



Lüttringhauser Anzeiger



Wochenzeitung für Lüttringhausen, Lennep und Umgebung

Nr. 21

Seit 1931 die Zeitung des Heimatbundes Lüttringhausen e.V.

29. Mai 2019

Gedanken zum Sonntag



Eginhard Voigt, Pastor
Freie evangelische Gemeinde
Remscheid-Lennep

Baustelle oder Blumenwiese?

Zwischen Lüttringhausen und Lennep gab es vor kurzem eine Baustelle, wo in Vorjahren eine Blumenwiese den Mittelgrünstreifen zierte. Das sah so gut aus, dass ich an einem Abend aus meinem Auto ausstieg, um ein paar Fotos zu machen, auch dieses hier: weiß, blau, lila, rosa, rot, orange, gelb auf grünem Blatt- und Stengelhintergrund. So stell ich mir Kirche vor: bunt, vielfältig, saftig, harmonisch, nach oben ausgerichtet und voll in der Öffentlichkeit. Am Anfang war es so. Direkt nach Himmelfahrt herrschte große Harmonie mit hohen Zukunftserwartungen. „Sie alle waren einmütig beieinander und beteten beharrlich um das Kommen des Heiligen Geistes“ (Apostelgeschichte 1,14). Und direkt nach Pfingsten glich die Gemeinde in Jerusalem einem Blütenteppich mit Strahlkraft in die Umgebung: „Tag für Tag versammelten sie sich einmütig im Tempel, und in ihren Häusern hielten sie das Mahl des Herrn und aßen gemeinsam, mit jubelnder Freude und reinem Herzen. Sie priesen Gott und wurden vom ganzen Volk geachtet. Der Herr aber führte ihnen jeden Tag weitere Menschen zu, die gerettet werden sollten“ (Apostelgeschichte 2,26+47). Echt schön. Ich lade Sie ein, die Gemeinschaft der Glaubenden zu bereichern durch Ihre Persönlichkeit und Originalität. Herzlich willkommen auf der Blumenwiese Gottes. Wenn es manchmal eine Baustelle ist: auch gut, das wird schon wieder.

Foto: E. Voigt



Neue Ideen für Hasenberg

Eine Zukunftswerkstatt mit Unterstützung der Stadt tagte im Begegnungs- und Beratungszentrum (BBZ) Hasenberg.



Bei der Zukunftswerkstatt wurden viele Ideen für den Hasenberg erarbeitet.

Foto: Erbe

VON ELISABETH ERBE

Gibt es bald freies WLAN auf dem Hasenberg? Das zumindest wünschen sich einige Anwohner. Am vergangenen Samstag trafen sich Wissenschaftler*innen der Technischen Universität Dortmund mit der Stadt Remscheid, der Caritas, der IG Hasenberg und einigen Anwohnern, um neue Ideen für ein besseres Zusammenleben zu sammeln.

Wie funktionieren Quartiere?

Das Projekt „MOSAİK“ geht der Frage nach, wie heterogene städtische Quartiere funktionieren können. Anhand einer Fallstudienanalyse in Hasenberg, Rosenhügel, Honsberg und Hohenhagen strebt das Projekt eine Integrationsfähigkeit an. Am Vormittag wurden Probleme, Wünsche und Hoffnungen neu formuliert. Prof. Dr. Susanne Frank beobachtete eine positive Richtung. „Unsere Aufgabe ist es, mit der Stadt und den Partnern zu überlegen, was wir hier umsetzen können. Ich bin sehr optimistisch“, sagte sie. Gefordert wurden mehr Sitzmöglichkeiten im Stadtteil, ein Jugendkonzert, ein

offener WLAN-Hotspot und ein Bürgerbus.

Zu den Stärken des Stadtteils zählen die starke Bildungsinfrastruktur, die medizinische Versorgung, die Naturnähe, das Sicherheitsgefühl und die aktive Stadtteilarbeit. Die Schwächen wurden ebenfalls benannt und bearbeitet: Kommunikationsbarrieren, Nachwuchs im Ehrenamt, Jugendarbeit, fehlende Kita-Plätze, Leerstand, schlechtes Image sowie Raserei.

Chancen sehen die Anwohner im DOC, durch den demografischen Wandel sowie durch die digitalisierte Kommunikation. Gleichzeitig sind die Chancen auch Herausforderungen, die zu meistern sind. Ganz klare Wünsche wurden auf der Tafel festgehalten: Längere Öffnungszeiten der Kneipe, die Freie evangelische Kirche als Ressource, die Ehrenamtlichen würdigen, die „Schlawiner“ als Anker vor Ort und die städtische Unterstützung.

Ein Lebensmittel-Laden würde den Stadtteil bereichern, nicht nur um Einkäufe zu erledigen, sondern die Gemeinschaft untereinander zu fördern. Ein mobiler Supermarkt könnte einen ähnlichen Effekt haben und

wurde in die Planung aufgenommen. Für einen „sauberen Stadtteil“ wurde eine Aufräumaktion angedacht. Auch Foodsharing könnte dem Stadtteil nützlich sein. Am 5. Juni wird deshalb ab 15 Uhr eine öffentliche Fairteilung am Second Hand Geschäft „Wundertüte“ stattfinden. Was viele Anwohner schmerzlich vermissen ist ein „Bürgercafé“, ein Treffpunkt für alle, an dem man sich austauschen kann.

Wie soll der Hasenberg in zehn Jahren aussehen? „Eigentlich soll er so bleiben wie er ist, denn er ist sehr lebenswert“, sagte ein Anwohner. Die Ideen wurden von Meike Sternkopf (Stadt Remscheid) notiert und ins Rathaus mitgenommen. „Ziel ist es, Strategien zu entwickeln und an die Politik zu geben“, erklärte Anne Katrin Kühn (TU Dortmund).

Marlene Kelch lebt (mit Unterbrechung) seit 1964 auf dem Hasenberg. „Wir bräuchten vielleicht einen Kinderflohmärkte, um die Leute zusammen zu bringen“, sagte sie. Mit dem Treffen haben die Anwohner eine Menge Ideen gesammelt, die der Stadt Remscheid dann gebündelt vorgestellt werden.

Merkana Reisen.

Gut beraten in den Urlaub.



Griechenland, Rhodos

Hotel Kalithea Mare Palace****

z. B.: 20.06.19, Flug ab Düsseldorf, 7 Nächte, Doppelzimmer Typ1, Halbpension

Reisepreis pro Person: **662€***

Balearen, Mallorca

AluaSoul Mallorca Resort****

z. B.: 25.06.19, Flug ab Köln/Bonn, 7 Nächte, Doppelzimmer Typ1, Halbpension

Reisepreis pro Person: **581€***

*Änderungen und Zwischenverkauf vorbehalten!

Beratung und Buchung in Ihrem TUI Reisebüro

Thüringsberg 20
42897 Remscheid
Tel.: +49 2191 9288-100
urlaub@merkana.de
www.merkanareisen.de



Lufthansa City Center
Merkana Reisen

Einstand für Oliver Rolla

(SvG) Ein neues Gesicht erwartet die Kirchgänger am Sonntag in der evangelischen Stadtkirche Lüttringhausen: Für mindestens ein Jahr ergänzt Pfarrer Oliver Rolla das Seelsorgeteam in Lüttringhausen. „Wir freuen uns sehr, dass Oliver Rolla bei uns ist und nun peu à peu in unsere Gemeindegemeinschaft wächst“, freut sich auch Pfarrerin Kristiane Voll. Im Gottesdienst am 2. Juni um 10 Uhr wird er der Gemeinde offiziell vorgestellt und herzlich willkommen geheißen. Den Gottesdienst gestaltet er gemeinsam mit Pfarrerin Annette Schmid.



Pfarrer Oliver Rolla.
Foto: Ev. Kirchengemeinde

In dieser Ausgabe:

- Oberstufenkonzert im RöGy Seite 3
- BDKJ-Sozialaktion: 72 Stunden Seite 4
- Sonderveröffentlichung: Gesund, fit & aktiv Seiten 5+6
- Sport: Fußball und Rollhockey Seite 7



Töttern: Davon kömmt dat

Der renovierte Kulturkreis im Heimatbund Lüttringhausen lädt zur neuen Tötterrunde in das Lüttringhauser Rathaus.

VON SASCHA
VON GERISHEM

Töttern ist im Bergischen der richtige Ausdruck, wenn etwas in Ruhe zu bereden ist. Weder Klatsch und Tratsch noch Gemecker, keine Sitzung oder Debatte – gute Atmosphäre und Gemütlichkeit unter Freunden stehen im Vordergrund. Dazu lädt der Kulturkreis des Heimatbundes in diesem Jahr zum zweiten Mal herzlich ein. Immer wird es um nachhaltige Stadtteilentwicklung in Lüttringhausen gehen.

Bergischer Abend im Lütterkuser Rathaus

Am Dienstag, 4. Juni um 19 Uhr präsentieren der frühere langjährige Vorsitzende der Lüttringhauser Volksbühne, Horst Kalckert, und Bärbel Dubalski einen Bergischen Abend. Es werden Texte in Remscheider Mundart vorgetragen, op Platt. Alexander Dubalski begleitet den Abend mit Bergischen Weisen am Akkordeon. „Plattkallen ist auch eine Art nachhaltiger Stadtteilentwicklung“, bestätigt Volker Beckmann, Vorsitzender des

Kulturkreises, „es stärkt das Identitätsgefühl mit der Heimat. Und wer sich mit seiner Heimat identifiziert, zieht auch nicht weg und engagiert sich auch eher für sein Umfeld.“ Es wird zwei Pausen geben, in denen man sich mit Getränken erfrischen kann, selbstverständlich wieder bio, regional und fair. Der Eintritt zum Töttern ist frei, Spenden für den Kulturkreis im Heimatbund Lüttringhausen sind aber immer gerne gesehen und erwünscht. www.kulturkreis.jetzt



Horst Kalckert während der GertenBUCHstraße auf der CVJM-Bühne.
Foto: Juudo Fotografie - www.juudo-fotografie.de

Lennep im Blick



Wochenzeitung für Lennep, Lüttringhausen und Umgebung

Nr. 21

Jede Woche neu und total lokal

29. Mai 2019

Gedanken zum Sonntag



Eginhard Voigt, Pastor
Freie evangelische Gemeinde
Remscheid-Lennep

Baustelle oder Blumenwiese?

Zwischen Lüttringhausen und Lennep gab es vor kurzem eine Baustelle, wo in Vorjahren eine Blumenwiese den Mittelgrünstreifen zierte. Das sah so gut aus, dass ich an einem Abend aus meinem Auto ausstieg, um ein paar Fotos zu machen, auch dieses hier: weiß, blau, lila, rosa, rot, orange, gelb auf grünem Blatt- und Stengelhintergrund. So stell ich mir Kirche vor: bunt, vielfältig, saftig, harmonisch, nach oben ausgerichtet und voll in der Öffentlichkeit. Am Anfang war es so. Direkt nach Himmelfahrt herrschte große Harmonie mit hohen Zukunftserwartungen. „Sie alle waren einmütig beieinander und beteten beharrlich um das Kommen des Heiligen Geistes“ (Apostelgeschichte 1,14). Und direkt nach Pfingsten glich die Gemeinde in Jerusalem einem Blütenteppich mit Strahlkraft in die Umgebung: „Tag für Tag versammelten sie sich einmütig im Tempel, und in ihren Häusern hielten sie das Mahl des Herrn und aßen gemeinsam, mit jubelnder Freude und reinem Herzen. Sie priesen Gott und wurden vom ganzen Volk geachtet. Der Herr aber führte ihnen jeden Tag weitere Menschen zu, die gerettet werden sollten“ (Apostelgeschichte 2,26+47). Echt schön. Ich lade Sie ein, die Gemeinschaft der Glaubenden zu bereichern durch Ihre Persönlichkeit und Originalität. Herzlich willkommen auf der Blumenwiese Gottes. Wenn es manchmal eine Baustelle ist: auch gut, das wird schon wieder.

Foto: E. Voigt



Neue Ideen für Hasenberg

Eine Zukunftswerkstatt mit Unterstützung der Stadt tagte im Begegnungs- und Beratungszentrum (BBZ) Hasenberg.



Bei der Zukunftswerkstatt wurden viele Ideen für den Hasenberg erarbeitet.

Foto: Erbe

VON ELISABETH ERBE

Gibt es bald freies WLAN auf dem Hasenberg? Das zumindest wünschen sich einige Anwohner. Am vergangenen Samstag trafen sich Wissenschaftler*innen der Technischen Universität Dortmund mit der Stadt Remscheid, der Caritas, der IG Hasenberg und einigen Anwohnern, um neue Ideen für ein besseres Zusammenleben zu sammeln.

Wie funktionieren Quartiere?

Das Projekt „MOSAİK“ geht der Frage nach, wie heterogene städtische Quartiere funktionieren können. Anhand einer Fallstudienanalyse in Hasenberg, Rosenhügel, Honsberg und Hohenhagen strebt das Projekt eine Integrationsfähigkeit an. Am Vormittag wurden Probleme, Wünsche und Hoffnungen neu formuliert. Prof. Dr. Susanne Frank beobachtete eine positive Richtung. „Unsere Aufgabe ist es, mit der Stadt und den Partnern zu überlegen, was wir hier umsetzen können. Ich bin sehr optimistisch“, sagte sie. Gefordert wurden mehr Sitzmöglichkeiten im Stadtteil, ein Jugendkonzert, ein

offener WLAN-Hotspot und ein Bürgerbus.

Zu den Stärken des Stadtteils zählen die starke Bildungsinfrastruktur, die medizinische Versorgung, die Naturnähe, das Sicherheitsgefühl und die aktive Stadtteilarbeit. Die Schwächen wurden ebenfalls benannt und bearbeitet: Kommunikationsbarrieren, Nachwuchs im Ehrenamt, Jugendarbeit, fehlende Kita-Plätze, Leerstand, schlechtes Image sowie Raserei.

Chancen sehen die Anwohner im DOC, durch den demografischen Wandel sowie durch die digitalisierte Kommunikation. Gleichzeitig sind die Chancen auch Herausforderungen, die zu meistern sind. Ganz klare Wünsche wurden auf der Tafel festgehalten: Längere Öffnungszeiten der Kneipe, die Freie evangelische Kirche als Ressource, die Ehrenamtlichen würdigen, die „Schlawiner“ als Anker vor Ort und die städtische Unterstützung.

Ein Lebensmittel-Laden würde den Stadtteil bereichern, nicht nur um Einkäufe zu erledigen, sondern die Gemeinschaft untereinander zu fördern. Ein mobiler Supermarkt könnte einen ähnlichen Effekt haben und

wurde in die Planung aufgenommen. Für einen „sauberen Stadtteil“ wurde eine Aufräumaktion angedacht. Auch Foodsharing könnte dem Stadtteil nützlich sein. Am 5. Juni wird deshalb ab 15 Uhr eine öffentliche Fairteilung am Second Hand Geschäft „Wundertüte“ stattfinden. Was viele Anwohner schmerzlich vermissen ist ein „Bürgercafé“, ein Treffpunkt für alle, an dem man sich austauschen kann.

Wie soll der Hasenberg in zehn Jahren aussehen? „Eigentlich soll er so bleiben wie er ist, denn er ist sehr lebenswert“, sagte ein Anwohner. Die Ideen wurden von Meike Sternkopf (Stadt Remscheid) notiert und ins Rathaus mitgenommen. „Ziel ist es, Strategien zu entwickeln und an die Politik zu geben“, erklärte Anne Katrin Kühn (TU Dortmund).

Marlene Kelch lebt (mit Unterbrechung) seit 1964 auf dem Hasenberg. „Wir bräuchten vielleicht einen Kinderflohmärkte, um die Leute zusammen zu bringen“, sagte sie. Mit dem Treffen haben die Anwohner eine Menge Ideen gesammelt, die der Stadt Remscheid dann gebündelt vorgestellt werden.

Merkana Reisen.

Gut beraten in den Urlaub.



Griechenland, Rhodos

Hotel Kalithea Mare Palace****

z. B.: 20.06.19, Flug ab Düsseldorf, 7 Nächte, Doppelzimmer Typ1, Halbpension

Reisepreis pro Person: **662€***

Balearen, Mallorca

AluaSoul Mallorca Resort****

z. B.: 25.06.19, Flug ab Köln/Bonn, 7 Nächte, Doppelzimmer Typ1, Halbpension

Reisepreis pro Person: **581€***

*Änderungen und Zwischenverkauf vorbehalten!

Beratung und Buchung in Ihrem TUI Reisebüro

Thüringsberg 20
42897 Remscheid
Tel.: +49 2191 9288-100
urlaub@merkana.de
www.merkanareisen.de



Einstand für Oliver Rolla

(SvG) Ein neues Gesicht erwartet die Kirchgänger am Sonntag in der evangelischen Stadtkirche Lüttringhausen: Für mindestens ein Jahr ergänzt Pfarrer Oliver Rolla das Seelsorgeteam in Lüttringhausen. „Wir freuen uns sehr, dass Oliver Rolla bei uns ist und nun peu à peu in unsere Gemeindegemeinschaft wächst“, freut sich auch Pfarrerin Kristiane Voll. Im Gottesdienst am 2. Juni um 10 Uhr wird er der Gemeinde offiziell vorgestellt und herzlich willkommen geheißen. Den Gottesdienst gestaltet er gemeinsam mit Pfarrerin Annette Schmid.



Pfarrer Oliver Rolla.

Foto: Ev. Kirchengemeinde

In dieser Ausgabe:

Oberstufenkonzert im RöGy	Seite 3
BDKJ-Sozialaktion: 72 Stunden	Seite 4
Sonderveröffentlichung: Gesund, fit & aktiv	Seiten 5+6
Sport: Fußball und Rollhockey	Seite 7



Töttern: Davon kömmt dat

Der renovierte Kulturkreis im Heimatbund Lüttringhausen lädt zur neuen Tötterrunde in das Lüttringhauser Rathaus.

VON SASCHA
VON GERISHEM

Töttern ist im Bergischen der richtige Ausdruck, wenn etwas in Ruhe zu bereden ist. Weder Klatsch und Tratsch noch Gemecker, keine Sitzung oder Debatte – gute Atmosphäre und Gemütlichkeit unter Freunden stehen im Vordergrund. Dazu lädt der Kulturkreis des Heimatbundes in diesem Jahr zum zweiten Mal herzlich ein. Immer wird es um nachhaltige Stadtteilentwicklung in Lüttringhausen gehen.

Bergischer Abend im Lütterkuser Rathaus

Am Dienstag, 4. Juni um 19 Uhr präsentieren der frühere langjährige Vorsitzende der Lüttringhauser Volksbühne, Horst Kalckert, und Bärbel Dubalski einen Bergischen Abend. Es werden Texte in Remscheider Mundart vorgetragen, op Platt. Alexander Dubalski begleitet den Abend mit Bergischen Weisen am Akkordeon. „Plattkallen ist auch eine Art nachhaltiger Stadtteilentwicklung“, bestätigt Volker Beckmann, Vorsitzender des

Kulturkreises, „es stärkt das Identitätsgefühl mit der Heimat. Und wer sich mit seiner Heimat identifiziert, zieht auch nicht weg und engagiert sich auch eher für sein Umfeld.“ Es wird zwei Pausen geben, in denen man sich mit Getränken erfrischen kann, selbstverständlich wieder bio, regional und fair. Der Eintritt zum Töttern ist frei, Spenden für den Kulturkreis im Heimatbund Lüttringhausen sind aber immer gerne gesehen und erwünscht. www.kulturkreis.jetzt



Horst Kalckert während der GertenBUCHstraße auf der CVJM-Bühne.
Foto: Juudo Fotografie - www.juudo-fotografie.de

EXTRA
TIPP

Rollhockey: Deutsche Meisterschaft der U15

(red) Die Deutsche Meisterschaft im Rollhockey für die U15-Jugend findet am Wochenende, **Samstag 1. Juni und Sonntag 2. Juni** in der Sporthalle Hackenberg statt. Das Team der IGR Remscheid tritt in der Vorrunde gegen RSC Chemnitz, RHC Recklinghausen und ERG Iserlohn an. Die zweite Vorrundengruppe bilden RSC Cronenberg, TuS Düsseldorf-Nord, Hülser CV Krefeld und die SG Darmstadt.

Das erste Spiel bestreitet die IGR am Samstag, 1. Juni um 9 Uhr, gegen den RSC Chemnitz. Um 12.45 Uhr steigt die große Eröffnungsfeier. Das letzte Samstagsspiel wird voraussichtlich um 19.45 Uhr angepfiffen. Am Sonntag, 2. Juni, steigt die Finalrunde. Um 9 Uhr spielen der 3. Gruppe A gegen den 4. Gruppe B. Das Finale wird um 16 Uhr angepfiffen. Für die U15 der IGR spielen Max Backhaus (TW), Silas Raab (TW), Simon Raab, Finja Rohs, Sara Sousa, Arne Beck, Joel Halek, Leonard Schmidt, Viktoria Kunz, Lennart Peters und Henry Kulmer. Da nur acht Feldspieler auf die Bank dürfen, setzt eine Spielerin oder ein Spieler pro Spiel aus. Wie bei allen IGR-Veranstaltungen ist für das leibliche Wohl gesorgt, auch vegetarische Varianten sind stets im Angebot. Wir wünschen viel Erfolg!

Poster: IGR Remscheid



Donnerstag, 30. Mai (Christi Himmelfahrt)

• 15 Uhr, Ronsdorfer Anlagen, Friedenshort 55, Wuppertal
Märchenstunde mit Ingrid Reinhardt

(red) Die Ronsdorfer Märchenerzählerin Ingrid Reinhardt lockt im Rahmen der Quartiersgartenschau Jung und Alt in die Welt von Feen, Zwergen, Riesen, verwunschenen Bäumen sowie Heldinnen und Helden. Die Märchenstunde in den Anlagen des Ronsdorfer Verschönerungsvereins ist für Kinder ab 4 Jahre sowie Erwachsene gleichermaßen geeignet. Die Geschichten werden von Ingrid Reinhardt im Wald frei vorgetragen. Um eine Spende in Höhe von 5 Euro wird gebeten. ► www.maerchenglueck.de

Freitag, 31. Mai 2019

• 15 Uhr, Natur-Schule Grund, Grunder Schulweg 13
NaturTreff am Nachmittag

(red) Wer sich für die Natur und Umwelt interessiert, findet zahlreiche Informationen und interessante Themen. Beim NaturTreff am Nachmittag wird in dieser Woche mit Diplom-Biologe Jörg Liedahl über verschiedene Dinge diskutiert.

Die Veranstaltung richtet sich in erster Linie an Damen und Herren im Alter 50+, aber natürlich sind auch jüngere TeilnehmerInnen herzlich willkommen. Die Teilnahme kostet 6 Euro pro Person, Anmeldungen telefonisch unter 3 74 82 39 oder unter per Mail an info@natur-schule-grund.de.

• 20 Uhr, Natur-Schule Grund, Grunder Schulweg 13
Alles nur Motten?

(red) Nachtfalter unterschiedlicher Arten werden an diesem Abend mithilfe von Ködern, UV- und Schwarzlichtlampen gelockt und von Sachkundigen des Naturwissenschaftlichen Vereins Wuppertal (NVW) vor Ort bestimmt und aufgelistet. Wer immer schon mal wissen wollte, welche der zahlreichen Nachtfalter-Arten bei uns zu finden sind, der erhält hier einen Einstieg in eine faszinierende Tiergruppe. Die Veranstaltung ist kostenfrei, um eine Anmeldung wird allerdings gebeten unter Telefon 3 74 82 39.

Samstag, 1. Juni 2019

• 10.15 Uhr, Bushaltestelle „Ronsdorfer Anlagen“, Parkstraße, Wuppertal
Bundeswehrübungsplatz Scharpenacken

(red) Die heutige Idylle auf dem ehemaligen Bundeswehrübungsplatz Scharpenacken steht im Fokus eines Spaziergangs anlässlich der Quartiersgartenschau in Ronsdorf. Michael Dietz wird die Gruppe von der Bushaltestelle „Ronsdorfer Anlagen“ über das neue Industriegebiet am Erich-Hoepner-Ring, den Scharpenacker Weg, entlang der Marpe bis an den Rand des Vorwerkparks führen – und natürlich auch zurück. Um eine Spende von 5 Euro zur Finanzierung der Gartenschau-Veranstaltungen wird gebeten.

• 14 Uhr, Konzertmuschel im Stadtpark, Johann-Peter-Arns-Weg
Housepark

(red) Auch in diesem Jahr lädt Housepark die tanzwütige Menge zum großen umsonst und draußen Festival in den Remscheider Stadtpark ein – egal ob Jung oder Alt, Nerd oder Yuppie. Auf mehreren Floors gibt es wieder eine geballte Mischung aus allem, was die elektronische Tanzmusik zu bieten hat. Ob House, Techno oder Dance Classics: Kein Geschmack kommt zu kurz. Auch für das leibliche Wohl wird gesorgt sein.

► facebook.com/housepark.remscheid

• 14 Uhr, „echt Kremig“, Bernhardstraße 1
Fahrradwerkstatt für 6- bis 12-Jährige

(red) Kinder im Alter von sechs bis zwölf Jahren erhalten in der Kinder- und Jugend-Werkstatt „echt Kremig“ Hilfe bei der Reparatur von Fahrrädern. Darüber hinaus werden auch gebrauchte, fahrbereite Bikes verschenkt.

• 18 Uhr, Lutherkirche, Martin-Luther-Straße
Jubiläumskonzert: 125 Jahre Lutherkirche

(red) Anlässlich des 125-jährigen Bestehens der Lutherkirche findet ein großes Jubiläumskonzert mit der Kantorei St. Marien aus Pirna, dem StadtKirchenChor Remscheid, der Heinrich-Schütz-Kantorei, dem Bergischen Blechbläserensemble sowie Ruth Forsbach an der Orgel statt. Die Leitung haben Thomas Meyer, Ursula Wilhelm und Martin Kirschner inne. Zu hören sein wird unter anderem „Jauchzet dem Herren“ von Heinrich Schütz. Der Eintritt ist frei, um Spenden wird gebeten.

• 19.30 Uhr, Teo Otto Theater, Konrad-Adenauer-Straße 31-33
Die lustigen Weiber von Windsor

(red) Otto Nicolais „Die lustigen Weiber von Windsor“ verbindet den Charme und die Leichtigkeit einer Wiener Operette, feinen Humor sowie romantische Innigkeit zu einer volkstümlich-eleganten Oper. Damit erschuf er sein musikalisches Meisterstück in deutscher Sprache. Seit der Uraufführung 1849 in Berlin zählt das Werk zu den beliebtesten komisch-fantastischen Opern – und wird nun von den Bergischen Symphonikern, der Hochschule für Musik und Tanz Köln sowie dem Kulturmanagement Solingen im Teo-Otto-Theater aufgeführt. Der Eintritt kostet ab 31 Euro. Auch Sonntag um 18 Uhr. ► www.teo-otto-theater.de

Sonntag, 2. Juni 2019

• 14 Uhr, Deutsches Röntgen-Museum, Schwelmer Straße 41
Öffentliche Führung des Mini-Clubs

(red) Der Mini-Club junger Museumsprofis führt acht- bis zwölfjährige Kinder wieder durch das Deutsche Röntgen-Museum in

Lennep. Die rund 45-minütige Tour führt wie an jedem ersten Sonntag im Monat durch die Dauerausstellung. Erwachsene Begleitpersonen dürfen auch an der Führung teilnehmen, sind aber gebeten sich im Hintergrund zu halten. Kinder (bis 18 Jahre) haben freien Museumseintritt, sie zahlen 1 Euro für die Führung. Erwachsene zahlen den ermäßigten Museumseintritt von 3 Euro plus 2 Euro für die Führung. Infos und Anmeldungen unter Telefon 16-33 84. ► www.roentgenmuseum.de

• 16 Uhr, WTT, Bismarckstraße 138
„Die Wanze“ nach Paul Shipton

(red) Wanze Muldoon, so lautet der Name des Käfers, ist von Beruf Privatdetektiv. Als er den Auftrag erhält, eine Gruppe aufmüpfiger Ameisen, die den gesamten Ameisenstaat in Aufruhr versetzt, aufzufinden zu machen, muss er seinen ganzen detektivischen Spürsinn aufbieten. Dabei stößt er auf geheime Verbindungen zwischen den Ameisen und Wespen. Spätestens jetzt weiß Wanze Muldoon, dass diesem Garten und den dort lebenden Insekten große Gefahr droht. Außergewöhnliche Einblicke in die Welt der Insekten bietet diese witzige Detektivgeschichte, in der Freundschaft und Solidarität groß geschrieben wird und die für Zuschauer ab acht Jahren geeignet ist. Der Eintritt kostet 8 Euro (ermäßigt 6 Euro).

► www.wtt.remscheid.de

Montag, 3. Juni 2019

• 14 Uhr, BBZ Hasenberg, Hasenberger Weg 13
Lennep Märchenstammtisch

(red) Beim Märchenstammtisch für Erwachsene werden Märchen, Sagen, Schwänke und Gedichte erzählt, gelesen, vorgetragen und die jeweiligen Hintergründe erkundet. Auch Volkslieder werden gesungen und mit einer Veeh-Harfe begleitet. Gäste dürfen eigene Beiträge beisteuern. Der Eintritt ist frei.

• 16 Uhr, Brauerhaus, Markt 3
Stammtisch Remscheider Blinden- und Sehbehindertenverein

(red) Der Remscheider Blinden- und Sehbehindertenverein lädt wieder zum Stammtisch ein. Es können auch Betroffene, die nicht dem RBSV als Mitglieder angehören, mit ihren Angehörigen und Begleitern an dieser Veranstaltung teilnehmen und sich über verschiedene Themen austauschen.

• 18 Uhr, BZI, Wüstenhagener Straße 18
Studieren, Wohnen und Arbeiten in Remscheid

(red) Im September öffnet der neue Studienort Remscheid-Honberg seine Pforten – eine Initiative der Rheinischen Fachhochschule (RFH) Köln und der Stadt Remscheid für die Menschen in der Region und für die Bergische Wirtschaft. Die RFH bietet allen Interessierten eine Informationsveranstaltung an und stellt dort die Bachelorstudiengänge „Betriebswirtschaftslehre“, „Wirtschaftsinformatik“ und „Produktionstechnik“ mit hohem Praxisbezug vor. Eingeladen sind besonders AbiturientInnen, FachabiturientInnen, Auszubildende, PraktikantInnen oder bereits Berufstätige.

► www.rfh-remscheid.de

• 18.30 Uhr, VHS Remscheid, Elberfelder Straße 32
Martin R. Haas: Europäische Datenschutzgrundverordnung

(red) Seit der Einführung der Europäischen Datenschutzgrundverordnung im Mai 2018 ist jeder, der beruflich oder privat mit Daten in Kontakt kommt, verpflichtet, sich an bestimmte Regeln zu halten. Nicht immer sind diese Regeln klar verständlich, überall lauern kleine und große Fallstricke. Der Kurs (Teilnahmekosten: 12 Euro) unter der Leitung von Rechtsanwalt Martin R. Haas richtet sich an Angestellte, Gewerbetreibende und Freiberufler, die mehr über die praktischen Auswirkungen der neuen Regeln erfahren möchten, um zum Beispiel teure Abmahnungen zu vermeiden. Anmeldungen und weitere Infos unter Telefon 16-27 86.

► www.vhs.remscheid.de

• 19.30 Uhr, Evangelisches Gemeindehaus, Hardtstraße 14
Hasenberger Vorträge

(red) Die Hasenberger Vorträge stehen dieses Mal unter dem Motto „Mit Dante durch Hölle, Fegefeuer, Himmel – die göttliche Komödie“. Gemeinsam soll eine literarische Fahrt durch die Reiche des Jenseits in der „Divina Commedia“ unternommen werden. Als Referentin ist die Moderatorin und Publizistin Dr. Jutta Höfel eingeladen. Der Eintritt zum ökumenischen Vortrags- und Diskussionskreis ist wie immer frei.

Freitag, 7. Juni 2019

• 13 Uhr, AWO-Haus, Mollplatz 3
Gemeinsames Kochen bei der AWO

(red) Bei der Arbeiterwohlfahrt (AWO) kocht niemand sein eigenes Püppchen! Schon im dritten Jahr in Folge treffen sich an jedem ersten Freitag im Monat eine Gruppe lebenslustiger und geselliger Damen und Herren im besten Alter und begeben sich gemeinsam auf eine kulinarische Reise durch Europa. Jedes Mal wird kulinarisch in einem anderen Land Halt gemacht. Die Teilnahme ist kostenfrei, auch Nichtmitglieder sind gerne gesehen. Um eine Anmeldung wird allerdings gebeten unter Telefon 66 26 26.

• 18 Uhr, ev. Stadtkirche Lennep, Kirchplatz 3
Gottesdienst: 70 Jahre Grundgesetz

(red) Die ev. Kirchengemeinde Lennep lädt zu einem besonderen Gottesdienst zu 70 Jahren Grundgesetz in die ev. Stadtkirche Lennep.

KIRCHLICHE NACHRICHTEN

Lüttringhausen:

Ev. Kirchengemeinde Lüttringhausen, Stadtkirche
Donnerstag - Christi Himmelfahrt: 11.00 Gottesdienst unter Mitwirkung des Posaunenchores Lüttringhausen mit Pfarrerin Annette Schmid am Clarenbach-Denkmal an der B51; **Freitag:** 9.00 Eltern-Kind-Gruppe (ab 4 Monate), Gemeindehaus; **Sonntag-Exaudi:** 10.00 Gottesdienst mit Einführung von Pfarrer Oliver Rolla mit Abendmahl unter Mitwirkung des Kirchenchores mit Pfarrerin Annette Schmid und Pfarrer Oliver Rolla mit anschließendem Gemeindefest; **Montag:** 9.30 Eltern-Kind-Gruppe (ab 1 Jahr), Gemeindehaus; 15.30 „Der fröhliche Tanzkreis“ - Gemeindehaus; 18.00 Probe des Gospelchores mit Christian Gottwald, Gemeindehaus; 19.30 Probe des Kirchenchores mit Christian Gottwald, Gemeindehaus; **Dienstag:** 9.30 Eltern-Kind-Gruppe (ab 1,5 Jahre), Gemeindehaus; **Mittwoch:** 9.30 Eltern-Kind-Gruppe (ab 4 Monate), Gemeindehaus; **Donnerstag:** 9.30 Eltern-Kind-Gruppe (ab 2 Jahre), Gemeindehaus; 10.00 Gottesdienst in Haus Clarenbach mit Pfarrerin Annette Schmid; 16.00 Bibelkreis im CVJM-Haus; 16.00 Gesprächskreis mit Pfarrer i. R. Pitsch -Wanderung.

Goldenberg
Mittwoch: 15.00 Goldenberger Frauenhilfe mit Pfarrer Matthias Schmid.

Kinder- und Jugendarbeit s. unter CVJM.

Häusliche Senioren- und Krankenpflege der Ev. Kirchengemeinde Lüttringhausen, Diakoniestation, Telefon 69 26 00

www.evangelisch-luettringhausen.de; Gemeindeamt@evangelisch-luettringhausen.de

Ev. Kirchengemeinde bei der Stiftung Tannenhof

Donnerstag: 10.00 Gottesdienst Pfarrerin Böcker; **Freitag:** 17.00 Vesper Diakonin Kurth; **Sonntag:** 10.00 Gottesdienst m. Abm Pfarrer Leicht; **Mittwoch:** 16.30 Katholischer Gottesdienst.

Kath. Pfarrkirche Heilig Kreuz

Donnerstag: 11.15 Hl. Messe; **Samstag:** 15.00 Taufe; **Sonntag:** 9.30 Erstkommunionfeier; 11.15 Erstkommunionfeier; **Montag:** 10.00 Dankmesse der Erstkommunionkinder; **Dienstag:** 8.45 Frauenmesse; **Mittwoch:** 16.30 Wortgottesdienst in der Stiftung Tannenhof.

Neuapostolische Kirche

Sonntag: 10.00 Gottesdienst; **Mittwoch:** 19.30 Gottesdienst. www.nak-wuppertal.de

Ev. -Freikirchl. Gemeinde Am Schützenplatz

Donnerstag: 11.00 Himmelfahrtsgottesdienst am Adolf-Clarenbach-Denkmal; **Freitag:** 18.00 Teenkreis; **Sonntag:** 10.30 Gottesdienst und Abendmahl mit Lothar Leese, Bad Salzuflen; **Dienstag:** 17.00 Mädchenjungschar; **Mittwoch:** 19.30 Gebetsabend.

Kinder- und Jugendarbeit des CVJM im CVJM-Haus

Montag: 17.30 Jungengruppe „Smilies“ (ab 5.Kl.); 18.00 Mädchenjungschar „SchokiGanten“ (ab 9.Kl.); **Dienstag:** 17.00 Jungenjungschar „Pixels“ (2.-4.Kl.); 18.00 Mädchenjungschar „Butterflys“ (6.-8.Kl.); **Donnerstag:** 17.00 Mädchenjungschar „Pink Panthers“ (4./5.Kl.).

Weitere Angebote des CVJM

Sonntag: 16.00 Trainee-Kurs II (CVJM-Haus); **Dienstag:** 19.30 Tischtennis f. Herren (Jahnhalde); **Donnerstag:** 16.00 Bibelkreis (CVJM-Haus); 17.00 Tischtennis (Turnhalle Ad. Clarenbach); 19.30 Tischtennis

(Turnhalle Ad. Clarenbach). buero@cvjm-luettringhausen.de; www.cvjm-luettringhausen.de

Lennep:

Evangelische Kirchengemeinde Lennep

Donnerstag: Waldkirche: 11.15 Gottesdienst zu Christi Himmelfahrt Pfr.in Peters-Göbbling; **Freitag: Stadtkirche:** 18.00 AbendStille Pfr.in Stoll;

Samstag: Stadtkirche: 11.00 - 11.15 Ökumenisches Marktgebet; **Sonntag: Stadtkirche:** 10.00 Gottesdienst mit Abendmahl/Saft Pfr.in Menn; **Waldkirche:** 11.15 Gottesdienst Prädikant Brück; **Gh. Hardtstraße:** 11.15 Familienkirche Pfr.in Giesen.

Kath. Pfarrkirche St. Bonaventura Lennep

Donnerstag: 9.45 Hl. Messe; 12.30 Erstkommunion span. Gemeinde; **Freitag:** 19.00 Hl. Messe; **Samstag:** 14.30 Trauung; **Sonntag:** 9.45 Hl. Messe; 11.15 Spaniermesse; **Mittwoch:** 18.15 Rosenkranzgebet; 19.00 Hl. Messe; **Donnerstag: Katharinenstift:** 17.00 Hl. Messe.

St. Andreas Berg. Born

Samstag: 17.00 Vorabendmesse.

Freie ev. Gemeinde Lennep

Sonntag: 10.30 Gottesdienst E. Voigt, Action Kids, Kinderbetreuung.

ÄRZTE

Kinderambulanz

Sana-Klinikum ab 16 Uhr, Telefon 13 86 30 oder 13 86 83

Zahnärztlicher Notdienst

Telefon (01805) 98 67 00

Notfallpraxis der Remscheider Ärzte am Sana-Klinikum,

Burger Straße 211, Mi. u. Fr. 15-21 Uhr; Sa., So. u. Feiertage 10-21 Uhr, Telefon 13-23 51

Kinderärztlicher Notdienst:

• Mi. 29.5. 14-17 Uhr: Dr. med. J. P. Albrecht, Peterstraße 20, Telefon 2 90 11.

• Do. 30.5. 9-12 u. 14-17 Uhr: J. Sprenger, Rosenhügeler Straße 2, Telefon 29 26 20.

• Sa. 1.6. + So. 2.6. von 9-12 u. 14-17 Uhr und Mi. 5.6. 14-17 Uhr: Praxis Stefan Mayer, Blumenstraße 30, Telefon 29 18 68.

Tierärztlicher Notdienst:

• Do. 30.5. 8-20 Uhr: A. Paas, Rosenstraße 13, Telefon 7 09 00.

• Sa. 1.6. 14-20 Uhr; So. 2.6. 8-20 Uhr: Dr. St. Kolb, WK-Dabringhausen, Südstraße 8, Telefon 02193 / 50 07 67.

Ärztlicher Notdienst, Tel. 116 117

APOTHEKEN

Mittwoch, 29.5.: Vitalis-Apotheke, Hammesberger Str. 5, Tel. 5891025

Donnerstag, 30.5.: Apotheke am Hasenberg, Hasenberger Weg 43A, Tel. 661027

Freitag, 31.5.: Pinguin-Apotheke am Markt, Alleestr. 2/Elberfelder Str. 1, Tel. 28016

Samstag, 1.6.: Apotheke am Henkelshof, Hans-Potyka-Str. 16, Tel. 963499

Sonntag, 2.6.: Sonnen-Apotheke, Elberfelder Str. 11, Tel. 927867

Montag, 3.6.: Süd-Apotheke, Lennep Str. 6, Tel. 31719

Dienstag, 4.6.: Röntgen-Apotheke, Kirchplatz 7, Tel. 61926

Mittwoch, 5.6.: easyApotheke Remscheid-Lennep, Wupperstr. 17, Tel. 469690

Donnerstag, 6.6.: Apotheke am Bismarckplatz OHG, Poststr. 15, Tel. 662021



Projektwoche Märchenwald

Das Marionetten- und Puppentheater von Markus Heip trat in der Kita Ringstraße als Highlight der Projektwoche auf - ein Geschenk der Provinzial-Geschäftsstelle von Maik Haberland.

VON ANNA MAZZALUPI

Die kleinen Kinderaugen werden auf einmal ganz groß, als die kleine, grüne Hexe einfliegt. Irgendwie duster wirkt sie. Und dann kommt sie auch noch direkt auf den Schoß, fliegt an der Nase vorbei oder macht es sich auf dem Kopf gemütlich. Das kitzelt irgendwie. „Habt ihr Angst vor der Hexe?“, fragt Markus Heip seine kleinen Zuschauer. Ein lautes, klares Nein rufen sie ihm entgegen.

Eis und Popcorn

In der Kita Ringstraße war letzte Woche das Marionetten- und Puppentheater zu Gast. Die 41 Kinder der zweigruppigen Einrichtung lauschten gespannt der Geschichte um Hänsel und Gretel. Vorsichtig durften sie die kleinen Puppen an der Nase stupsen, wenn sie während der Aufführung etwa zu ihnen auf die Schulter kamen. Ein quirliches Lachen und leuchtende Kinderaugen folgten. Es war sicherlich das Highlight der Projektwoche „Märchenwald“, die Kita-Leiterin Nicole Zilken und das Team mit den Kindern durchgeführt haben.



Markus Heip spielte Hänsel und Gretel.

Foto: Mazzalupi

Dass aber auch das Marionetten- und Puppentheater in den Kindergärten kommen konnte, verdankt die Einrichtung dem Ehrenamtsprojekt der Provinzial Rheinland. Die Lennep-Geschäftsstelle von Maik Haberland an der Kölner Straße gibt es seit 26 Jahren. Regel-

mäßig nimmt Haberland mit seinem Team, Ehefrau Annette Haberland sowie Kundenberater Martin Alipour, an dem Projekt der Versicherung teil, unterstützt bisher oft Vereine. „Jede Geschäftsstelle kann selbst entscheiden, was sie mit dem Geld finanzieren möchte“,

erklärt Haberland. In diesem Jahr wollten er und sein Team die 500 Euro für die Kleinsten verwenden. „Ich bin selbst Vater von zwei Kindern und mein Kollege Martin Alipour auch. Da lag es nahe“, erzählt er weiter.

Dass es dann so gut in die Projektwoche der Kita Ringstraße passte, war Zufall. Die Kita hatte sich auf das Anschreiben der Lennep Versicherung kurzerhand zurückgemeldet. „Wir konnten das erst gar nicht glauben. Aber wir haben uns sehr, sehr gefreut. Solche Sachen scheitern oft an den Geldern. Denn man will den Eltern nicht noch mehr zumuten. Deshalb war das jetzt ein richtiges Geschenk“, betont Nicole Zilken. Den auch in Lüttringhausen beliebten Theaterpädagogen Markus Heip kannte das Lennep Provinzialteam bisher nur von Erzählungen. Am Ende waren auch sie ganz begeistert. „Das ist wirklich toll“, schwärmt Vertriebsleiterin Annette Haberland. Zusätzlich zur Aufführung gab es noch Popcorn. Und im Anschluss duften sich die Kids noch am Eiswagen ein leckeres Eis aussuchen.

Zusammenhalt musikalisch dargestellt

Oberstufenkonzert im Röntgen-Gymnasium sorgte für Gänsehaut-Momente.



Konzert im Röntgen-Gymnasium: Gegen Hass, gegen Ausgrenzung, gegen Mobbing.

Foto: Elisabeth Erbe

VON ELISABETH ERBE

Eine grandiose Stimmung gleich zu Beginn. Der Titel „Lovely“ von Billie Eilish & Khalid wurde für die 2. Staffel der Serie „13 Reasons Why“ geschrieben. „In dieser Serie geht es um Mobbing und Gewalt“, sagte Moderatorin Jasmin und setzte mit ihrer Rede ein Zeichen gegen Gewalt in den Schulen.

All in this together

Das Oberstufenkonzert im Röntgen-Gymnasium trug in diesem Jahr den Titel „All in this together“ und sorgte für einen ganz besonderen Mittwochabend. Die Sängerinnen und Sänger der Oberstufen zeigten wie wichtig Zusammenhalt ist. Jeder Titel war sorgfältig ausgesucht und transportierte immer wieder eine tiefe Botschaft. Ganz besonders „We are

the world“ (Michael Jackson/Lionel Richie), das von dem Musikkurs EF vorgetragen wurde, schuf eine Gänsehaut-Atmosphäre. Kursleiterin Doris Nowak arrangierte ein wohlklingendes Zusammenspiel der unterschiedlichen Stimmfarben. Der Musikkurs Q1 sang eine Liebesbotschaft nach der anderen. Die Besucher jubelten und klatschten und sorgten für großartige Stimmung. Für ein ganz besonderes Klangerlebnis sorgte der Musikkurs Q1 mit dem Rögy-Projekt-Chor. Der Projektchor besteht aus Schülern, Lehrern, Eltern und Ehemaligen. „Das sorgt für Diversität“, erklärte Moderator Agni im Hinblick auf die große Bandbreite des Repertoires. Der große Chor ließ „Viva la Vida“ von Coldplay erklingen und schuf eine magische Atmosphäre. Chor-Leiterin Annette Busch hat es geschafft, die un-

terschiedlichen Stimmen harmonisch erklingen zu lassen. In nur kurzer Zeit entstand eine eigene Abi-Band, die an diesem Abend „Introducing me“ spielte. Das Publikum war begeistert und schenkte langen Applaus. „Ich bin stolz, dass wir eine Abi-Band haben. Das hat nicht jeder“, sagte Agni. Musik für die Lachmuskeln – dafür sorgte das Duo Agni Mitra und Jens Cornils mit einem gelungenen Mix aus Hip Hop und Klassik. Das Mashup ist Mitte der 1990er Jahre entstanden und vereint Stücke anderer Interpreten zu einer virtuoseren Musikkollage. Und dann amüsierte sich das Publikum lauthals: Agni Mitra legte sich beim letzten Stück auf den Klavierhocker und spielte das Stück liegend und blind. „Das war unfassbar“, staunte Moderatorin Jasmin. Der Jubel hätte in der Aula nicht lauter sein können.

Auftritt: Die Big Band

In der Pause konnten sich die Gäste bei Snacks und Kaltgetränken stärken. Nach der Pause ging es mit der Big Band unter der Leitung von Philipp Prinz und Dominik Mumm mit dem Stück „Man in the mirror“ weiter. Gefühlvoll und gleichzeitig ausdrucksstark. Der Zusammenhalt war in der Aula deutlich spürbar. Die Schüler jubelten ihren Klassenkameraden zu und belohnten sie mit langanhaltendem Applaus. Ein intensiver Abend mit Humor und Tiefgang. Hass, Ausgrenzung, Mobbing dürfen nicht stattfinden. Die Oberstufe stellte sich diesen Themen und sang zum Abschluss: „We're all in this together“ aus dem Film High School Musical, in dem es um Zusammenhalt trotz Unterschiede geht. Ein gelungenes Konzert mit einer tiefgreifenden Botschaft.

Lecker Foodsharing

(SvG) Über 30 Leute trafen sich wieder an der Garage von Elke Gorka ein, um gemeinsam zu grillen. Das Besondere: Alle Lebensmittel, ob Wurst, Steaks, Grillfackeln oder Gemüse, stammen vom Foodsharing, wurden vor der Mülltonne gerettet. Elisabeth Erbe brachte die weltweite Bewegung „Foodsharing“ nach Remscheid. „Wir sind alle sattgegessen und hatten eine große Auswahl“, sagte Elke Gorka, „und so lernen sich alle Retter mal kennen.“

Foto: SvG

RIEMANNS KÜCHE
Kölner Straße 89
Am Kreishaus
Tel. 02191.666 384
42897 Remscheid-Lennep
www.Riemanns-Kueche.de



Von 11.30 bis 15.00 Uhr durchgehend warme Küche!

Wochenangebote: In der Woche vom 3.6. - 14.6.

- Spargel-Creme-Suppe mit Einlage Klein € 3,90 / groß € 5,90
- Thai Hähnchen Geschnetzeltes „Siam“ mit viel Asia Gemüse, Limetten-Ingwersauce auf Basmatireis (ein Traum...) € 8,90
- Irischer Rinderrollbraten mit kräftiger Rotweinsauce, Kartoffelklößen & Schmorbohnen € 12,50
- Vongole-Muscheln „Rheinische Art“ mit Gemüse in Butter-Weißweinsud & Baguette € 9,90
- Uruguay Rumpsteak mit Schmorzwiebeln, Kräuterbutter & Pommes frites € 12,50
- Gebratene Spanische Blutwurst mit Apfelconfit & Kartoffelpüree € 8,90
- Großer gemischter Salat mit gebratenem Spargel & Kirschtomaten € 9,50

Weitere Gerichte auf unserer Tageskarte! Allergenkennzeichnung im Laden.

Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag: 11.30 bis 15.00 Uhr - Samstag Ihr Catering!

Jetzt mit barrierefreiem Zugang und Behinderten-Toilette.

REINER SWOBODA



IHR MALERMEISTER
An der Windmühle 80
Telefon 5 44 59
www.malermeister-swoboda.de

Roland RATHERT



Sanitär
Heizung
Bad-Design

Telefon 0 21 91 / 95 31 10
Mobil 01 72 / 2 16 14 81

RUHL



Rollladen Markisen
Sonnenschutztechnik
Beratung · Verkauf · Ausstellung
Reparatur-Service
Tel. 0 21 91 - 84 227 16
Info@ruehl-technik.de
www.ruehl-technik.de
Haddenbacher Str. 64 42855 Remscheid

Autoteile Ströker

Original-Marken-Teile von führenden KFZ-Teileherstellern

KFZ-Werkzeuge · Dachboxen

Dachboxen-Verleih · Fahrradträger

Fahrradzubehör · Fahrradinspektion



Auto und mehr

freundlich

fair

preiswert

Remscheider Straße 60 · 42369 Wuppertal-Ronsdorf
Telefon 02 02 / 46 22 99 · Telefax 4 69 05 29

ROLLADEN

EINER
Z



Rolltore · Rollgitter
Rollos · Jalousien
Markisen · Fenster
Neuanlagen · Reparatur

Meisterbetrieb

Rolladen Reinertz GmbH

☎ (02191) 5 89 49 38 oder (0202) 71 12 63

Planung · Beratung · Ausführung
Haus-Installationen - Industrieanlagen
SAT-Kabelanlagen · EDV-Vernetzungen
E-Check für Industrie und Privat

Elektrotechnik Frank Breest
MEISTERBETRIEB

Inh. Frank Breest

Farrenbraken 9 · 42855 Remscheid · Telefon: 02191/4607123
Handy: 01 70/2330465 · E-Mail: elektro-breest@t-online.de



Bildband

„Wir in Lüttringhausen“
von Wolfgang Vahrenholt.

Für 24,- €
beim Lüttringhauser Anzeiger/
Lennep im Blick erhältlich.

Basar

Jetzt auch online unter www.lalib.de/basar

Immobilien

Verschiedenes

Verkaufen auch Sie über den Marktführer!

ImmobilienCenter
02191 16-7487
www.stadtparkasse-remscheid.de

LI 2074 Baugrundstück in Wuppertal-Cronenberg für 1-Fam.-Haus, ca. 400 m² für 110.000 € zu verkaufen.
LISCHECK Immobilien Management GmbH, Telefon 0 21 91 / 3 20 66

Zahlen 50,- Euro für Altfahrzeuge, Abholung kostenlos.
Telefon 0 20 58 - 7 36 55

Pattis Fußpflege
RS-Lüttringhausen
Termin n. Vereinb.
Tel. 02191-882266
www.pattis-fusspflege.de

Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen. 0 39 44 - 3 61 60
www.wm-aw.de (Fa.)

Ferienhaus Nordsee / Carolinensiel. Tel. 01 70 / 1 12 52 62

Suche Garage in Lüttringhausen. Telefon: 01 72 / 2 46 07 40

Wir machen Urlaub vom 3. - 7. Juni 2019
Allgemeinmedizin/Allergologie
Dr. Schwenker, Voßholter Str. 8

Büro + Laden

verschiedene Größen, ab 39 m²

CityCenter Gertenbachstraße
mit PKW-Stellplatz-Parkdeck

Telefon: 02 02 / 94 64 76 70

Garage in Lüttringhausen, Yorckstraße, ab 1.6.2019 zu vermieten. Miete: 45,- €. Telefon: 59 08 21 oder 95 30 80

Do göddet noch ...

Chorworkshop mit Eddi Hüneke von den Wise Guys

(red) Eddi Hüneke, Gründungsmitglied der Wise Guys, startet nach 25 Bühnenjahren solo durch. Solo? Begleitet (und angefrotzelt) wird er vom Pianisten Tobi Hebbelmann. Die beiden machen Konzertabende zu besonderen Erlebnissen. Sowohl als Angriff auf die Lachmuskeln wie auch Kurzurlaub für die Seele.

Am Samstagmorgen, 8. Juni, veranstaltet Hüneke einen Workshop mit Sängern und Sängerinnen aus dem ev. Kirchenkreis Lennep. Dieser Workshopchor unterstützt ihn abends bei seinem Konzert in der ev. Stadtkirche Lennep. Für den Chor-Workshop sind auch noch einige wenige Plätze verfügbar.

Das Konzert von Eddi Hüneke, „Solo zu zweit“, findet ab 20 Uhr in der ev. Stadtkirche Lennep, Kirchplatz 3, statt. Eintritt: 15 Euro (8 Euro ermäßigt), Kinder bis 14 frei.

Foto: LA/LiB-Archiv_Hertgen

BDKJ-Sozialaktion: 72 Stunden

Jugendteam von St. Bonaventura und Hl. Kreuz und Lennep Georgspfadfinder retten den Welle-Garten.

VON SASCHA VON GERISHEM

Es war kein schöner Ort, der Garten des Jugendzentrums „die Welle“ in Lennep. Im Rahmen der Sozialaktion „72 Stunden - uns schickt der Himmel“ vom Bund der Deutschen Katholischen Jugend (BDKJ) brachten sich rund fünfzehn ehrenamtliche Helfer aus dem Jugendteam der katholischen Kirchengemeinde St. Bonaventura und Heilig Kreuz gemeinsam mit dem DPSG-Stamm Lennep ein, diesen Missstand in Wohlgefallen zu verwandeln.

Viele Hände, schnelles Ende

„Wir sind absolut gut durchgekommen, war super!“, schwärmt Patrick Venta, BDKJ-Regionalvorsitzender für Remscheid und Solingen, das gesamte Wochenende war eingeplant. Zur Finanzierung der Gartenrenovierung fand am Freitagabend ein Jugendkonzert mit Apex, Sharks, Chandeliers und Fitch Bight statt. „Es waren rund 150 Leute da“, meint Diana Baumeister von den Pfadfindern. Ein gelungener Abend, der mehr einbrachte, als für die Gartenrenovierung gebraucht wurde. „Wir haben Samstagmorgen angefangen und waren am Abend eigentlich auch schon fertig“, freut sich Patrick Venta über



Olivia Klose, Patrick Venta, Nikolas Mertens, Fabio Günther, Diana Baumeister, Astrid Baumeister und Hündin Amy waren mit zehn weiteren Helfern für den guten Zweck fleißig. Foto: von Gerisheim

die vielen fleißigen Helfer. Am Sonntagmorgen wurde dann noch gemeinsam aufgeräumt und ein bisschen Rasen nachgesät sowie die frisch gepflanzten Blumen gegossen, die teilweise von Gärtnermeister Gerd Plückerbaum gespendet wurden. „Wir haben ein Hochbeet und einen neuen Komposter gebaut, wir haben das Geländer gestrichen, das Efeu von der Wand entfernt, Sand und die Kieselsteine und das Beet mit der Steinumrandung angelegt“, zählt Patrick Venta auf.

Auch die selbstgebauten, noch frisch aussehenden Sitzmöbel aus Europaletten fallen im neugestalteten Garten gleich auf sowie eine Ecke, die fürs Bogenschießen gedacht ist. Ein Netz und eine passende Zielscheibe werden noch nachinstalliert. „Mit dem, was wir verdient haben, können wir das umsetzen, was wir noch geplant haben. Vielleicht möchte die Welle aber noch ein paar Bögen anschaffen, Spenden an die Welle passen ja immer“, meint Gemeindefereferentin Olivia Klose.

„Das mit dem Hochbeet hat nicht so geklappt wie wir uns das ursprünglich vorgestellt haben“, grinst Diana Baumeister und rollt dabei mit den Augen, „aber es hat am meisten Spaß gemacht - war aber auch am anstrengendsten. Die Nägel gingen nicht so durch die Bretter, wie wir uns das gedacht hatten, darum mussten wir von außen verschrauben.“ - „Wir haben nicht an Winkel gedacht, damit wäre es leichter gewesen“, lacht auch Diana Baumeister.

► www.lalib.de/gartenwelle



Hilfsbereitschaft für Hastener Feuerwehr

(to) Die Feuerwehr Remscheid wurde am Samstagmorgen zu einem tödlichen Verkehrsunfall im Stadtteil Hasten alarmiert. Dort war ein junger Mann mit seinem BMW von der Fahrbahn abgekommen und in einem Garten zum Stehen gekommen. Seine Beifahrerin verstarb noch an der Unfallstelle. Unverzüglich stellten die Löscheinheiten aus Lüttringhausen, Nord und Morsbach Personal bereit, um das Sommerfest ohne Einschränkungen laufen lassen zu können und die Einsatzbereitschaft für den Stadtteil Hasten sicherzustellen. Währenddessen wurden die örtlichen Kameraden durch Notfallseelsorger betreut, um das Unfallgeschehen der Nacht verarbeiten zu können.

Foto: Tim Oelbermann - www.oelbermann-foto.de

<p>BERGISCHER FIRMENBLICK</p>	<p>Auto</p> <p>SUBARU Auto-Service PoniewazoHG Kfz.-Meisterbetrieb</p> <p>Dreherstraße 17 · 42899 Remscheid Telefon 0 21 91 / 78 14 80 oder 5 58 38 www.subaru-remscheid.de</p>	<p>KFZ-CENTER A. Schmidt e.K. Inh. Matthias Dannaks</p> <p>Reparatur aller Fabrikate Jeden Dienstag + Mittwoch: TÜV + AU</p> <p>Ringstraße 61b · 42897 RS-Lennep Telefon 0 21 91 / 66 31 32</p>	<p>Bekleidung</p> <p>ERST MAL SEHEN, WAS RÜGGEBERG HAT!</p> <p>Damenausstatter - Herrenausstatter Rüggeberg Remscheid-Lennep · Bahnhofstraße 14 · Tel: 021 91 / 6 26 89</p>	<p>Computer</p> <p>Gotzmann Computer</p> <p>Reparatur von PCs und Notebooks Kölner Straße 71 42897 Remscheid Telefon: 0 21 91 - 461 63 70 www.gotzmanncomputer.de</p>	<p>Dachdecker</p> <p>Dach & Wand in guter Hand Seit 1996</p> <p>Oliver Rossmeyer Dachdeckermeister Tel.: 02191 / 66 63 07 www.rossmeier-dach.de</p>
<p>Dachdecker</p> <p>Dachdeckermeister Klempnermeister Energieberater</p> <p>Paul Ruthenberg GmbH</p> <p>Telefon 021 91 / 95 68 80 www.ruthenberg.de</p>	<p>Elektrotechnik</p> <p>ELEKTRO HALBACH</p> <p>Haushaltsgeräte, Wärmepumpen, Photovoltaikanlagen</p> <p>Ihr REWE -Fachhändler für Lüttringhausen</p> <p>Friedenshort 4, 42369 Wuppertal Fon 02 02 - 46 40 41</p>	<p>Fenster / Türen / Tore</p> <p>Aufmaß, Einbau, Lieferung. Alles aus einer Hand.</p> <p>Bauelemente Duck Fenster ; Türen ; Garagentore info@bauelemente-duck.de Telefon: 01 51 / 23 49 60 48</p>	<p>Gesundheit</p> <p>Remscheid-Lennep Kölner Straße 64 Telefon (02191) 589 19 99 kieser-training.de</p> <p>KIESER TRAINING JA ZU EINEM STARKEN KÖRPER</p>	<p>Handarbeiten</p> <p>Handarbeiten Kristina Degenhardt Rotdornallee 2 42897 Remscheid Tel.: 0 21 91 / 66 25 70 Öffnungszeiten: tägl. 9.00 - 12.30 Uhr</p>	<p>Maler</p> <p>Malerbetrieb Hippchen</p> <p>42897 Remscheid-Lennep Karlstraße 14 Telefon: 02191 - 61914 TELEFON 0174-6123909</p>
<p>Möbel</p> <p>Bei uns für Sie:</p> <p>ponsel möbelkotthaus</p> <p>Lindentallee 4 • Telefon 5 30 93 www.moebelkotthaus.de</p>	<p>Reifenservice</p> <p>Der zuverlässigste Partner AKS Reifen ECT - ENTSORGUNG, CARGO & TRANSPORT</p> <p>AKS Reifen e.K. Barmer Str. 66 42899 RS-Lüttringhausen Tel.: 0 21 91 / 4 62 99 42</p> <p>Ihr persönlicher Reifenexperte</p>	<p>Schlüsseldienst</p> <p>Schlüsseldienst Heimchen Fachbesorger für Sicherheitstechnik ZRHESD</p> <p>Peter Heimchen Richthofenstr. 18 · RS-Lüttringhausen Telefon: 0 21 91 / 5 60 61 94 info@onlineschluesdienst.de Schlüssel, Schlösser, Schließanlagen Montagen, Sicherheitstechnik</p>	<p>Schrotthandel</p> <p>TAMM GMBH Schrott - Metalle</p> <p>Container für Schutt und Müll</p> <p>Gasstraße 11, 42369 Wuppertal Tel. (02 02) 4 69 83 72</p>	<p>Umzug</p> <p>»Nur Seifenblasen können wir nicht verpacken«</p> <p>BREER GmbH Umzüge In- und Ausland Möbellagerung Möbelaufenaufzug ☎ (02191) 927282</p>	<p>Zeitung</p> <p>Lüttringhauser Anzeiger Lennep im Blick Immer wöchentlich und total lokal!</p> <p>Gertenbachstr. 20 · 42899 Remscheid Telefon: 021 91 / 506 63 www.lalib.de</p>

Impressum

Herausgeber und Verleger:
Heimatbund Lüttringhausen e.V.,
Gertenbachstraße 20 · 42899 Remscheid
Zeitungsbeauftragter: Stephan Jasper
Web: www.heimatbund-luettringhausen.de

Geschäftsstelle und Redaktion:
Sascha von Gerisheim
Telefon: (0 21 91) 5 06 63 · Fax: 5 45 98
E-Mail: red@lalib.de · Web: www.lalib.de
Gestaltung: Jasmin Holten

Rechnungswesen und Verwaltung:
Andrea Schorrig und Gabriele Sander
Telefon: (0 21 91) 5 06 63
Druck: Funke Druck GmbH
Gesamtauflage: 22.500

Anzeigenberatung Print:
Rosemarie Emde, E-Mail: emde@lalib.de
Telefon: (0 21 91) 564246
Online-Anzeigen & Redaktion: Marcus Müller
E-Mail: mueller@lalib.de, (0 21 91) 9 34 71 91-0

Es gilt die Anzeigenpreisliste Nr. 52, ab 1. Januar 2019. Bezugspreis 95,20 € inkl. MwSt. jährlich bei Postzustellung. Keine Haftung für unverlangt eingesandte Manuskripte und Fotos. Alle Angaben ohne Gewähr.

Der Lüttringhauser Anzeiger / Lennep im Blick erscheint wöchentlich donnerstags.
Nächste Ausgabe:
Donnerstag, 6. Juni 2019

Gesund, fit & aktiv Sonderveröffentlichung · Anzeigen

Entspannte Körperstraffung

Wohlfühl Momente an der Barmer Straße bietet lymphaktivierende Massage für eine straffe Haut.

VON SASCHA
VON GERISHEM

Der Wunsch nach weniger Oberschenkelumfang, der Reduzierung von Cellulite-Erscheinungen oder auch nach strafferer Haut kann erfüllt werden. Irene Mokstadt verbindet angenehme Massage mit einem echten Wellness-Erlebnis. Ohne Sport. Ohne Stress. Aber mit Wohlfühl-Garantie.



Effektive Massagemethode durch innovatives Gerät bei Wohlfühl Momente.

Foto: Wellmaxx

Wellmaxx
bodystyle

Innovativ figurformend

Ob man sich einfach nur in Form bringen oder nach einer Schwangerschaft Gewicht verlieren und den Körper straffen möchte, mit dem „Wellmaxx bodystyle pro“ nutzt Irene Mokstadt ein innovatives Gerät zur Körperstraffung, das mit sanften Gleitwellenbewegungen die Stoffwechsellaktivität stimuliert und besonders auch bei schwachem Bindegewebe wirkt. Die ideale Wirkung entfaltet sich, wenn die Anwendungen durch wirksame figurformende Lotionen mit straffendem Effekt ergänzt werden.

Während der lymphaktivierenden Massage-Anwendung schlüpft man zunächst in

eine Einmal-Hose, die aus einem leichten, papierähnlichen Textil besteht. Nachdem man auf der Liege eine entspannte Position eingenommen hat, erfolgt die Gleitwellenmassage mit einem individuell abgestimmten Wunschprogramm. Die Befüllung der Kammern der Massagehose mit Luft und das langsame Nachlassen des Luftdrucks löst wellenförmige Bewegungen aus, die sanft über den Körper gleiten und das Gewebe massieren. Die körperstraffende Wirkung ist schon schnell spürbar. Während der ca. 30-minütigen Massage entspannt man sich, liest oder hört Musik. Diese effektive Massage bietet mehr als

nur den üblichen Relax-Faktor: Nach einer lymphaktivierenden Massage kann besonders in den Beinen eine körperstraffende und umfangreduzierende Wirkung spürbar sein. Frau Mokstadt unterstützt einen dabei, den gesamten Organismus zu vitalisieren und die Stoffwechsellaktivität zu erhöhen. Die wellenförmigen Massagebewegungen können dazu beitragen, dass der Lymphfluss und die Bewegung des venösen Blutes beschleunigt werden. Eine angenehme und effektive Anwendung, die helfen kann, die Ziele von einem straffen Bauch, straffen Oberschenkeln, einem straffen Po und einem gestärkten Bindegewebe zu erreichen.

Und das ganz natürlich – ohne Schönheits-OP.

Als Anwendung bei Cellulite-Erscheinungen, Sport-Massage oder Hautstraffung bietet Wohlfühl Momente ein Bauch-Beine-Po Programm für Einsteiger, die Sportintensiv Massage, eine Intervallmassage und Bauch-Beine-Po für Fortgeschrittene.

Kontakt

Wohlfühl Momente
Wellness & Beauty
Inh. Irene Mokstadt
Barmer Straße 6
42899 Remscheid
Telefon: 6 92 66 76
► www.wohlfuehl-momente-remscheid.de

IRENE MOKSTADT
Barmer Straße 6
42899 Remscheid
02191-6926676
0151-12510288
www.wohlfuehl-momente-remscheid.de

Häusliche Krankenpflege
teampflege
Pflegen Wissen Sorgfalt

Seit 1996
Ihr Pflegedienst
in Lüttringhausen

Telefon: 0 21 91 / 95 34 64, E-Mail: info@team-pflege.de
42899 Remscheid, Beyenburger Straße 26

Schön, dass Sie uns vertrauen!

Vorhofflimmern – eine heilbare Erkrankung

(sana) Rund drei Milliarden Mal schlägt das menschliche Herz im Lauf eines Lebens, um unaufhörlich Blut durch den Körper zu pumpen. Dass es dabei gelegentlich aus dem Takt kommt, ist nicht verwunderlich. Wenn das Herz allerdings komplett aus dem Rhythmus gerät, kann es sich um eine ernstzunehmende Herzrhythmusstörung handeln. Allein in Deutschland haben nach Expertenangaben 1,8 Millionen Menschen Vorhofflimmern. Vor allem im höheren Lebensalter und in Kombination mit koronarer Herzerkrankung, Bluthochdruck, Diabetes oder Adipositas steigt das Schlaganfallrisiko der Erkrankten.



Prof. Dr. med. Uwe Wiegand.
Foto: Sana Klinikum Remscheid

Vorhofflimmern die Pumpleistung des Herzens, was zur Herzschwäche führen kann.

Wie merke ich, dass ich unter Vorhofflimmern leide?

Prof. Dr. med. Uwe Wiegand: „Vorhofflimmern äußert sich häufig als Herzrasen und Herzstolpern. Es gibt aber auch Patienten, die solche Symptome während des Vorhofflimmerns nicht verspüren. Unabhängig hiervon merken Patienten während des Vorhofflimmerns oft eine niedrigere Belastungsgrenze, fühlen sich müde, schlapp oder schwindelig. Einige Patienten verspüren das Vorhofflimmern auch gar nicht, was besonders gefährlich sein kann, wenn das Krankheitsbild zuvor noch nicht diagnostiziert wurde.“

Gibt es Risikogruppen, die unter Vorhofflimmern leiden?

Prof. Dr. med. Uwe Wiegand: „Vorhofflimmern tritt häufiger bei Patienten mit langjährigem Bluthochdruck, Diabetes, Übergewicht, Erkrankungen der Herzkranzgefäße, Schilddrüsenerkrankung oder anderen Stoffwechselerkrankungen auf.“

Auch starker Alkoholkonsum oder ein akuter Infekt können ein Vorhofflimmern auslösen. Meist sind die Patienten über 50 Jahre, allerdings kann Vorhofflimmern durchaus auch bei jungen und ansonsten herzgesunden Patienten auftreten, führt bei der Mehrzahl dieser Patienten aber nicht zu einem erhöhten Schlaganfallrisiko.“

Was kann ich gegen Vorhofflimmern tun (präventiv) und welche Behandlungsmethoden gibt es?

Prof. Dr. med. Uwe Wiegand: „Das Risiko von Vorhofflimmern kann durch gesunde Ernährung, Bewegung und eine konsequente Therapie eines Bluthochdrucks günstig beeinflusst werden. Auch sollte auf Rauchen und den Konsum von zu viel Alkohol verzichtet werden.“
Am Dienstag, 4. Juni informiert Prof. Dr. med. Uwe Wiegand, Chefarzt der Klinik für Kardiologie, Elektrophysiologie und Rhythmologie ab 18 Uhr im Forum Ovale des Sana Klinikums Remscheid über das Krankheitsbild und Therapiemöglichkeiten.

Was ist Vorhofflimmern?

Prof. Dr. med. Uwe Wiegand: „Vorhofflimmern ist die häufigste Herzrhythmusstörung, bei der durch fehlerhafte elektrische Signale die Vorhöfe des Herzens nicht mehr im Takt schlagen, sondern unkontrolliert flimmern. Bei einem normalen Herzschlag ziehen sich die Hohlräume des Herzens, die Vorhöfe und die Kammern, koordiniert zusammen und entspannen sich wie-

der – das sorgt für eine optimale Herzleistung. Beim Vorhofflimmern ist dieser Rhythmus durchbrochen.

Wann wird Vorhofflimmern gefährlich?

Prof. Dr. med. Uwe Wiegand: „Vorhofflimmern ist nicht prinzipiell lebensbedrohlich. Allerdings geht von dieser Herzrhythmusstörung die grundsätzliche Gefahr aus, dass sich Blutgerinnsel bilden können, die zu einem Schlaganfall führen können. Zudem verringert sich durch

Tipps: Gesunder Büro-Alltag

Konzentration auf der Arbeit ist wichtig. Mangelnde Bewegung sowie zu wenig frische Luft können die Aufmerksamkeit einschränken und sogar krank machen. Eine schlechte Haltung führt zu fehlender Motivation, Müdigkeit und Kopfschmerzen und auf Dauer auch zu Rückenschmerzen, Übergewicht und sogar Krankheiten wie Diabetes. Mit ein paar Tipps lässt sich dem entgegenwirken.

Viele Arbeitnehmer sitzen die ganze Woche am Schreibtisch, die Bewegung kommt zu kurz, dabei kann sie in den Alltag integriert werden: Die Treppe nehmen, zwischendurch aufstehen, sich strecken – so beugt man Verspannungen vor. Oder die Telefonate im Stehen führen, ein Perspektivwechsel bringt oft neue Ideen mit sich.

Immer mehr Unternehmen stellen ihren Mitarbeitern höhenverstellbare Schreibtische zur Verfügung. Das Arbeiten im Stehen entlastet den Rücken und sorgt für mehr Energie. Wer nicht stehend arbei-

ten kann, sollte auf das richtige Sitzen achten: Nacken gerade halten, die Schultern nach hinten rollen. Das Becken leicht nach vorne kippen und die Oberschenkel waagrecht halten, so geht eine gesunde Haltung.

Vor Verspannungen schützen auch kurze Übungen zwischendurch: An die Stuhlkante rücken, aufrichten und die Schultern kreisen. Schultern und Nackenpartie werden mobilisiert. Gegen einen verspannten Rücken das linke Bein über das andere schlagen, mit der rechten Hand das Knie heranziehen und den Oberkörper nach links drehen. Die Übungen mehrmals am Tag wiederholen.

„Auf frische Luft sollte auch im Büro geachtet werden“, sagt Lothar Simons, Bezirksdirektor der Barmenia Wuppertal. Je mehr Mitarbeiter in einem Büro sitzen, desto öfter sollte gelüftet werden. So lassen sich Müdigkeit, Kopfschmerzen und sogar Erkältungen vorbeugen. Wer gesund ist, arbeitet auch motivierter.

Quelle: Barmenia Wuppertal

Lüttringhauser Anzeiger / Lennep im Blick
Anzeigenannahme unter Telefon 5 06 63 oder per E-Mail an info@luettringhauser-anzeiger.de

VitalBad Burscheid – Tel. 0 21 74 -78 78 70

- Natursole-Aktivbecken
- Sauna und Dampfbad
- VALO®-Bad
- Heiß-Kalt und Kneipp
- AquaPower-Gymnastik
- Cafeteria

Mo 14.00 - 21.30, Di - Fr 7.00 - 21.30, Einlass bis 20.45; Sa/So und Feiertage 8.00 - 19.00, Einlass bis 18.00 Uhr
Im Hagen 9, 51399 Burscheid

6,80 €
ALL-INCLUSIVE EINTRITT MIT 10ER KARTE*

VitalBad
BURSCHEID

*Unbegrenzte Badezeit! www.vitalbad-burscheid.de

Pflegedienst CaSa GmbH

... der etwas andere Pflegedienst.

Tel. 0 21 91 / 422 35 22 (24h erreichbar) · www.pflegedienst-casa.de

ambuvita
BERATEN. BETREUEN. PFLEGEN.

Die Pflege mit Fachkompetenz und Herz
Häusliche Kranken- und Seniorenpflege

Alleestraße 89 42853 Remscheid Tel.: 02191-668876
www.ambuvita.de

Wunder Tagespflege

„Wir schätzen die Menschen so wie sie sind“

Unsere Leistungen
Abhol- und Bringservice
Gemeinsames Essen
Gymnastik
Gedächtnstraining
Gruppen- und Einzelaktivitäten

Wunder GmbH
Pflege mit Herz

Wunder Pflegedienst
„Gute Pflege bewirkt Wunder“

Unsere Leistungen
Grundpflege
Medizinische Behandlungspflege
Gesellschaftliche Begleitung
Hauswirtschaftliche Versorgung
Verhinderungspflege
Betreuung von Seniorenwohngruppen

Wunder Tagespflege
Telefon: 0 21 91 - 4 63 62 32
E-Mail: wunder-tagespflege@t-online.de
www.tagespflege-luettringhausen.de

Wunder Pflegedienst
Telefon: 0 21 91 - 4 37 90 19
Mobil: 0157 - 36 17 32 01
www.wunder-pflegedienst.de

Wunder GmbH
Kreuzbergstraße 55 - 61 | 42899 Remscheid

Praxis für Zahnheilkunde
Dr. Ernst Vöpel



Feste dritte Zähne an einem Tag!

www.all-on-4-remscheid.de

Blumenstraße 46 | 42853 Remscheid
Tel.: 0 21 91- 2 52 58 | praxis@dr-voepel.de

Schöne Zähne in nur einem Tag

Anzeige

Das Konzept „Feste dritte Zähne an einem Tag“ hilft zahnlosen Menschen.
Eine festsitzende Brücke auf vier Implantaten sorgt für ein neues Lebensgefühl.

Wenn man Zähne verliert oder Zähne durch ein Trauma beschädigt werden, kann das beängstigend sein. Schöne Zähne strahlen Lebensfreude, Attraktivität und Gesundheit aus. „Ein intaktes Gebiss ist für viele Menschen etwas Selbstverständliches. Der Leidensdruck, der sich aus einer Zahnlosigkeit ergibt, ist gar nicht vorstellbar“, erklärt Dr. Ernst Vöpel, Zahnarzt aus Remscheid, und fügt hinzu: „Die Patienten müssen sich überlegen, ob und was sie essen. Ohne die notwendige Stabilität im Mund kann eine Mahlzeit ein schmerzhafter und langsamer Prozess sein. Vollprothesen sitzen oft nicht richtig und können somit schmerzhaft Druckstellen verursachen.“

Zeitnah zur festsitzenden Versorgung

Für solche Patienten bietet sich die Methode „feste dritte Zähne an einem Tag“ an. „Wenn man fast alle oder alle Zähne verloren hat, kann eine moderne implantatgetragene Lösung eine komfortable Alternative zur Vollprothese sein“, so Vöpel weiter, der diese Behandlungsmethode bereits seit 2008 mit großem Erfolg einsetzt. Hierbei werden die fehlenden Zähne durch eine einzige Brücke auf vier Implantaten ersetzt. „Wir arbeiten dabei als einzige Praxis



Implantologe Dr. Ernst Vöpel.

Foto: privat

in Remscheid mit dem Behandlungskonzept „All-on-4“. Die Versorgung erfolgt im Regelfall innerhalb eines Tages. Zunächst werden die Restzähne entfernt, anschließend wird der implantatgetragene Zahnersatz am gleichen Tag eingebracht“, erklärt Vöpel. Vier Implantate sind dabei ausreichend, um die Stabilität der neuen festsitzenden Zähne zu garantieren und eine sofortige Belastbarkeit zu gewährleisten. Nach einer gewissen Abheilphase wird das Provisorium durch die endgültige gaumfreie Brücke ersetzt. Aber nicht nur die verkürzte Behandlungszeit ist ein Vor-

teil der „All-on-4“-Methode, durch die geringe Implantanzahl verringern sich auch die Kosten.

Laut Erfahrungsberichten sei auch nicht mit stärkeren Schmerzen zu rechnen. „Nach knapp drei Stunden war die OP beendet. Die Wundstellen wurden vernäht und die Implantate abgedeckt. Am Abend bekam ich die erste feste Brücke auf die Implantate gesetzt. Wundschmerzen hatte ich kaum. Nach fünf Monaten wurde für die endgültige Brücke nochmal ein Abdruck gemacht. Die große Faszination war für mich, dass ich nach Beendigung aller

Arbeiten an meinem Zahnersatz sofort richtig zubeißen konnte“, berichtet der hochzufriedene Patient Wolfgang Thiele. Dr. Ernst Vöpel ist Spezialist auf dem Gebiet der Implantologie. Als einem von fünf deutschen Zahnärzten hat das Aktionsbündnis gesundes Implantat dem Remscheider Mediziner den Status eines Botschafters verliehen und würdigt damit seine langjährige Erfahrung auf diesem Spezialgebiet. Etwa 200 Implantate setzt er pro Jahr. Weiterhin zeichnete das Magazin Focus den 56-Jährigen in seiner Ärzteliste mit einer dreifachen Empfehlung als Zahnarzt, Parodontologe und Implantologe aus. In diesem Zusammenhang ist auch ein weiterer Schwerpunkt der Praxis zu sehen, nämlich der professionellen Dentalhygiene. Dazu setzt Vöpel auf das Know-how von speziell ausgebildeten Mitarbeiterinnen - den Dentalhygienikerinnen. „Wichtig ist auch und gerade bei Implantaten, dass regelmäßig auf eine professionell durchgeführte Mundhygiene geachtet wird“, rät er.

Kontakt:

Dr. Ernst Vöpel
Praxis für Zahnheilkunde
Blumenstraße 46
42853 Remscheid
► www.all-on-4-remscheid.de

Fehlhaltungen entgegenwirken

Anzeige

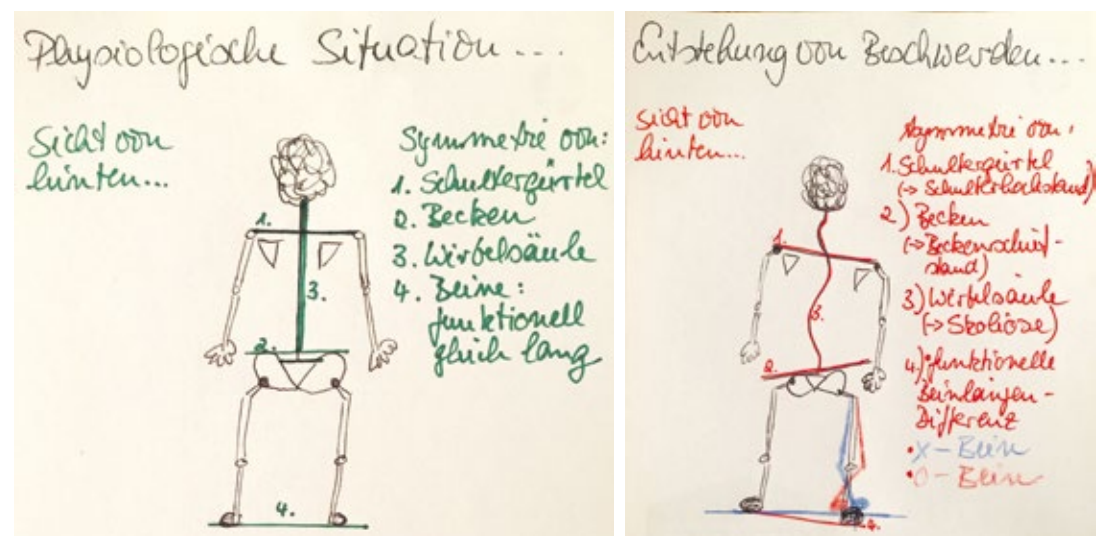
Mit sanfter Physiotherapie gegen Beckenschiefstand und Skoliose.

Aus meiner jetzt fast 30-jährigen Erfahrungen als Physiotherapeutin wurde mir im Laufe meiner Berufsjahre klar, dass es viele Ursachen gibt, warum Beckenschiefstand mit Skoliose entsteht. Deshalb ist ganzkörperliches Befunden, Diagnostizieren und Behandeln in meiner Praxis Voraussetzung.

Beckenschiefstand und Skoliose

Da im gesamten Körper viele Systeme zur Bewegung beitragen, können auch alle diese Bewegungseinschränkungen verursachen: Blockierte Kapsel-Bandstrukturen der Gelenke können hierzu beitragen, aber auch verkürzte Muskeln und Sehnen. Gelenke, die mit lymphpflichtiger Last (Ergüsse) gefüllt sind, können in der Beweglichkeit zum Teil, aber auch völlig einschränkt sein. Blockaden im Faszien-System können Bewegung verhindern bzw. Fehlhaltungen verursachen. Psychische, körperliche und chemische Traumata können Festigkeiten in den Bindegewebe verursachen - und damit auch Bewegungs-Einschränkungen und Fehlhaltungen - so z.B. Beckenschiefstand und Skoliose (siehe Abb.1).

In der sogenannten funktionellen „0-Stellung“ der Wirbelsäulen- und Becken- Gelenke sind deren Kapsel-, Bandstrukturen in Entspannung, Muskeln, Sehnen, Faszien sind ebenfalls entspannt. Das Nerven-System ist frei von Informationen an das Gehirn. Hierzu ist erforderlich, dass in diesen Stellungen die Wirbelsäulengelenke frei sind von: Beugung und Streckung, Seitneigung rechts bzw. links, Rotation rechts bzw. links. Die Beckenschaukeln (Os Ilium rechts und Os Ilium links) und das Kreuzbein (Os Sacrum) sind durch die bekannten ISG (Ilio-Sacral-Gelenke) gelenkig verbunden. Sie sind in der



Links: Physiologische Situation (Abb. 1), Rechts: Entstehung von Beschwerden (Abb. 2).

Zeichnungen: Jacqueline Falkenrath

funktionellen „0-Stellung“ frei von ihren Bewegungsmöglichkeiten: Vorlauf und Rücklauf (siehe Abb.2). Bleiben Becken und Wirbelsäule in einer Funktionsstellung blockiert stehen (Becken-Vorlauf, Becken-Rücklauf mit Wirbelsäulen-Beugung, -Streckung, -Seitneigung, -Rotation), kommt es zu Überanspruchung/ Reizung bestimmter Körperstrukturen wie z.B. Sehnen, Bänder, Schleimbeutel. Es entstehen mit der Zeit Symptome wie: Sehnen-, Bänder-, Schleimbeutelreizungen. Wird keine Entlastung geschaffen, werden aus den Reizungen Entzündungen. Das signalisiert der Körper mit Schmerzen. Gelingt es dem Körper nicht in die „0-Stellung“ zurückzukehren, manifestieren sich auch noch die Fehlhaltungen der Wirbelsäule und des Beckens. Haltung und Symptome werden chronisch. Für die Gelenke von Armen und Beine entstehen bei den Bewegungen von Wirbelsäule und Becken zunächst physiologisch fortlaufende biomechanische Stel-

lungsveränderungen. Kommen Wirbelsäule und Becken nicht mehr zurück in die „0-Stellung“, manifestieren sich auch die Funktionsstellungen der Extremitätengelenke. Es können entstehen: Schulterhochstand, Schultergürtel-Rotationen, X-Beine, O-Beine, Knick-, Senk-, Spreiz-, Plattfüße, Zehdeformitäten, wie z.B. Hallux Valgus... Die Überbeanspruchung von Bändern und Kapseln, Sehnen und Muskeln, Knochenhaut der Gelenkflächen bewirken Reizung, Entzündung, Schmerzen - und Funktionseinschränkung, schmerzhaft Bewegungsabläufe des Bewegungsapparates.

Sanfte Physiotherapie in meiner Praxis

Mit den physiotherapeutischen Behandlungsmöglichkeiten für die Körpersysteme können Beckenschiefstand und Skoliose behandelt werden. Die Fehlhaltungen und Symptome können reduziert und oftmals auch komplett aufgelöst werden. Bewährt haben sich hier die Techniken der Manuellen Medizin zur Mobilisation von

Kapsel-Bandstrukturen der Gelenke. Dehnung von Muskeln und Sehnen bringen den Gelenken und damit dem Körper Beweglichkeit. Cranio-Sacrale Techniken verändern und mobilisieren die Gewebe bei psychosomatischen Blockaden. Mit Manueller Lymphdrainage kann man mit Ergüssen gefüllte Gelenke „leeren“ und eine bessere und auch ursprünglich funktionelle Beweglichkeit schaffen. Da die Faszien vielschichtig sind, kann ein gesundes, bewegliches und funktionstüchtiges Faszien-System auseinander- und zusammengeleitet. Somit ist eine „Körper-Oberflächen-Verlängerung und -Verkürzung“ möglich. Die Körperbewegungen können so im vollen Maße ausgeführt werden.

In meiner Praxis wende ich alle Physiotherapeutischen Therapien sanft an, um bei der Behandlung die dazugehörige körperliche und seelische Entspannung zu fördern und zu bewahren.

Jacqueline Falkenrath

TRAINIEREN SIE 6 x KOSTENLOS BEI ABSCHLUSS EINES ABOS BIS ZUM 30.6.2019!



SCHULTERGÜRTEL
RÜCKEN
OBER-SCHENKEL

MACHEN SIE IHREN KÖRPER STARK FÜR DEN ALLTAG.

KIESER TRAINING
JA ZU EINEM STARKEN KÖRPER

Remscheid-Lennep | Kölner Straße 64
RS Krafttraining GmbH | Telefon (02191) 589 19 99

Jacqueline Falkenrath
Physiotherapeutin · Heilpraktikerin (Physiotherapie)

Rudolf-Ziersch-Straße 17 · 42287 Wuppertal
Telefon: 02 02 / 51 56 00 30
www.physiofalkenrath.de

· Sanfte Physiotherapie
· Sanfte Chiropraktik und strukturelle Osteopathie nach Ackermann
Ich freue mich auf Ihren Anruf!



+pflegeleicht
Betreuungsvermittlung



pflegeleicht
Betreuungsvermittlung
e.K. Helmut Langensiepen
Kölner Straße 79
42897 Remscheid
Fon 02191 4607389
Fax 02191 4607390
Mobil 0160 97797975
mail@pflegeleicht.eu
www.pflegeleicht.eu

Individuelle häusliche 24-Stunden-Betreuung



Die E1-Jugend des FC Remscheid ist Kreismeister

(red) Die E1-Junioren des FC Remscheid haben am Wochenende mit 10 Punkten Vorsprung souverän den Meistertitel im Kreis Remscheid gewonnen.

Neben dem Trainerteam Achim Bollongino, Andreas Zech und Matteo Kupfer gratulieren wir den Kindern Maxim, Baris, Ayoub, Till, Freddy, Muhammed, Fabi, Roberto, Nico, Malik, Baran und David zu dieser tollen Leistung.

Foto: privat

IGR: Silber für Damen und Herren

Zwei spannungsgeladene Rollhockey Pokalspiele in der Halle Hackenberg gingen verloren.

VON MARCUS MÜLLER

Nicht rund lief es für die IGR Remscheid am Wahl-Sonntag. Gleich zwei Pokalfinals standen im Sportzentrum Hackenberg auf dem Programm – zweimal mussten die Gastgeber den Gästen aber den Vortritt lassen.

Glücklos beim Heimspiel

Die IGR-Damen hatten erst Samstag überraschend bei Serienmeister ERG Iserlohn mit 1:0 gewonnen. Sollte die Revanche für das verlorene Meisterschaftsendspiel gelingen? Das Rückspiel in Lennep endete jedoch 2:4 – somit konnten die Sauerländerinnen auch den DRIV-Pokal mit nach Hause nehmen und das Double gegen die Remscheiderinnen gewinnen.

Ungleich spannender ging es hingegen bei den IGR-Herren zu: Die hatten Samstag nach einem 0:2-Rückstand in Cronenberg noch ein 5:5-Unentschieden geschafft und auf den Heimbonus im Rückspiel gehofft. Allerdings konnten die Gäste in der 21. Minute durch Jordi Molet in Führung gehen – postwendend gab es allerdings den 1:1-Halbzeitstand durch Yannick Peinke.



Trotz zahlreicher guter Paraden von IGR-Schlussmann Jonas Langenohl ging das Pokalspiel gegen die Cronenberger verloren.

Foto: Marcus Müller

Aus der Pause kam der RSC besser ins Spiel: Das 2:1 von Cronenbergs Spielertrainer Molet wurde durch Peinke ausgeglichen, gleiches Spiel auch bei den jeweils dritten Toren von Kay Hövelmann und Daniel Strieder. Cronenbergs 3:4 durch Aaron Börkei hatten die Remscheider aber nicht mehr viel entgegenzusetzen – die Kräfte schwanden merklich. Schließ-

lich gingen die Gäste mit Börkei 3:5 erneut in Führung – bevor Remscheid durch Yannick Peinke zum Anschlussstreifer kam. In der Schlussphase hatten die Hausherrn zwar fast noch das Unentschieden auf dem Schläger – die Versuche blieben allerdings erfolglos. Nach dem verlorenen Meisterschaftsfinale gegen die SK Germania Herringen blieben die

IGR-Herren auch im DRIV-Pokal glücklos. Dennoch kann das Team von Trainer Marcell Wienberg ebenso wie die Damen-Mannschaft auf eine hervorragende Saison 2018/19 zurückschauen. Videobereichte gibt es auf www.rs1.tv Am Wochenende findet die Deutsche Meisterschaft der U15 statt. Mehr im Extra-Tipp auf Seite 2.

36. Internationales Pfingstturnier

Eine Mannschaft aus Indien startet beim traditionellen Pfingstfußballturnier vom SG Hackenberg 1973 e.V.

VON SASCHA VON GERISHEM

Das traditionelle Pfingstfußballturnier vom SG Hackenberg, unterstützt durch die Stadtparkasse Remscheid, wartet mit besten Nachrichten auf. Nach meist sinkenden Teilnehmerzahlen in den vergangenen Jahren, stieg die Zahl der gemeldeten Teams und die Anzahl der angemeldeten Übernachtungsgäste erstmals wieder an. Eine Mannschaft kommt gar aus Indien ins Bergische Land.

7. bis 9. Juni im Sportzentrum Hackenberg

Über drei Tage finden im Sportzentrum Hackenberg Fußballspiele und ein buntes Programm statt. Freitagabend, 7. Juni, beginnt der Abend ab 18 Uhr mit dem „Einladungsturnier der Stadtparkasse Remscheid“ und dem Hobbyturnier. „Die Sparkasse ist zum 36. Mal dabei“, verkündet Joachim Weber, Vorsitzender vom SG Hackenberg, die gute Kunde freudstrahlend und bedankt sich für die treue und verlässliche Unterstützung. „Wenn ich sehe was hier im Ehrenamt geleistet wird in Remscheid, wieviel auf die Beine gestellt wird, ist das ja schon sehr, sehr bemerkenswert und deswegen unterstützen wir das immer auch gerne“, freut sich Michael Wellershaus

vom Sparkassenvorstand. Wellershaus hat als kleiner Steppke schon mitgespielt, jetzt tritt er in einer der beiden Hobbymannschaften der Sparkasse an. Beim Hobbyturnier war der Andrang in diesem Jahr so groß, das von den üblichen acht auf diesmal zehn Mannschaften aufgestockt wurde. „Sind alles Pseudonyme, ich kenn die nicht“, sagt Michael Bagusch, der Sportliche Leiter, „die nennen sich ‚rollende Bierkiste‘ als Mannschaftsname.“

Samstag, 8. Juni starten die Jugendspiele schon ab 9.30 Uhr mit den Bambini, 15 Teams sind dort gemeldet. „Wir haben bisher 115 Mannschaften inklusive Hackenberg“, sagt Jugendleiter Jürgen Langbein. Die Mannschaften hätten sich nach der Einladung sehr zeitnah angemeldet. Ebenfalls Samstag spielen die D-Jugend mit 18 und ab 14 Uhr die E-Jugend mit 25 Mannschaften. Ab 19 Uhr beginnt im Zeltort auf dem unteren Sportplatz die Nachspielzeit. Die Band Fachwerk mit Sängerin Bianca Rosa Klever rockt die neue, bessere Bühne, und eine exklusive Cocktailbar lädt zum fröhlichen Ausklang ein. Der Eintritt ist frei.

Sonntag, 9. Juni beginnen die Spiele ebenfalls ab 9.30 Uhr. Es starten 28 F-Jugend-Mannschaften, die C-Jugend mit 18 Mannschaften, noch acht Teams



Michael Wellershaus, Joachim Weber, Beate Wagemann, Jürgen Langbein, Ivica Bozic und Michael Bagusch fiebern dem Turnierstart schon entgegen.

Foto: Sascha von Gerishem

sind in der B-Jugend dabei. „A fällt leider aus, weil wir keine A-Jugend mehr haben, die wir ja im Winter vom Spielbetrieb zurückgezogen haben, wir haben leider auch keine Wettbewerbe in diesem Bereich mehr“, seufzt Langbein. Bei den U15-Junioren haben sich bisher nur drei Teams gemeldet, sollten dort nicht kurzfristig weitere Anmeldungen eingehen, könnte der Wettbewerb noch abgesagt werden.

Auch Pfingstsonntag beginnt ab 19 Uhr die Nachspielzeit. Es tritt die Remscheider Sängerin Lina Marrocco mit Band auf, die man etwa vom Eschtival

2018 kennt. Auch dort gibt es die Cocktailbar und freien Eintritt. Rund 300 Übernachtungsgäste haben sich angemeldet. Übernachtet wird in der Hilda-Heinemann-Schule und in der Albert-Schweitzer-Realschule. Morgens gibt es ein ausgiebiges Frühstücksbuffet – endlich wieder mit Rührei.

Vorbericht von rs1.tv Arunava Chaudhuri, Chefredakteur von rs1.tv – dem Online Stadtfernsehen für Remscheid, sprach mit Joachim Weber und Michael Wellershaus über das Turnier: www.rs1.tv

Am Sonntag: FCR-Entscheidung fällt am letzten Spieltag

FC Remscheid hofft auf deutlichen Sieg gegen den Rather SV.



Lars Althoff, Acar Sar und Ralf Niemeyer (v.l.)

Foto: privat

VON THORSTEN GREULING

FC Remscheid - ASV Einigkeit Süchteln 4:2 (1:1)

Der so wichtige 4:2-Heimsieg gegen den ASV Süchteln war ein richtig hartes Stück Arbeit für die Mannen von FCR-Trainer Acar Sar. Die Freude war dementsprechend gedämpft, jedoch ist der FC Remscheid immer noch nicht komplett gesichert. Mindestens einen Punkt brauchen die Röntgenstädter am letzten Spieltag beim Rather SV noch, um die Klasse zu erhalten – um hundertprozentig sicher zugehen wäre ein „Dreier“ sogar vonnöten.

FCR mit guter Ausgangssituation

Wie kommt das? Die Ausgangslage für die Remscheider ist klar. Mit einem Sieg hätte der FCR 46 Punkte und würde den Klassenerhalt finalisieren. Der erste Absteiger ist aktuell der MSV Düsseldorf mit 41 Punkten, punktgleich mit dem ASV Süchteln. Die SpVg. Odenkirchen und TSV Meerbusch II haben 42 Zähler auf der Habenseite. Der Holzheimer SG und der FCR kommen dann mit 43 Punkten. Somit können alle diese Mannschaften theoretisch noch absteigen. Der MSV Düsseldorf muss am letzten Spieltag zum VfB Solingen. Eine eher leichte Aufgabe, da es für die Solinger um nichts mehr geht. Odenkirchen spielt

gegen den 1. FC Mönchengladbach, der TSV Meerbusch II beim Cronenberger SC. Mönchengladbach und Cronenberg müssen ihre Spiele gewinnen, um den Aufstieg in die Oberliga zu realisieren. Der ASV Süchteln empfängt den Absteiger DSC 99 Düsseldorf und der Holzheimer SC muss zum Tabellenführer VSF Amern reisen. Spannung ist daher vorprogrammiert. Das Spiel gegen den ASV Süchteln ist in kurzen Worten erklärt. Der FCR tat sich 90 Minuten lang mehr als schwer. Jedoch war der Wille während der gesamten Partie zu sehen, auch wenn es spielerisch nicht so recht funktionieren wollte. Die Tore fielen spät, aber immerhin noch rechtzeitig. Für den FCR trafen Hartmann, Babic, Muresan und Buscemi. FCR-Trainer Acar Sar, der vor dem Heimspiel gegen Süchteln als Cheftrainer verabschiedet wurde, wollte Glückwünsche nicht entgegennehmen: „Wir müssen auf uns gucken und unsere Aufgabe in Rath lösen, dann könnten die anderen machen, was sie wollen. Es wäre schon sehr bitter, wenn wir mit 43 Punkten absteigen würden. Jedoch ist im Fußball alles möglich“, so der FCR-Coach.

Der FCR hofft auch am letzten Spieltag auf zahlreiche Unterstützung seiner Fans. Anstoß ist um 15 Uhr auf der Sportanlage an der Wilhelm-Unter-Straße in Düsseldorf-Rath.

Sport kompakt

Sichtungstraining der B1, C1 und D1-Junioren

(greu) Der FC Remscheid lädt talentierte und fußballbegeisterte Spieler zu Sichtungslehrgängen ein. Anmeldungen für die einzelnen Jahrgänge können bei den Trainern vorgenommen werden:

- **Sichtungstraining B1 (Jg. 2003/2004)**

Donnerstag, 6.6. um 18.30 - 20.15 Uhr:
Steffen Graul, 01 75 / 2 42 68 80 (oder per WhatsApp)

- **Sichtungstraining D1 (Jg. 2007/2008)**

Dienstag, 4.6. und Donnerstag, 6.6. um 17.30 Uhr:
Kurt Kümmerle, 01 71 / 6 36 76 30

(telefonisch, schriftlich, per SMS oder Whatsapp)

- **Sichtungstraining C1 (Jg. 2005/2006)**

Donnerstag, 6.6. und Freitag, 7.6. um 17.30 Uhr:
Erkan Bök, 01 52 / 33 63 16 30

(telefonisch, schriftlich, per SMS oder Whatsapp)

Die Sichtungslehrgänge finden auf dem Jahnplatz statt.

Mehr Informationen finden Sie unter www.fcemscheid.de

RTV-Judoteam begeistert 400 Zuschauer

(cp) Das Remscheider TV Judoteam feierte am vergangenen Samstag zwei überzeugende Siege vor heimischer Kulisse und stieß damit das Tor zur 2. Bundesliga ganz weit auf. In der Halle Neuenkamp wurden knapp 400 Zuschauer Zeuge eines aus Remscheider Sicht rundum erfolgreichen dritten Kampftages in der NRW-Liga (3. Liga). Zunächst wurde der FC Stella Bevergern mit 5:2 besiegt und im Anschluss der PSV Bochum mit 6:1 „von der Matte gefegt“. Vor dem letzten Kampftag (16. Juni in Aachen) haben die Bergischen als ungeschlagener Tabellenführer nun alle Trümpfe in der Hand, um als Aufsteiger den Durchmarsch zu realisieren. Für Fans wird ein Shuttleservice geboten: Sitzplatzreservierung unter 0 15 12 / 7 05 52 75

Mehr Sportnachrichten finden Sie auf unserer Internetseite unter www.lalib.de/sport

Meine Zeit steht in deinen Händen
Psalm 31,16



Karin Withöft

geb. Michels
* 21.7.1968 † 23.5.2019

In Liebe

Rainer
Luisa, Jonas, Marie
Michael
Maria Michels
Stefan und Eike

Die Trauerfeier findet am Mittwoch, dem 29. Mai 2019, um 16.00 Uhr in der Ev. Kirche Lüttringhausen, Ludwig-Steil-Platz 1, 42899 Remscheid, statt.

Die Urnenbeisetzung erfolgt zu einem späteren Zeitpunkt im engsten Familienkreis.

Anstelle von Blumen und Kränzen bitten wir um eine Spende für die Kirchenmusik der Ev. Kirchengemeinde Lüttringhausen, IBAN: DE52 3506 0190 1010 1330 13, Verwendungszweck: Kirchenmusik - Trauerfall Karin Withöft

Do göddet noch ...

Zeugen gesucht: Diebstahl auf dem Spielplatz Lennepbachtal
(red) Nach wiederholtem Diebstahl auf dem Spielplatz Lennepbachtal ruft das Team der städtischen Jugendförderung dazu auf, verdächtige Beobachtungen auf der gerade neu gestalteten Spielfläche zur Anzeige zu bringen. Anfang Januar haben Unbekannte eine Hängematte

im Wert von eintausend Euro entwendet. Als nächstes verschwanden Mitte März ein Schaukelsitz mit Kette im Wert von neunzig Euro und Mitte Mai ein Schaukelsitz mit Aufhängung im Wert von einhundertfünfzig Euro. Ohne Beute gingen die oder der Täter ein paar Tage später aus, als es offensichtlich zur Störung kam und es bei einem Diebstahlversuch blieb. Als Geschädigte

hat die Stadt Remscheid in allen Fällen Strafanzeige gestellt. Das Verfahren vom 3. Januar hat die Staatsanwaltschaft zwischenzeitlich eingestellt, weil der oder die Täter nicht ermittelt werden konnten. In allen anderen Fällen ermittelt sie weiter gegen Unbekannt. Zur Klärung der Fälle bittet die Behörde um sachdienliche Hinweise telefonisch unter (0202) 284-0.

Singet dem HERRN ein neues Lied,
denn ER tut Wunder.
(Psalm 98,1)

Im Vertrauen auf Gottes Wunder: dass ER uns in ein neues, ewiges Leben auferstehen lässt, nehmen wir Abschied von

Karin Withöft

* 21.7.1968 † 23.5.2019

Dankbar erinnern wir uns daran, dass sie dem „Singet Gott ein neues Lied“ mit ihrer Stimme in unseren Chören Klang gegeben hat, und schließen ihre Familie in unsere Gebete ein.

Gospelchor & Kirchenchor
Kantor Christian Gottwald

Presbyterium
Pfarrerin Kristiane Voll

Seit 1905 **Kotthaus** Erledigung sämtlicher Beerdigungsangelegenheiten
Überführungen von und nach auswärts
BEERDIGUNGS-FACHGESCHÄFT · SARGLAGER
Lindenallee 4 · 42899 Remscheid-Lüttringhausen
Telefon (0 21 91) 5 30 93

CHRISTLICHES
HOSPIZ
BERGISCHES LAND

Unterstützen Sie das Hospiz für unsere Region!

Burkhard Mast-Weisz,
Oberbürgermeister,
Remscheid

Spenden Sie jetzt!

Spendenkonto:
Förderverein
Christliches Hospiz
Bergisches Land e. V.
Stadtparkasse Remscheid
IBAN DE86 3405 0000 0012 1036 85

Blechbläserkurs für erwachsene (Wieder)-Einsteiger

(red) Wer sich immer schon mal an Blechblasinstrumenten ausprobieren wollte oder früher, etwa in der Jugend, schon einmal ein Blechblasinstrument gespielt hat und nun wieder aktiv werden möchte, ist beim Auffrischkurs vom Lüttringhauser Posaunenchor gut aufgehoben.



Musikstücke. Mitglieder des Posaunenchores sind zeitweise zur Unterstützung dabei. Ziel ist das gewählte Instrument kennenzulernen und einige Stücke auch mehrstimmig spielen zu können, eben die Grundfertigkeiten, um vielleicht einem Posaunenchor beitreten zu können. Der erste Termin ist ein Probiertag. Wer danach nicht weitermachen möchte, bekommt die Kursgebühr von 80 Euro wieder erstattet. Los geht es am Samstag, 3. Juli von 10-13.30 Uhr. Die weiteren Termine sind 13.7., 20.7. und 3.8. Folgetermine im August sind geplant und erfolgen nach Absprache im Kurs. Die Kursleitung obliegt Philipp Jeßberger, der je nach Gruppenstärke von weiteren Dozenten unterstützt wird.

Ohne Vorkenntnisse

Das Wichtigste: Es sind keinerlei Vorkenntnisse erforderlich. Alles, was man zum Musizieren braucht, wird während des Kurses erlernt. Vorkenntnisse sind aber nicht hinderlich. Der Kurs beginnt mit der Auswahl des Instrumentes, die als Leihinstrumente zur Verfügung stehen: Trompete/Flügelhorn, Tenorhorn/Bariton oder Waldhorn. Auch während des Kurses

kann das Instrument noch gewechselt werden. Wichtig ist, dass man sich mit seinem Instrument wohlfühlt. Gespielt werden besonders Choräle und einfache, meist bekannte,

CHRISTI HIMMELFAHRT (VATERTAG) AM DONNERSTAG, 30. MAI: VON 11-16 UHR GEÖFFNET

NIMM DIR Zeit!

Für Dich, Deine Hobbys und die wichtigen Dinge im Leben.

Angebote gültig von MI, 29.5. bis SO, 2.6.

DRAN GEDACHT?
Am Donnerstag, 30.5., ist Vatertag!
Jetzt große Auswahl an Geschenkeideen in unseren Filialen entdecken.

33% ~~8.99~~ 5.99

Naschtomate »Pick-&-Joy«
Solanum lycopersicum, 14 cm, sofort naschbereit, mit vielen leckeren Früchten, ideal für Balkonkästen oder Kübel, Standort: sonnig

33% ~~5.99~~ 3.99

Dahlie
Dahlia Hybride, versch. Farben, 19 cm, blüht bis in den späten Herbst hinein, Standort: sonnig bis halbschattig

20% ~~2.49~~ 1.99

Löwenmäulchen-Trio
Antirrhinum majus »Trio«, 12 cm, drei Farben in einem Topf, einjährig, Standort: sonnig bis halbschattig

www.kremer-naturtalente.de

Kremer

ÖFFNUNGSZEITEN:
MO – SA: 9 – 19 UHR
SO: 11 – 16 UHR

KREMER REMSCHEID
LÜTTRINGHAUSER STR. 82
42897 REMSCHEID

Angebote gültig vom 29.05. bis 02.06.2019 und nur solange der Vorrat reicht. Druckfehler vorbehalten. Aus gesetzlichen Gründen ist sonn- und feiertags kein Verkauf/Beratung von/zu Gewächshäusern, Gartenmöbeln, Gartengeräten, Brennstoffen, Grills und Zubehör oder Teichtechnik gestattet. Garten-Center Kremer GmbH, Lennestr. 38, 57368 Lennestadt.

Telefon in Remscheid: 0 21 91 - 95 13 5 - 0