



Hattinger Impuls.

StadtLeben, Wirtschaft, Kultur



Herbst / Winter 2011: Farbenspiel des Herbstes

Jetzt kann man sie wieder reichlich sammeln: Eicheln und Kastanien. Kürbisse bereichern als schmackhafte Suppe den Speiseplan und verzieren Haus und Garten. Alles Vorboden der nahenden Herbst-/ Wintersaison. Natürlich hat man noch das eine oder andere liebgewordene Teil aus dem letzten Jahr im Schrank, aber etwas Neues und Aktuelles hat da doch so seinen eigenen Reiz. Die farblichen Favoriten sind in dieser Herbst- / Wintersaison Kaminrot und Cognactöne. Sie setzen sozusagen das Farbenspiel des Herbstes modisch als Strickjacke, T-Shirt oder Blazer um. Zu Kaminrot gesellen sich gerne die aktuellen Sand- und Karmeltöne während die Cog-

nactöne die Nähe zu Blautönen und Schwarz suchen. Auch Grautöne bleiben aktuell während dunkle Brauntöne deutlich weniger angeboten werden. „Später kommt noch Pink hinzu,“ erläutert Frau Reichel – Inhaberin von Street One, Cecil und Tamaris in Hattingen – die aktuellen Farbtrends im Gespräch mit dem Hattinger Impuls. (HI). Trendige Hosen sind entweder schmal oder bequem. „Die Chino-Hose hat sich durchgesetzt, nachdem die Kundinnen zunächst skeptisch reagiert hatten. Aber sie ist sehr bequem und das hat überzeugt,“ so Frau Reichel. Blazer sind uni oder kariert mit Flecken am Ellbogen. „Wer da nicht Landlord-Feeling verspürt“. Nach wie vor trendy sind Westen, Feinstrickjacken und dickere Strickwaren im Winter. Kombinationen bestehen möglichst aus verschiedenen Längen. Unter den Accessoires geben neben Strickschals Tücher in allen Größen und Materialien den Ton an.



Frau Reichel

Inhalt:

- S. 2:
- **Aktion:**
- **Gutes Sehen**
- **In Kürze**
- S. 3:
- **8. Deutscher Reha-Tag**

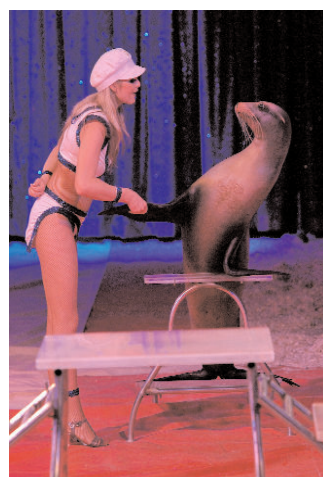
- S. 4:
- **Kalendarium**
- **Buchtipps**

Fotos: Eisenmänner
Idylle in Blankenstein

"Eine Reise um den Globus - die ganze Welt im Zirkusglanz" Zirkus Knie gastiert in Hagen

2006 wurde der renommierte Zirkus Charles Knie von seinem Namensgeber und Gründer der Charles Knie an den 36-jährigen Kaufmann und Zirkusfreund Sascha Melnjak verkauft, der ihn in kürzester Zeit zu einem der Top-Unternehmen der Branche machte. Das Show-Programm wird ausschließlich von international preisgekrönten Artisten und Tierlehrern präsentiert, ergänzt durch eine 8-Mann-Live-Band und ein Show-Ballett. 31 Artisten und Tierlehrer aus 13 Nationen, 103 Tiere und 61 Mitarbeiter entführen die Zuschauer von Anfang März bis Mitte November in insgesamt 50 Gastspielorten auf „Eine Reise um den Globus – die ganze Welt im Zirkusglanz“. Vom **18. bis 23.10.2011** gastiert der Zirkus in Hagen "Auf dem Höing". Vorstellungen gibt es tgl. um 15.30 Uhr und 19.30 Uhr, am Sonntag um 11.00 Uhr und 15.30 Uhr. Die Eintrittspreise reichen von 10 bis 30 Euro. Der VK beginnt am 19.09. bei Stadtmarketing Hagen, WP / WR Leserladen Hagen,

Rathausstraße und unter www.reservix.de. Reservierungen auch unter Tel. 0171 / 9462456 und [tik-
kets@zirkus-charles-knie.de](mailto:tickets@zirkus-charles-knie.de). Weitere Infos unter www.zirkus-charles-knie.de Zusätzlich zum normalen Zirkusprogramm kann man am 22.10.2011 um 11.00 Uhr unter dem Motto „Auge in Auge mit den Raubtieren!“ an einer kommentierten Raubtierprobe teilnehmen. Zirkus Charles Knie bietet die beste gemischte Raubtiernummer – ausgezeichnet beim Zirkusfestival in Monte Carlo. Ticket: 5 Euro. Nur an den Zirkuskassen erhältlich..



Miss Mona - Seelöwen

Große Aktion zum Thema Schlafen bei FIDUWA Schlafsysteme: Tempur-Schlafwochen vom 19.09. - 01.10.2011 und Gutschein für einen Liege-Simulator auf Seite 3.



Einladung:

Erlebnisabend - Klopfen Sie sich frei

Termin: Donnerstag, 29.09.: 18.30 - 20.30 Uhr
Kosten: VVK 15,00 Euro - Abendkasse 20,00 Euro

MET-Grundseminar

Termin: Samstags, 15.10.: 09.30 - 18.30 Uhr
Kosten: 190,00 Euro

Prüfungängste/Angst zu versagen

Termin: 28.09., 05.10., 12.10.: 18.00 - 20.00 Uhr (jeweils 3 x 2 Std.)
Kosten: 60,00 Euro

Anmeldung: Tel. 02324/ 90 29 620 oder
E-Mail. info@erika-thieme.de

Gesundheitszentrum - Reschop Carré 3 - 45525 Hattingen
Weitere Infos unter: www.erika-thieme.de

Fahrschule Volker Braunheim



- Kompetenz und Erfolg in:**
- ⇒ Führerscheinklassen A, A (beschränkt), A1 B, BE, M und Mofa
 - ⇒ Begleitetes Fahren ab 17

Walter-Schneider-Platz 1 - 45525 Hattingen
Tel: 02324 / 5 41 43 - www.fahrschule-braunheim.de



Kompetenter Service für Ihren PKW:

- ⇒ **Batterieservice** - wenn er nicht mehr anspricht!
- ⇒ **Inspektion und Wartung**
- ⇒ **Fahrzeugdiagnosen**
- ⇒ **Kupplungs-, Stoßdämpfer- und Bremsenservice**
- ⇒ **Reifenservice**
- ⇒ **Klimatechnik**
- ⇒ **AU und TÜV-Abnahmen durch eine amtlich anerkannte Prüforga-nisation**
- ⇒ **Unfallschaden-Abwicklung**
- ⇒ **Autoglas**
- ⇒ **Motoren- und Getriebeinstandsetzung**

- **Vertragsfreier BMW-Service** -

Werksstrasse 16, 45527 Hattingen
Tel.: 02324/ 68 67 460 - Fax: 02324/ 68 67 461

Infos unter: www.mg-fahrzeugtechnik.de
Öffnungszeiten: Mo - Fr 8.00 - 18.00 Uhr, Sa. 9.00-13.00 Uhr

Modisch in den Herbst mit:



Immer am Puls der Zeit

Heggerstraße 48, Tel.: 0 23 24.6 86 99 78

Inhaberin: Bettina Reichel

Tamaris

Hattingen

Obermarkt 7, Tel. 0 23 24.59 74 127

Inhaberin: Bettina Reichel

Street One

Mode für Frauen,
die wissen was sie wollen

Obermarkt 13, Tel.: 0 23 24.39 32 00

Inhaberin: Bettina Reichel

Infos unter: www.reichel-kg.de

1a Das Brillenabo • 24 Raten • Null Zinsen • Passt 100%

So kauft man heute Brillen

Optik Niehaus ...herzlich gern

Topmodische Brillen ab € 5,- monatlich!

Thingstraße 12, 45527 Hattingen, Tel. (02324) 62116

Sanftes Klopfen befreit die Seele – MET-Erlebnisabend

Niemand wünscht es sich und doch kann es jeden unverhofft treffen. Ein schwerer Unfall, ein Überfall, eine Massenpanik etc. lösen bei den betroffenen Personen starke Gefühle der Ohnmacht, der Hilflosigkeit, des Entsetzens oder sogar Todesangst aus. In der Folgezeit treten oft Depressionen, Neurosen oder Zwänge auf, die ohne therapeutische Behandlung oft ein Leben lang anhalten können. Durch sanftes Beklopfen der Meridianpunkte werden die Blockaden im Energiesystem aufgehoben, negative Gefühle lösen sich auf. Auf diese Weise lassen sich auch „kleine“ alltägliche Probleme wie Nikotinsucht, Flugangst, Schulangst oder Heißhunger auf Schokolade überwinden. Neue Termine zur MET – Meridian Energie Technik im September/Oktober.

Prüfungsängste oder die Angst zu versagen – wer kennt das nicht? An 3 Abenden in der Woche zeigt **Dipl Sozial Päd. Erika Thieme** Techniken und neue Wege zur Angst- und Stressbewältigung auf. Weitere Informationen unter Tel. 02324/ 9 02 96 20 oder www.erika-thieme.de.



Dipl. Soz. Päd. Erika Thieme

Fahrschule Braunheim - Kompetenz und Erfolg

Zentral in der Südstadt am Walter-Schneider-Platz gelegen, steht die Fahrschule von Volker Braunheim für Kompetenz rund um das Thema „Fahren und Führerschein“. Gerade jetzt im Herbst und kommenden Winter stehen für die Fahrstunden die Sicherheitsreserven des All-

radantriebs eines VW Tiguan zur Verfügung. Auf Wunsch können die Stunden auch gerne auf Automatik absolviert werden. Motorradbegeisterte Fahrschüler werden auf entsprechenden Motorrädern geschult. Jeden Di. und Do. kann man sich im modernen Büro inkl.

Schulungsraum von 17.00 bis 19.00 Uhr anmelden. Anschließend gibt es an diesen beiden Tagen den theoretischen Unterricht. Zusätzlich können auch individuelle Gesprächstermine vereinbart werden.



Gutes Sehen sorgt für Sicherheit

Unter der Schirmherrschaft von Bundesverkehrsminister Peter Ramsauer startet das Kuratorium Gutes Sehen (KGS) auch in diesem Herbst wieder eine Kampagne für Gutes Sehen. Gerade im Herbst sorgen Nebel, spiegelnde Straßen, nasses Laub und Gegenlicht für Stress beim Autofahren. „Gutes Sehen ist die Voraussetzung für Sicherheit im Straßenverkehr,“ so Bundesverkehrsminister Peter Ramsauer. „Auch wenn unsere Autos immer moderner und sicherer werden, so bleibt doch der Mensch der entscheidende Faktor im Verkehrsgeschehen.“ Es reicht keineswegs aus, seinen PKW im Herbst zum Beleuchtungsprüfstand anzumelden. Auch die eigenen Augen sollte man im Herbst einem der bundes-

weit kostenlos angebotenen Sehtest unterziehen, denn die Sehkraft schwindet schleichend und bleibt somit lange unbemerkt. Infos unter www.sehen.de. oder beim Optiker Ihres Vertrauens. Sollte nach bestandener Sehtest eine neue Brille benötigt werden, so hält **Optik Niehaus** ein interessantes Angebot parat: das **Brillen-Abo**. Hierbei können Sie nicht nur eine neue Brille nach Ihren Wünschen aussuchen, sondern sie auch nach Ihren Wünschen in 12 oder 24 Monatsraten bezahlen. Für eine Brille im Wert von 360 Euro würden sie bei einer Vertragslaufzeit von 24 Monaten nur 15 Euro im Monat bezahlen. Zinsen fallen nicht an.



Ambulante Pflege Künzel: Neue Räume und Betreuungsgruppe ab Herbst

Im Herbst zieht die **Ambulante Pflege Künzel** in die frisch renovierten Räume in der Marxstraße 37 ein. Fand bisher Betreuung nur in den Räumen der eigenen Patientinnen statt, so wird sich dies am neuen Standort ändern. Geplant ist ein **offenes Betreuungsangebot** in Wohnzimmeratmosphäre unter der Leitung einer Ergotherapeutin. Die Aufnahme erfolgt stundenweise nach Absprache. Zunächst wird das Angebot dreimal pro Woche angeboten. Geplant ist ein tägliches Angebot von Mon-

tag bis Freitag. Dies entlastet nicht nur Angehörige, sondern pflegebedürftige Personen erhalten Anregungen und fachlich kompetente Leitung in angenehmer Atmosphäre. Die **Ambulante Pflege Künzel** gehört zu den Partnern des **8. Reha-Tages im Ortho-Mobile** am **24.09.2011**. Der Infostand befindet sich im Erdgeschoß. Außerdem ist die **Ambulante Pflege Künzel** auf der **Seniorenmesse** am **08.10.2011** von **11.00 bis 16.00 Uhr** in der Realschule Grünstraße vertreten.



Ab Herbst 2011: Die neuen Räume der „Ambulante Pflege Künzel“ in der Marxstraße 37 (vormals Schlecker)

Schlafberaterin Bianca Veronelli Qualifizierung an TempurAkademie

Ein Drittel seines Lebens verbringt der Mensch mit Schlafen. Die nächtliche Erholung ist u. a. wichtig für das Herzkreislauf- System, das Immunsystem und Gesundheit im Allgemeinen. Darüber hinaus stärkt guter Schlaf die Leistungsfähigkeit, die Konzentration sowie das generelle Wohlbefinden. Erholung für Körper und Geist ist auch wichtig, um beispielsweise vor dem mittlerweile immer häufiger auftretende Burnout-Syndrom zu schützen. Dauer und Qualität des Schlafes entscheiden, ob Sie sich unausgeruht oder munter fühlen. Jeder Mensch schläft anders. Es ist nicht einfach, die pas-

sende Matratze zu finden. Individuelle Beratungen sind hier von immenser Bedeutung. Wie man seine Schlafqualität positiv verändern kann, erfährt man am besten im Rahmen einer persönlichen Schlafberatung. **FIDUWA Schlafsysteme** hat **Bianca Veronelli** bei der **TEMPUR Akademie** erfolgreich als **Profi-Schlafberater** ausbilden lassen. Nutzen Sie die **TEMPUR Schlafwochen vom 19.09. bis 01.10.2011** um sich bei **FIDUWA Schlafsysteme** ausführlich beraten zu lassen und die Möglichkeiten für einen gesunden und erholsamen Schlaf vor Ort zu erleben.

TEMPUR MATRATZEN UND KISSEN

TEMPUR AKADEMIE

JETZT GENIESST JEDER DAS ANGENEHME GEFÜHL DER SCHWERELOSIGKEIT

TEMPUR® ist die Matratze, die sich nicht nur Ihrem Körper anpasst, sondern auch Ihrem Schlaftyp:

Wie auch immer Sie am liebsten schlafen – den Komfort und die Druckentlastung einer TEMPUR Matratze können Sie in jedem Fall genießen. Denn bei TEMPUR® gibt es drei Produktlinien, die Ihnen von extra-fest bis super-soft jedes gewünschte Liegegefühl ermöglichen.

Probieren Sie es aus.- Ihr Tempur-Händler berät Sie gerne!



Kreisstraße 14 (an der B 51) 45525 Hattingen
Tel. 02324 / 59 30 90
www.fiduwa.de

Seit über 8 Jahren autorisierter Tempur-Fachhändler

In Kürze

Internationale Preise für westfälische Spirituosen

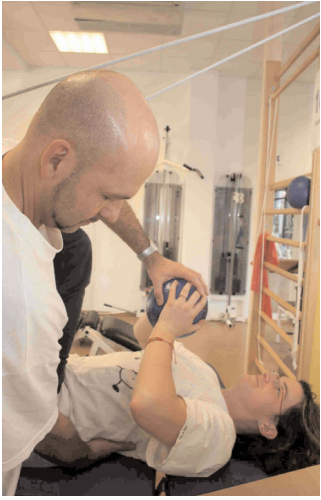
Auf der renommierten International Wine and Spirits Competition in London wurden drei westfälische Apfelbrände der Hagener Märkischen Spezialitäten Brennerei ausgezeichnet. Prämiert wurden die Sorten: „Apfelbrand Bonum Bono“, „Apfelquitte“ und „Bonum Bono Williamsbirne“. Die privat geführte Brennerei nahm erst vor einem Jahr den Betrieb auf. „Wir haben bereits einige Jahre Brennerfahrung und uns schon lange mit dem Thema befasst. Trotzdem waren wir froh, dass wir auf dem hohen internationalen Niveau des Wettbewerbs ausgezeichnet wurden“, so Geschäftsführer Klaus Wurm, der zusammen mit Christian Vormann auf

exklusive Spirituosen und eine besondere Verarbeitung setzt. So reift zurzeit ein Whisky in der Dechenhöhle, zu dem der schottische „Whisky-Papst“ Jim Murray bereits angekündigt, dass er diesen in seine „Whisky Bible“ aufnehmen wird.

„Gelber Engel“ ist neues Wahrzeichen am Kamener Kreuz

Ab sofort steht der „Gelbe Engel“ des Lüdinghauser Künstlers Alfred Gockel an diesem Autobahnkreuz. Die Stahlskulptur besteht aus acht Engeln, die einen alten ADAC-Rettungshubschrauber tragen. Ziel ist es, die eintönige Autobahnstrecke zu beleben und so die Unfallquote zu senken. Die Skulptur wurde vom ADAC gestiftet.

**„Rechtzeitig Handeln – Reha ist Vielfalt“
8. Deutscher Reha-Tag am 24.09.2011**



Reha-Maßnahme im Ortho-Mobile Hattingen

Am 24. September findet unter dem Motto „Rechtzeitig Handeln – Reha ist Vielfalt“ bundesweit der achte Deutsche Reha-Tag der Deutschen Rentenversicherung statt. Verschiedene Kliniken und Einrichtungen der Rehabilitation stellen vor Ort ihr Leistungsspektrum, Profil, Versorgungsangebot und Netzwerk der Öffentlichkeit vor. In den vergangenen Jahren hat der Deutsche Reha-Tag mit seinen verschiedenen Schwerpunktsetzungen deutlich gemacht, welchen Stellenwert die Rehabilitation für den einzelnen Menschen, die Wirtschaft und die Gesellschaft besitzt. Krankheiten, Behinderungen, Unfälle können jeden Menschen in jeder Lebens-

phase treffen und eine Reha-Maßnahme erforderlich machen. Sie hilft das Schicksal zu meistern, stimmt die Wirkung von Behandlung, Therapie, Training und Schulung als Prozess aufeinander ab. Frühzeitig werden medizinische, berufliche und soziale Aspekte verzahnt. Politische Diskussionen zur Verlängerung der Lebensarbeitszeit lassen sich nicht nur unter wirtschaftlichen, gesellschaftlichen und finanziellen Aspekten betrachten. Zu berücksichtigen ist auch, was es für den Einzelnen bedeutet, länger arbeiten zu müssen und somit Leistung tagtäglich erbringen zu müssen. Hier kommt die Rehabilitation ins Spiel.

Sie hilft Menschen in jedem Alter gesund und aktiv zu bleiben und sorgt dafür, dass rund 80 % aller Rehabilitanden im erwerbsfähigen Alter nach einer Rehabilitation ins Berufsleben zurückkehren können. Pro Jahr nehmen ca. 2 Millionen Menschen Einrichtungen der medizinischen, beruflichen und sozialen Rehabilitation in Anspruch. In Hattingen stellt sich die 1994 eröffnete **ambulante Reha-Tagesklinik und Therapiezentrum ORTHO-MOBILE** am 24.09.2011 der Öffentlichkeit vor.



Menschlichkeit die man spürt!

24 Std. für Sie da!

- ⇒ Grundpflege
- ⇒ Behandlungspflege
- ⇒ Vermittlung

Telefon: 02334 - 3 91 27 22

Auf dem Haidchen 44 - 45527 Hattingen (Welper)

E-Mail: ambulante-pflege-kuenzel@t-online.de

www.ambulante-pflege-kuenzel.de

**REHA-Tagesklinik- und Therapiezentrum ORTHO-MOBILE
- hier steht der Patient ganzheitlich betrachtet im Mittelpunkt**

Bereits zum dritten Mal beteiligt sich Ortho-Mobile - REHA-Tagesklinik und Therapiezentrum - am Deutschen Reha-Tag. Unter ärztlicher Leitung sind im Ortho-Mobile ca. siebzig hochqualifizierte Mitarbeiter aus zwölf Fachdisziplinen tätig. Sie arbeiten alle Hand in Hand interdisziplinär zusammen. Das Ortho-Mobile ist eine ambulante Rehabilitationsklinik, die 1994 als erstes Zentrum in Westfalen gegründet wurde. Zusätzlich zur ambulanten orthopädischen Reha und der ambulanten onkologischen Reha bietet das Ortho-Mobile:

- Rücken- und Schmerzzentrum,
- Praxis für Physiotherapie,
- Praxis für Ergotherapie
- Klinik für Osteopathie,
- Ortho-Mobile Gesundheitsstudio
- Abteilung für betriebliche Gesundheitsförderung

Zahlreiche Präventionsangebote in Kooperation mit den Krankenkassen komplettieren das Angebot von Ortho-Mobile.

Wie in den vergangenen Jahren erwartet die Besucher ein informatives Programm zu den verschiedensten Aspekten der ambulanten Rehabilitation. Nutzen Sie das vielfältige, informative und unterhaltsame Angebot, um sich über ambulante Rehabilitation und anderen Themen rund um die Gesundheit im Ortho-Mobile zu informieren

Programm am 24.09.2011:
Café (EG):
10.00 Uhr Eröffnung
Katrin Krinke, Ortho-Mobile Geschäftsführerin
PD Dr. Helfried Waleczek, Facharzt für Chirurgie, Chefarzt am EVK Hattingen
10.10 – 11.00 Uhr
WAZ-Altstadtgespräch:
Kniegelenkverschleiß – was ist zu tun?
Moderation: **Ulrich Laibacher**, Redaktionsleiter der WAZ
PD Dr. Helfried Waleczek, Facharzt für Chirurgie, Chefarzt am EVK Hattingen
Anette Wiegand, Fachärztin für Orthopädie / Lt. Ärztin im Ortho-Mobile
Dr. Stefan Fey, Oberarzt

in der Naturheilklinik Blank.
11.00 – 12.00 Uhr
Live-Operation am Knie
Dr. Klaus Pickhardt, niedergelassener Facharzt für Orthopädie, Hattingen
Lutz Meißner, niedergelassener Facharzt für Orthopädie, Sprockhövel
12.00 – 13.00 Uhr Vortrag:
Moderne minimalinvasive Behandlungsverfahren bei Rückenschmerzen
Prof. Dr. Christoph von Schulze Pellengahr, Direktor der Orthopädischen Universitätsklinik im St. Josef Hospital Bochum
13.00 - 14.00 Uhr Vortrag:
Wenn der Fuß weinen könnte
Michael R. Neuhaus, Facharzt für Orthopädie, Sprockhövel

14.00 – 15.00 Uhr Vortrag:
Der unfallverletzte alte Patient
Dr. Hermann-Josef Liesenklas, Facharzt für Unfallchirurgie und Orthopädie, Chefarzt Martin-Luther-Krankenhaus Bochum. Abgerundet wird das Programm durch **Vorträge: Rund ums Fett einer Ernährungsberaterin der AOK Schwelm** um 12.00 Uhr, **Gesundes Schlafen** um 13.00 Uhr und eine **Einführung ins Yoga für onkologische Patienten** um 14.00 Uhr jeweils im Gelben Saal der Einrichtung. Hinzu kommen geführte Hausbesichtigungen, Besichtigung der medizinischen Einrichtungen und eine Kontaktbörse mit Infos der Partner von Ortho-Mobile.



REHA-Tagesklinik und Therapiezentrum ORTHO-MOBILE

Gesundheitsvorsorge aus dem Ärztezentrum SM Salzburg

Die schwierige Frage nach der richtigen Matratze

Simulator hilft beim Matratzen-Kauf:

Ein vom Institut Proschlaf im Ärztezentrum SM Salzburg entwickelter Test wird ab sofort kostenfrei bei FIDUWA Schlafsysteme in Hattingen angeboten und hilft jedem Konsumenten, genau jene Matratze zu finden, die sein Körper für einen erholsamen und schmerzfreien Schlaf braucht.



Beim "Physiologischen Matratzentest" am Liege-Simulator erfährt man, welche Matratze der eigene Körper für bestmögliche Erholung benötigt.

Kaum eine Kaufentscheidung ist für den Konsumenten so schwierig wie die, eine geeignete Matratze zu finden. Schwierig deshalb, weil die Wahl der Matratze bereits nach kurzem Probeliegen getroffen werden muß, ihre Eignung jedoch erst nach mehreren Wochen beurteilt werden kann.

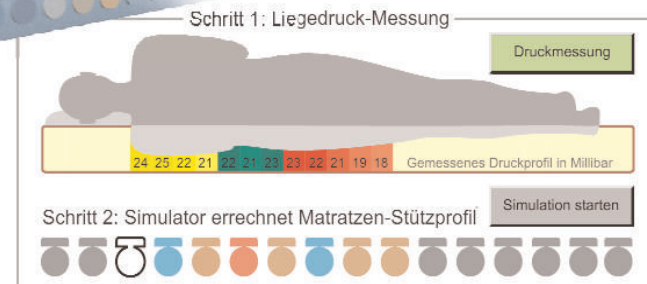
Eigener Körper ist der Maßstab: Das Besondere an diesem Verfahren sind folgende zwei Vorteile:
1. Das bisherige Risiko für Konsumenten, die falsche Matratze zu kaufen, wird ausgeschlossen.
2. Jeder erhält die Matratze, die genau zu seinem Körperbau und seinen Schlafgewohnheiten passt.

Messung am Liege-Simulator gibt Auskunft: Für den einzelnen Konsumenten ist alles sehr einfach. Bei einem "Physiologischen Matratzen-Test" am Liegesimulator, der bei FIDUWA Schlafsysteme kostenfrei angeboten wird, werden die nötigen Liegewerte ermittelt.

Garantie und Nachbetreuung Mit einer allumfassenden Zufriedenheitsgarantie besitzt der Vitarion-Anwender eine Gesundheits-Matratze, die nicht nur kurzfristig für erholsamen Schlaf sorgt, sondern im Zuge einer professionellen Nachbetreuung auch dann noch, wenn vielleicht nach Jahren körperliche Veränderungen eine andere Stützstruktur seitens der Matratze erforderlich machen.

Proschlaf-Stempeltechnik ermöglicht orthopädisch korrekte Körperstützung

Ein Team aus Medizinern und Schlafforschern des Instituts Proschlaf unter der medizinischen Leitung von Dr. med. A. Kainz D.O. hat unter der Bezeichnung **Vitarion** eine Methode entwickelt, wie für jeden sicher und einfach die orthopädisch perfekte Bettausstattung gefunden werden kann.



Gutschein für eine kostenlose Vermessung und individuelle Einstellung
FIDUWA Schlafsysteme
Kreisstr. 14 - Hattingen
Tel. 59 30 90

Ortho-Mobile REHA-Tagesklinik und Therapiezentrum

Das Plus für Rücken und Gelenke

- + Rücken- und Schmerzzentrum
- + teilstationäre orthopädische und onkologische Reha
- + Physiotherapie, Osteopathie, Ergotherapie, Trainingstherapie

August-Bebel-Str. 8-10, Hattingen, Tel. 02324 6833310

Das neue Wohlfühlprogramm der AOK - ist ab sofort in jedem Kundencenter erhältlich.

- Ernährung
- Bewegung
- Entspannung
- Nichtrauchen

Auch 2012 Spitzenleistungen ohne Zusatzbeitrag AOK NordWest

2/2011

WOHLFÜHL-PROGRAMM www.aok.de/nordwest

AOK NORDWEST - die Gesundheitskasse startet jetzt neue Wohlfühlprogramme

Die AOK bietet neben den Leistungen der Klassischen Rehabilitation vor allem durch Kurse die Möglichkeit zur Prävention. Das betrifft die Ernährung gleichermaßen wie Bewegung, Entspannung und Suchtentwöhnung. In Hattingen startet am Mittwoch, den 12.10.11 um 18.00 Uhr in der Raabestraße 15 das Wohlfühlprogramm Nr. 80341; **Fettbewusst essen - Gesund kochen leicht gemacht.**

Anmeldung im AOK-Kundencenter Hattingen oder unter www.aok.de/nordwest/gesundheit/gesundheitskurse. Zu dem gleichen Thema informiert eine Ernährungsberaterin der AOK Schwelm auf dem 8. Reha-Tag im Ortho-Mobile am 24.09.. Profitieren Sie als AOK-Versicherter davon, daß auch in 2012 kein Zusatzbeitrag erhoben wird und 25 AOK Vorteilspartner im Ennepe-Ruhr-Kreis und Hagen zur Verfügung stehen.

Kalendarium

Für Kinder

Samstag, 17.09.
12.00 Uhr bis 16.00 Uhr: Spiel und Spaß auf dem Marktplatz Welper. Veranstalter: SJD - Die Falken - OV Welper.

Dienstag, 20.09.
15.00 Uhr bis 16.00 Uhr: "Bin im Bett! Vater Rhein" - Theater für Kids. Kinder ab 5 J.. Eintritt: 4 Euro. Veranstalter: Kulturbüro, Tel. 204-3531. Stadtmuseum, Marktplatz 1-3

Samstag, 24.09.
15.00 bis 20.00 Uhr: Spätsommerfest der Taekwon Do-Gruppe. Veranstalter: Haus der Jugend, Tel. 950846. Bahnhofstr. 31b

Freitag, 30.09.
21.00 bis 00.30 Uhr: FUM-Night - Fußball und Musik. Veranstalter: FB Jugend, Tel. 204-4226. Sporthalle Marxstr.

Freitag, 07.10.
15.00 bis 16.00 Uhr: "Der kultivierte Wolf" von Pascal Biet. Bilderbuchkino mit Bastelspaß. Ab 4 J.. Eintritt: 1 Euro. VVK ab 30.09.2011. Veranstalter: Stadtbibliothek, Tel. 204-3555. Reschop Carré 1

Theater, Kultur, Musik

Sonntag, 18.09.
12.00 bis 14.30 Uhr: Hattinger Förderpreis für Junge Literatur - Verleihung. Eintritt: 6 Euro / erm. 4 Euro inkl. kleinem Imbiss. Veranstalter:

Stadt Hattingen und Förderverein Stadtmuseum Hattingen e. V. Stadtmuseum, Marktplatz 1-3

Freitag, 23.09.
19.00 bis 21.30 Uhr: "Zwei unter einem Hut" - Ausstellungseröffnung. Die Internationale Textilkunstgruppe Krefeld e.V. stellt im Stadtmuseum aus und der KünstlerBunt MultiColor in der Kapelle Burg Blankenstein. Veranstalter: Stadtmuseum, Tel. 681610. Marktplatz 1-3

19.30 Uhr: "The Company Meets..." - Jazz-Session für Nachwuchskünstler. Veranstalter: Big Blast Company, Tel. 55753. CVJM, Augustastr. 13

Samstag, 24.09.
11.00 bis 18.00 Uhr: "Klappern gehört zum Handwerk" - Patrice Cantalejo mit seinem Webstuhl auf Reisen. Eintritt: Erw. 2 Euro / Ki. 1 Euro. Veranstalter: Stadtmuseum, Tel. 681610. Marktplatz 1-3

Mittwoch, 28.09.
19.30 bis 21.30 Uhr: Sagenhaftes rund um Hattingen - Lesung mit Dirk Sondermann. Eintritt: 5,50 Euro inkl. einem Glas Wein. Veranstalter: Kulturbüro und vhs in Zusammenarbeit mit ArteMedis und WeinKultur. Klinik Blankenstein, Im Vogelsang 5-11

Donnerstag, 29.09.
19.00 Uhr: HattingerWein-

Lesen: Deutschland. Eintritt: 12 Euro. Anmeldung erforderlich. Veranstalter: vhs und WeinKultur, Tel. 204-3511 bis -3513. WeinKultur, Thingstr. 34

20.00 Uhr: Mara Minjoli Quartett (JAZZ & POP). Veranstalter: DGB Bildungswerk, Tel. 595-111. Am Homberg 44-50

Freitag, 30.09.
19.00 Uhr: Nikolaus Groß - Musical. Eintritt: Erw. 5 Euro / Ki. ab 6 J. 2 Euro. Veranstalter: LWL Industriemuseum Henrichshütte, Tel. 92470. Werksstr. 31-33

20.00 Uhr: "Revolte! Eine Anleitung für die Mittelschicht" - Polit-Kabarett mit Robert Griess. Eintritt: 13 Euro / erm. 11 Euro. Veranstalter: Kulturbüro, Tel. 204-3520. Altes Rathaus, Untermarkt 9

Vorträge, Diskussionen

Dienstag, 27.09.
19.30 Uhr: Mietrecht. Eintritt: 4 Euro. Veranstalter: vhs, Tel. 204-3511 bis -3513. Altes Rathaus, Untermarkt 9

Mittwoch, 28.09.
18.00 Uhr: ADHS - Altstadtsprachgespräch. Veranstalter: vhs, Tel. 204-3511 bis -3513. Altes Rathaus, Untermarkt 9

Freitag, 30.09.
19.00 Uhr: "Kamerad hab Acht" - Vortrag mit Film.

Arbeitsschutzfilme aus dem Konzernarchiv von Thyssen-Krupp. Veranstalter: LWL Industriemuseum Henrichshütte, Tel. 92470. Werksstr. 31-33

Exkursionen

Sonntag, 18.09.
11.00 Uhr: MontanTicketRuhr. Kosten: 17,50 Erw. / Ki. 10 Euro / Familie 40 Euro. Veranstalter: RuhrtalBahn, Tel. 0208 / 309983010. Parkplatz Zeche Nachtigall, Witten

Samstag, 24.09.
19.30 Uhr: Jäger der Nacht - Fledermausbeobachtungen. Kosten: 4 Euro. Veranstalter: vhs, Tel. 204-3511 bis -3513. Parkplatz Campingplatz An der Kost

Außerdem:

Montag, 19.09 bis Samstag, 01.10.
 Tempur-Schlafwochen bei FIDUWA Schlafsysteme, Kreisstrasse 14, 45525 Hattingen, Tel. 59 30 90. www.fiduha.de

Samstag, 24.09. bis Montag, 26.09.
 Mauritiuskirmes Domplatz, Niederwenigern

Donnerstag, 29.09.
18:30 - 20:30 Uhr Erlebnisabend - Klopfen Sie sich frei Kartenvorverkauf: 15 Euro

Abendkasse: 20 Euro Referentin/Veranstalter: Dipl. Soz. Päd. Erika Thieme, Anmeldung unter 02324/ 9029 620 Gesundheitszentrum im Reschop Carré, Reschop Carré 3 Weitere Infos: www.erika-thieme.de

bis 31.10.2011
 "Alles Kopfsache" - Hut, Helm, Tuch & Co. LWL Industriemuseum Henrichshütte, Werksstr. 31-33 **bis 16.11.2011**
 "Hangingaround / Heimatquartier" Städt. Galerie, Altes Rathaus, Untermarkt 9 **bis 03.10.2011**
 "Selbsthilfe macht Selbstbewusst" Stadtbibliothek, Reschop Carré 1

LWL-Industriemuseum Zeche Zollern Grubenweg 12, 44388 Dortmund
 Tel. 0231 / 6961-111 www.lwl-industriemuseum.de
bis 25.10.2011
 Von Alma bis Zollverein - Ruhrbergbau im Spiegel der Ansichtskarte

LWL-Industriemuseum Zeche Hannover Gunningfelder Str. 251, 44793 Bochum
 Tel. 0234 / 6100-874 www.lwl-industriemuseum.de
bis 30.10.
 Schichtwechsel.- Von der

Kohlekrise zum Strukturwandel

LWL-Landesmuseum für Klosterkultur
 Stiftung Kloster Dalheim Am Kloster 9, 33165 Lichtenau-Dalheim www.stiftung-kloster-dalheim.lwl.org
bis 30.12.
 Macht des Wortes - 1500 Jahre Geschichte der Benediktiner www.macht-des-wortes.lwl.org

Museum Folkwang
 Museumsplatz 1, 45128 Essen. Tel. 0201 / 8845 - 444 www.museum-folkwang.de
bis 23.10.
 Joel Sternfeld: Farbfotografien seit 1970

Archäologisches Museum Herne
 Europaplatz 1, 44623 Herne Tel. 02323 / 94628-0 www.lwl-landesmuseum-herne.de
bis 20.11.
 Fundgeschichten. Neueste Entdeckungen von Archäologen in NRW.

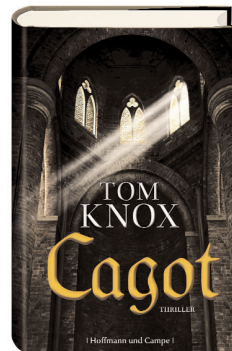
Gasometer Oberhausen
 Arenastr. 11, 46047 Oberhausen. Tel. 0208 / 8503730 www.gasometer.de
bis 30.12.
 Magische Orte

Unser Buchtipp: Tom Knox: Cagot

Diskriminierung, Verfolgung, Genforschung, Piusbruderschaft - Eckpfeiler des neuesten Buches von Tom Knox. Wie in seinem ersten Thriller „Secret Genesis“ dreht sich auch in „Cagot“ wieder alles um eine ethnische Minderheit: in diesem Fall die Basken. Eine in den Pyrenäen mehrheitlich in Spanien aber auch in Frankreich beheimatete Volksgruppe mit eigener Sprache, Kultur und Gesellschaftsformen. Erst der Tod seines Großvaters lässt den gelangweilten britischen Anwalt David Martinez an seiner Herkunft und am Unfalltod seiner Eltern zweifeln. Im Land seiner Vorfahren - dem Baskenland in den spanisch-

französischen Pyrenäen - geht er auf Spurensuche. Im Zuge seiner Nachforschungen macht er sich nicht nur den ETA-Führer Miguel zum erbitterten Feind, sondern entdeckt auch Eloise. Sie ist die Letzte der Cagots, einer ebenfalls in den Pyrenäen beheimateten Volksgruppe. Eloise konfrontiert ihn mit der Genforschung im Dritten Reich in einem Internierungslager im französischen Gurs und ganz aktuell in Person des Genforschers Angus Nairn, der immer noch die Cagots und verschiedene Stämme in Afrika erforscht. Erst mit der Verbindung zum britischen Polizeireporter Simon Quinn, der an einer Story über grau-

same Ritualmorde in England recherchiert und dabei auf die Cagots gestoßen ist, kommt Licht in eine spannende Story, die thematisch etwas zu vielschichtig angelegt wurde - aber lesenswert ist.



Hoffmann und Campe Verlag, 2011 Preis: 19,99 Euro

Zum Abschied von der Pflaumensaison: Badische Pflaumentorte

Zutaten Teig :
 6 Eigelb, 100 g Zucker, 1Päckchen Vanillinzucker, 6 Eiweiß, 40 g Semmelbrösel, 150 g ger. Haselnüsse, 1 Eiß. Rum

Zutaten Füllung:
 1 kg Pflaumen, 5 geh. Eiß. Zucker, 1 kl. Stück Zimt, 1 Nelke, ¼ l Wasser, 30 g Speisestärke, ¼ l Sahne, 1 geh. Eiß. Zucker, 3-4 Blatt Gelatine.

Zum Garnieren: ¼ l Sahne, 2 Teel. Zucker, etwas Vanillinzucker, 100 g blättrig geschnittene Mandeln, 16 Pflaumenhälften.

Zubereitung:
 Eigelb, Zucker und Vanillinzucker schaumig rührend. Eiweiß zu steifem Schnee schlagen, auf die Eigelbmas-

se verteilen. Darüber Semmelbrösel, Haselnüsse und Rum geben. Vorsichtig untereinander heben. Springform mit Pergamentpapier auslegen, Teig einfüllen u. in den vorgeheizten Ofen schieben. Backzeit: 30 - 35 Min. bei 180 bis 190 Grad / Gasherd: Stufe 3. Tortenboden auskühlen lassen und am besten erst zwei Tage später füllen. Hierzu den Boden einmal durchschneiden. Pflaumen für die Füllung entsteinen und halbieren. Mit Zucker, Zimt, Nelke und Wasser gar kochen. Saft abgießen u. mit in kaltem Wasser eingerührter Speisestärke binden und abkühlen lassen. Anschließend die Masse als erste Schicht auf den Torten-

boden verteilen. ¼ l Sahne mit Zucker steif schlagen. Gelatine einweichen, ausdrücken, auflösen. Sahne damit dicken und anschließend auf die Pflaumenmasse streichen. 20 Min. kaltstellen, zweite Teigplatte auflegen u. wieder kaltstellen. Inzwischen die Sahne fürs Garnieren mit Zucker, Vanillinzucker steif schlagen, die Torte mit der Sahne überziehen, mit Sahnetuffs und Pflaumen auf der Oberfläche garnieren. Mandeln am Tortenrand verteilen.

Anmerkung: Für Pflaumenkuchen verwendet man am besten Zwetschgen, weil sie sich leichter vom Stein trennen lassen.



Richtig zuhause



Ihre Hattinger Wohnungsgenossenschaft hwg eG
 Telefon: 02324 5009-0 www.hwg.de

Impressum:
Herausgeber: Verena Walter-Bockhorn M.A., Wittener Str. 8a, 45527 Hattingen
Redaktion: Verena Walter-Bockhorn M. A.

(V.i.S.d.P.) Wittener Str. 8a, 45527 Hattingen, Tel. 68 47 74, Fax: 01212-6-02 01 24 31 redaktion@hattinger-impuls.de
Anzeigen: Andreas Walter service@hattinger-impuls.de

Tel. 68 47 74 oder 0172-201 24 31 (O² mobil)
Fotos / Anzeigen: A. Walter, V. Walter-Bockhorn, Ortho Mobile, Amb. Pflege Künzel, Erika Thieme, Zirkus Knie.

Layout: A. Walter, V. Walter-Bockhorn auf der Grundlage von Bert Sälzer Marketing
Urheberrecht: Der weitere Abdruck von uns erstellter Artikel, Texte und

Anzeigen unterliegt dem Urheberrecht und bedarf der Genehmigung der Herausgeberin
Druck: LINDEN DRUCK, Hann.
Erscheinungsweise: 21-tägig.

Auslage im Stadtgebiet und Nachbarn u. a. bei Anzeigenpartnern. **Sparkasse Hattingen, Volksbank Sprockhövel e. G., REWE und EDEKA** - Haushalts-Teilverteilung