können sich auf medizinische Unterstützung konzentrieren. Das Unternehmen kann dabei auch bei der Kommunikation mit der Pflegeversicherung und der Abwicklung der bürokratischen Kosten unterstützen. So hilft Eli die Fee Senioren durch den Behörden-Dschungel und sorgt dafür, dass Menschen die Unterstützung erhalten, die ihnen zusteht.

Bei Fragen ist Eli die Fee Unna unter 0 23 03 - 9 59 75 70 oder online unter der Adresse <https://www.elidiefee.de/haushaltshilfe-unna-kamen-boenen-froendenberg> zu erreichen.

NEUERÖFFNUNG

FRIEDRICH-EBERT-STR. 83 | 28 MÄRZ | 13:00
59425 UNNA | 2026 | UHR

Ihre Alltagshelfer mit Herz:
Haushaltshilfe und Seniorenbetreuung in Unna.

Unsere einfühlsamen Alltagshelfer sorgen für ein Zuhause in dem Sie sich wohlfühlen können, begleiten Sie zu Terminen und Spaziergängen und kümmern sich um das glückliche Wohlbefinden.

Reinigung

Begleitung

Alltagsunterstützung

Unterhaltung

Wir suchen „Feen“ (m/w/d) Jetzt bewerben!!!

FAMILIE & ALDHEIM

Neukunden-Aktion! **-20%**

Wenigstens 2 Personen ab 65 Jahren, 1. April bis 31. März 2026

Mittagessen

täglich frisch gekocht

LIEFERT LECKER

Donnerstag
Kartoffel-Wirsingtopf

Menüpreis
10,50€

WINTER SATT

vom 26.01. - 01.02.2026 / 05. Woche

	Montag - 26.01.2026	Dienstag - 27.01.2026	Mittwoch - 28.01.2026	Donnerstag - 29.01.2026	Freitag - 30.01.2026	Sonntag - 31.01.2026
Mittagessen 1	2 Hackbraten in Pfefferminzsaucen mit grünen Pfefferkörnern, Bohnen ohne Speck und Kartoffeln	4 Rindfleisch mit "Bismarcker Art" auf Toastbrot mit Kartoffeln	1 Frischer Grünkohlsuppe mit Sauerkraut und Mettwurst, Bismarcker Art	1 Paniertes Schweinefleisch mit Kartoffeln, Sauce und Salat	1 Gebratenes Hähnchen mit Kartoffeln und Salat	1 Gebratenes Hähnchen mit Kartoffeln und Salat
Mittagessen 2	Hähnchensteckchen Art "Le Bon Dieu" in Sauce mit Kartoffeln, Bohnen und Salat	3 Schweinebraten "Bismarcker Art" in Sauce mit Kartoffeln, Bohnen und Salat	2 Gefüllte Gemüseschnecken mit Fleisch, Käse und Speisewurst	2 Schwarzebohnen "Le Bon Dieu" mit Kartoffeln und Salat	2 Hähnchensteckchen mit Kartoffeln und Salat	2 Gebratenes Hähnchen mit Kartoffeln und Salat
Mittagessen 3	Mediterrane Kartoffelsuppe mit Bismarcker Art, Kartoffeln, Bohnen und Salat	3 Rindfleischtopf mit Kartoffeln, Bohnen und Salat	3 Gekochtes Saftfleisch mit Kartoffeln, Bohnen und Salat	3 Kartoffel-Wirsingtopf mit Kartoffeln, Bohnen und Salat	3 Kürbis-Wirsingtopf mit Kartoffeln, Bohnen und Salat	3 5-Körniger Salat
Mittagessen 4	Schweinebraten in Sauce mit Kartoffeln, Bohnen und Salat	4 Gebratenes Hähnchensteckchen mit Kartoffeln, Bohnen und Salat	4 Gefülltes Rindfleisch mit Kartoffeln, Bohnen und Salat	4 Milchreis mit anguligen Kartoffeln	4 Rindfleisch mit Kartoffeln und Salat	4 Pfeffer-Bratensauce mit Kartoffeln und Salat
Mittagessen 5	Curry-Nudeln mit Kartoffeln, Bohnen und Salat	5 Asiatisches Wok-Gemüse mit Kartoffeln, Bohnen und Salat	5 Gefüllte Kartoffelschalen mit Kartoffeln, Bohnen und Salat	5 Fleischbraten mit Kartoffeln, Bohnen und Salat	5 Spargel-Carbonade mit Kartoffeln, Bohnen und Salat	5 Pfeffer-Bratensauce mit Kartoffeln und Salat
Mittagessen 6	Heringstopf "Le Bon Dieu" mit Kartoffeln, Bohnen und Salat	6 Gebratenes Hähnchensteckchen mit Kartoffeln, Bohnen und Salat	6 Canapés mit Kartoffeln, Bohnen und Salat	6 Gebratenes Schweinefleisch mit Kartoffeln, Bohnen und Salat	6 Erdbeeren mit Kartoffeln, Bohnen und Salat	6 Pfeffer-Bratensauce mit Kartoffeln und Salat
Mittagessen 7	Thunfisch-Salat mit Kartoffeln, Bohnen und Salat	7 Cheddar-Salat mit Kartoffeln, Bohnen und Salat	7 Wildkürbis-Salat mit Kartoffeln, Bohnen und Salat	7 Caesar-Salat mit Kartoffeln, Bohnen und Salat	7 Orientalischer Salat mit Kartoffeln, Bohnen und Salat	7 Wildkürbis-Salat mit Kartoffeln und Salat

Einfach bestellen: Tel. 0800-150 150 5 (nur Festnetz) • Tel. 02303-959 554-0 • www.meyer-menu.de

WIR SUCHEN

Neue Perspektiven für Ihre berufliche Zukunft

Steht bald das Zwischenzeugnis an und Sie fragen sich, wie es nach der Schule weitergeht? Oder haben Sie bereits eine Ausbildung abgeschlossen und denken über den nächsten Karriereschritt nach? Auf den folgenden Seiten finden Sie zahlreiche Anregungen rund um Ausbildung, Berufseinstieg und berufliche Neuorientierung.

Ob Gastronomie und Hotellerie, Handwerk, Bau, Pflege, Verwaltung, Bankwesen oder Industrie – in unserer Region werden engagierte Auszubildende ebenso gesucht wie erfahrene Fachkräfte. Viele Unternehmen bieten spannende Einstiegsmöglichkeiten und sichere Perspektiven. Sollte noch nicht das Passende dabei sein, gibt es zahlreiche Informations- und Beratungsangebote, die bei der Berufsfindung unterstützen. Auch unser Stellenportal halloJOBS (www.hallo-jobs.de) bietet aktuelle Jobangebote aus der Region. Schauen Sie doch auch mal auf www.arbeitsagentur.de/bildung/welche-ausbildung-welches-studium-passt, wo man zum Beispiel das

Online-Berufserkundungstool „Check-U“ findet. Interessieren Sie sich mehr für industrielle, kaufmännische, IT- oder Verwaltungsberufe? Dann ist die Industrie- und Handelskammer Nordwestfalen (www.ihk.de/nordwestfalen/) die richtige Adresse für Sie. Wenn Sie sich für Klimaberufe wie Anlagenmechaniker für Sanitär-, Heizungs- und Klimatechnik, Elektroniker für Energie- und Gebäudetechnik oder Dachdecker interessieren, sollten Sie sich auf der Webseite der Kreishandwerkerschaft Steinfurt Warendorf (www.kh-

st-waf.de), zuständig für den Kreis Warendorf, umschauen. Hier finden Sie nicht nur Infos zur dualen Ausbildung und der weiteren Karriere im Handwerk, sondern auch die passenden Ansprechpartner aus Ihrer Region. Allgemeine Infos unter anderem auch zur Finanzierung einer Fortbildung gibt's unter www.die-duale.de vom Bundesministerium für Bildung und Forschung.

Wir wünschen viel Erfolg beim Start ins Berufsleben – oder bei der Suche nach einer neuen beruflichen Herausforderung.



WAS MIT ZUKUNFT? WAS MIT DEN HÄNDEN!

KREISHANDWERKERSCHAFT HELLWEG-LIPPE

Noch keine **Idee**, was du beruflich machen möchtest?

Dann schau dich mal im Handwerk um: **130 verschiedene Ausbildungsberufe** warten auf dich! Das **Handwerk** bietet dir beste Chancen für deinen Berufseinstieg.

Handwerk gestaltet die **Zukunft** mit: Ob in der Werkstatt, auf dem Bau oder in der Backstube – neben traditionellen Handwerkstechniken kommen moderne Technologien und **digitale Tools** zum Einsatz.

Handwerker sind von Beruf auch **Klimaschützer**: Egal, ob Photovoltaikanlagen, begrünte Dächer, E-Mobilität oder Wärmepumpen – wenn du mithelfen willst, unsere Umwelt zu schützen, bist du im Handwerk genau richtig!

Also: Nutze deine Chance auf einen sicheren Beruf mit tollen **Zukunftsperspektiven**. Nach drei bis dreieinhalb Lehrjahren hast du deinen Gesellenbrief in der Hand. Danach stehen dir viele Möglichkeiten offen. Du möchtest dich weiterbilden? Vielleicht sogar die Meisterprüfung und dich selbstständig machen? Oder du willst doch noch studieren? Alles ist möglich!

Unsere Ausbildungscoaches finden deinen **Wunschberuf** und einen dazu passenden Ausbildungsbetrieb in deiner Nähe.



Die Ausbildung, die zu Dir passt!

Kontakt:
Kevin Güner
 Tel.: 02921 892-214
 WhatsApp: 0151 28468017
Jens Mayer
 Tel.: 02921 892-232
 WhatsApp: 0151 72512477

Oder schreib' uns an:
ausbildungsberatung@kh-hl.de

**Passgenaue Besetzung
Willkommenslotsen**

Gefördert durch:

 Bundesministerium für Wirtschaft und Energie
 aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages



WIR SUCHEN DICH

HAUSWIRTSCHAFTSKRAFT

M/W/D

ZU DEINEN TÄTIGKEITEN GEHÖREN:

- Durchführung aller anfallenden hauswirtschaftlichen und hygienischen Tätigkeiten
- Nahrungszubereitung und Nachbereitung
- Erstellung von Einkaufslisten und Vorratshaltung
- Wäschepflege
- Einhaltung von Hygiene und Desinfektionsvorgaben
- die Schaffung einer gemütlichen, sauberen und freundlichen Wohnatmosphäre



Kunden- und Innenpflege

Jetzt bewerben

www.pflegedienst-busch.com

Tel.: 02303 - 5539-840



„Ladies lacht Werl“ Comedy in der Stadthalle am 16. April

Lachen verbindet – Andrea Volk lädt ein zu einem Abend voller Humor, Herzlichkeit und bester Laune. Unter dem Motto „Ladies lacht Werl“ präsentieren sich in der Stadthalle Werl am Donnerstag, 16. April, um 19.30 Uhr Stand-Up-Highlights aus der Comedy-Szene. Gäste des Abends sind Josepha Walter, Emmi & Herr Willnowsky sowie Patrizia Moresco.

Andrea Volk ist pointiert und natürlich. Das Publikum liebt das Ruhrpott-Kind mit Wahlheimat Köln. Denn Volk vereint das Beste aus beiden Welten: Den rauen Charme und die Direktheit Duisburgs und die Lebensfreude der Karnevalshochburg Köln. Nach einigen Berufsjahren als Schauspielerin trat Josepha Walter 2023 zum ersten Mal als Stand-Up-Come-

dienne auf. Sie steht, sitzt, beobachtet, denkt und lebt am liebsten vom Rand aus, das macht ihre Comedy aus. Bei einem Gespräch über Mülltrennung kamen sich Emmi und Willnowsky näher und beschlossen die Treppe zum Erfolg zu besteigen. Unterstützt wurden sie von Thomas Hermanns, der sie in seinen Quatsch Comedy Club auf die Reeperbahn einlud. Patrizia Moresco stand von 1997 bis 2006 für Film und Fernsehen vor der Kamera, bis sie 2007 Stand Up für sich entdeckte.

VERLOSUNG!



Foto: Stadthalle Werl

Verlosung
Machen Sie mit, denn wir verschenken 3x2 Tickets für das Kabarett „Ladies lacht Werl“ am Donnerstag, 16. April, um 19.30 Uhr in der Stadthalle Werl. Senden Sie uns einfach eine E-Mail mit dem Betreff „Ladies lacht“ und Ihren vollständigen Daten (Name, Anschrift, Telefonnummer) bis zum Donnerstag, 9. April, an verlosung@fkvwverlag.com und mit etwas Glück gehören Sie zu den Gewinnern. Die Gewinner werden von uns ausgelost, der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Unsere April/Mai – Highlights!

<p>Sa., 16.04. 19:30 Uhr</p> <p>Andrea Volks 2. Ladies lacht Werl Comedy</p>	<p>Fr., 17.04. 20:00 Uhr</p> <p>Super ABBA Konzert</p>	<p>Mo., 27.04./19:30 Uhr</p> <p>DER VORNAME Theater</p>	<p>Mi., 20.05./19:30 Uhr</p> <p>Frederick Knott / Alfred Hitchcock Krimi</p>
<p>Fr., 22.05. 19:00 Uhr</p> <p>THE SPIRIT OF SWING IS ALIVE! Konzert</p>	<p>Tickets an allen bekannten Vorverkaufsstellen</p>		

Grafenstr. 27 • 59457 Werl • Tel. 02922 / 97 32-0
info@stadthalle-werl.de • www.stadthalle-werl.de

Maxi Gstettenbauer

Comedy in der Lindenbrauerei



Foto: Marvin Ruppert

Am Freitag, 10. April, um 20 Uhr wird es lustig im Kultur- und Kommunikationszentrum Lindenbrauerei. Denn dann ist im Kühlschiff Comedian Maxi Gstettenbauer zu Gast und präsentiert sein aktuelles Programm „STABIL“.

Die Zukunft rüttelt an den Zäunen unserer Gegenwart. Niemand will sich bewegen, damit

alles so bleibt wie es nie war. Dabei sind die stabilsten Gebäude der Welt so gebaut, dass sie bei einem Erdbeben mitschwingen. Denn nichts bricht schneller als ein Balken, der sich nicht biegen kann. Dieser Balanceakt zwischen verlässlicher Pointenlieferung und überforderten Welt-schmerz ist die künstlerische Ursuppe von Maxi Gstettenbauer. Wenn alle Gewissheiten vom Tisch gefegt wurden, sucht der schwarzhumorige Familienvater nach Antworten auf die großen Fragen: Kann man die EU-Außengrenzen auch in Call of Duty verteidigen? Kann man den Klimawandel nicht einfach bestreiten? Und wie kann eine Atombombe schädlich sein, wo sie doch vegan ist? Um stabil zu bleiben, muss man sich bewegen. Am besten in ein Theater in Ihrer Nähe. Tickets kosten im Vorverkauf 31,50 Euro.



Heute investieren – morgen entspannen

Geben Sie Ihrem Geld die Chance zu wachsen. sicher. nachvollziehbar. fair.

Rendite PLUS Relax
Die Geldanlage mit attraktiven Zinsen und schneller Verfügbarkeit bei Bedarf.



Well's um mehr als Geld geht.

April

Veranstungskalender

1. Mittwoch

15-17 Uhr Oster-Rallye mit Kreativaktion für Kinder von 8-12 Jahren, Museum Haus Opherdicke, Holzwickede

18.30 Uhr Konzert „Immer wieder Sonntags“-Die Sternstunde der Schlagerstars Westfalenhalle 2, Dortmund

19 Uhr Comedy Leslie Sternenfeld - „Mir ist komisch. Dann lach doch!“, Schalander, Unna

20 Uhr Konzert Sparkassen GRAND JAM: Ian Siegal (UK) & Grand Jam Band, Thorheim, Bergkamen

2. Donnerstag

20 Uhr Konzert 3 gewinnt - Osterbands in Concert, Schalander, Unna

4. Samstag

16 Uhr Osterfeuer Haus Opherdicke, Holzwickede

17 Uhr Osterfeuer Wanderheim Netteberge, Selm

18 Uhr Osterfeuer Töddinghauser Str. 44, Bergkamen

19 Uhr Osterfeuer Feld zwischen Dudenhausen und am Wasserturm, Hengsen

5. Sonntag

14 Uhr Ostereiersuche Gelände des Emscherquellhofs, Holzwickede

18 Uhr Osterfeuer Hansastr. 82, Bergkamen

18 Uhr Osterfeuer Vereinsgelände ASC, Holzwickede

19 Uhr Osterfeuer Hof Möller, Fröndenberg

8. Mittwoch

20 Uhr Konzert Cheap Tequila mit groovigem Shuffle, pulsierendem Blues und fetzigem Rock'n'Roll, Schalander, Unna

9. Donnerstag

18.30 Uhr Vortrag „Bekannte Frauenpersönlichkeiten“, Stadtmuseum, Werne

20 Uhr Konzert Ebony Buckle - eine Künstlerin, die man live erlebt haben muss. Schalander, Unna

10. Freitag

17.30 Uhr Führung Offene Stadtführung, Treffpunkt ist vor dem Stadtmuseum am Kirchhof, Werne

20 Uhr Comedy Maxi Gstettenbauer - „Maxi Gstettenbauer bleibt STABIL“ Kühlschiff, Unna

20 Uhr Konzert „Simply the Best“-Die Tina Turner Story, Westalenhalle 2, Dortmund

11. Samstag

16 Uhr Konzert „The Magical Music of Harry Potter“, Stadthalle, Unna

20 Uhr Konzert „The Music of Hans Zimmer & Others“, Stadthalle, Unna

20 Uhr Party Ü50 Disko Party, Kühlschiff, Unna

12. Sonntag

11-17 Uhr Frühlingsmarkt Forum Kulturzentrum, Fröndenberg

15 Uhr Lesung Lesereihe - „Sonntags um drei“, Enka Wiese liest aus ihrem Buch „Der blaue Bien“, Seniorenbegegnungsstätte, Holzwickede

17-18.15 Uhr Konzert 1. Cappenberg Vespermusik - Orlando-Ensemble, Stiftskirche, Cappenberg

19 Uhr Konzert Orgelkonzert, Ludgerikirche, Selm

19 Uhr Konzert Dirty Dancing in Concert, Westfalenhalle 2, Dortmund

19.30 Uhr Theater „Der Meister und Margarita“, Stadthalle, Unna

13. Montag

20 Uhr Konzert Klangkosmos Weltmusik: Nisbet Sedrayeva Ensemble (Aserbaidschan), Trauzimmer, Marina Rünthe, Bergkamen

15. Mittwoch

18.30 Uhr Konzert Feierabendklänge - Livemusik mit Kim Friehs & Philipp Sauer, Emschersaal, Holzwickede

19.30-21 Uhr Konzert 8. Sinfoniekonzert - „Erzählungen“, Konzertaula, Kamen

20 Uhr Theater „Die Kehrseite der Medaille“. Komödie von Florian Zeller, Kolpingsaal, Werne

20 Uhr Konzert Sonic - Unnaer Coverband, Schalander, Unna

16. Donnerstag

19.30 Uhr Comedy Andrea Volks 2. Ladies lacht Werl - Mit Gästen Josepha Walter, Emmi & Herr Willnowsky und Patrizia Moresco, Stadthalle, Werl

19.30 Uhr Theater „Herr Lehmann“ - Elektrolyte, Liebe und der Sound der 80er, Heinz-Hilpert-Theater, Lünen

20 Uhr Konzert 2. Opherdicker Kammermusik, „Das Meer“ - Bilder der Unendlichkeit, Konzert für Cello, Klavier und Video, Museum Haus Opherdicke, Holzwickede

20 Uhr Konzert Ellis Mano Band - einzigartiger Mix aus Rock, Blues, Soul und Americana Kühlschiff, Unna

17. Freitag

17.-20. April Kirmes Frühlingskirmes, Kamen

20 Uhr Comedy LOL - Das Comedy Start-up, Studiotheater, Bergkamen

20 Uhr Kabarett Tim Becker „Schnauzel“, Kulturschmiede, Fröndenberg

20 Uhr Konzert SUPER ABBA - a tribute to ABBA, Stadthalle, Werl

20 Uhr Konzert Michael Patrick Kelly, Westfalenhalle, Dortmund

20 Uhr Comedy NICO STANK 2026 - Akte Ex, Westfalenhalle 2, Dortmund

21 Uhr Party 90er Party, 2 Floors, Cocktailbar, 90er Lounge, Kühlschiff, Unna

18. Samstag

19 Uhr Konzert „Udo singt Udo“ - Udo Jürgens Welterfolge, Emschersaal, Holzwickede

19 Uhr Party Mom's Night out, Treffpunkt Windmühle, Fröndenberg

19.30 Uhr Theater „Und alles auf Krankenschein“ - Turbulente Komödie, Turnhalle, Neue Ergster Mitte

20 Uhr Musical Massachusetts - Bee Gees Musical, Westfalenhalle 2, Dortmund

20 Uhr Konzert Andreas Kümmert & The Electric Circus, Kühlschiff, Unna

20 Uhr Konzert Barock - Europas größte AC/DC Tribute Show, Stadthalle, Kamen

19. Sonntag

10 Uhr Ausstellung „INSTALLIEREN!“ - Kunst im Stadtmuseum, Lünen

17 Uhr Konzert Ruhrstadt Orchester, Rohrmeisterei, Schwerte

18 Uhr Messe Schlagermesse mit bekannten Hits, Josefskapelle, Selm

18.30 Uhr Konzert Cellokonzert, Ludwig Frankmar, Berlin, Christophorus-Kirche, Werne

19.30 Uhr Theater „Und alles auf Krankenschein“ - Turbulente Komödie, Turnhalle, Neue Ergster Mitte

20. Montag

16 Uhr Kochen Internationales Kochen, Treffpunkt Windmühle, Fröndenberg

22. Mittwoch

19.30 Uhr Quiz Das Team Quiz im Schalander! Unna

19.30 Uhr Theater Shockheaded Peter - Junk-Oper nach Motiven aus „Der Struwwelpeter“, Heinz-Hilpert-Theater, Lünen

20 Uhr Theater „Der Kontrabass“, Stadthalle, Unna



KREIS UNNA
**KONZERTREIHEN
DES KREISES UNNA**

MUSEUM
HAUS OPHERDICKE

KAMMERMUSIK

Donnerstag | 16.04.2026 | 20 Uhr
Spiegelsaal

Michael Rettig | *Klavier*
Clovis Michon | *Cello*

Melodiös, lyrisch, poetisch

WELTMUSIK MUSIKWELT

Donnerstag | 23.04.2026 | 20 Uhr
Spiegelsaal

Matching Ties mit Duo Trasna
IRISH, SCOTTISH & ENGLISH FOLK

Alle Infos unter www.kreis-unna.de/musik

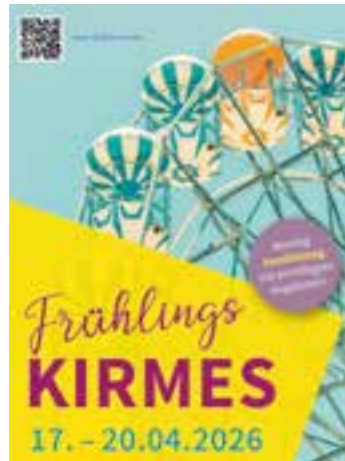


Kreis Unna | Kultur
Hansastraße 4 | 59425 Unna
Fon 0 23 03 27 25 41

Kirmestrubel im Kamen

Attraktionen, Spiel und Genuss

Wenn sich die Kamener Innenstadt vom 17. bis 20. April wieder mit Lichtern und Musik füllt, ist es Zeit für die Frühlingskirmes. In diesen Jahren dürfen sich Besucher auf eine besonders abwechslungsreiche Veranstaltung freuen. Insgesamt 51 Schausteller bauen ihre Stände und Fahrgeschäfte auf und sorgen für ein buntes Programm. Neu ist dabei die Ausweitung der Kirmesfläche auf die Adenauerstraße.



Plakat: Stadt Kamen

Zu den Höhepunkten zählen gleich vier große Fahrgeschäfte, die für Nervenkitzel sorgen. Neben dem beliebten Autoscooter verspricht der Love-Express rasante Fahrten durch Kurven und Steigungen. Beim Scheibenwischer und Twister sorgen starke Schwung- und Fliehkräften für ein intensives Fahrgefühl. Auch abseits der großen Fahr-

geschäfte gibt es viel zu entdecken. Zwei Fun-Häuser laden zum Lachen und Staunen ein. Die Frühlingskirmes öffnet am Freitag von 15 bis 23 Uhr, am Samstag und Sonntag von 14.30 bis 23 Uhr sowie am Montag von 14.30 bis 21 Uhr. Damit stehen vier Tage voller Kirmesspaß bevor.

20 Uhr Comedy
Matze Knop - „Spitzenreiter“, Kolpingsaal, Werne

23. Donnerstag

20 Uhr Konzert
3. Opherdicker Weltmusik – Matching Ties-Trio zusammen mit dem Duo Trasná Irish, scottisch & english Folk, Museum Haus Opherdicke, Holzwickede

20 Uhr Konzert
Blue Thumb, spannender Mix aus Rhythm & Blues, Soul und Latin, Schalander, Unna

20 Uhr Konzert
Kaffkiez – Wir Tour 2026, Westfalenhalle 2, Dortmund

24. Freitag

10 Uhr Bücher
„Holzwickede liest“, Gemeindebibliothek, Holzwickede

17 Uhr Theater
Lotta kann fast alles (ab 4 Jahren), Konzertaula, Kamen

18.30 Uhr Tanz
Ecstatic Dance – „Ganzheit finden“, Kulturschmiede, Fröndenberg

19.30 Theater
„Zurück zum Happy End“, Ruhrstr. 13, Schwerte

20 Uhr Kabarett
Jürgen B. Hausmann, "Wie das Leben so spielt", Studiotheater, Bergkamen

20 Uhr Konzert
„All about Joel“ - Tribute to Billy Joel, Kühlshiff, Unna

20 Uhr Konzert
Santiano – Da braut sich was zusammen, Westfalenhalle, Dortmund

20 Uhr Kabarett
„Frauenkracher“ – Die Comedy mixed Show, Heinz-Hilpert-Theater, Lünen

25. Samstag

25.+26.04. Schau
Mobilitätsschau mit verkaufsoffenem Sonntag, Innenstadt, Unna

10 Uhr Frühstück
Interkulturelles Frühstück, Eine Feier der Vielfalt und des Austauschs, Schwankhalle im ZIB, Unna

10 Uhr Bücher
„Holzwickede liest“, Gemeindebibliothek, Holzwickede

16 Uhr Konzert
30-jähriges Bestehen der Sonnetten mit den schönsten Liedern aus dieser Zeit, Ev. Kirche am Markt, Selm

19 Uhr Theater
Live-Hörspiel „Dr. Jekyll & Mr. Hyde“, Bürgerhaus, Selm

20 Uhr Comedy
Herr Schröder – Der Rest ist Hausaufgabe, Westfalenhalle 2, Dortmund

20 Uhr Comedy
Ralf Schmitz – Schmitzfindigkeiten, Westfalenhalle, Dortmund

20 Uhr Konzert
Kammerorchester l'arte del mondo, „Die schönsten Entdeckungen“, Hansesaal, Heinz-Hilpert-Theater, Lünen

20 Uhr Konzert
Herwarth Böhmer & Band, Kulturschmiede, Fröndenberg

20 Uhr Konzert
Forgotten Sons - A Tribute to Marillion's Fish-Era, Kühlshiff, Unna

20 Uhr Theater
„Kalter, weißer Mann“ – Komödie mit Timothy Peach, Konzertaula, Kamen

20 Uhr Konzert
Pop-Schlager-Tour 2026, Stadthalle, Kamen

26. Sonntag

11 Uhr Theater
Kindertheater „Die Abenteurer“, Bürgerhaus, Selm

11 Uhr Konzert
2. Familienkonzert der NPW – „Die kleine Meerjungfrau“, Stadthalle, Unna

11 Uhr Vernissage
Brigitte Keuchel & Gruppe, Rathausgalerie, Fröndenberg

15 Uhr Führung
Geschichte(n) und Kaffee, Sonntagsführung, Stadtmuseum, Werne

18 Uhr Stiftskonzert
Ratsaal im Stiftsgebäude, Fröndenberg

15.30 Uhr Konzert
Cafe Klassik mit dem Trio Blue Terrace auf musikalischer Zeitreise, Alten Mühle, Bönen

19 Uhr Konzert
Skerryvore – Beacon of Scot Rock, Kühlshiff, Unna

27. Montag

19.30 Uhr Theater
„Der Vorname“ - eine aberwitzigen Komödie, Stadthalle, Werl

28. Dienstag

20 Uhr Konzert
Dudley Taft - American Blues Rock, Schalander, Unna

29. Mittwoch

18 Uhr Fotoreise
Bilderabend im Museum, Stadtmuseum, Werne

18.30 Uhr Konzert
Feierabendklänge – Livemusik mit KimFriehe & Philipp Sauer, Emschersaal, Holzwickede

19.30 Uhr Activity
MitSingDing - Alle Singen Hit! Schalander, Unna

30. Donnerstag

16 Uhr Festival
Fröndenberg karibisch, Zentrum, Fröndenberg

18 Uhr Tanz
Tanz in den Mai, Marktplatz, Holzwickede

18 Uhr Vortrag
„Keine Angst im Museum!“ Museum, Lünen

19 Uhr Techno
Mayday – 2026 Iconic, Westfalenhalle, Dortmund

21 Uhr Tanz
Tanz in den Mai – Ü 30, Rohrmeisterei, Schwerte

21 Uhr Party
Tanz in den Mai – Partyclassics und aktuelle Hits! Kühlshiff, Unna

21 Uhr Party
Suberg's Ü30 – Tanz in den Mai, Stadthalle, Unna

Möchten Sie, dass der Termin Ihrer Veranstaltung im nächsten Monat veröffentlicht wird, so senden Sie ihn an: walter@fkvverlag.com

„Da lacht dat Herz“

Kabarett in der Stadthalle Kamen

Bruno „Günna“ Knust kommt am Sonntag, 10. Mai, um 18.30 Uhr in die Stadthalle Kamen. Passend zu Muttertag kommt er mit seinem dafür ausgerichteten Programm „Da lacht dat Herz“.



Foto: Max Sonnenschein

Das ist ein Blumenstrauß für die Seele. Und gleichzeitig ein Abend der offiziellen Entschuldigung für all die nervigen Sachen, die Sie als Kind gemacht haben. Der Dortmunder Kabarettist aus dem Theater Olpketal widmet den Abend den Müttern im Ruhrpott – die wahren Superheldinnen des Alltags, die mit ihren magischen Kräften Burgen aus Kuscheledecken bauen konnten, die kleine Welt zusammenhielten und lächelnd jedes Chaos beseitigten: vom verlorenen Schlüssel bis zum gebrochenen Herzen. Die alle mit ihrer Lebensweisheit trösteten und zum Lachen brachten, wenn

man eigentlich weinen wollte. Die alle erzogen und großzogen, auch wenn es mal nicht einfach war. Ein Hoch auf ihre unvergleichliche Liebe, die stärker ist als Kaffee, den sie morgens brauchten, ausdauernder als ihre Nerven aus Stahl und tiefer als der Topf, in dem sie Eintöpfe zauberten.

Werden Sie unser neues Teammitglied!

Wir suchen Mitarbeiter (m/w/d) für **SportCentrum Kaiserau**

- den Service in Voll-/Teilzeit
- das Housekeeping in Teilzeit

Ebenfalls bieten wir in diesem Jahr folgende Ausbildung an:

- Hotelfachmann (m/w/d)

Wir bieten Ihnen einen sicheren Arbeitsplatz, 30 Tage Urlaub, digitale Zeiterfassung, betriebliche Altersversorgung, kostenfreie Getränke, vergünstigte Mahlzeiten, eine attraktive Vergütung gemäß unserem Haustarifvertrag sowie ein bezuschusstes Deutschlandticket.

Ausführliche Informationen finden Sie unter:

sportcentrum-kamenkaiserau.de/de/stellenausschreibungen.htm oder nutzen Sie den QR-Code



Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung.



Fußball- und Leichtathletik-Verband Westfalen e.V.
-vertraulich- Personal
Jakob-Koenen-Str. 2
59174 Kamen
E-Mail: Bewerbung@flvw.de

MUSEUM HAUS OPPERDICHE

KUNST MEETS KINO

Filmprogramm zu ZEITRAUMSCHWEBEN

Blicke auf die Zukunft

In Kooperation mit dem KINORAMA UNNA zeigt das Museum Haus Opherdicke im Rahmen der Ausstellung ZEITRAUMSCHWEBEN. Blicke auf die Zukunft (01.03. – 06.09.2026) jeden zweiten Dienstag im Monat einen Science-Fiction-Klassiker im Kino in Unna.

<p>Dienstag 14.04.2026 19.30 Uhr Solaris 1972</p> <p>Dienstag 12.05.2026 19.30 Uhr Tron 1982</p> <p>Dienstag 09.06.2026 19.30 Uhr Das Fünfte Element 1997</p>	<p>Dienstag 14.07.2026 19.30 Uhr Metropolis 1927</p> <p>Dienstag 11.08.2026 19.30 Uhr Brazil 1985</p> <p>Dienstag 08.09.2026 19.30 Uhr 2001: Odyssee im Weltraum 1968</p>
--	--

Trauer, Blumen & Grabgestaltung

Erinnerungsorte auf Friedhöfen

Ein Friedhof ist für viele Menschen ein Ort des Gedenkens, der Erinnerung und des Abschieds. Die Art und Weise, wie eine Grabstätte gestaltet wird, hat dabei nicht nur ästhetische Bedeutung: Sie kann Trost spenden und einen Raum schaffen, in dem Hinterbliebene ihrer Trauer Ausdruck verleihen. Von klassischen Grabsteinen über Blumenarrangements bis hin zu persönlichen Erinnerungsstücken gibt es vielfältige Möglichkeiten -

doch Friedhofssatzungen und Gestaltungsvorgaben setzen oft klare Grenzen, damit Würde und Ordnung gewahrt bleiben.

Grabmale

Ein Grabmal dient als markanter Erinnerungsort und kann individuell gestaltet werden. Naturstein ist nach wie vor eines der meistgenutzten Materialien für Grabsteine, da er langlebig ist und Würde ausstrahlt. Varianten wie Granit,

Marmor oder Kalkstein werden in unterschiedlichsten Formen und mit persönlichen Inschriften angeboten. Dabei bestimmen meist Friedhofssatzungen, welche Maße und Materialien zulässig sind, damit sich das Grabmal in das Gesamtbild des Friedhofs einfügt. Moderne Elemente wie Gravuren mit Symbolen, persönlichen Botschaften oder sogar QR-Codes können die Erinnerung zusätzlich vertiefen.



Foto: freepik

Nicht überall sind beispielsweise Sträucher oder dauerhafte Beetbepflanzungen gestattet.

Blumen & Pflanzen

Blumen spielen eine zentrale Rolle bei der Trauerarbeit. Sie stehen für Erinnerung, Liebe und Lebenszyklen und werden oft je nach Bedeutung gewählt: Lilien symbolisieren Licht und Reinheit, Rosen Liebe und Nelken Treue. Aber auch hier gilt: Viele Friedhöfe erlauben nur bestimmte Bepflanzungen oder Blumendekorationen, die der Friedhofssatzung entsprechen.

Dekoration

Neben Blumen können Kerzen, Grablichter und kleine Figuren Teil einer liebevollen Grabgestaltung sein. Sie setzen individuelle Akzente und tragen dazu bei, dass der Ort zu einem Erinnerungsplatz wird. (www.trauerundgedenken.de/www.deinsteinmetz.de/www.blumenbibel.de)

Faure, Steinmetzmeister
Ihr Steinmetz für Holzwickede
Am Gottesacker 56 | 44143 Dortmund | Tel. 0231 590602 | www.faure-steinmetz.de

FORT FUN startet in die Saison 2026

Neue VR-Attraktion, Familienangebote und überarbeitete Achterbahn

Das **FORT FUN Abenteuerland in Bestwig startet am 28. März in die neue Saison und präsentiert seinen Besuchern mehrere Neuerungen. Der Freizeitpark im Sauerland erweitert sein Angebot mit überarbeiteten Attraktionen, Familienbereichen und digitalen Services.**

Auch tierische Begleiter sollen künftig stärker berücksichtigt werden. Der Park plant die Eröffnung von Deutschlands erstem Premium-Hundespielplatz innerhalb eines Freizeitparks. Ziel ist es, den Aufenthalt für Gäste mit Vierbeinern attraktiver zu gestalten und sich langfristig als besonders hundefreundlicher Freizeitpark zu positionieren. Für Familien entsteht zudem ein neuer Spielbereich am Restaurant La Cascada. Altersgerechte Spielgeräte, eine kleine Enten-Wasserbahn sowie ein überarbeiteter Gastronomiebereich mit überdachter Terrasse sollen für mehr Komfort sorgen. Auch die Achterbahn SpeedSnake wird überarbeitet. Die

Eine der größten Neuheiten ist die Virtual-Reality-Attraktion „FORT VentuRe“. Im historischen Saloon der Westernstadt tauchen Besucher mithilfe von VR-Brillen, Bewegungstracking und Controllern in interaktive virtuelle Welten ein. Die Attraktion ist wetterunabhängig und kann zusätzlich zum Parkeintritt gebucht werden.

VERLOSUNG!



Foto: FORT FUN

Station erhält ein neues Dach, modernisierte Gestaltung, zusätzliche Beschilderung und neue Soundeffekte. Zudem wird der Wartebereich mit Sonnenschutz und neuer Bepflanzung komfortabler gestaltet. Zum Saisonstart führt der Park außerdem ein digitales Parksystem ein. Das schrankenlose „FreeFlow“-System erfasst Kennzeichen automatisch und ermöglicht eine schnellere An- und Abreise.

Verlosung

Machen Sie mit, denn wir verschenken 2x2 Freikarten für das FORT FUN Abenteuerland. Senden Sie uns einfach eine E-Mail mit dem Betreff „FORT FUN“ und Ihren vollständigen Daten (Name, Anschrift, Telefonnummer) bis zum Donnerstag, 9. April, an verlosung@fkwverlag.com und mit etwas Glück gehören Sie zu den Gewinnern. Die Gewinner werden von uns ausgelost, der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

LINDENBRAUEREI

<p>FR., 17.04.2026 21 UHR 90er PARTY im Kühlschiff 2 DJs auf 2 Ebenen VVK: 8 € (zzgl. Geb.)</p>	<p>SA., 02.05.2026 20 UHR FANTASTIC BLUES BROTHERS BAND im Kühlschiff ON A MISSION FROM GOD VVK: 28 € (zzgl. Geb.)</p>
<p>SA., 18.04.2026 20 UHR ANDREAS KÜMMERT im Kühlschiff Andreas Kümmert & The Electric Circus VVK: 30 € (zzgl. Geb.)</p>	<p>MI., 05.08.2026 19 UHR JAMMIN'LOUNGE Platz der Kulturen Das große Sommer-Special OPEN AIR! VVK: 20 € (zzgl. Geb.)</p>
<p>FR., 24.04.2026 20 UHR ALL ABOUT JOEL im Kühlschiff Die ultimative Billy-Joel-Tribute-Band VVK: 21 € (zzgl. Geb.)</p>	<p>SA., 08.08.2026 18 UHR UNNA ROCKT! Platz der Kulturen Mit den Hits von Linkin Park & Red Hot Chili Peppers VVK: 25 € (zzgl. Geb.)</p>
<p>SO., 26.04.2026 19 UHR SKERRYVORE im Kühlschiff Beacon of Scot Rock VVK: 26 € (zzgl. Geb.)</p>	<p>SO., 09.08.2026 18 UHR GREGOR MEYLE Platz der Kulturen „Sommertour 2026“ VVK: 46 € (zzgl. Geb.)</p>

Schälendes
ÖFFNUNGSZEITEN:
Do. - Sa. jeweils ab 18 Uhr

TICKETS & INFOS:
WWW.LINDENBRAUEREI.DE

LINDENBRAUEREI
RIO REISER WEG 1 | 59423 UNNA

IHRE ZUKUNFT BEGINNT JETZT.

**Vier starke Energiedienstleistungen
der Stadtwerke Fröndenberg Wickede.**

**Wir machen Ihr Zuhause fit für eine nachhaltige Zukunft.
Senken Sie Ihre Energiekosten, schonen Sie die Umwelt und genießen Sie modernen
Wohnkomfort. Entdecken Sie unsere vier Lösungen, die Sie dabei unterstützen.**



**WIR
MACHEN
DAS.**



Ruhrpur-Energiedach

Werden Sie unabhängiger von steigenden Strompreisen
Produzieren Sie Ihren eigenen Solarstrom auf dem Dach Ihres Hauses. Mit unserem Rundum-sorglos-Paket kümmern wir uns um die Planung, Installation und Wartung – Sie profitieren sofort.



Ruhrpur-Wärmepumpe

Heizkosten um bis zu 70 % senken und Förderungen sichern
Eine effiziente und umweltfreundliche Alternative zu herkömmlichen Heizsystemen. Wir bieten Ihnen eine komplette Lösung – von der Beratung bis zur Installation.



Ruhrpur-Heizkostenabrechnung

Einfach, unkompliziert und mit persönlichem Ansprechpartner vor Ort
Eine transparente und rechtskonforme Lösung für Eigentümer, Vermieter und Hausverwaltungen. Wir übernehmen die gesamte Abrechnung der Heiz- und Betriebskosten für Sie.



Ruhrpur-Energieberatung

Individuellen Sanierungsfahrplan und Förderberatung erhalten
Unser Energie-Experte analysiert Ihr Zuhause und zeigt Ihnen, wie Sie effektiv Energie sparen und den Wert Ihrer Immobilie steigern können.

**WIR
MACHEN
DAS.**

Sie möchten mehr erfahren?
Wir beraten Sie gerne in einem persönlichen Gespräch.
Wir freuen uns auf Ihre Anfrage!

www.sfw-ruhr.de
02373-759-0
kunden@sfw-ruhr.de