



# Lüttringhauser Anzeiger



Wochenzeitung für Lüttringhausen, Lennep und Umgebung

Nr. 6

Seit 1931 die Zeitung des Heimatbundes Lüttringhausen e.V.

8. Februar 2018

## Gedanken zum Sonntag



Pfarrer Werner Hodick,  
Katholische Klinikseelsorge  
Stiftung Tannenhof

### 2 + 2 = 5 (oder 3)

Da ist sie wieder, die närrische Zeit, Karneval, die „fünfte“ Jahreszeit. Jecken ziehen durch die Straßen. Kinder verkleiden sich als Fee oder Superman. Feiern, lachen, fröhlich sein. Was macht den Reiz dieser besonderen Zeit aus? Warum lieben so viele Menschen den Karneval?

Eine erste Vermutung: es ist schön, mal aus der eigenen Haut zu schlüpfen und etwas anderes darzustellen, etwas, was ich mir erträume oder wünsche. Als Mädchen mal eine zaubernde Fee sein! Als Junge ein cooler Superman. Oder in Zeiten der Gender-Correctness als Junge eine zaubernde Fee und als Mädchen ein cooler Superman! Der Polizist verkleidet sich als Einbrecher und die feine Lady als Hexe. Es ist schön, mal nicht die Rolle spielen zu müssen, die Gesellschaft und Nachbarn erwarten, sondern einfach anders zu sein.

Eine zweite Vermutung: in einer Welt, in der zwei und zwei immer vier ergeben muss, ist es herrlich, wenn es auch mal drei oder fünf als Summe ergibt. Ein bisschen Anarchie, ein bisschen Frechheit, ein bisschen Freiheit. Aus dem engen Korsett der Anständigkeit und Ordnung entfliehen.

Fortsetzung auf Seite 2

## Berufsbekleidung Kotthaus hat offiziell em Dorp eröffnet

Das neue Geschäft an der oberen Gertenbachstraße erweitert das besondere Fachhandelsangebot im Dorf. Viele Interessierte kamen zur Eröffnung.



Motivierte Fachleute in der Gertenbachstraße: Team Kotthaus.

Foto: Oelbermann

VON ANNA MAZZALUPI

Immer wieder betritt ein Gratulant den Laden. Thordis Kotthaus kommt kaum damit hinterher, Glückwünsche und kleine Aufmerksamkeiten zur Neueröffnung ihres Berufsbekleidungs geschäfts Kotthaus entgegen zu nehmen. Das Interesse an dem neuen Geschäft an der oberen Gertenbachstraße war zum Eröffnungstag am Samstag groß.

**Zugewinn für Lüttringhausen**  
„Das ist fast schon besser als erwartet“, sagte die Filialleiterin mit einem breiten Lächeln. Ein paar Nachtschichten hat es gebraucht, bis alle Regale mit der Ware von namenhaften Herstellern von Berufsbekleidung für die Bereiche Handwerk, Pflege und Küche bestückt waren. Doch die Mühe hat sich gelohnt. „Das läuft“, freute sich auch Geschäftsführer Olaf Kotthaus, der bereits mit „Kotthaus Raumausstattung“ an der Remscheider Straße einen Laden führt. Die beiden Betriebe

würden sich bereits jetzt schon gegenseitig aufwerten. Gemeinsam mit den Gästen feierte das Paar bei bereitgestellten Snacks und Getränken den mutigen Schritt, nur innerhalb weniger Wochen das Zweitgeschäft auf die Beine zu stellen. Thordis Kotthaus und ihr Team brachten Erfahrungen aus der Branche mit und gestalteten die Räume nach ihren Wünschen. Hell und modern präsentiert sich der Laden.

Viele schauten sich aber nicht nur neugierig auf den gut 260 Quadratmetern um, sondern wurden auch direkt fündig – so wie Dachdeckermeister Jörg Margies. Der Lüttringhauser hat sich im September selbstständig gemacht und findet das neue Angebot genau richtig im Dorf. „Das ist sehr übersichtlich und hat eine gute Qualität“, urteilte er. Die Mode sei nicht nur funktionell, sondern auch „schnittig“. Speziell bei den anspruchsvollen Arbeitshosen hat er passende gefunden, für die er auch gleich den Stick- und Druckservice des Shops nutzen

möchte. „Es ist generell wichtig für Lüttringhausen, dass etwas passiert“, betont er. Dass nun das erste, große Geschäft in der umgebauten Immobilie von Klaus Dieter Prang eingezogen ist, sei ein guter Ansatz, der vielleicht auch andere Interessenten locken könnte, merkte Margies weiter an.

Dass die Eröffnung ein Zugewinn für Lüttringhausen ist, findet auch Sascha Hilcken, der einen Hausmeisterservice betreibt und auch die Vereinigung Gertenbachstraße schon ehrenamtlich unterstützt hat. Gemeinsam mit seiner Frau studierte er das Sortiment und war auch schon von dem ein oder anderen Kleidungsstück begeistert. „Der Laden ist schön“, lobte er vor allem die gute Strukturierung nach Arbeitsgebieten und Freizeitkleidung. Zwar habe er nach vielem Ausprobieren eigentlich schon seine Marke gefunden, aber er sei bereit, auch mal etwas Neues zu probieren. „Mit mir haben sie auf jeden Fall schon mal einen neuen Kunden“, hielt Hilcken fest.

Stadtsparkasse Remscheid

## Verkaufen mit dem Platzhirsch.

Für unsere ImmobilienBörse am 17. März 2018 suchen wir Häuser, Grundstücke und Eigentumswohnungen.

Rufen Sie uns an unter 16-7487!

www.stadtsparkasse-remscheid.de

## Ein LeseZeichen für die letzten Tage

VON ELISABETH ERBE



Stefanie Elbertzhagen und Uwe Knoppik vor dem „LeseZeichen“

Foto: Erbe

Die letzten Wünsche im Leben sind oft die kleinen Momente, die Glück schenken, wie ein altes Lied aus der Vergangenheit oder kurz raus an die frische Luft. Der Freundeskreis Palliative Versorgung Remscheid e.V. schenkt Menschen, die unheilbar erkrankt sind, besondere Zuwendung. Auf der Palliativstation des SANA Klinikums werden schwerstkranke und sterbende Menschen liebevoll umsorgt.

Der Verein unterstützt Patienten und Angehörige. Das Thema Sterben ist stark tabuisiert, das soll sich ändern. „Der palliative Gedanke ist nicht so stark vertreten. Viele Menschen wissen gar nicht, dass man die letzten Tage angenehm gestalten kann“, erklärt Vorstandsmitglied Uwe Knoppik, ehrenamtlicher Sterbebegleiter. Am 24. Februar wird in der Lennep Altstadt das „LeseZeichen“ eröffnet. In dem kleinen Lädchen werden Bücher ge-

gen Spenden angeboten. Der Verein setzt sich dafür ein, es dem Patienten so behaglich wie möglich zu machen, etwa durch ein besonderes Aufstehbett. Auch Utensilien für die Musik-, Aroma- und Kunsttherapie und „Brückenschwestern“, die Patienten und Angehörige zu Hause unterstützen, werden durch Spenden ermöglicht.

Den vollständigen Artikel gibt es in der Onlineausgabe: [www.luettringhauser-anzeiger.de](http://www.luettringhauser-anzeiger.de)

## Matratzen-Fabrikation der Familie Näsemann

Termin-Vereinbarung

Familientradition seit 1929

unverbindliche Hausbesuche

[www.dormavita.de](http://www.dormavita.de)

Tel. 0202-4469044

### Eigene Fabrikation

- Perfekter Liegekomfort
- Extra hohe Matratzen
- Lieferung & Entsorgung inkl.
- Beste Qualität (made in Germany)
- Hervorragende Unterstützung (kein Durchliegen)
- Einfaches Aufstehen durch angenehme Sitzhöhe

Ihre Vorteile: Zufriedenheitsgarantie  
Lieferung, Aufbau und Entsorgung inkl.  
Ausführliche Beratung & keine Zwischenhändler  
Kostenlose & unverbindliche Hausbesuche



Auf über 1000m<sup>2</sup> mehr als 60 Betten in  
der Ausstellung in Wuppertal Elberfeld

Lieferung und Entsorgung der alten Matratzen kostenlos



DORMA VITA® Familie Näsemann

Fabrikation und Verkauf  
Alleestr. 21, 42781 Haan  
Tel. 02129-50944

Verkauf und große Ausstellung  
Hofkamp 1-3, W-tal Elb. am Rathaus  
Tel. 0202-4469044

Verkauf  
Höhne 85, W-tal Ba. an der B7  
Tel. 0202-2541000



NATÜRLICH GUT SCHLAFEN  
**DORMA VITA**

# Lenneper im Blick



Wochenzeitung für Lenneper, Lüttringhausen und Umgebung

Nr. 6

Jede Woche neu und total lokal

8. Februar 2018

## Gedanken zum Sonntag



Pfarrer Werner Hodick,  
Katholische Klinikseelsorge  
Stiftung Tannenhof

### 2 + 2 = 5 (oder 3)

Da ist sie wieder, die närrische Zeit, Karneval, die „fünfte“ Jahreszeit. Jecken ziehen durch die Straßen. Kinder verkleiden sich als Fee oder Superman. Feiern, lachen, fröhlich sein. Was macht den Reiz dieser besonderen Zeit aus? Warum lieben so viele Menschen den Karneval?

Eine erste Vermutung: es ist schön, mal aus der eigenen Haut zu schlüpfen und etwas anderes darzustellen, etwas, was ich mir erträume oder wünsche. Als Mädchen mal eine bezaubernde Fee sein! Als Junge ein cooler Superman. Oder in Zeiten der Gender-Correctness als Junge eine bezaubernde Fee und als Mädchen ein cooler Superman! Der Polizist verkleidet sich als Einbrecher und die feine Lady als Hexe. Es ist schön, mal nicht die Rolle spielen zu müssen, die Gesellschaft und Nachbarn erwarten, sondern einfach anders zu sein.

Eine zweite Vermutung: in einer Welt, in der zwei und zwei immer vier ergeben muss, ist es herrlich, wenn es auch mal drei oder fünf als Summe ergibt. Ein bisschen Anarchie, ein bisschen Frechheit, ein bisschen Freiheit. Aus dem engen Korsett der Anständigkeit und Ordnung entfliehen.

Fortsetzung auf Seite 2

## LeseZeichen für die letzten Tage

Freundeskreis möchte Tabuthema „Sterben“ enttabuisieren und ermöglicht zusätzlich was in der Klinik weniger möglich ist.

VON ELISABETH ERBE

Die letzten Wünsche im Leben sind oft die kleinen Momente, die Glück schenken. Ein altes Lied aus der Vergangenheit, Nachrichten aus der Tageszeitung oder kurz raus an die frische Luft. Der Freundeskreis Palliative Versorgung Remscheid e.V. schenkt Menschen, die unheilbar erkrankt sind, besondere Zuwendung. Auf der Palliativstation des Sana Klinikums werden schwerstkranke und sterbende Menschen liebevoll umsorgt, medizinisch und pflegerisch.

### Angenehme letzte Tage

Der Verein ist 2005 gegründet und unterstützt seitdem Patienten und Angehörige. Das Thema Sterben ist trotzdem noch stark tabuisiert. Der Verein möchte dies ändern und hat sich eine öffentliche Anlaufstelle gesucht. „Der palliative Gedanke ist nicht so stark vertreten. Viele Menschen wissen gar nicht, dass man die letzten Tage angenehm gestalten kann“, erklärt Vorstandsmitglied Uwe Knoppik. Der Pensionär ließ sich zum Sterbebegleiter ausbilden und ist seitdem ehrenamtlich auf der Palliativstation tätig. Ende Februar wird in der Lenneper Altstadt ihr neues Domizil eröffnet. „Dort kann man sich kostenlos über die besten Versorgungsmöglichkeiten informieren, Ratschläge einholen und natürlich einfach nur zur Ruhe kommen und lesen“, sagt Hanna Ludwig, Vereinsvorsitzende und Leitende Oberärztin der Palliativstation am Sana Klinikum, „die dort anwesenden Vereinsmitglieder sind bestens über alle Versorgungs- und Unterstützungsmöglichkeiten für Patienten und ihre Angehörigen im Raum Remscheid und auch darüber hinaus im Bergischen Land informiert. Und sie geben diese Informationen natürlich vollkommen neutral und unabhängig von klinischen und sonstigen Einrichtungen weiter. Auf Wunsch kann auch der Kontakt zu Ärzten und Pflegeeinrichtungen hergestellt werden.“



Stefanie Elbertzhagen und Uwe Knoppik vor dem LeseZeichen in der Lenneper Altstadt.

Foto: Erbe

Der Verein hatte in den letzten Jahren zahlreiche Projekte und Angebote für die Patienten ins Leben gerufen. Dank einer Spende konnte ein spezieller Mobilisationsstuhl für schwerstkranke, bettlägerige Menschen angeschafft werden. Der Verein setzt sich dafür ein, es dem Patienten so behaglich wie möglich zu machen. Dazu gehören ein besonderes Aufstehbett, das Extra Fernsehgerät und schöne Bilder an den Wänden. Auch Utensilien für die Musik-, Aroma- und Kunsttherapie werden durch den Verein ermöglicht. Seit 2013 kann der Verein durch eine größere Spende „Brückenschwestern“ etablieren, die Patienten und Angehörige zu Hause

unterstützen. „Wir ermöglichen, was in der Klinik weniger möglich ist“, weiß Beiratsmitglied Stefanie Elbertzhagen. Die gelernte Krankenschwester ist Gründungsmitglied und engagiert sich, dass sich das ökumenische Hospiz und der Förderkreis gut vernetzen. In dem kleinen Lädchen „LeseZeichen“ werden zahlreiche Bücher gegen Spende angeboten. Dabei haben die Ehrenamtlichen festgestellt, „dass die Bergischen ziemlich blutrünstig sind. Wir haben viele Krimis hier“, schmuzzelt Elbertzhagen. Daneben sind vor allem auch Romane und fremdsprachige Bücher im Angebot. Jedes Genre von Unterhaltung bis zu Sachbüchern ist in den Regalen vertreten.

### Gut zu wissen

Der Laden „LeseZeichen“, Kölner Str. 22 in der Lenneper Altstadt, wird am 24. Februar um 11 Uhr mit Kaffee und Kottenbutter eröffnet. Öffnungszeiten: montags 10 bis 13 Uhr, mittwochs 10 bis 14 Uhr, samstags 9 bis 13 Uhr. Freundeskreis Palliative Versorgung Remscheid e.V. c/o Sana-Klinikum Remscheid GmbH, Burger Straße 211, 42859 Remscheid, Telefon: 13 51 00, info@freundeskreis-palliative-versorgung-remscheid.de, www.freundeskreis-palliative-versorgung-remscheid.de

Stadtsparkasse Remscheid

## Verkaufen mit dem Platzhirsch.

Für unsere ImmobilienBörse am 17. März 2018 suchen wir Häuser, Grundstücke und Eigentumswohnungen.

Rufen Sie uns an unter 16-7487!

www.stadtsparkasse-remscheid.de

## Neu: Berufsbekleidung Kotthaus



Motivierte Fachleute in der Gertenbachstraße: Das Team von Kotthaus Berufsbekleidung.

Foto: Oelbermann

(mazz) Thordis Kotthaus kommt kaum hinterher, Glückwünsche und Aufmerksamkeit zur Neueröffnung ihres Berufsbekleidungs-geschäfts Kotthaus mit Stick- und Druckservice entgegen zu nehmen. Das Interesse an dem neuen Fachgeschäft an der oberen Gertenbachstraße im Prang City Center war zum Eröffnungstag groß. „Das ist fast schon besser als erwartet“, sagte die Filialleiterin mit einem breiten Lächeln. Es dauerte, bis alle Regale für die Bereiche Handwerk, Pfl-

ge und Küche bestückt waren. „Das läuft“, freute sich auch Geschäftsführer Olaf Kotthaus, der bereits mit „Kotthaus Raumausstattung“ an der Remscheider Straße einen Laden führt. Die Eröffnung ist ein Zugewinn für Lüttringhausen, findet Sascha Hilcken, der einen Hausmeisterservice betreibt. „Mit mir haben sie auf jeden Fall einen neuen Kunden“.

Den vollständigen Artikel gibt es in der Onlineausgabe: [www.lenneper-im-blick.de](http://www.lenneper-im-blick.de)

## Matratzen-Fabrikation der Familie Näsemann

Termin-Vereinbarung

Familientradition seit 1929

unverbindliche Hausbesuche

[www.dormavita.de](http://www.dormavita.de)

Tel. 0202-4469044

### Eigene Fabrikation

- Perfekter Liegekomfort
- Extra hohe Matratzen
- Lieferung & Entsorgung inkl.
- Beste Qualität (made in Germany)
- Hervorragende Unterstützung (kein Durchliegen)
- Einfaches Aufstehen durch angenehme Sitzhöhe

Ihre Vorteile: Zufriedenheitsgarantie  
Lieferung, Aufbau und Entsorgung inkl.  
Ausführliche Beratung & keine Zwischenhändler  
Kostenlose & unverbindliche Hausbesuche



Auf über 1000m<sup>2</sup> mehr als 60 Betten in  
der Ausstellung in Wuppertal Elberfeld

Lieferung und Entsorgung der alten Matratzen kostenlos

NATÜRLICH GUT SCHLAFEN



DORMA VITA® Familie Näsemann

Fabrikation und Verkauf  
Alleestr. 21, 42781 Haan  
Tel. 02129-50944

Verkauf und große Ausstellung  
Hofkamp 1-3, W-tal Elb. am Rathaus  
Tel. 0202-4469044

Verkauf  
Höhne 85, W-tal Ba. an der B7  
Tel. 0202-2541000



# DORMA VITA

Gedanken zum Sonntag - Fortsetzung von Seite 1

Und ein Drittes: Lachen tut gut! Es entspannt. Es lässt über so manchen Ärger und Verdross hinweggehen. Man kann mal von Herzen durchatmen, einfach drauf los leben, Leistung und Effizienz vergessen.  
Gut, dass es diese Zeit gibt. Ich denke, dass Gott uns die Fähigkeit

zu Witz, zu Ironie, zu Albernheit und Spaß als Hinweis mitgegeben hat, damit wir unser Leben nicht zu ernst nehmen, es vor dem Hintergrund des eigentlichen Lebens, das ja noch vor uns liegt, in seiner Relativität sehen.  
Eine fröhliche jecke Zeit wünscht Ihr Pastor Werner Hodick

**EXTRA TIPP** Grinsipal, Witzflöte & Co

(red) Am Sonntag, 11. Februar, beginnt um 17 Uhr in der kath. Kirche Heilig-Kreuz in Lüttringhausen die bereits 12. Auflage des beliebten und weit über die Stadtgrenzen bekannten Karnevalsorgelkonzertes von Musikdirektor Peter Bonzelet. Auch in diesem Jahr gibt es wieder fröhliche Musik quer durch den Gemüsegarten der Musikgeschichte. Neben vielem anderem spielt Bonzelet Heinzelmännchens Wachtparade, Mozarts türkischen Marsch, den Radetzky-Marsch und den Frühlingsstimmenwalzer von Johann Strauß sowie einen Bolero für eine Kirchenorgel. Zur Tradition geworden ist der „Unskölsche Korps“, ein Potpourri der Märsche der Kölner Traditionskorps und die Improvisation über Liedwünsche aus dem Publikum.  
„Das ist eine Veranstaltung, bei der ich langsam überlegen muss die Kirche zu wechseln, weil so viele Leute kommen, mittlerweile aus Wermelskirchen, Leverkusen, Wipperfurth, Rade...“, zeigt sich Peter Bonzelet begeistert.  
Der Eintritt ist frei (willig), Kostümierung ist sehr erlaubt. Foto: LA/LIB\_Archiv



**Donnerstag, 8. Februar**

• 15 - 18 Uhr, Flair-Weltladen, Gertenbachstraße 17  
Katis Kaffeeklatsch

(red) Bäckerin Katja Grund bietet Confetti-Kuchen, Schokokuss-Torte und einen „versunkenen“ Kirschkuchen an. Dazu gibt es verschiedene fairgehandelte Kaffee- und Teespezialitäten. Ausnahmsweise findet Katis Kaffeeklatsch erst am zweiten Donnerstag des Monats statt. Der nächste Termin ist regulär wieder der 1. März.

**Freitag, 9. Februar**

• 15 Uhr, Natur-Schule Grund, Grunder Schulweg 13  
Naturtreff: „Jahreswesen“

(pkoo) Der Biologe Jörg Liesendahl widmet sich bei diesem Naturtreff den Wesen des Jahres 2018, welche von vielen Organisationen ausgezeichnet wurden. Teilnahmegebühr: 6 Euro. Um Anmeldung wird telefonisch 84 07 34 oder per E-Mail unter info@natur-schule-grund.de gebeten.

• 15 Uhr, AWO Lennep / Lüttringhausen, Mollplatz 3  
Alleinerziehend - aber nicht allein!

(pkoo) Einmal im Monat treffen sich alleinerziehende Mütter und Väter. „Gemeinsam bei einem Kaffee ein Netzwerk schaffen, Ausflüge organisieren und Referenten einladen ist unser Ziel“, so Rosana Barcala. Das Haus am Mollplatz 3 bietet eine große Küche und ein großes Spielzimmer für Kinder.  
Anmeldung unter anmeldung@awo-lennep-luettringhausen.de. Die Treffen finden jeweils am 2. Freitag im Monat um 15 Uhr statt.  
Weitere Termine: 9.3., 13.4.

• 20 Uhr, Klosterkirche Lennep

3D-Holographie „Live-Performance“ trifft auf „Udo Jürgens“  
Der Abend startet mit einer einzigartigen 3D-Holographie-Show. Es folgt Hauptact Andy Rühl, Show-Profi, Vollblutpianist und Entertainer besonderer Güte. Er zeigte schon früh musikalisches Talent und entdeckte mit elf Jahren seine Liebe zum Klavier und seinem großen Vorbild Udo Jürgens. Er begann seine Stimme auf die Klangfarbe von Jürgens zu trainieren, und diesen mit seinen Songs perfekt zu interpretieren. Karten kosten 20 Euro zzgl. etwaiger Vorverkaufsgebühren.

**Sonntag, 10. Februar**

• 20 Uhr, Backhaus Lennep, Sauerbronnstraße 8  
Kai Heumann & Joscho Stephan: Gypsy-Swing meets Latinguitar



(red) Joscho Stephan hat sich in seiner jungen Karriere mit phantasievollen Versionen und Interpretationen an die internationale Spitze des Gypsy-Swing gespielt. Er zeigt sich als origineller Interpret und phantastischer Solist, der mit explosiver Dynamik, feinsten Nuancen und überraschenden Phrasierungen seinen Ruf als origineller Neuerer des Genres festigt. Kai Heumann gilt hierzulande als einer der besten Latinogitarrenisten und verzaubert seine Zuhörer mit einer unbändigen Spielfreude, spieltechnischen Brillanz und Lust an der Improvisation. Eintritt: 18 Euro, weitere Infos unter www.gitarrenzentrum.com Foto: Indicato

**Sonntag, 11. Februar**

• 11 Uhr, Evangelische Kirche Lüttringhausen, Ludwig-Steil-Platz  
Nimm 2-Gottesdienst: Schach matt!  
(red) Die begeisterten Schachspieler Jan Berents und der 13-jährige Lukas werden Rede und Antwort stehen und erzählen, was sie

begeistert. Nach dem gemeinsamen Beginn in der Kirche Lüttringhausen gibt es für Jugendliche und Kinder im Gemeindehaus eigene Gruppen. Für die musikalische Gestaltung ist der Gospelchor unter der Leitung von Kantor Christian Gottwald mit dabei. Im Anschluss an den Gottesdienst gibt es im Gemeindehaus am Ludwig-Steil-Platz einen Mittagsimbiss mit der Gelegenheit zum Plaudern.

**Donnerstag, 15. Februar**

• 19 Uhr, Treffpunkt nach Anmeldung  
Lennep für Nachtschwärmer

(pkoo) Mit Hilfe eines Stadtführers wird in die Vergangenheit der Lennep Altstadt eingetaucht und es gibt viel über deren Geschichte zu erfahren. Für Verpflegung ist gesorgt. Kosten: 15 Euro, Anmeldung unter Telefon 7 91 30 52.

**Freitag, 16. Februar**

• 20 Uhr, Klosterkirche Lennep  
Henning Schmidtke: EgoLand - Kabarett

Kaufen Sie Milch von Kühen aus Bodenhaltung, auch wenn sie viel teurer ist? Lassen Sie an der Kasse auch mal einen Nazi vor, weil er nur eine Flasche Brennspritus hat? Teilen Sie manchmal Ihren Parkplatz mit einem Smart? Dann sind Sie ein Altruist. Und das ist ja auch gut, Mensch. Viel zu viele sagen: „Wenn jeder an sich denkt, ist an alle gedacht“. Aber wenn jeder an wen anders denkt, auch! Und doch: Immer mehr Menschen werden Meister des Egoismus, sie haben den Ellenbogen raus. Haben Sie sich mal gefragt, wer das überhaupt ist, Ihr Ego? Sie beide sollten sich mal genauer kennenlernen. Gehen Sie zusammen mit Ihrem Ego zu Henning Schmidtke und erleben Sie kabarettistische Lieder und Wortbeiträge in traditioneller Stand-Up-Manier. Karten kosten 14,50 - 17,50 Euro zzgl. etwaiger Vorverkaufsgebühren.

**Sonntag, 18. Februar**

• 17 Uhr, Klosterkirche Lennep  
Weltklassik am Klavier - Die drei Großen B und Rachmaninow Corelli-Variationen

Beim renommierten Hamamatsu International Piano Competition 2012 wurde Ilya Rashkovskiy für sein überaus beeindruckendes Spiel mit dem 1. Preis ausgezeichnet. Zuvor überzeugte er Jurys u.a. beim Concours Reine Elisabeth in Brüssel und Rubinstein Wettbewerb in Tel Aviv. Zu Recht, denn sein Spiel fasziniert durch Virtuosität und sensible Interpretation und hinterlässt beim Zuhörer das Gefühl, dass der Pianist mit dem Klavier förmlich verwachsen ist. Reservieren Sie rechtzeitig Ihre Plätze im Internet unter www.weltklassik.de, per E-Mail an info@weltklassik.de oder telefonisch unter Tel. (0211) 9 36 50 90. Karten kosten 20 Euro, ermäßigt 15 Euro. Für Kinder bis 18 Jahren ist der Eintritt frei.

**Montag, 19. Februar**

• 19.30 Uhr, Natur-Schule Grund, Grunder Schulweg 13  
Grippe- und Erkältungszeit: Hilfe mit Kräutertee, Tinkturen und Salben

(red) Die meisten Grippe- und Erkältungskrankheiten fallen in die Monate Februar und März. Kräuter (frische oder getrocknete) und ätherische Öle können hier auf vielfache Weise helfen. Vorteilhaft ist, wenn man im Vorjahr Vorräte anlegen konnte. „Im praktischen Teil des Workshops mischen wir ein Nasen-Öl für die „gestresste“ Schnupfennase und einen Bronchialbalsam zum Einreiben“, erläutert Kräuterfachfrau Christel Heuer ihren Kräuter-Workshop an der Natur-Schule Grund.  
Die Teilnahmegebühr beträgt 12 Euro zzgl. einer Materialkostenumlage in Höhe von 4 bis 6 Euro. Anmeldung bis Freitag, 16. Februar 13 Uhr erforderlich unter Telefon 84 07 34 oder info@natur-schule-grund.de.

**Donnerstag, 22. Februar**

• 19 Uhr, Cafe Lichtblick, Gertenbachstraße 2  
Live im Lichtblick: „acoustic favorites“

(pkoo) Ein Mix aus Blues, Soul und Rock & Pop sowie Eigenkompositionen spielt Holger Brinkmann den Besuchern des Cafés Lichtblick vor. Um Anmeldung wird unter Telefon 5 92 62 34 gebeten.

**WIR GRATULIEREN**

zum Geburtstag:  
Freitag, 9.2.: Ingeborg Feister geb. Thäle (82 Jahre); Samstag, 10.2.: Ingeborg Walber geb. Wenzewski (75 Jahre); Montag, 12.2.: Anton Seemann (82

Jahre); Dienstag, 13.2.: Edeltraud Hofmann geb. Maikranz (75 Jahre); Gerd Klapp (81 Jahre); Eduard Podluczky (77 Jahre); Edith Rohde (85 Jahre); Donnerstag, 15.2.: Ingrid Salamon (77 Jahre).  
\*\*\*\*\*



Lüttringhauser Anzeiger / Lennep im Blick: Unsere Öffnungszeiten zu Karneval  
Rosenmontag, 12. Februar ist unsere Geschäftsstelle in der Gertenbachstraße 20 in Lüttringhausen geschlossen.  
Am Dienstag, 13. Februar haben wir von 9 bis 12.30 Uhr geöffnet.

**KIRCHLICHE NACHRICHTEN**

**Lüttringhausen:**

Ev. Kirchengemeinde Lüttringhausen, Stadtkirche  
Freitag: 9.30 Eltern-Kind-Gruppe (ab 2 Jahre), Gemeindehaus; Sonntag - Estomihi: 11.00 Nimm 2 Gottesdienst unter Mitwirkung des Gospelchores mit Pfarrerin Voll; Montag: 9.30 Eltern-Kind-Gruppe (ab 4 Monate), Gemeindehaus; Dienstag: 9.30 Eltern-Kind-Gruppe (ab 8 Monate), Gemeindehaus; 16.00 Eltern-Kind-Gruppe (ab Kiga-Alter), Gemeindehaus; Mittwoch: 9.30 Eltern-Kind-Gruppe (ab 1 Jahr), Gemeindehaus; 15.30 Frauenforum, Gemeindehaus „Gottes Schöpfung ist gut“ -Informationen zum Weltgebetstag - mit Frau Fastenrath; Donnerstag: 9.30 Eltern-Kind-Gruppe (ab 1,5 Jahre), Gemeindehaus; 9.30 Andacht; 10.15 Andacht im Haus Clarenbach; 15.00 Bibelkreis im CVJM-Haus.

Goldenberg  
Sonntag: 10.00 Gottesdienst mit Pastor Meier.

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  
Freitag: 17.00 Vesper Diakon Raillon; Sonntag: 10.00 Gottesdienst m. Kirchenkaffee Pfarrer Leicht; Mittwoch: 16.30 Katholischer Gottesdienst.

Kath. Pfarrkirche Heilig Kreuz  
Sonntag: 11.15 Hl. Messe; Dienstag: 8.45 Frauenmesse; Mittwoch: 8.00 Schulgottesdienst KGS; 11.00 Wortgottesdienst m. Aschekreuz Kiga St. Martin; 19.00 Hl. Messe m. Aschekreuz; Mittwoch: 16.30 Hl. Messe in der Stiftung Tannenhof; Donnerstag: Weggottesdienst Erstkommunion für Kinder und Eltern.

Neuapostolische Kirche  
Sonntag: 9.30 Gottesdienst; Mittwoch: 19.30 Gottesdienst.  
www.nak-wuppertal.de

Ev.-Freikirchl. Gemeinde Am Schützenplatz  
Donnerstag: 9.30 MuKi-Treff; Freitag: 18.00 Teenkreis; Sonntag: 9.15 Abendmahl; 10.30 Gottesdienst mit Heiko Hagemann, Strucksfeld; Dienstag: 17.00 Mädchenjungschar; Mittwoch: 17.00 Jungenjungschar; 19.30 Bibel- und Gebetsstunde.

Kinder- und Jugendarbeit des CVJM im CVJM-Haus  
Donnerstag: 17.00 Mädchenjungschar „Pink Panthers“ (3./4.Kl.).

Weitere Angebote des CVJM  
Sonntag: 19.30 Ehepaarkreis (privat); Dienstag: 19.30 Tischtennis f. Herren (Jahnhal- le); Mittwoch: 18.30 Vorbereitung zur Ökum. KiBiWo (CVJM Haus); Donnerstag: 15.00 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  
Freitag: Stadtkirche: 18.00 AbendStille Pfr.in Cronjäger; Samstag: Stadtkirche: 11.00 - 11.15 Ökumenisches Marktgebet; Sonntag: Stadtkirche: 10.00 Gottesdienst Pfr.in Peters-Göbling; Waldkirche: 11.15 Gottesdienst mit Abendmahl/Saft Präd. Schroeter; Gh. Hardtstraße: 11.15 Familienkirche Pfr. Pöplau und Frau Preeß.

Kath. Pfarrkirche St. Bonaventura Lennep  
Donnerstag: Katharinenstift: 17.00 Hl. Messe fällt aus!; Freitag: 19.00 Hl. Messe; Sonntag: 9.45 Familienmesse; 13.00 Spaniermesse; Mittwoch: 8.00 Schulgottesdienst KGS; 10.00 Wortgottesdienst m. Aschekreuz Kinderhaus Bonaventura; 18.15 Rosenkranzgebet; 19.00 Hl. Messe m. Aschekreuz; Donnerstag: Katharinenstift: 17.00 Hl. Messe mit Aschekreuz.

St. Andreas Berg. Born  
Samstag: 17.00 Vorabendmesse.

Freie ev. Gemeinde Lennep  
Sonntag: 10.00 Gottesdienst J. Brocksieper, 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 Remscheid-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: Sa. 10.2. + So. 11.2. von 9 - 12 u. 14 - 17 Uhr und Mi. 14.2. 14-17 Uhr; J. Sprenger, Rosenhügeler Straße 2, Telefon 29 26 20.

Tierärztlicher Notdienst: Sa. 10.2. 14-20 Uhr; So. 11.2. 8-20 Uhr Dr. U. Schmitt, WK, Pohlhauser Straße 76, Telefon 02196 / 8 89 99 55.

**Ärztlicher Notdienst, Tel. 116 117**

**APOTHEKEN**



Donnerstag, 8.2.: Regenbogen-Apotheke, Alleestraße 112, Tel. 56 48 40  
Freitag, 9.2.: Regenbogen-Apotheke im Kaufland, Presover Str. 20, Tel. 694950  
Samstag, 10.2.: Apotheke im Allee-Center, Alleestr. 74, Tel. 49230  
Sonntag, 11.2.: Apotheke am Henkelshof, Hans-Potyka-Str. 16, Tel. 96 34 99  
Montag, 12.2.: Bären Apotheke Alleestraße, Alleestr. 94, Tel. 2 23 24  
Dienstag, 13.2.: Honsberger-Apotheke, Honsberger Str. 29, Tel. 34 93 16  
Mittwoch, 14.2.: Sonnen-Apotheke, Elberfelder Str. 11, Tel. 92 78 67  
Donnerstag, 15.2.: Bären Apotheke Zentrum Süd, Rosenhügeler Str. 2A, Tel. 6 96 08 60

Bitte beachten Sie unseren Redaktionsschluss jeweils mittwochs um 10.00 Uhr.

# Zeit zum Brunchen und Quatschen

Der Lütterkuser Stadtteilbrunch punktet mit herzlicher Geselligkeit und leckerem Essen.

VON ANNA MAZZALUPI

Mit so einem Andrang hatten Laura Pires Rodrigues und das Team vom Lütterkuser Stadtteilbrunch nicht gerechnet. Die Kaffeemaschine lief am Sonntag im Kinder- und Jugendzentrum „Die Schlawiner“ auf Hochtouren. Immer wieder musste der Kaffee neu aufgebrüht und eine der zehn Kannen aufgefüllt werden. Auch bei Brötchen sorgte die Stadtteilmanagerin noch einmal für Nachschub.

**Gemütlichkeit und Kontakte**  
„Es ist heute sehr gut besucht. Sonst kommen immer so um die 35 Gäste. Heute sind es 52“, merkte Pires Rodrigues an. Darunter seien nicht nur Stammgäste, sondern auch viele neue Gesichter. Bernd und Ulrike Fließ kommen sogar extra aus Lennep nach Klausen und brachten zum Brunch die Nachbarinnen Dagmar Barsch und Gabriele Kreschnak zum ersten Mal mit. „Das Angebot ist sehr gut“, sagte Bernd Fließ. Seine Frau ergänzte: „Das ist auch eine tolle Gelegenheit, um Kontakte zu pflegen.“ Außerdem schätzt das Ehepaar das Engagement von Schlawi-



Die Lennep Ulrike und Bernd Fließ, Dagmar Barsch und Gabriele Kreschnak (v.l.) schätzen das Angebot und die tolle Atmosphäre beim Lütterkuser Stadtteilbrunch. Foto: Mazzalupi

nern und der Evangelischen Kirchengemeinde. Weil so viele Besucher kamen, wurde für das Quartett kurzerhand der Altartisch vom vorangegangenen Gottesdienst zum Brunch-Tisch umfunktioniert. „Das war toll. Es ist sehr schön hier“, lobten Barsch und Kreschnak. Und was am besten schmeckt von dem Buffet? Die Käse-Lauch-Suppe sowie der Kuchen.

Die Suppe ist auch der Favorit der beiden Freundinnen Andrea Steiner und Magdalena Glocke, die schon mehrmals am Brunch teilgenommen haben. „Wir treffen uns hier gerne. Man sitzt in gemütlicher Runde und es ist immer etwas an Programm dabei“, erklärte Steiner. Und ihre Freundin fügte hinzu: „Die Gemütlichkeit hier ist schön und dass es so preisgünstig ist.“ Jeder Gast zahlt nur 3 Euro für den Brunch, bei dem auch Vegetarier satt werden, viele geben freiwillig mehr. Der nächste Stadtteilbrunch bei den Schlawinern findet am 6. Mai statt. Beim Gottesdienst wird dann die Osterkerze brennen, die die Vereinigung Geretenbachstraße als verbindendes Symbol speziell für die Veranstaltung gestiftet hat.

# Wenn Männer frühstücken...

Zünftiges Männerfrühstück mit Vortrag und Live-Vorführung zum 3D-Druck am Ludwig-Steil-Platz.

VON THORSTEN GREULING

Im evangelischen Gemeindehaus am Ludwig-Steil-Platz fand vergangene Freitagvormittag wieder das beliebte „Männerfrühstück“ statt. Neben einem zünftigen Frühstück, zu dem die teilnehmenden Männer immer Käse, teils vegane Aufstriche und Aufschnitt mitbringen, freuen sich die rund 50 Besucher immer auf einen spannenden Vortrag eines Gastredners. Nach der Begrüßung durch Manfred Pott war diesmal Dean Smith vom Berufsbildungszentrum der Industrie zu Gast. Smith ist Ausbilder im Bereich Maschinenbautechnik und Fertigungstechnik und referierte zum Thema „3D-Drucker“.

**Boom nach Patentablauf**  
Zu Beginn des gut einstündigen Vortrags stand ein Imagefilm zur Vorstellung des Berufsbildungszentrums an der Wüstenhagener Straße in Remscheid. Anschließend stellte Smith die vier gängigsten 3D-Druckverfahren vor, die aktuell auf dem Markt präsent sind. Das 3D-Druckverfahren gibt es bereits seit 1983, über zwanzig Jahre hielt die Firma Airbus in den USA ein Patent darauf,

Weiterentwicklung fand nicht statt. Das Patent lief aus und wurde nicht verlängert, danach ging die Entwicklung explosionsartig weiter. Wurden 2015 noch 214.000 3D-Drucker verkauft, so wird für das Jahr 2019 eine Verkaufszahl von 5,5 Mio. prognostiziert. Das erste Verfahren, das Dean Smith vorstellte, war das sogenannte FDM Verfahren, eine Methode für eher grobe Formteile. Hier wird ein Formteil Schicht für Schicht hergestellt, ein eher langwieriges Verfahren. Einen Delta Drucker hatte Smith mit vor Ort, so dass sich die Besucher direkt einen Eindruck verschaffen konnten, wie ein solcher Drucker arbeitet: Ein Uhrwerk wurde innerhalb von drei Stunden hergestellt. Dann gibt es das „SLA-Verfahren“ für feine Teile, hier wird über ein Gel gedruckt, das durch UV-Licht aushärtet. Diese Methode wird gerne in der Zahnmedizin angewendet. Das Multi-Jet Verfahren von HP basiert auf einer Pulvertechnik und ist zehnmal schneller und wird für feine Formteile verwendet, es findet in der Luftfahrt Anwendung, weil die gedruckten Teile besonders leicht sind. Im Hybridverfahren werden 3D-Druck und Fräs-

technik in einem angewendet. Hybridgeräte kosten etwa 1,5 Mio. Euro. Smith machte deutlich, welche Vorteile der 3D-Druck gegenüber den herkömmlichen Herstellungsarten wie Drehen oder Fräsen hat. Gerade die geringen Materialkosten, die Individualität und auch der Umweltschutz (recyclebar) machen die Technik so interessant. Smith prognostizierte, dass gerade die Medizintechnik in Zukunft enorm davon profitieren wird. Mitorganisator Herbert Drusenheimer betonte, dass jeder

Mann beim Männerfrühstück herzlich willkommen sei und man sich immer über neue Gesichter freue. Die nächsten Themen für das Männerfrühstück stehen auch schon fest: Am 3. März präsentiert Dirostahl-Chef Manfred Diederichs seinen „Rückblick mit Karikaturen“, Beginn ist ausnahmsweise schon um 9 Uhr. Am 6. April referiert Reinhard Berns zum Thema „Einsätze eines Handwerkers in Eritrea“ und am 4. Mai wird Lothar Elbertzhagen zur „Oase Erde“ vortragen.



Volles Haus beim Männerfrühstück. Foto: Schulte - tsaballs.com

## Benefizkonzert „Rock für Nela“ in der Welle in Lennep

(red) Durch die musikalische Verbindung zum Culture Club in Wuppertal erfuhr die Schülerrockband APEX aus Lennep von der Krebskrankung der gerade einmal 21 Monate alten



Die Schülerrockband APEX aus Lennep hatte die Idee zu dem Benefizkonzert in der Welle. Foto: privat

Nela und den daraus folgenden finanziellen Schwierigkeiten ihrer Familie. Durch einen Spendenaufruf in einer Wuppertaler Zeitung entstand bei APEX die Idee eines Benefizkonzertes. Die Welle gGmbH stellte sich dafür als Veranstalter zur Verfügung. Der Lennep Sängler Florian Kurz (ehemaliger Sänger von Acoustic Arts) wird den Abend musikalisch mit ruhigeren Tönen eröffnen. Anschließend glüht APEX vor, damit Headliner Kiesberch die Welle zum Beben bringen kann. **Termin:** Freitag, 16. Februar, 20 Uhr, Einlass 19.30 Uhr. **Eintritt:** unter 18 Jahren 2 Euro, Erwachsene 5 Euro und freiwillig auch gerne mehr.

Alle Einnahmen gehen zu 100% an Nela und ihre Familie. Die anfallenden Kosten für das Konzert übernimmt die Welle. Es werden noch weitere Sponsoren gesucht. Diese können ihren Beitrag mit dem Verwendungszweck „Solikonzert Spende für Nela“ auf das Konto DIE WELLE gGmbH Stadtparkasse Remscheid IBAN DE14 3405 0000 0000 1181 09 überweisen und ihr Logo per Mail an konzert@diewelle.de senden. Alle Spendenlogos werden während des Konzertes per Beamer auf die Leinwand projiziert. Alle Beteiligten hoffen auf viele Spenden, um der Familie in dieser schweren Zeit zumindest die finanziellen Sorgen zu lindern.

**RIEMANN'S KÜCHE**  
Kölner Straße 89  
Am Kreishaus  
Tel. 02191.666.384  
42897 Remscheid-Lennep  
www.Riemanns-Kueche.de

Von 11.30 bis 19.00 Uhr durchgehend warme Küche!

**Wochenangebote: Woche vom 5.2. bis 16.2.**

- Möhren-Ingwer-Suppe mit Ahornsirup & Croutons  
klein € 3,90 / groß € 5,90
- Vegetarisch: Gemüse-Maultaschen mit geschmelzten Tomaten, Walnüssen, Kräutern & geriebenen Parmesan € 7,90
- Unser Sauerbraten mit Rosinensauce auf Rotkohl mit Spätzle € 9,50
- Bergisch: Speck-Pfannekuchen mit grünem Salat & Kartoffeldressing € 8,50
- Vegetarisch: Ofenkartoffel gefüllt mit Sourcream, Parmesan & gebratenen Champignons € 7,50
- Osso Buco „Gremolata“, geschmorte Kalbsbeinscheiben mit kräftiger Sauce & Spaghetti € 9,90
- Großer gemischter Salat mit Spianata Romana Salami, Manchegokäse & Feigensenf € 8,50

Weitere Gerichte auf unserer Tageskarte! Allergenkennzeichnung im Laden.

**ÖFFNUNGSZEITEN** Montag bis Freitag: 11.30 bis 19.00 Uhr  
Samstag Ihr Catering!  
Sonntagsimbiss an Sonn- und Feiertagen von 14.00 - 20.00 Uhr geöffnet

Jetzt mit barrierefreiem Zugang und Behinderten-Toilette.

**KANZLEI KIM MORRIS KEIL**  
**RECHT IM BERGISCHEN LAND**

Kölner Straße 60 – 62 (Alte Polizeiwache)  
42897 Remscheid – Telefon 021 91-4 61 92 51

[WWW.RECHT-IM-BERGISCHEN-LAND.DE](http://WWW.RECHT-IM-BERGISCHEN-LAND.DE)

**RS-FUNKMIETWAGEN**  
Tel. 696 83 90  
Personenbeförderung

**Wir bieten:**

- allgemeine Fahrten
- Flughafentransfer zum Festpreis.
- Dialyse-, Bestrahlung-, Krankenfahrten alle Kassen

seenotretter.de

**REINER SWOBODA**

**IHR MALERMEISTER**  
An der Windmühle 80  
Telefon 5 44 59  
[www.malermeister-swoboda.de](http://www.malermeister-swoboda.de)

## Sudoku

Ziel ist, die fehlenden Zahlen zu ergänzen. Dabei darf jede Zahl von 1 bis 9 nur einmal je Reihe, je Spalte und je 3 x 3 Feld vorkommen.

**HÖRKNÖR**  
schöner hören

Petra Knör  
Kölner Straße 26  
42897 Remscheid  
Telefon: 0 21 91 / 4 37 94 86  
[www.hoerknoer.de](http://www.hoerknoer.de)

Kostenloser Hörtest  
Hörgeräte aller Art  
Individuelle Geräteanpassung  
Hörtraining  
Tinnitus Beratung  
Zubehör für Hörgeräte  
**Hausbesuche nach Absprache**

		2	9	8			3	5
5			1			4		
	8							
			8				6	
		6			3			2
	3				1			9
9	2		6				5	8
		4		5				6
	6							4

# Basar

## Immobilien

Verkaufen auch Sie über den Marktführer!

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

**Lagerraum in einer Scheune zu vermieten - nicht befahrbar - Ort: Remscheid-Lennep**  
Tel.: 66 64 66 ab 19.00 Uhr

**Zu vermieten an 1-2 Pers., 56 qm, 1 OG in Lü., Wohnküche, Wohnz., Schlafz., Diele, Duschbad, Garage mögl., Gartennutzung, sofort bezugsfertig, 340 Euro kalt + NK, 3 MM Kaution, Bj. 38, zentr. Gasheizung, End-Energieb. d. Geb. 213,5 kWh/(m² \* a).**  
Telefon 5 91 85 81

**Li 10763 älteres Ehepaar sucht Neubau-Whg., 3 Zi., KDB, Balkon od. Terrasse, Garage bis max. 750,- € kalt zzgl. NK**  
LISCHECK Immobilien Management GmbH, Telefon 0 21 91 / 3 20 66

## Stellenangebote

**Putzhilfe in Ronsdorf für Privathaushalt auf voller Minijob-Basis gesucht.** Drei Mal wöchentlich 3 Stunden. Voraussetzung: langfristig, zuverlässig und erfahren.  
Telefon: 01 71 / 6 24 22 01

**Putzhilfe gesucht alle 14 Tage, freitags 9 - 11 Uhr, Tel. 5 47 23**

## Verschiedenes

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

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

**Ferienhaus Nordsee / Carolinensiel, Tel. 01 57 / 54 66 84 49,**  
www.ferienhaus-carolinensiel.info

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

**Privat sucht Pelzmäntel o. -jackets.** Zahle von 200,- bis 3000,- Euro. Münzen, Teppiche, Bekleidung, Handtaschen, Bernstein- u. Korallenschmuck. **Herr Schulz, Telefon 0163 / 8 67 16 17**

**Übungsmodelle für Nageldesign gesucht. Tel. 01 78 / 197 1980**

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

# Lesezeugnisse am Leibniz

Lesebegeisterte Fünftklässler trafen sich freiwillig sechs Wochen lang in der Mittagspause zum Lesen.

(red) Kurz vor den Halbjahreszeugnissen erhielten 8 Mädchen und 17 Jungen des Leibniz-Gymnasiums schon eine andere Urkunde. Sie haben ihren „Lesekurs“ im 1. Halbjahr der 5. Klasse erfolgreich absolviert und wurden von Schulleiter Dr. Thomas Giebisch und Claudia Krahl, der Koordinatorin für individuelle Förderung, mit einem Lesezeugnis ausgezeichnet. Neue Leibniz-Schüler absolvieren bereits an ihrem dritten Schultag ein Lesescreening. Claudia Krahl testet die gesamte Jahrgangsstufe 5 und teilt jedem Kind seinen Lesequotienten mit, der anhand von Vergleichsdaten der Fünftklässler von Gymnasien ermittelt wird. Danach werden die Schüler zu einem Lesekurs eingeladen, der über sechs Wochen in der Mittagspause stattfindet. Der Kurs beginnt gleich in der ersten Schulwoche.



Claudia Krahl und Dr. Thomas Giebisch mit den erfolgreichen Fünftklässlern.

Foto: privat

**Unendliche Geschichte**  
„Die ersten paar Tage ist das erst einmal sehr ungewohnt, aber dann möchten die Kinder ihren Lesekurs nicht missen. Das gemeinsame Lesen nach der Schule wird schnell zu einem Ritual, auf das die Kinder sich gerade wegen seiner Regelmäßigkeit und Vertrautheit freuen“, so Claudia Krahl. Die Kinder treffen sich in ihrem Leseraum, greifen zu ihrem Buch und lesen

zum Hörbuch mit. Gelesen wird ein umfangreicher Klassiker: „Die unendliche Geschichte“ von Michael Ende. Der beliebte Roman ist nach sechs Wochen noch nicht ausgelesen, die Kinder nehmen ihn aber gerne mit in die Herbstferien. Ein erneutes Lesescreening zeigt: Alle Kinder haben sich in ihrer Lesefähigkeit deutlich verbessert und sie haben vor allem Spaß am Lesen entwi-

ckelt. Sie können schneller und flüssiger lesen, sodass die Geschichte auch Spannung entwickeln kann und sich die Leser in ihr Buch vertiefen können. Dr. Thomas Giebisch begründet seine Entscheidung für den so zeitigen Lesekurs am Leibniz: „Lesen ist eine Basiskompetenz, die erfolgsbestimmend für die Schullaufbahn ist. Daher haben wir uns entschieden, diese Kompetenz von Anfang

an ganz wesentlich zu fördern. Das ist mit einem gewissen Aufwand verbunden, aber das ist es uns wert.“ Da die Fördermaßnahme erfolgreich ist, wird sie jedes Jahr durchgeführt. In diesem Jahr standen Claudia Krahl zwei Referendarinnen zur Seite, Alisa Knepper und Alexandra Jurczyk, die direkt zu Leseförderinnen ausgebildet werden konnten.

# Belohnung für die gute Leistung

Das Zeugnisfrühstück der Schlawiner ist auch nach der Vergabe der Halbjahreszeugnisse eine beliebte Anlaufstelle für Kinder und Jugendliche.

VON ANNA MAZZALUPI

Erst das Zeugnis erhalten und dann noch gemeinsam mit den Freunden gemütlich zusammen frühstücken – das ist seit Jahren eine beliebte Aktion bei den Schlawinern. Als am Freitag die Halbjahreszeugnisse ausgegeben wurden, trafen sich wieder viele Leibniz-, aber auch Grundschüler in dem Kinder- und Jugendzentrum. „Die Schulen enden an dem Tag immer sehr früh und so ist das eine tolle Gelegenheit für die Kinder, die Zeit zu verbringen“, erklärt Nicole Meshing, Pädagogische Leiterin der Schlawiner.

**Für jede Eins ein Eis**  
Dazu zählen auch die vier Sechstklässlerinnen Alessia (11), Paula (11), Nina (12)

und Viktoria (11) vom Leibniz-Gymnasium. Die Mädchen haben erst herzlich bei Brö-

chen, Aufschnitt, türkischer Wurst, Schokoaustrich, Gurken, Tomaten und Kakao zuge-

griffen, bevor es das leckere und wohlverdiente Eis sowie eine Spielrunde zum Ausklang gab.

Denn: Für jede Eins auf dem Zeugnis spendiert die Einrichtung den Schülern ein Eis. „Das ist toll, dass es hier so viel Eis gibt und hier ist es immer lustig“, erzählte Paula. Immerhin durften die Mädchen ganz schön viel Eis essen. So viel, dass sie das meiste davon mit nach Hause nahmen. Jede von ihnen hatte fast ausschließlich Eisens auf dem Zeugnis. Deshalb waren auch alle zu Recht sehr zufrieden mit den eigenen Leistungen. „Das ist ein Ansporn. Und das ist ein tolles Gefühl, wenn man auf das Zeugnis guckt und es so gut ist“, merkte Nina an. Alessia denkt sogar schon etwas weiter: „Wenn man dann mal selber Kinder hat, kann man ihnen sagen, schau mal, wie gut die Mama in der Schule war

und sie so auch motivieren.“ Außerdem waren sich die vier Schülerinnen einig, dass gute Noten auch wichtig sind, um später einmal einen tollen Job zu bekommen. Das Zeugnisfrühstück ist aber nicht nur eine wirklich tolle Gelegenheit, Anerkennung für die guten Noten zu erhalten. Schüler, die vielleicht in einem Fach schwächer sind und deshalb eine schlechte Benotung erhalten haben, können sich mit ihren Sorgen an das herliche Team um Nicole Meshing wenden. Gemeinsam wird dann überlegt, wie man es den Eltern am besten sagt oder wie man sich verbessern kann. „Das kommt aber eigentlich selten vor. Gerade die Leibniz-Schüler sind sehr ehrgeizig“, sagte Meshing.



Sind zu Recht stolz auf ihre guten Zwischenzeugnisse: Alessia, Paula, Nina und Viktoria (v.l.) vom Leibniz-Gymnasium. Foto: Mazzalupi

BERGISCHER FIRMBLICK

<h3 style="text-align: center;">Auto</h3> <div style="text-align: center;">   <b>SUBARU</b>                  Auto-Service PoniewazoHG                  Kfz.-Meisterbetrieb                  Dreherstraße 17 · 42899 Remscheid                  Telefon 02191/781480 oder 5 58 38                  www.subaru-remscheid.de             </div>	<h3 style="text-align: center;">Bekleidung</h3> <div style="text-align: center;">   <b>KFZ-CENTER</b>  <b>A. Schmidt e.K.</b>                  Inh. Matthias Dannaks                  Reparatur aller Fabrikate                  Jeden Dienstag + Mittwoch: TÜV + AU                  Ringstraße 61b · 42897 RS-Lennep                  Telefon 0 21 91 / 66 31 32             </div>	<h3 style="text-align: center;">Dachdecker</h3> <div style="text-align: center;">                   Dach &amp; Wand in guter Hand                  Seit 1996  <b>Oliver Rossmeyer</b>                  Dachdeckermeister                  Tel.: 02191/666307                  www.rossmeier-dach.de             </div>	<h3 style="text-align: center;">Elektrotechnik</h3> <div style="text-align: center;">   <b>ELEKTRO HALBACH</b>                  Haushaltsgeräte,                  Wärmepumpen, Photovoltaikanlagen                  Ihr -Fachhändler für Lüttringhausen                  Friedenshort 4, 42369 Wuppertal                  Fon 02 02 - 46 40 41             </div>
<h3 style="text-align: center;">Fenster / Türen / Tore</h3> <div style="text-align: center;">                   Aufmaß, Einbau, Lieferung -                  Alles aus einer Hand.  <b>Bauelemente Duck</b>                  Fenster   Türen   Garagentore                  info@bauelemente-duck.de                  Telefon: 01 51 / 23496048             </div>	<h3 style="text-align: center;">Gesundheit</h3> <div style="text-align: center;">   <b>meyertore</b>                  VERTRIEB   MONTAGE   SERVICE                  Garagentore - Haustüren                  Roll- und Schnelllauf-tore                  Feuerschutz-tore und -türen                  Montage - Service - Wartung                  Rüdiger Meyer, Am Stall 11, 42369 Wuppertal                  Tel. 02 02 3 17 29 22, info@meyertore.de                  www.meyertore.de             </div>	<h3 style="text-align: center;">Handarbeiten</h3> <div style="text-align: center;">   <b>Handarbeiten</b>  <b>Helga Degenhardt</b>                  Rotdornallee 2                  42897 Remscheid                  Tel.: 0 21 91 / 66 25 70                  Öffnungszeiten:                  tägl. 9.00 - 12.30 Uhr             </div>	<h3 style="text-align: center;">Umzug</h3> <div style="text-align: center;"> <p>»Nur Seifenblasen können wir nicht verpacken«</p>   <b>BREER GmbH</b>                  Umzüge In- und Ausland                  Möbellagerung                  Möbelaufbauaufzug                  (0 21 91) 92 72 82             </div>

**KOTTHAUS**  
BERUFSBEKLEIDUNG & TEXTILVEREDELUNG

In unserem neuen Ladenlokal bieten wir Ihnen ein umfangreiches Sortiment an Arbeitskleidung und Zubehör für **Industrie** und **Handwerk, Gastronomie, Klinik, Praxis, Pflege ...** Und auf Wunsch **bedrucken** oder **besticken** wir die Textilien mit **Ihrem Logo!**

Wir freuen uns auf Ihren Besuch in der  
**Gertenbachstr. 35, 42899 Remscheid, Tel. 021 91 / 565 57 58**  
Unsere Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 8.30 - 18.30 Uhr, Sa. 8.30 - 13.00 Uhr

**STICK- & DRUCK SERVICE**

**KOTTHAUS**  
BERUFSBEKLEIDUNG · TEXTILVEREDELUNG

**KOTTHAUS**  
RAUMAUSSTATTUNG

IHR SPEZIALIST IM BERGISCHEN!

**Termine nach Absprache.**  
Remscheider Str. 10, 42899 Remscheid, Tel. 021 91 / 505 61  
service@kotthaus-raumausstattung.de  
www.kotthaus-raumausstattung.de

- SONNENSCHUTZ & SICHTSCHUTZ  
Jalousien. Plissee. Rollos. Insektenschutz.
- GARDINEN & DEKORATION  
Stores. Vorhänge. Stilgarnituren.
- BODENBELÄGE  
Teppich. Laminat. Fertigparkett. Designbeläge.
- GARDINEN & BETTENWÄSCHE

## Ein brandheißes Hobby

Retten, löschen, bergen, schützen - ab dem 10. Geburtstag kann man zur Jugendfeuerwehr.

VON TIM OELBERMANN

Eine spannende und zugleich langfristige Freizeitbeschäftigung für Kinder und Jugendliche zu finden, scheint in der aktuellen Zeit nicht mehr so einfach. Die Jugendfeuerwehr besteht in Lüttringhausen nun seit 2005 und richtet sich an Zehn- bis Siebzehnjährige aus Lüttringhausen.

Frederik Ptok ist 16 Jahre alt und bereits seit seinem 10. Geburtstag bei der Jugendfeuerwehr. Er kam über seine Familie zu diesem Hobby, denn neben seiner Schwester Alexandra und seinem Bruder Dominic ist auch sein Vater Teil der Feuerwehr Lüttringhausen. Er war sofort begeistert und hat seitdem besonders viel Spaß bei den Praxisdiensten sowie den Berufsfeuerwehrtagen, bei denen die Kinder einen 24-Stunden Dienst der Berufsfeuerwehr nachspielen: „Man lernt die anderen noch besser kennen und intensiviert sein Wissen bei diesen Tagen, die für alle das Highlight eines Jahres sind!“

### Das Wir zählt

Bei der Feuerwehr geht man immer zu zweit vor und zu diesem „Trupp“ gehört beim aktuellen Dienst die 12-jährige Geraldine Lauer. Sie kam ebenfalls im frühestmöglichen Alter von 10 Jahren in die Jugendabteilung der Lüttringhauser Brandschützer und verstärkt dieses Team als Frau - Feuerwehr ist schon lange keine „reine Männersache“ mehr. Als sie davon erzählt, was ihr am meisten Spaß



Frederik Ptok und Geraldine Lauer (vorne, v.l.) mit ihren Kameraden Marcel Keil, Thorsten Voigt, Bianca Parsch, Michael Keil, Ayoub El-Haddaoui, Angela Windel, Dennis Bauer, Liam Wolff, Julia Miemus, Atacan Cetin (hinten, v.l.).

Foto: Oelbermann

macht, sprudeln die Worte nur so aus ihr heraus: „Wasserspiele im Sommer, gutes theoretisches Lernen im Winter und eine große Abwechslung machen immer wieder richtig Spaß!“ und ergänzt weiter, was ihr am wichtigsten ist: „Es gibt bei uns nur das Wir, denn wir machen alles zusammen!“ Als sie dann noch von Freizeitaktivitäten erzählt, erwähnt sie wieder, dass aus Kameraden schnell Freunde wurden. Marcel Keil ist als stellvertretender Jugendwart für den

Lüttringhauser Nachwuchs zuständig, zeigt sich im Gespräch mit dem LA zufrieden über die Entwicklung der Jugendfeuerwehr und freut sich stets über neue Mitglieder im Team. Neben Ausflügen zu anderen Feuerwehren stehen Aus- und Fortbildung in Form von Theorie und Praxis auf dem Dienstplan. Berufswahltag und Sportabende sind Sondertermine, die zusätzlich durchgeführt werden. Zu öffentlichen Veranstaltungen treffen sich Ausbilder und Nachwuchs re-

gelmäßig, um zu informieren und Interessierte näher an das Thema Feuerwehr zu bringen. Unterstützt wird die Jugendabteilung durch einen Förderverein. Nähere Informationen dazu stellt die Feuerwehr auf ihrer Homepage unter [www.feuerwehr-luettringhausen.de](http://www.feuerwehr-luettringhausen.de) zur Verfügung.

Wer Lust auf ein richtig heißes Hobby hat, ist jeden Donnerstag ab 17.45 Uhr an der neuen Feuerwache Am Schützenplatz 40 in Lüttringhausen willkommen.

Ab sofort bis Aschermittwoch:

**Scharfe Natteru**

FLEISCHEREI VOLZEN  
Die gute bergische Art

Kreuzbergstraße 11 | 42899 Remscheid | Tel. 0 21 91 - 5 05 62

### Und sonst ...

#### Stadtparkkasse mit geänderten Öffnungszeiten

(red) Die Stadtparkkasse Remscheid führt in manchen Filialen wieder eine Mittagspause ein, auf der Alleestraße und in Lennep bleibt es durchgängig geöffnet. Hauptgeschäftsstelle Alleestraße: Mo - Fr 9 bis 18 Uhr, Geschäftsstelle Lennep: Mo + Do 9 bis 18 Uhr; Di, Mi + Fr 9 bis 16.30 Uhr, Geschäftsstellen Lüttringhausen, Hasten, Handweiser und Vieringhausen: Mo + Do 9 bis 12.30 und 14 bis 18 Uhr; Di, Mi + Fr 9 bis 12.30 und 14 bis 16.30 Uhr.

#### Lichte Lichtung statt dichtem Stadtwald

(pm) Eine Spur der Verwüstung hat das Orkantief Friederike vor drei Wochen auch im Lüttringhauser Stadtwald hinterlassen. Oberhalb des Waldparkplatzes an der Olper Höhe ist dort, wo bisher ein hoher Fichtenwald stand, eine mehrere tausend Quadratmeter große Lichtung entstanden. Gleich dutzendweise hielten die mächtigen Bäume den orkanartigen Böen nicht stand. Sie wurden entweder entwurzelt oder die Stämme brachen durch. Auch in dieser Woche ist der städtische Forstbetrieb aktiv dabei die Schäden mit schwerem Gerät zu beseitigen und das beliebte Naherholungsgebiet wieder für die vielen Spaziergänger zugänglich zu machen.

#### Arbeitskollegen mit Hammer verletzt

(red) In einer Firma an der Barmer Straße kam es am frühen Dienstagmittag zu einer Auseinandersetzung zwischen zwei Mitarbeitern (42 und 54 Jahre). Im Verlauf des Streits schlug der ältere Mann dem jüngeren mit einem Hammer auf den Kopf. Der 42-Jährige musste schwerverletzt zur stationären Behandlung in ein Krankenhaus gebracht werden. Der Angreifer wurde zwecks ärztlicher Untersuchung in eine Spezialklinik gebracht. Die Polizei leitete umgehend ein Strafverfahren wegen gefährlicher Körperverletzung ein; die Ermittlungen zu den Hintergründen der Auseinandersetzung dauern an.

## Im CVJM-Haus blieb kein Auge trocken

Die kleine Tournee vom Amateurtheaterverein Wipperwagen mit dem Stück „Love Jogging“ von Derek Benfield endete in Lüttringhausen.

VON SASCHA  
VON GERISHEM

Das Licht im CVJM-Saal verdunkelt sich und die Beatles melden sich mit Help aus den Lautsprecherboxen, als sich der Vorhang genüsslich zur Seite bewegt und der urkomische Reigen seinen Lauf nimmt.

### Keine Hektizität!

Hilary schenkt ihrem Gatten Brian einen knallroten Trainingsanzug, damit er sich regelmäßig körperlich ertüchtigt. Statt aber jeden Mittwoch durch den Park zu joggen, läuft er flugs zur Wohnung seines Freundes George und trifft sich dort mit seiner Geliebten Wendy zur Körperertüchtigung der horizontalen Art. „Ich liebe Dich Schäfchen“, haucht Brian seiner Geliebten zu. „Ja, aber doch nur einmal in der Woche!“, entgegnet sie ihm prompt. Georges Frau Jessica ist jeden Mittwoch beruflich unterwegs, ihn wähen sie währenddessen beim Dartspiel. Statt zu darten trifft sich George für vernünftige Stunden mit Hilary, kann er doch sicher sein, dass ihr Gatte Brian ebenfalls beschäftigt ist.

Georges Frau Jessica ist jeden Mittwoch beruflich unterwegs, ihn wähen sie währenddessen beim Dartspiel. Statt zu darten trifft sich George für vernünftige Stunden mit Hilary, kann er doch sicher sein, dass ihr Gatte Brian ebenfalls beschäftigt ist. Jessica kehrt überraschend früh zurück und trifft in ihrer Wohnung auf Wendy und Brian und stellt ihn zur Rede: „Ich



Turbulente Komödie: Jessica überrascht Brian und Wendy, George kann gerade noch unentdeckt entkommen.



Fotos (2): li. Schütz, re. Schulte - tsaiballs.com

warte immer noch auf deine ganz simple Erklärung.“ - „Verdamm!“; entfährt es Brian, der darauf eine hanebüchene Ausrede aufischt. Jessica überlässt den beiden das Feld und fährt zu ihrer Freundin Hilary, da sie George beim Dartspiel vergeblich sucht. George kann sich geschickt wie ein Tiger unbemerkt aus der Wohnung schleichen

und wähnt sich trotz hosenloser Flucht in Sicherheit, stattdessen beginnen die Turbulenzen jetzt erst richtig... Oliver Hecker (Brian) und Norbert Becker (George) spielten brillant und mit vollem Körpereinsatz. Maybritt Schützenmeister (Wendy), Ricarda Scheer (Hilary) und Ute Joho (Jessica) brachten die Herren

auf der Bühne herrlich ins Schwitzen. Das Ensemble vom Wipperwagen sorgte für schalendes Gelächter beim Publikum. „Ich bin mittwochs wirklich bei Vaillant!“, entfährt es Heilpraktikerin Sandra Schulte direkt nach dem Stück in Richtung ihres grinsenden Mannes Thomas, unbekannt, wie sein Plan für Mittwoch aussieht.

Brian-Darsteller und Regisseur Oliver Hecker zeigt sich begeistert vom Lüttringhauser Publikum: „Das Publikum hier ist der Hammer!“ Das clevere Bühnenbild, das zwei Wohnungen glaubhaft darstellt, ist aus Toilettentrennwänden gefertigt. „Das war zwar teuer, aber wir sind dadurch sehr flexibel“, weiß Gründungs-

mitglied Detlef Bauer, jetzt 1. Vorsitzender und verantwortlich für die Technik. Damit könnte nun auch das Rätsel um die Toiletten des Weiterbildungskollegs an der Bökerhöhe gelöst sein, wolle? Im nächsten Jahr möchte der Wipperwagen wieder im Dorf Halt machen. Darauf kann man sich schon jetzt freuen.

# Generation plus: im Alter fit bleiben

Sonderveröffentlichung · Anzeigen

**Sana-Klinikum Remscheid** Klinik für Kardiologie




**Sprechen Sie uns an!**

**Unsere Fachabteilungen im Sana-Klinikum Remscheid**

## Ihr Herz in besten Händen

In unseren beiden kardiologischen Kliniken können wir Ihnen eine umfassende Versorgung in allen vier Kerngebieten der Kardiologie (Koronare-, Myokardiale-, Klappen- und Rhythmus-Erkrankungen) anbieten. Der Patient steht für unser Team stets im Mittelpunkt unseres Handelns. Für weitere Fragen wenden Sie sich gerne an einen unserer Mitarbeiter.

Unsere kardiologischen Fachbereiche erreichen Sie unter:  
 Klinik für Kardiologie, Angiologie, Pneumologie und Intensivmedizin ..... T. 021 91 / 13 - 4000  
 Klinik für Kardiologie, Schwerpunkt Elektrophysiologie und Rhythmologie ..... T. 021 91 / 13 - 40 10

[www.sana-klinikum-remscheid.de](http://www.sana-klinikum-remscheid.de)

**Gemeinschaftspraxis**  
 Nelkenweg 4, 42899 Remscheid

**Heilpraktikerin**  
**Judith Müller**  
 Praxis für Naturheilkunde  
 Klass. Homöopathie, Craniosacrale Osteopathie, Dorn-Breuß-Therapie u.m.  
 Telefon 0 21 91 / 5 57 42  
[www.naturheilpraxis-jmueller.de](http://www.naturheilpraxis-jmueller.de)

**Kosmetikerin / Fußpflegerin**  
 (im nicht med. Bereich)  
**Henrike Wöhlert**  
 Kosmetik, Massage & Fußpflege Wöhlert  
 Telefon 01 78 / 1 97 19 80  
[www.kosmetik-woehlert.de](http://www.kosmetik-woehlert.de)

**ÜBUNGSMODELLE FÜR NAGELDESIGN GESUCHT!**

**SÖHNCHEN**  
**GARDINENREINIGUNG**  
 ABNEHMEN • WASCHEN • AUFHÄNGEN  
 NEUANFERTIGUNG  
**TELEFON:**  
 0 21 91 932 888  
**MOBIL:**  
 0160 - 300 51 72  
 NELKENWEG 12 • 42899 REMSCHEID  
 SOEHNCHEN-GARDINEN@WEB.DE

**Pflegedienst CaSa GmbH**  
 ... der etwas andere Pflegedienst.

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

**„Zeit für mich.“**  
 Ambulanter Pflegedienst und 24h-Intensivpflege

**„Zeit für mich.“**  
 Ambulanter Pflegedienst  
 Telefon: 02 02 - 76 95 31 64  
 Info@ZFM-Bergischland.de

## Auszeichnung fürs Sana Klinikum

Anzeige

Sana Klinikum Remscheid als erste Schwerpunkt-Klinik für Herzinsuffizienz in Deutschland zertifiziert.

Das Sana Klinikum Remscheid wurde als erste Schwerpunkt-Klinik für Herzinsuffizienz von der Deutschen Gesellschaft für Kardiologie, Herz- und Kreislaufforschung sowie der Deutschen Gesellschaft für Thorax-, Herz- und Gefäßchirurgie ausgezeichnet.

### Modernste Therapien

„Als erste Klinik deutschlandweit erfüllt das Sana Klinikum alle Zertifizierungskriterien“, erklärt Prof. Dr. Sievers, Chefarzt der Klinik für Kardiologie, Angiologie, Pneumologie und internistische Intensivmedizin am Sana Klinikum Remscheid. „Wir freuen uns, dass unsere besondere Expertise in der Behandlung von Patienten mit Herzinsuffizienz, insbesondere in der kardiovaskulären Bildung, der interventionellen Kardiologie und der Intensivmedizin, aber auch die gute Infrastruktur sowie die hervor-

ragende interdisziplinäre Zusammenarbeit mit den Fachdisziplinen des Klinikums, den niedergelassenen Kollegen und unserem herzchirurgischen Kooperationspartner dazu geführt haben, dass wir ausgezeichnet wurden. Denn das bedeutet, dass wir Patienten mit einer Herzschwäche optimal und nachhaltig nach modernsten Therapierichtlinien versorgen können“, so Sievers weiter.

Wie wichtig eine hohe und kontinuierliche Versorgungsqualität bei Patienten mit Herzschwäche ist, zeigt sich an den Betroffenenzahlen: Rund zwei bis drei Millionen Deutsche leiden an einer Herzinsuffizienz, mit steigender Tendenz. Das „schwache Herz“ betrifft Menschen aller Altersgruppen, deren Leben stark beeinträchtigt wird. Häufig leiden ältere Menschen an dieser Form der Erkrankung. Um eine bedarfsgerechte Patientenversorgung

zu gewährleisten, die die individuellen medizinischen und sozialen Aspekte des Patienten berücksichtigt, haben sich die Deutsche Gesellschaft für Kardiologie, Herz- und Kreislaufforschung (DGK) und die Deutsche Gesellschaft für Thorax-, Herz- und Gefäßchirurgie (DGTHG) die Förderung des Aufbaus qualitätsgesicherter integrierter Versorgungsstrukturen für Patienten mit Herzschwäche zum Ziel gesetzt. Mit der Auszeichnung von Einrichtungen können Patienten auf den ersten Blick erkennen, dass sie in ihrer ausgewählten und als Herzinsuffizienz-zertifizierten Einrichtung auf Grund des engen Zusammenspiels stationärer und poststationärer Langzeitbetreuung eine umfassende Versorgung und Betreuung erhalten können. „An die Zertifizierung werden höchste Ansprüche gestellt, die Behandlungsangebot, Behand-

lungspfade, Personalstruktur von Pflege und Ärzten sowie die intensivmedizinische Versorgung der Patienten beinhalten. Daher ist die Auszeichnung ein herausragender Erfolg für unser Klinikum und unser hochqualifiziertes Personal“, betont Sievers. Dr. Schnickmann, stellvertretender Leiter der Herzinsuffizienz-Einheit und ärztlicher Leiter der internistischen Intensivstation am Sana Klinikum, fügt hinzu: „Die Akkreditierung als Schwerpunkt-Klinik für Herzinsuffizienz ist nicht nur für die bei uns tätigen ärztlichen Kollegen eine großartige Motivation und Möglichkeit zur hochqualifizierten Ausbildung, sondern wird auch überregional eine Bedeutung haben. Patienten mit Herzschwäche werden bei uns im Sana Klinikum Remscheid in einem zertifizierten Schwerpunktzentrum behandelt, eingebettet in ein umfassendes Versorgungskonzept.“

### Beratung für Schwerbehinderte

(red) Der Runde Tisch 50+ hat sich zur Aufgabe gemacht, die Lebensqualität älterer Menschen in Remscheid zu verbessern und deren gesellschaftliche Möglichkeiten und Potenziale zu fördern. Im Begegnungs- und Beratungszentrum (BBZ) Lüttringhausen, in den Räumen der Schlawiner in Klausen 22, berät Monika Kadereit am **Dienstag, 13. Februar, von 15 bis 16 Uhr** Betroffene zur „Schwerbehinderung“. Interessierte werden gebeten, sich für diese kostenfreie Einzelberatung anzumelden und zum Beratungsgespräch ihre persönlichen Unterlagen mitzubringen. Anmeldung bei Nicole Meising unter Telefon 95 32 66.

### Salzmangel: Verwirrtheit und Konzentrationsstörungen

(djd) Natrium- und Salzmangel werden oft unterschätzt. Beides kommt häufiger vor als gedacht. Hyponatriämie kann erhebliche Gesundheitsstörungen zur Folge haben, wie Dr. med. Maja Reich, Oberärztin an der Klinik für Geriatrie am Evangelischen Krankenhaus Essen-Werden, beim 25. Kongress des Verbands für Ernährung und Diätetik e.V. (VFED) in Aachen darlegte. Dazu gehören Konzentrationsstörungen und Verwirrtheit, Gangunsicherheiten und in der Folge Stürze.

### Natriummangel als Krankheitsursache

Die Hyponatriämie stellt nach Angaben von Dr. Reich die häufigste Störung im Wasser- und Elektrolythaushalt des Menschen dar. Sie gehe mit vielen

Krankheitserscheinungen einher und könne in schweren Fällen sogar lebensbedrohlich werden. Trotzdem werde ein Natriummangel als Krankheitsursache oft nicht erkannt: „Das liegt daran, dass die Symptome im individuellen Fall unterschiedlich und auch sehr unterschiedlich sein können“, so Reich.

### Fehlt Natrium, so drohen Gesundheitsstörungen

Eine ausreichende Versorgung mit Natrium ist nach ihren Angaben wichtig, um Flüssigkeit im Körper zu binden. So würde die Grundlage geschaffen, auf der Stoffwechselforgänge optimal ablaufen können. Fehle Natrium, könnten die normalen Stoffwechselprozesse nicht mehr adäquat ablaufen. Dann könne es zur Beeinträchtigung

der hormonellen Regulationsmechanismen und auch zu Problemen bei der Übertragung von elektrischen Impulsen im Reizleitungssystem kommen. Störungen bei der Weiterleitung von Nervenreizen können eine Folge sein. Hyponatriämie ist bei älteren Menschen nicht selten: Bei bis zu 30 Prozent der älteren Patienten, die in die Klinik eingewiesen werden, liegt nach Reich eine solche Störung vor. Die Ursachen sind oft alterstypische Veränderungen des Körpers wie eine Veränderung des Flüssigkeitshaushaltes, aber auch Grunderkrankungen und deren Behandlung - zum Beispiel bei Menschen mit Herzerkrankungen, die oft Medikamente erhalten, die die Flüssigkeitsausscheidung fördern.

## Zertifizierte YOGA-Kurse für Senioren

Anzeige

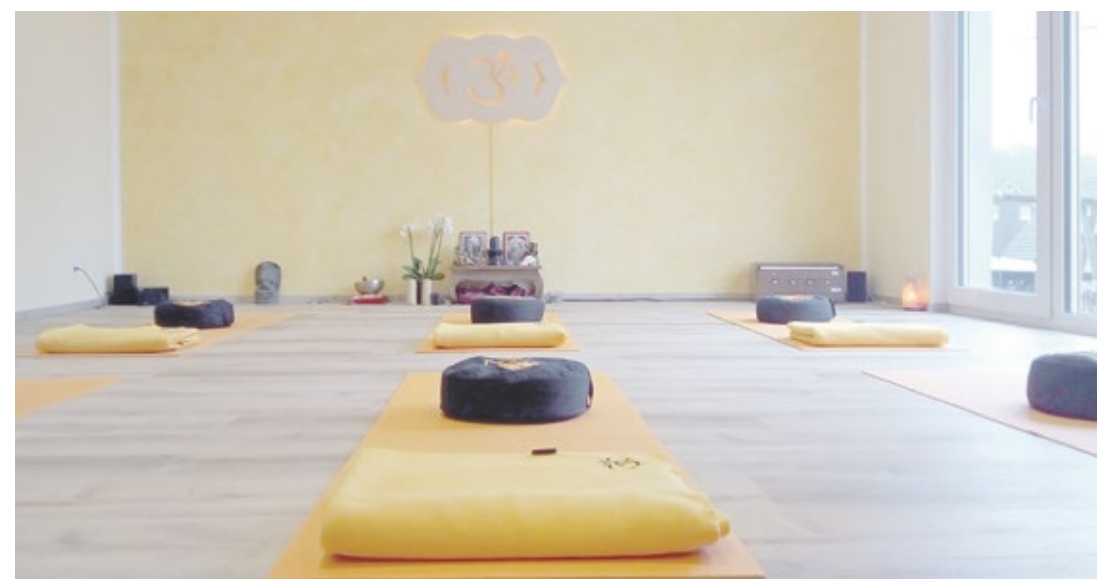
Deinyogaraum bietet in Lüttringhausen Kurse mit Hilfsmitteln wie Gurten, Yogablöcken oder -kissen.

Yoga ist die perfekte sanfte Bewegungsart fürs Alter: Die Übungen können wunderbar auf Senioren angepasst werden, sie machen den Körper auf sanfte Weise stärker, halten den Geist auf Trab und die Psyche stabil. Natürlich muss es kein Ziel sein, mit 80 Jahren noch akrobatische Übungen zu erlernen oder den Kopfstand.

### Besseres Körpergefühl

Gerade sanftes Yoga kann selbst bei körperlich geschwächten Menschen Erstaunliches bewirken: Es verbessert das Körpergefühl, kräftigt Gelenke und Muskeln, stärkt die Konzentration und den Gleichgewichtssinn und kann sogar Krankheiten vorbeugen. Stärkere Beine und Gelenke vermindern zudem die Gefahr vor Stürzen. Durch gezielte Atemübungen entspannen sich Körper und Geist, die Durchblutung und der Lymphfluss werden gestärkt.

Bei den Übungen kommt es nun weniger auf langes Halten und eine perfekte Ausführung an, sondern auf Wiederholungen, das Atmen und die Entspannung. Viele Übungen können so angepasst werden, dass sie den Schülern leichter fallen, etwa im Sitzen auf einem Stuhl statt auf dem Boden. Hilfsmittel, wie Gurte, Yogablöcke und -kissen liefern eine wertvolle Unterstützung. Claudia Hinzmann, die zusammen mit ihrem Mann das



Entspannung ist wichtiger als perfekte Ausführung der Übungen.

Foto: LA/LiB-Archiv

Yogastudio deinyogaraum in Lüttringhausen führt, bietet seit 1,5 Jahren einen Yoga-Kurs speziell für Senioren an, der sehr gut besucht ist. Vor dem Start fragt die Yogalehrerin Beschwerden und Einschränkungen ab, um die Übungen an die körperlichen Kapazitäten mit all ihren Einschränkungen anzupassen. Muskeln, Knochen und Bänder sind im fortgeschrittenen Alter nicht mehr so strapazierfähig, die Kraft der Gelenke und der Motorik lassen nach. Oft kommen Beschwerden wie Arthritis, Rheuma oder Herzkrankheiten hinzu - die wiederum durch

Yoga gemildert werden können. So ist vor allem für Senioren wichtig, Yoga unter professioneller Anleitung zu üben.

Wie für jeden Yogaübenden gilt auch hier, dass jeder selbst in sich hineinhört und seine Grenzen nicht überschreitet.

### Gut zu wissen

Yoga für Senioren:  
 Montags 15 - 16.30 Uhr. Hier sind einige wenige Plätze auch für Anfänger noch frei.  
 Ab dem 23. Februar wird ein zusätzlicher Kurs für Senioren immer dienstags um 11 Uhr angeboten.  
 Die Kurse sind zertifizierte Kurse und werden von den meisten Krankenkassen bezuschusst.

[www.deinyogaraum.com](http://www.deinyogaraum.com), E-Mail: [info@deinyogaraum.com](mailto:info@deinyogaraum.com)  
 Telefon: 0 21 91 / 6 90 43 56

# Generation plus: im Alter fit bleiben

Sonderveröffentlichung · Anzeigen

## Schlafräubern auf der Spur

Wie Senioren zu erholsamer Nachtruhe finden.

(djd). Nie waren Best Ager so aktiv wie heute - sie engagieren sich für ein Ehrenamt, betätigen sich als Mentoren für Berufseinsteiger oder gehen wieder an die Uni. 14.200 der insgesamt 33.600 Gasthörer an deutschen Universitäten waren 2013 mindestens 65 Jahre alt, so das Statistische Bundesamt. Rentner belegen zudem Sprachkurse und bereisen ferne Länder, mehr als jeder Zweite nutzt einen Computer, fast die Hälfte surft im Internet. Bei so viel Tatendrang und Erlebnisdurst sind körperliche und geistige Fitness Grundvoraussetzungen. Diese kann man mit gesunder Ernährung, regelmäßigem Sport und erholsamem Schlaf erreichen. Doch gerade mit zunehmendem Alter bereitet der Schummer Probleme. Experten zufolge klagen etwa 20 bis 40 Prozent der über 65-Jährigen über Schlafstörungen. Sie haben Einschlafschwierigkeiten oder wachen mehrmals pro Nacht auf.

### Schlafqualität verschlechtert sich

Zwar verändert sich im Alter die Schlafstruktur und die Leichtschlafphasen nehmen zu, doch häufig sind die Auslöser auch psychischer Natur. Nervöse Unruhe, sorgenvolle Gedanken und Überforderung halten den Schlummer fern. Nach durchwachten Nächten fühlt man sich im Tagesverlauf müde und antriebslos, die Hobbys bereiten kaum noch Freude. Wichtige Fakten zum Thema Schlaf gibt es beispielsweise unter [www.entspannung-und-beruhigung.de](http://www.entspannung-und-beruhigung.de). Um besser schlafen zu können, sollten gerade aktive Senioren möglichst nicht zu klassischen Schlafmitteln



Fast 40 Prozent der über 65-Jährigen leiden unter Schlafstörungen - die Folge ist oftmals eine quälende Tagesmüdigkeit.

Foto: djd/Neurexan/Getty

greifen. Denn Nebenwirkungen wie Benommenheit und Gangunsicherheit können ein erhöhtes Sturzrisiko mit sich bringen. Es gibt natürliche Arzneimittel, die über ihre entspannende Wirkung das Ein- und Durchschlafen fördern, ohne benommen zu machen, sie verursachen zudem keinen Hangover-Effekt.

### Schlafstagebuch kann nützlich sein

Werden diese Kombinationspräparate tagsüber eingenommen, bleiben Aufmerksamkeit, Konzentrationsfähigkeit und Fahrtauglichkeit erhalten, während akute Unruhe und Anspannung abklingen. So fällt das nächtliche Einschlafen leichter. Zudem kann ein Schlafstagebuch helfen, Schlafräubern im Alltag auf die Schliche zu kommen. Darin werden die Zubettgehzeit, die Schlafdauer, nächtliche Wachzeiten, aber auch Ereignisse des Tages wie aufregende Erlebnisse oder feh-

lende Bewegung notiert. Die Aufzeichnungen können auch als Grundlage für ein Gespräch mit dem Arzt dienen.

### Den gesunden Schlaf fördern

Einfache Einschlaf Tipps für eine geruhige Nacht:  
 - Übergewicht abbauen: Überflüssige Pfunde können die Atmung behindern und Schnarchen begünstigen.  
 - Alkohol am Abend streichen: Wein und Bier fördern das Einschlafen, doch Alkohol kann die Tiefschlafphasen nachweislich stören.  
 - Wärme macht müde: Ein Vollbad, eine Wärmflasche, eine heiße Tasse Tee, ein Glas warme Milch am Abend - wohlige Wärme tut gut und lässt den Schlaf leichter kommen.  
 - Ruhig bleiben: Aufgewacht? Jetzt bloß nicht in Panik verfallen. Entspannende Musik oder leichte Tätigkeiten verkürzen die Zeit, bis die Müdigkeit wiederkehrt.

## Altersgerechter Badumbau

Anzeige

Barrierefreiheit und Komfort:

Alters- und behindertengerechte Sanierung vom Spezialisten.

Die richtige Wohnatmosphäre hat für uns einen wichtigen und unverzichtbaren Stellenwert. Dies trägt zu einem ausgeglicheneren Lebensgefühl bei und ist heute für viele Menschen unentbehrlich. Doch lässt sich dieser selbstverständliche Komfort in unseren Badezimmern häufig nicht wiederfinden. Das ist auch nicht verwunderlich, denn oft wird das morgendliche Bade- und Duschvergnügen durch eine ineffiziente Einrichtung gedämpft und der Aufenthalt im heimischen Bad dadurch auf ein Minimum reduziert.

Dieses Problem ist uns, den Badprofis von Duschking, leider nur zu gut bekannt und deshalb möchten wir Ihnen helfen, aus Ihrem Bad einen Ort zu machen, an dem Sie sich endlich wohlfühlen können. Egal, ob eine komplette oder eine teilweise Badrenovierung erwünscht ist, uns ist es sehr wichtig, ganz auf Ihre individuellen Bedürfnisse eingehen zu können. Dabei sollten Begriffe wie Barrierefreiheit und Komfort immer eine wichtige Rolle spielen, denn durch Unabhängigkeit und Wohlbefinden im eigenen Bad sichern Sie sich ein großes Stück an Lebensqualität, das bis ins hohe Alter anhält. Abgestimmt auf die persönlichen Interessen und Vorlieben des Kunden bietet Duschking ein vielfältiges Badproduktsortiment an, um jedes persönliche Traumbad gestalten zu können. Durch fugenlose und hochwertige Duschrückwände stellen wir sicher, dass Probleme wie Schimmelbefall und Verfärbungen in der Dusche keine Rolle mehr spielen. Unsere



Vorher - nachher: Duschanierung in zwei Tagen. Fotos (2): privat

Duschrückwände bestehen aus einem besonders pflegeleichten Material, welches leicht zu reinigen ist und somit hygienisch sauber bleibt. Selbstverständlich haben Sie die freie Auswahl aus zahlreichen Materialien und Farben, die es Ihnen ermöglichen, Ihrem Bad eine ganz persönliche Note zu verleihen.

Um die Sanierung so schnell und stressfrei wie möglich zu realisieren, arbeitet Duschking nach einem einzigartigen Konzept: Großformatige Rückwände können direkt auf die bestehenden Fliesen gesetzt werden. Eine reibungslose und saubere Sanierung trägt zu einem positiven und für Sie überzeugenden Resultat bei. Auch hier wollen wir es Ihnen so angenehm wie möglich machen. Mit Duschking ist Ihre neue Dusche bereits nach zwei Tagen einsatzbereit. Dank diesem schnellen und sicheren Einbau durch die geschulten Dusch-

king-Spezialisten bleibt Ihnen das lästige Warten und der unnötige Dreck erspart, für unsere Duschrückwände müssen noch nicht einmal alte Fliesen abgeschlagen werden. Auf diesem Weg verhelfen wir Ihnen sicher und professionell zu Ihrem neuen Bad.

Falls wir Ihr Interesse geweckt haben, würden wir uns freuen, von Ihnen zu hören. Gerne berät Sie Ihr Duschking-Partner Herr Luckhaus aus Remscheid. Als „zertifizierte Fachkraft für alten- und behindertengerechtes Bauen und Wohnen“ ist Herr Luckhaus zudem ein kompetenter Ansprechpartner für Ihre Bedürfnisse rund um das Thema Funktionalität im Bad für jede Lebenssituation.

Sprechen Sie mit Ihrem Badexperten, Luckhaus GmbH, Wärme. Bäder. Design. berät Sie gerne.  
 Telefon: 0 21 91 - 5 12 60

## Endlich Ihre neue Gleitsichtbrille „Probetragen“

Anzeige

Möchten Sie Ihre neue Gleitsichtbrille vor dem Kauf gerne „Probetragen“? Hähnchen Optik an der Kreuzbergstraße 23 in Remscheid-Lüttringhausen macht es möglich. Als erstes Augenoptik-Fachgeschäft in Remscheid ist Hähnchen Optik zertifizierter Berater mit dem neuen patentierten ProFit Demo- und Zentriersy-

stem der NIKA Optics GmbH. Bei diesem System kann allen Kunden per Demobrille das künftige Sehen durch Gleitsichtgläser in der jeweiligen individuellen Glasstärke demonstriert werden. Der Kunde erhält dabei nach erfolgter sorgfältiger Augenglasbestimmung eine Gleitsichtbrille, die bereits die ermittelten Glas-

werte enthält. So ermöglicht die Firma Hähnchen Optik endlich das Probetragen. Dem folgt eine Beratung über die verschiedenen Komfortvarianten von Gleitsichtgläsern und eine Analyse des Nahbereichs. Fazit: ab sofort bietet Hähnchen Optik ein Maximum an Sehkomfort beim Kauf Ihrer neuen Gleitsichtbrille.

## Gleitsichtbrille neu definiert! Jetzt neu! Vor dem Kauf „Probetragen“



Probleme mit Gleitsicht?

Angst vor der ersten Gleitsicht?

Nicht mit uns!



Kreuzbergstr. 23, RS-Lüttringhausen  
 Tel. 0 21 91 / 8 90 71 51  
[www.haechen-optik.de](http://www.haechen-optik.de)



## Praxis für Physiotherapie Christine Wollschläger

Christine Wollschläger  
 Lockfinker Straße 6  
 42899 Remscheid  
 Tel.: 02191 4612133  
 Fax: 02191 4612134  
 Mobil: 0176 24632869

- Bobath (KG-ZNS)
- Klassische Massage
- Manuelle Therapie
- Krankengymnastik / KG-Gerät
- Behandlung am Kiefergelenk (CMD)

[www.physio-wollschlaeger.de](http://www.physio-wollschlaeger.de)

[info@physio-wollschlaeger.de](mailto:info@physio-wollschlaeger.de)

## BENÖTIGEN SIE UNTERSTÜTZUNG IM ALLTAG – Einkaufshilfen, Wäscheservice, Betreuung oder Pflege?



Wir helfen Ihnen weiter, z.B. bei Fragen zu:

- Vollmacht
- Patientenverfügung
- Hausnotruf
- Pflegehilfsmittel
- Haushaltshilfen
- Pflegeversicherung / Pflegegrad
- Ambulante und stationäre Pflege + Betreuung
- Beratung zur Tagespflege



Remscheider Straße 53-55, 42899 Remscheid

Lassen Sie sich kostenlos und unverbindlich von unserem Herrn Wigger, Telefon: 021 91 / 56 24 - 0, beraten – gerne auch im Rahmen eines Hausbesuchs, auch außerhalb normaler Geschäftszeiten.

## Der Spezialist für Duschanierungen Meine neue Dusche in nur 2 Tagen



Wir beraten Sie gerne, auch Zuhause!

Gleich einen Termin vereinbaren: **02191 - 51 260**

Besuchen Sie uns: Luckhaus GmbH | Linde 178 | 42899 Remscheid

[www.duschking.de](http://www.duschking.de)

### Fugenlos - Schnell Sauber

- Teil- und Komplettsanierungen
- superflache Duschtasse
- reinigungsfreundliche Dusche
- fugenlose Rückwände
- große Farb- und Designauswahl



# Generation plus: im Alter fit bleiben

Sonderveröffentlichung · Anzeigen

Anzeige

## 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!

„Bei uns sind Sie in  
 guten Händen!“

Auf unser Team können Sie sich 24 Stunden  
 an 365 Tagen im Jahr verlassen!

- Häusliche Senioren- und Krankenpflege
- Hauswirtschaftliche Versorgung
- Tagespflege
- Hausnotruf



**Deutsches Rotes Kreuz**  
 Kreisverband Remscheid e.V.

Pflegezentrum · Dresdner Straße 16 - 22 · 42859 Remscheid  
 Telefon: 02191- 69 184 88 · Telefax: 02191-69 184 91  
 E-Mail: pflegezentrum@drk-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!

**TRAINIEREN SIE  
 30 TAGE  
 KOSTENLOS  
 BEI ABSCHLUSS  
 EINES ABOS BIS  
 ZUM 28.2.2018!**

WANN MEIN  
 KÖRPER ALT WIRD,  
 BESTIMME ICH

DANK KIESER  
 TRAINING SIND  
 MEINE MUSKELN  
 WIEDER STARK

Remscheid-Lennep  
 RS Krafttraining GmbH  
 Kölner Straße 64  
 Telefon (02191) 589 19 99  
[kieser-training.de](http://kieser-training.de)

KIESER  
 TRAINING

JA ZU EINEM STARKEN KÖRPER

# Cranio-Sacrale-Therapie, eine Technik zur Behandlung von Körper und Seele

Sanfte Technik für eine sanfte Physiotherapie.

Mitte des letzten Jahrhunderts entdeckte Dr. John Upledger bei einer OP am Rückenmark ein bis dahin unbekanntes Organsystem: das Cranio-Sacrale-System. Es befindet sich zwischen Kopf (Cranium) und Kreuzbein (Sacrum). Im Schädel befinden sich vier Ventrikel, in denen der Liquor, die Gehirnflüssigkeit, gebildet wird. Sechs- bis achtmal pro Minute wird die Gehirnflüssigkeit um Gehirn und Rückenmark gepumpt. Dadurch wird das Nervensystem in der zähen Flüssigkeit druckfrei gelagert.

### Hilfe zur Selbstregulierung

Da durch die Faszien alles mit allem verbunden ist, setzt sich der Cranio-Sacrale-Rhythmus (CSR) in alle Gewebe spürbar fort. So läßt sich der CSR an den Knochen, Muskeln, Zähnen und Organen spüren. Upledger stellte fest, dass der CSR in einem gesunden Körper „geht“ und in einem erkrankten Körper „steht“. Er stellte fest, dass



Körper und Seele blühen auf.

Foto: Barbara von Wirth

diese Blockaden des CSR mit Traumatata, die ein Mensch körperlich, seelisch oder chemisch erfahren hat, im Zusammenhang stehen. In einem 10-Punkte Test- und Behandlungsverfahren entwickelte Dr. Upledger die Cranio-Sacrale-Therapie. In Studien wurde das Verfahren in

verschiedenen Fachrichtungen angewandt.

Als Osteopath arbeitete er damit in der Orthopädie, der Frauen- und Kinderheilkunde, Psychologie mit großem Erfolg. Mit Hilfe der Cranio-Sacralen Techniken hat Upledger eine Behandlungsmöglichkeit geschaffen, mit der Blockaden in

verschiedenen Geweben gelöst und beeinflusst werden können: Faszien, Muskeln, Kapsel-Band-Strukturen der Gelenke, Nervensystem, Organe, Lymphgefäßsystem, Atmung. Dadurch hat man therapeutischen Einfluss auf die verschiedenen Organsysteme, denen Hilfe zur Selbstregulierung gegeben wird. Das kann bei körperlichen und auch psychischen Symptomatiken Erleichterung und Hilfe schaffen.

Zudem wirken die Cranio-Sacralen Techniken stark entspannend auf Körper und Seele.

Da diese Techniken sehr sanft ausgeführt werden, passen sie gut zu meinem Konzept: Sanfte Physiotherapie.

### Kontakt

Jacqueline Falkenrath  
 Rudolf-Ziersch-Straße 17  
 42287 Wuppertal  
 Telefon: 02 02 / 51 56 00 30  
 info@physiofalkenrath.de  
 www.physiofalkenrath.de

## Krebsfrüherkennung: Vorsorgeangebote nutzen

(IPF) Krebserkrankungen liegen auf Platz zwei der Todesursachenstatistik. Auch die Angst vor Krebs belegt bei Umfragen immer Spitzenplätze. Früh erkannt, lassen sich viele Krebsleiden besser therapieren, manche gar heilen. Experten des Robert Koch-Instituts (RKI) beobachten zudem: Immer mehr Menschen leben immer länger mit ihrer Krebserkrankung. Das führen sie zu Teilen auch auf die Fortschritte bei der Früherkennung zurück. Zum Welt-Krebs-Tag am 4. Februar ermutigte das

Infozentrum für Prävention und Früherkennung alle Menschen Krebsfrüherkennung frühzeitig in die Hand zu nehmen.

### Früherkennung für Frauen und Männer

Die gesetzliche Krankenversicherung bietet viele kostenfreie Vorsorgeuntersuchungen an. Der Einstieg in die Krebsfrüherkennung beginnt für Frauen mit 20 Jahren. Tastuntersuchungen des Unterleibs und Laboruntersuchungen von Zellastrichen klären, ob der Gebärmutterhals

gesund ist. Ab 30 Jahren kommt die Tastuntersuchung der Brust hinzu. Frauen und Männern steht ab 35 Jahren das Hautkrebscreening offen. Alle zwei Jahre können sie sich bei dafür qualifizierten Hausärzten oder Hautärzten auf riskante Hautveränderungen untersuchen lassen. Trotz Früherkennung lassen sich nicht alle Krebserkrankungen verhindern. Dennoch bestätigen Experten, dass regelmäßige Früherkennung wirkt. Beispiel Darmkrebs: Seit 2017 können Versicherte ab 50 Jahren einen

hochsensitiven Test auf verborgenes Blut im Stuhl (iFOBT) nutzen oder eine Darmspiegelung wählen. Bei dieser Untersuchung kann der Arzt Krebsvorstufen gleich entfernen, sodass die Krankheit erst gar nicht entsteht. Noch nicht Bestandteil des Leistungskatalogs ist hingegen der PSA-Test auf Prostatakrebs. Fachmediziner empfehlen jedoch schon länger, den Test zur regulären Vorsorgeleistung zu machen. Bisher übernehmen die Krankenkassen die Kosten, wenn ein Krankheitsverdacht besteht.

## Fit für... einfach alles!

Anzeige

Warum Krafttraining die perfekte Grundlage für alle Aktivitäten bildet.

Das Frühjahr kommt und die Lebensgeister erwachen aus dem Winterschlaf, die ersten Sonnenstrahlen locken ins Freie. Höchste Zeit wieder fit zu werden. Hierbei ist es unerheblich, ob es ein Marathon, die Sterngolf-Saison, der Städteurlaub mit ausgedehnten Besichtigungstouren oder das alljährliche Buddeln im eigenen Garten sein soll. Wer körperlich aktiv sein möchte, sollte die muskuläre Basis dafür schaffen. Ein starker Körper ist die Voraussetzung für ein aktives und beschwerdefreies Leben. Das moderne Leben macht jedoch häufig kraftlos. Durch (zu) wenig Bewegung, zum Beispiel aufgrund einer sitzenden Büro-tätigkeit, hat man zu schwache Muskeln. Aber selbst für einfache Handlungen wie Stehen, Sitzen oder Heben braucht der Körper Kraft. Bei jeder Bewegung ist man auf seine Muskulatur angewiesen. Wie stark man ist, basiert auf dem Zustand der Muskeln.

### Der Weg zu mehr Stärke

Alle wollen stark und dadurch aktiv und mobil sein. Für alle Pläne sollte man seinen Muskeln etwas Gutes tun: Krafttraining stärkt neben der Muskulatur den kompletten Halte- und Bewegungsapparat. Das bedeutet, dass Sehnen, Bänder und Knochen und der gesamte Körper profitieren. Als größtes Stoffwechselorgan

nimmt die Muskulatur kräftig Einfluss auf Fett-, Zucker-, Protein- und Knochenstoffwechsel. Da eine erhöhte Muskelmasse mehr Energie verbrennt als eine untrainierte, kann man seinen Grund- und Leistungsumsatz steigern, d.h. mehr Energie verbrennen. Auch für ein gesundes Herz-Kreislauf-System ist eine starke Muskulatur unerlässlich: Das Herz eines trainierten Menschen arbeitet schlichtweg ökonomischer als das eines untrainierten und wird somit weniger stark belastet. Dazu kommt: Produzieren die Muskeln Kraft, schüttet der Körper Hormone und Botenstoffe mit hormonähnlicher Wirkung aus. Deshalb kann man über die Muskeln Einfluss auf die Organe nehmen. Sogar die Stimmung, Selbstbewusstsein und sexuelles Empfinden werden durch Muskeln beeinflusst. Somit sind die Muskeln die Basis von Leistungsfähigkeit und Gesundheit. Daher profitiert jeder Mensch von einem gezielten Krafttraining zum Muskelaufbau. Muskeln brauchen regelmäßig Trainingsreize, um zu wachsen. Bleiben diese dauerhaft aus, schwindet die Muskulatur – und mit ihr die Kraft.

### Hochintensiv – extrem effektiv

Jeder Einsteiger durchläuft bei Kieser Training eine intensive Einführungsphase. Im ersten Gespräch wird der Gesundheitszustand über einen Fragebogen

und ein persönliches Gespräch geklärt. Liegen gesundheitliche Beschwerden vor, werden diese im individuellen Trainingsplan berücksichtigt. Eine medizinische Trainingsberatung, begleitete Trainingseinheiten, Rückenanalyse und Kraftmessung gehören zum Standard. In den ersten drei Trainingseinheiten wird jeder Kunde mit den Maschinen und Übungen vertraut gemacht. Ein Instruktor erläutert das Trainingsprinzip des High Intensity Trainings (HIT) und die Ausführung der Übungen, so dass man schnell selbstständig und alleine trainieren kann. Es wird großer Wert darauf gelegt, immer für die Kunden ansprechbar zu sein. Jedes 20. Training ist zudem begleitet, um eventuelle Fragen zu besprechen und zu prüfen, ob die Bewegungsausführungen richtig sind. Auch der Trainingsplan kann in diesen begleiteten Trainingseinheiten besprochen werden. Kern von Kieser Training ist das computergestützte Rückentraining an der Lumbar Extension-Maschine (LE) – hier wird gezielt die tiefliegende Rückenmuskulatur aufgebaut. In der Anfangsphase trainiert man 12 bis 18 Einheiten an dieser Maschine. Um die Kraft später zu erhalten, wird das Training im Anschluss an der kleinen Maschinenschwester F3.1 fortgeführt. Darüber hinaus wird eine monatliche Sitzung an der LE in den Trainingsplan integriert.

Das HIT bedeutet Muskeltraining bis zur lokalen Erschöpfung. Die Effekte sind Anpassungsprozesse der Muskeln, denn sie sollen durch das Training ja wachsen, größer, länger und kräftiger werden. Diese Prozesse werden in Gang gesetzt, indem man immer bis zur lokalen Erschöpfung des Muskels arbeitet, das heißt, die Bewegung wird so lange ausgeführt, bis der Muskel nicht mehr kann und keine Wiederholung mehr möglich ist. Denn dieser Moment führt letztendlich zum Anpassungsprozess im Muskel und auf Dauer zu mehr Stärke. Ein weiterer Vorteil von HIT bei Kieser Training ist die Alltagstauglichkeit. Trainingseinheiten von 30 Minuten zweimal in der Woche sind ausreichend, um die Muskeln optimal zu trainieren und ihnen genug Regenerationszeit zu geben, um zu wachsen und sich anzupassen.

### Mein Hobby, mein Traumziel, mein Projekt

Für jede Trainingsabsicht ist ein funktionierender, starker Körper unerlässlich. Es muss ja nicht gleich ein Triathlon sein. Auch beim Aufräumen des Gartenhäuschens ist trainierte Muskulatur hilfreich. Die Radtour mit der Familie macht mehr Spaß, wenn nicht alle anderen schneller sind. Unabhängig davon, was Sie vorhaben: Kieser macht fit für einfach alles!

# Generation plus: im Alter fit bleiben

Sonderveröffentlichung · Anzeigen



Im Wasser trainiert es sich schonender.

Foto: Bürgerbad

## Aquatic Fitness

Moderne Wassergymnastik: Auf dem Aquarider gelenkschonend im Wasser radeln.

Das Bürgerbad Hückeswagen bietet Aquatic-Fitness sowie Wassergymnastik für jeden an, der Lust auf Bewegung im Wasser hat, nicht nur für Senioren. Bei moderner Musik wird ein vielfältiges Programm mit Kleingeräten angeboten. Dabei werden Gelenke geschont, Muskeln und Bänder entlastet, der Kreislauf kommt in Schwung. Aquarider – radeln im Wasser ist für alle geeignet, die ein effektives Kraft-, Ausdauer- und

Koordinationstraining suchen. Egal ob Sie Einsteiger, Profi-Sportler oder nur fitnessbegeistert und gesundheitsbewusst sind, Sie trainieren alle zusammen trotz unterschiedlichem Leistungsniveau. Wir versprechen Spaß und ein gezieltes Ganzkörpertraining für all unsere Fitnesskurse. Neugierig geworden? Nähere Infos telefonisch während unserer Kurshotline donnerstags 19 - 21 Uhr unter 0 21 92 / 93 13 87.

Anzeige

# Einfach mal abtauchen!

Bei uns kommen Sie in Schwung!

Großer Außenbereich, 50m Riesenrutsche, Aquarider, Mattenbahn-Events, Umfangreiches Kursangebot, Große Saunalandschaft, Saunagarten, Textil-Dampfbad, Wassergymnastik, Dschungelbecken für Kinder u.v.m.

Zum Sportzentrum 42499 Hückeswagen

**BÜRGERBAD HÜCKESWAGEN**

[www.buergerbad-hueckeswagen.de](http://www.buergerbad-hueckeswagen.de)

## Remscheider Alzheimer-Café

Regelmäßiges Treffen für Angehörige von Menschen mit Demenz mit Expertenmoderation.

(red) Angebote zum Thema „Demenz“ sind wichtig. Denn: Rund 20.000 Menschen sind laut Demenz-Servicezentrum im Bergischen Land an Demenz erkrankt; allein in Remscheid sind es 2.000. „Ein Großteil der Betroffenen lebt weiterhin im häuslichen Umfeld. Unterstützt und gepflegt werden sie in den meisten Fällen von Angehörigen, Freunden oder Nachbarn“, weiß Monika Wilhelmi, Psychologische Psychotherapeutin und Leiterin des Demenz-Servicezentrums Bergisches Land in Trägerschaft der Evangelischen Stiftung Tannenhof. Das zeige deutlich, wie viele Menschen in der Region tagtäglich mit dem Thema Demenz konfrontiert sind. Doch Angehörige fühlen sich oftmals allein gelassen. Hier bietet das „Alzheimer-Café“ durch Austausch mit anderen Betroffenen oder Fragemöglichkeiten an die moderierenden Experten Unterstützung. „Die Treffen finden zentral in Remscheid statt; im Haus für Seelische Gesundheit in der Konrad-Adenauer-Straße“, lädt Wilhelmi ein. Das An-

gebot ist kostenfrei, eine Anmeldung ist nicht erforderlich. **Austausch steht im Mittelpunkt** Gedächtnisverlust ist der häufigste Ausdruck der schweren Hirnleistungsstörung Demenz, aber nicht der einzige. Häufigste Ursache ist die Alzheimer Erkrankung, eine hirnorganische Krankheit. Zum Krankheitsbild gehören Gedächtnis- und Orientierungsstörungen, Sprachstörungen, Störungen des Denk- und Urteilsvermögens

sowie Veränderungen der Persönlichkeit. „Den Betroffenen geht zunehmend die Fähigkeit verloren, ihren Alltag zu bewältigen. Pflegende sind daher oft psychisch und physisch stark belastet“, erläutert Wilhelmi. Die Angehörigengruppe hilft, den Umgang mit Betroffenen zu erleichtern. Man spricht über aktuelle Probleme, die im Alltag auftreten, und informiert sich über spezielle Themen. Der Erfahrungsaustausch der Betroffenen untereinander stehe dabei im Vordergrund.

„Alzheimer-Café“ – Treffen für Angehörige von Menschen mit Demenz **Wann:** an jedem zweiten Montag des Monats, 16.30 - 18 Uhr **Wo:** 2. Obergeschoss im Haus für Seelische Gesundheit Remscheid (Konrad-Adenauer-Straße 6, 42853 Remscheid) – Eingang über den Parkplatz im Innenhof, nicht über Haupteingang. Der Zugang ist barrierefrei, die Teilnahme kostenlos, Anmeldung nicht erforderlich.

### Gut zu wissen

Demenz erkrankte Menschen sind in besonderem Maße auf Hilfe angewiesen. Sie sind oft vergesslich, rat- und orientierungslos. Der Demenzerkrankte ist im Verlauf der Erkrankung nicht mehr in der Lage, seinen Alltag alleine zu bewältigen. In den meisten Fällen sind es Angehörige, die die häusliche Versorgung und später auch die Pflege übernehmen. Um

Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen möglichst in ihrer vertrauten Umgebung gut zu unterstützen, entstand die Landesinitiative Demenz-Service in Nordrhein-Westfalen (NRW). Das Demenz-Servicezentrum Bergisches Land ist eines von insgesamt 13 Demenz-Servicezentren (DSZ) in NRW. Das DSZ Bergisches Land ist zuständig für die Region Wuppertal, Remscheid, Solingen, den Oberbergischen Kreis sowie den

Rheinisch-Bergischen Kreis. Der Träger des DSZ Bergisches Land ist die Evangelische Stiftung Tannenhof. Die Landesinitiative Demenz-Service NRW wird vom Ministerium für Alter, Gesundheit und Soziales des Landes Nordrhein-Westfalen und den Landesverbänden der Pflegekassen finanziert. Die Koordination erfolgt durch das Kuratorium Deutsche Altershilfe. Weitere Infos unter: [www.demenz-service-bergischesland.de](http://www.demenz-service-bergischesland.de)

## Immer am Ball bleiben

Angriff statt Rückzug, wenn Gleichgewichtsstörungen die Selbstständigkeit bedrohen.

(djd/red) Selbstständigkeit und Aktivität ist für Senioren das höchste Gut. Möglichst lange den Haushalt führen, alleine verreisen, Hobbys nachgehen – das gibt älteren Menschen ein großes Stück Lebensfreude. Motorische Einschränkungen, die sich mit zunehmendem Alter ergeben, können jedoch zu einer Gangunsicherheit führen, die durch Schwindelepisoden noch verstärkt wird. Viele ältere Menschen fürchten sich daher vor Stürzen. Aus Angst vor schwerwiegenden Verletzungen geben die Betroffenen mehr und mehr Unterneh-

mungen auf. Ihre Angehörigen betrachten diese Entwicklung oft mit Sorge. Sie sollten dann nicht zögern, die Problematik anzusprechen und mit dem geliebten Menschen den Gang zum Arzt anzutreten. Dieser kann ernsthafte Erkrankungen ausschließen und die Ursachen von Schwindel, etwa Blutdruckschwankungen, ermitteln.

**Check der Sinnesorgane** Spezielle Geh- und Sehtests geben Auskunft darüber, ob der Gleichgewichtssinn geschädigt ist. Denn auch in den Ohren kann der „Übeltäter“ sitzen:

Kleine Kristalle, die sich in die Bogengänge des Innenohres verirrt haben, können einen gutartigen Lagerungsschwindel verursachen.

**Fitness trainieren** Schwindelpatienten sollten auf körperliche Fitness achten, sich ausgewogen ernähren und reichlich trinken. Sanftes Ausdauertraining wie Wandern, Wassergymnastik oder Tanzen regen die Durchblutung an, stärken den Gleichgewichtssinn und wirken dem altersbedingten Muskelaufbau entgegen.

**Kurs zur Sturzprophylaxe** Sinnvoll ist auch der Prophylaxe-Kurs bei den Schlawinern in Klausen, der in Ausgabe Nr. 4/2018 vom Lüttringhauser Anzeiger / Lennep im Blick vorgestellt wurde (Sie finden die Ausgabe im Onlinearchiv unter [www.luettringhauser-anzeiger.de](http://www.luettringhauser-anzeiger.de)). Der Kurs findet bis zu den Osterferien immer montags von 10.15 bis 11.15 Uhr statt. Mitbringen müssen die Interessenten nur Sportschuhe und gute Laune. Infos und Anmeldung beim Familienbildungswerk unter Telefon 60 84 10.



Türkisch: Schwindel überfällt viele Menschen beim Aufstehen aus dem Bett.

Foto: djd/Vertigoheel/thx

**ambuvita**  
BERATEN. BETREUEN. PFLEGEN.

Die Pflege mit Fachkompetenz und Herz  
Häusliche Kranken- und Seniorenpflege

Alleestraße 89 42853 Remscheid Tel.: 02191-668876  
[www.ambuvita.de](http://www.ambuvita.de)

**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

**Sandy Vital**  
...und alles läuft rund!

Sandra Endres, Reaktiv-Trainerin und staatl. geprüfte Ernährungsberaterin  
Hentzenallee 30, 42897 Remscheid,  
Tel. 01 72 / 2 59 59 83, [www.younggo.team/sandy-vital](http://www.younggo.team/sandy-vital)

„Wer sich nicht beWEGt, wird nichts beWEGEN!“  
Im Alter fit bleiben durch YoungGo Training

Schnupperangebot: Melde dich bei mir zu einer gratis YoungGo-Schnupperstunde an. Wir trainieren mit Spaß draußen in der Natur. Da gesundes Essen und Bewegung zusammengehören, darfst du natürlich auch mein Wissen als Ernährungsprofi nutzen. Komm in die beWEGUNG – ich freu mich auf DICH!

**Kompetenz aus einer Hand**

„Wir schätzen die Menschen so wie sie sind“

„Gute Pflege bewirkt Wunder“

**Wunder Tagespflege**

Wunder GmbH  
Pflege mit Herz

Unser Betreuungsprogramm  
Abhol- und Bringservice  
Gemeinsames Essen  
Gymnastik  
Gedächtnistraining  
Gruppen- und Einzelaktivitäten

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

Wunder Tagespflege  
Telefon: 021 91 - 4 63 62 32  
E-Mail: [wunder-tagespflege@t-online.de](mailto:wunder-tagespflege@t-online.de)  
[www.tagespflege-luettringhausen.de](http://www.tagespflege-luettringhausen.de)

Wunder Pflegedienst  
Telefon: 021 91 - 4 37 90 19  
Mobil: 0157 - 36 17 32 01  
[www.wunder-pflegedienst.de](http://www.wunder-pflegedienst.de)

Wunder GmbH  
Kreuzbergstraße 55 -61 | 42899 Remscheid

Und sonst ...

**Jahreshauptversammlung der Lennepere Büchereifreunde**  
 (red) „Wer hätte das gedacht, dass unser Verein mal zu einer solchen Größe und Institution in Lennep wird“, begrüßte der 1. Vorsitzende Klaus Mathies im Namen des Vorstandes und des Beirates die zahlreichen Mitglieder und Gäste in der Stadtteilbücherei Lennep. 2017 war eines der erfolgreichsten Jahre in der Vereinsgeschichte, etwa durch Veranstaltungen in Kooperation mit dem Rotations-theater Lennep oder dem Fallschirmclub Remscheid im Rahmen von „Sport trifft Kultur“. Brigitte Wehrstedt, 2. Vorsitzende, ließ die letztjährigen Veranstaltungen in der Bücherei Revue passieren und hob den hohen Stellenwert von Vorlesungen und Theaterspielen für Kinder und Bürger hervor. Ihr Jahresausblick machte Hoffnung auf ein aktives Jahr, das Altstadtfest ist fester Bestandteil. Mathies dankte der Leiterin der Stadtteilbücherei Frau Corinna Holthausen für die gute Zusammenarbeit besonders bei der Koordinierung der ehrenamtlichen Helfer. Geschäftsführerin Karola Günther machte mit den Geschäftszahlen des Vorjahres deutlich wie hoch das finanzielle Engagement ist, das der Verein neben dem Einsatz der ehrenamtlichen Helfer aufbringt, um das Angebot der Stadtteilbibliothek in Lennep aufrecht zu erhalten. Ein Bestand von rund 25.000 Medien mit insgesamt fast 100.000 Ausleihen ist mehr als erfreulich. Trotz der guten Zahlen und der vielen engagierten Helfer ist jedes neue Mitglied bei den Büchereifreunden herzlich willkommen, da die Mitgliedsbeiträge zum Erhalt der Stadtteilbücherei beitragen. Weitere Infos unter [www.lennepere-buechereifreunde.de](http://www.lennepere-buechereifreunde.de).

# KARNEVAL

## Miteinander lachen



(red) Ein Teil der Wandergruppe vom un-Behindert miteinander e.V. aus Lennep besuchte das ulkige Karnevals-konzert der Bergischen Symphoniker im Teo Otto Theater. Die alberne Stimmung des Konzertes trug mit dazu bei, dass es ein wundervoller Nachmittag für die Wanderer wurde. Bereits im letzten Jahr waren sie mit dabei. Graf Engelbert alias Generalmusikdirektor Peter Kuhn erschien in diesem Jahr nicht als Geist, sondern ritterlich in voller Rüstung. Den verlorenen Disput um das Dirigentenpult, das Engelbert von Dirigent Michael Forster erobern wollte, kommentierte der

Graf trocken: „Besser nicht dirigieren als falsch dirigieren!“ Die klassische Musik der Symphoniker begeisterte ebenso wie das Medley aktueller Karnevalslieder. Nicht nur Zuschauer, auch viele der Musiker kamen kostümiert. Elegant war die geigende Hexe, getoppt wurde sie aber durch die Geige spielende Riesenbanane auf dem Nachbarstuhl. Schüler, verkleidet als Seeleute, Piraten, Fische und Nixen tanzten herrlich zu passender Musik. Bei so viel Freude steht einer weiteren Wiederholung im nächsten Jahr sicher nichts entgegen. Fotos (2): privat

## Jecken unterwegs

Wo ist Karneval was los und wie kommt man wieder sicher heim?

**KARNEVALSTERMINE**

**Altweiber, 8. Februar**  
**18.11 Uhr:** Altweiberball im Lennep Fesztelt mit DJ Linus und Mickie Krause.

**Freitag, 9. Februar**  
**15.30 Uhr:** Kinderkarneval im Jugendfreizeitheim, Richard-Pick-Str. 4  
**17.11 Uhr:** Jecke Teens Dance (Anti-Drogen-Disco) im Fesztelt, Eintritt 3 Euro.

**Samstag, 10. Februar**  
**19.11 Uhr:** Lennep Lacht im Lennep Fesztelt  
**20 Uhr:** Cäcilia Alaaf, Kostümsitzung, Jugendfreizeitheim, Richard-Pick-Str. 4  
**20 Uhr:** Karneval des MGV „Niedgedacht“, Gaststätte „Zur alten Bruderschaft“, Herbringhausen.

**Sonntag, 11. Februar**  
**13.11 Uhr:** Kinderkarneval im Lennep Fesztelt  
**13.30 Uhr:** Kinderkarneval im Familiencafé Eulenwald, Masurenstr. Lüttringhausen.  
**16.11 Uhr:** Karneval für Menschen mit und ohne Behinderung, Fesztelt.  
**17 Uhr:** Grinsipal, Witzflöte & Co, Karnevalsorgelkonzert in Heilig Kreuz.

**Rosenmontag, 12. Februar**  
**11.11 Uhr:** Helau? Alaaf? AWO! Karnevalsfeier bei der AWO, Mollplatz 3.  
**14.11 Uhr:** Start des Karnevalszuges in Lennep.  
**16.11 Uhr:** After-Zoch-Party mit DJ Linus im Fesztelt, Eintritt 10 Euro.

**WIE FAHREN DIE BUSSE?**

**NachtExpress**  
 An Altweiber fahren die Nachtexpress von Donnerstag auf Freitag wie freitags. Karnevalssonntag und Rosenmontag gilt der Normalfahrplan.

**Rosenmontagsumzug in Lennep**  
 In der Zeit von 12 bis 18 Uhr ist die Lennepere Innenstadt gesperrt. Es kommt zu umfangreichen Umleitungen.

**Linie 654 und 655**  
 Von Trecknase über Ringstraße zur Haltestelle Blume bzw. Max-von-Laue-Straße. Rückfahrten erfolgen ebenfalls über Ringstraße. Haltestellen der Ringstraße werden angefahren. Ersatzhaltestelle „Rader Straße“ am Autohaus Messink. Auf dem Rückweg wird Haltestelle Rader Straße des NE 19 angefahren.

**Linien 240, 336, 664, 669 und 671**  
 Aus Richtung Trecknase oder Rader Straße kommend über Ringstraße in Hermannstraße. Ersatzhaltestelle „Kreishaus“ zwischen Sauerbronnstr. und Leverkusener Str. Rückfahrten erfolgen über Leverkusener Straße zur Ringstraße. An der Rader Straße werden die NachtExpress-Haltestellen und die zusätzlich eingerichtete Ersatzhaltestelle vor dem Autohaus Messink angefahren.

\*\*\*\*\*

**Sport kompakt**

**IGR: Karussell und Achterbahn bei der U15**  
 (red) Es war ähnlich wie bei den letzten Turnieren auch. Gegen starke Mannschaften verliert die U15 der Interessengemeinschaft Rollsport Remscheid und gegen die vermeintlich etwas schwächeren Gegner kann man auch mal punkten. Beide Spiele konnten unterschiedlicher nicht sein. Gegen Recklinghausen II konnte die U15 einen Halbzeitrückstand noch in einen 3:5 Sieg ummünzen. Das zweite Spiel, diesmal gegen Recklinghausen I, lief ganz anders. Zur Halbzeit stand es 1:1, am Ende hieß es 10:5 für den Gegner. Bis zur Halbzeit hatten die Verantwortlichen die Hoffnung, auch gegen einen starken Geg-

ner Punkte zu gewinnen, doch sie geben die Hoffnung nicht auf, dass sich die Mannschaft wieder fängt. Torschützen: Henry Wiedmann (4 Tore), Jaden Budych (3), Ole Kaldasch (2) und Lennart Peters (1).  
**U20 mit wichtigem Sieg**  
 (red) Im ersten Spiel der IGR ging es gegen die Spielgemeinschaft aus Chemnitz und Gera um die „Goldene Ananas“, die Mannschaft tritt außerhalb der Wertung in der NRW-Meisterschaft an. Trainer Alexandre Mestre wechselte das komplette Team immer wieder durch und so ging das Spiel trotz einer zwischenzeitigen 4:2 Führung mit 4:5 verloren. Die Stammspieler der IGR wurden größtenteils geschont.

Dies war für das zweite Spiel, das gegen den Hülsener SV Krefeld bestritten wurde, eminent wichtig. Die Partie fand auf Augenhöhe statt, zwei fast gleichstarke Mannschaften trafen aufeinander. Angeführt von einem gut aufgelegten Eric Krämer (erzielte in diesem Spiel 6 Tore für die IGR), war die Mannschaft immer in Front und brachte sich durch einige Leichtsinnsätze fast noch um die erfolgreiche Ernte. Obwohl einige Spieler fehlten, etwa Alexander Ober, Jonas Langenohl und Bennett Ribbeck, ging der Sieg mit 8:6 an die Bergischen. Die U20 scheint auf dem richtigen Weg. Torschützen: Eric Krämer (7 Tore), Tom Kessens (4) und Paul Ronge (1).

**FCR: Trainerwechsel und neuer Jugendkoordinator**



(greu) In dieser Woche gab der FC Remscheid Veränderungen in der Jugendabteilung bekannt. Ab sofort übernimmt Mike Kupfer (Foto) neben der zweiten Mannschaft auch die Trainerverantwortung der A-Junioren. Diese haben bislang eine schwierige Saison in der bergischen Leistungsklasse hinter sich. Mit nur mageren drei Punkten steht die Mannschaft auf dem letzten Tabellenplatz. Da Mike Kupfer die Mannschaft bis zur B-Jugend betreute, springt er bis zum Saisonende ein. Kupfer möchte den Abstieg verhindern und die Qualifikationsspiele erreichen: „Ich bin natürlich kein Messias. Aber ich traue den Jungs durchaus zu, das Ruder noch rumzureißen“, so Kupfer. Unterstützt wird Kupfer bei der A von Jörg Fuhrmann. Bei der zweiten Mannschaft läuft es deutlich besser. Das Team steht im gesicherten Mittelfeld, der Klassenerhalt dürfte nicht mehr in Gefahr geraten. Auch hier weiß Kupfer, dass er sich auf seine Helfer verlassen kann. Im Trainingsbetrieb wird er vor allem von Emil Akgün und Abdelaziz Ifjiri unterstützt. Des Weiteren gab der FCR bekannt, dass Stefan Kerkien neuer Jugendkoordinator des Verein ist. Kerkien soll als Bindeglied zwischen der Jugendabteilung und dem Vorstand fungieren. Foto: Greuling

**Sport**

## Eifelmarathon – mit dem Rad

Anspruchsvolle Veranstaltung vom RSV Adler fordert Mensch und Material.

(red) Zum bereits 26. Mal ging es für die Radsportler der RSV Adler mitten im Winter in die Eifel. Trotz fehlender Ausschreibung fanden sich 25 Begeisterte, um die 185 Kilometer lange Strecke anzutreten. Die Jubiläumsfahrt im letzten Jahr war rund 20km länger, die kürzere Strecke in diesem Jahr machte die Tour nicht weniger anstrengend.



**Nur die Harten kommen in den Garten**  
 Das Wetter ist beim Eifelmarathon immer ein wichtiger Faktor. Trockene zwanzig Grad mit einem lauen Lüftchen sind im Februar in der Eifel nicht zu erwarten. Befürchtet wurden Eisregen, Glätte, Schnee und andere Überraschungen. Allen Befürchtungen zum Trotz beschiede das Wetter zwei schöne, trockene Wintertage im erträglichen Bereich. Durch die vielen Regentage der Vorwochen waren die Wege matschig und aufgeweicht. Ziel der Adler war es, die Gruppe vollständig ins Ziel zu bringen. Nach deutlichem Absinken der Temperaturen mobilisierten manche Fahrer ihre letzten Kräfte und fuhren zur vermeintlich warmen Dusche voraus. Die übrigen kämpften am Limit, doch niemand ließ locker und alle Teilnehmer haben das Ziel

Das Wetter war auf Seiten der Adler. Foto: privat  
 sogar noch im Hellen erreicht. Die vorgeplante Strecke wurde genau eingehalten, das klappt nicht immer. Bei einem gemeinsamen Abendessen wurden Anekdoten aus dem Radfahrerleben ausgetauscht, der Abend endete jedoch früh. Schlaf wurde nachgeholt und Kräfte für die Rückfahrt wurden gesammelt, die zwanzig Teilnehmer auch wieder mit dem Rad antraten. Die Radrückfahrt gehört nicht zum Eifelmarathon, diese Fahrt musste jeder Teilnehmer eigenverantwortlich überstehen. Die meisten wählten die 165km Variante durch das Ahrtal, für die es eine bewährte Streckenplanung gibt. In diesem Jahr konnten die gewohnten Rücktransportmög-

lichkeiten nicht zur Verfügung gestellt werden, was Organisator Arndt Röhrig zunächst einigiges Kopfzerbrechen bereitete. Da nur fünf Teilnehmer Bedarf an einem motorisierten Rücktransport anmeldeten, reichten die Fahrzeuge der Helfercrew aus. Einen großen Anteil am Erfolg dieser Radsportveranstaltung, die nur die Hartesten zu Ende bringen, hatte das Helferteam, das unzählige Brötchen schmierte und es immer schaffte in der einsamen Eifel eine Steckdose für die Kaffeemaschine zu finden. Die RSV-Adler bedanken sich entsprechend herzlich bei Olaf, Judith, Hannah, Franziska, Martina und Ines. Die Vorbereitungen für den Eifelmarathon 2019 haben unterdessen bereits begonnen.

## Besondere Ehrung für Sportskanonen



(red) Bereits am 27. Januar verlieh die Lennep Turner Gemeinde die Sportabzeichen auf der LTG-Volksbank-Bühne auf dem „Alter Markt“ in der Lennep Altstadt. Damit wurden die aktiven Sportler geehrt, die im letzten Jahr die Prüfungen für das Deutsche Sportabzeichen erfolgreich absolviert haben, insgesamt haben es über 40 Sportler erlangt. Die LTG bedankt sich herzlich

beim H2O, dass die zugehörige Abnahme bei den Schwimmdisziplinen im dortigen Außenbecken durchgeführt werden konnte. Das Deutsche Sportabzeichen kann jeder erlangen, auch wenn man kein Mitglied eines Sportvereins ist. Die LTG bietet die Möglichkeit, alle erforderlichen Übungsabnahmen an einem einzigen Tag durchzuführen.

Foto: privat

## Der Winter hat den FC Remscheid wieder im Griff

Meisterschaftsspiel fiel aus • Kurzfristiger Test in Herne • Samstag gegen Heiligenhaus

VON THORSTEN GREULING

Kaum waren die ersten Schneeflocken in Remscheid gefallen, sperrte die Stadt Remscheid alle Sportanlagen. Das Meisterschaftsspiel gegen den Tabellenführer TSV Meerbusch fiel erneut aus. Trainer Acar Sar nahm es gelassen: „Wir sind heiß und vorbereitet. Aber wir kennen natürlich auch den Remscheider Winter. Dagegen können wir wenig machen – wir müssen es so hinnehmen.“ Für die Kicker der ersten Mannschaft ging es statt auf den Rasen des Röntgen-Stadions in die Halle Neuenkamp, um die „Zweite“ von Trainer Mike Kupfer beim Indoor-Cup von SK Ülküspor Remscheid zu unterstützen. Eine tolle Geste der Landesliga-Kicker über die sich auch die FCR Reserve freute. Das Kreisliga-Team vertrat die erste Mannschaft, da diese eigentlich das Nachholspiel gegen Meerbusch austragen sollte. Zwölf Teams starteten in einem hervorragend organisierten Hallenturnier in zwei Gruppen. Gespielt wurde in einem komplett umrandeten Spielfeld mit großen Hallentoren. Somit fielen Tore satt. Die Halle war voll besucht und die Zuschauer bekamen guten Hallenfußball geboten.

Leider gelang es nicht ins Halbfinale einzuziehen. Die Mannschaft von Trainer Mike Kupfer kam in einer starken Gruppe mit dem SV 09/35 Wermelskirchen, TV Dabringhausen,

Genclerbirliği Opladen, SV Heckinghausen und Türkiyemspor Hagen nicht weiter. Das Finale bestritten am späten Abend der SV 09/35 Wermelskirchen und der SSV Bergisch Born. Am Ende setzten sich die Wermelskirchener im Neunmeterschießen knapp durch. FCR II-Coach Mike Kupfer war dennoch zufrieden: „Es hat Spaß gemacht hier teilzunehmen. Die Spiele waren knapp. Alleine zweimal haben wir kurz vor Schluss verloren. Für uns war das ein toller Nachmittag.“

Aufgrund der Spielabsage entschied sich die erste Mannschaft

des FCR am Dienstagabend für ein kurzfristig angesetztes Freundschaftsspiel gegen Oberligisten Westfalia Herne, der aktuell vom ehemaligen FCR-Stürmer Christian Knappmann trainiert wird. Auch Frederik Streit kennt sich in Herne aus, er wechselte vor der Saison von Westfalia zum FCR. Ziel war es im Ruhrgebiet Spielpraxis zu sammeln und dem Winter in der Heimat zu entkommen. Auch dieser Test ging knapp mit 1:2 (1:0) verloren. Nachdem die Gastgeber durch Marko Onucka in Führung gingen, glich FCR-Neuzugang Ahmed

Al Khalil nach 52 Minuten aus. Den Siegtreffer für den Oberligisten erzielte Ivan Benkovic in der 83. Minute. Dennoch war es gegen den klassenhöheren Gegner ein gelungener Test. Das nächste Meisterschaftsspiel ist für Karnevalsamstag angesetzt. Zu Gast ist die SpVg. Heiligenhaus. Anstoß ist um 15 Uhr im Röntgen-Stadion. Ob gespielt wird ist noch offen. Die Sportanlagen sind bis einschließlich Freitag für den Spiel- und Trainingsbetrieb gesperrt. Für Samstag gab es bei Redaktionsschluss noch keine Entscheidung.



Beim Indoor Cup von SK Ülküspor Remscheid präsentierte die Reserve von Trainer Mike Kupfer mit der Lerose Stiftung und der Schatzkiste zwei neue Sponsoren.

Foto: privat

## Sport kompakt

### Erfolgreiche LTV-Judoka



(red) Bei den Bezirkseinzelsmeisterschaften der U15 in Oberhausen waren die Judoka vom Lüttringhauser Turnverein sehr erfolgreich. Ilyaz Patiez beendete die Meisterschaft als Bezirksmeister bis 46kg, Merlinda Bytyci (Foto links) und Salma Hayi (Foto rechts) erreichten jeweils einen tollen 3. Platz. Alle drei Judoka sind somit für die an diesem Wochenende stattfindenden Westdeutschen Meisterschaften in Dormagen qualifiziert.

Foto: privat

## Der Ballfangzaun am Jahnplatz kommt

Neujahrsempfang vom Sportbund mit vielen hochkarätigen Vertretern.

VON THORSTEN GREULING

Am vergangen Sonntagvormittag fand in der neuen Gaststätte des Remscheider Turnvereins von 1861 (RTV), dem „Löf“ in der Theodor-Körner-Straße, der traditionelle Neujahrsempfang des Sportbundes Remscheid statt. Der Sportbund vereint 78 Vereine mit 28.000 Mitgliedern. Neben vielen Vereinsvertretern begrüßte der Sportbund auch Vertreter aus Politik und Verwaltung, wie Oberbürgermeister Burkhard Mast-Weisz, Sport- und Sozialdezernent Thomas Neuhaus und Sportamtsleiter Martin Sternkopf.

### Rückblick und Vorschau

Neben einem Jahresrückblick auf 2017 und einen kurzen Ausblick auf 2018 durch die Sportbund-Geschäftsführerin Daniela Hannemann, hielt Reinhard Ulbrich eine Rede zum Thema Sportentwicklung in Remscheid. Zu den angesprochenen Themen gehörten u.a.: die Planungen zu Sportplätzen (Reinshagen, Neuenkamp, Jahnplatz) und Sporthallen (Dreifachhalle Innenstadt).

Der Lüttringhauser Jahnplatz war Thema beim Neujahrsempfang. Der Vorsitzende Reinhard Ulbrich forderte ein schnelles Ende der Diskussion um den Ballfangzaun am Jahnplatz. Thomas Neuhaus, Sportdezernent der Stadt Remscheid, verwies auf die bereits erfolgreich eingeleiteten

Maßnahmen der Stadt. Der Platz sei neu umzäunt. Ein Ballfangzaun in einer entsprechenden Höhe sei in Planung. Gespräche mit der TBR laufen. Neuhaus gab sich optimistisch, dass diese Herausforderung gelöst wird.

Grundsätzlich machte Ulbrich in seiner an die Politik gerichtete Rede deutlich, dass dem Sportbund in vielen Fragen das Tempo fehle. Eine schnellere Entscheidungsfreudigkeit würde dem Sport in der Stadt gut tun. Als Beispiel nannte Ulbrich die Planung einer Dreifachsporthalle, den Tennisplatz am Reinshagen und die Neugestaltung am Neuenkamp, wo der BV 10 Remscheid spielt.

### OB stellt Förderverein für Spitzensport vor

Oberbürgermeister Burkhard Mast-Weisz dankte dem Sportbund für sein Engagement. Er versprach, dass die Stadt am Kunstrasenprojekt weiter festhalten werde. Details für die einzelnen Sportanlagen würden im engen Kreise besprochen. Die Stadt sei bemüht allen Sportlern in Remscheid hervorragende Sportstätten für ihren Sport zur Verfügung zu stellen.

Desweiteren kündigte Mast-Weisz einen Gipfel mit der Remscheider Wirtschaft an. Am 9. März gibt es ein Treffen mit Remscheider Unternehmen zur Gründung eines „Fördervereins für Spitzensportler“, um diese etwa bei den Reisekosten zu unterstützen. Dies kam sehr gut an.

## LTV-Handball: Derbysieg und mehrere Niederlagen

1. Herren des Lüttringhauser TV gewinnt das Derby gegen den Remscheider TV • Handball Damen unterliegen gegen starke Gäste

**LTV 1. Herren - Remscheider TV 34:26 (15:13): Remscheider Derby geht klar an den LTV**

(red) Im Derby gegen den Remscheider TV kam der Lüttringhauser TV nur schwer ins Spiel. In den ersten Minuten klappte im Angriff praktisch nichts. Ein Fehlversuch jagte den nächsten und ohne jede Dynamik und Kreativität war den Gästen um Spielertrainer Boban Kolkjovic nicht bei zu kommen. Der Lüttringhauser Trainer Constantin nahm das erste Timeout nach nur

zehn Minuten und rüttelte sein Team wach. Mit einem 15:13 ging es in die Halbzeitpause. Nach der Pause erhöhten die Gastgeber den Druck im Angriff und die Abwehr um Torhüter Jules Bäcker ließ kaum noch etwas durch. Nach 40 Minuten führte Lüttringhausen mit 23:16. In den verbleibenden 20 Minuten spielte der LTV konsequent weiter und entschied das Remscheider Derby verdient zu seinen Gunsten.

LTV: Jules Bäcker (Tor), Benny Eigemann (8), Timo Bartel

(7), Christian Röder (6), Sven Schirrmacher (3), Leon Hackländer (2), Florian Gilsbach (2), Silas Tietz (2), Lars Blicke (2), Franco Leto (1), Freddy Werdelhoff (1), Tim Henning Lochter, Julian Müller, Henne Görke, Basti Schröer (n.e.).

### LTV Damen - HC Wermelskirchen 2 13:27 (8:15): Schwaches Spiel gegen starke Gäste

(red) Zum Meisterschaftsspiel war der Tabellenzweite, HC Wermelskirchen 2, zu Gast in der Sporthalle Lüttringhausen. Der LTV trat durch einige ver-

letzte und verhinderte Spielerinnen dezimiert an. Zu Beginn war die Partie ausgeglichen. Die Abwehr des LTV war harmlos, so gingen die Gäste bald in Führung. Zur Pause trennte man sich bereits mit einem ordentlichen Rückstand (8:15).

Nach dem Seitenwechsel änderte sich der Spielverlauf leider nicht, so unterlag der LTV deutlich mit 27:13.

„Meine Spielerinnen waren vor dem Spiel trotz des dezimierten Kaders motiviert. Doch leider agierten sie auf dem Platz heute ohne Biss in Abwehr und An-

griff. Die Niederlage wäre nicht so hoch ausgefallen, wenn sich alle zu hundert Prozent in das Spiel hineingekämpft hätten“, so LTV-Damen-Trainer Michael Richter.

Nach dem Karnevalswochenende geht es nach Haan zur HSG Adler 3. Das Hinspiel gewann der LTV deutlich mit 31:7. Nach der schwachen Vorstellung gegen HCW 2 hofft der LTV-Trainer auf eine deutliche Leistungssteigerung seiner Damen, damit auch das Rückspiel in Haan eindeutig für den LTV entschieden werden kann.

LTV: Veronique Wappler (Tor), Anke Görke (4/1), Patricia Gebhardt (2), Lynn Sablotny (2), Claudia Bornewasser (2), Sarah Donner (1), Janika Pötschke (1), Jasmin Müller (1/1), Anna-Lena Steffens, Marilena Ziert, Melissa Wellershaus, Annika Hörnig.

### Weitere Ergebnisse:

LTV 2. Herren - HC BSdL22:34  
LTV 3. Herren - Haan 13:21  
HG Remscheid - LTV A-Jugend 33:17  
Langenfeld - LTV D-Jugend 30:22

Unsere Liebe nimmst Du mit,  
Deine tragen wir in unseren Herzen.

## Uli Wennemann

\* 19. Oktober 1958 † 17. Januar 2018

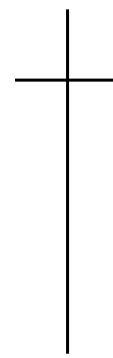
Unsere gemeinsame Zeit war viel zu kurz.

Beate Schultheis-Wennemann  
und Angehörige

Wir verabschieden uns von Uli Wennemann am Freitag, dem 16. Februar 2018, um 11 Uhr in der Kapelle auf dem Friedhof in Remscheid-Lüttringhausen. Danach ist die Beisetzung der Urne auf dem Kath. Friedhof.

Statt zugegedachter Blumen und Spenden bitten wir in Ulis Sinne um eine Spende für den Förderverein für Kinder in Äthiopien, ENPA Alive (Spendenkonto: ENPA Alive e.V. IBAN: DE96 4306 0967 4110 9299 00). Stichwort Uli Wennemann

Traueranschrift: 42899 Remscheid-Lüttringhausen, Birker Feld 21



Statt jeder besonderen Anzeige

Zu Ende sind die Leidensstunden,  
er schließt die müden Augen zu.  
Die schwere Zeit ist überwunden,  
wir gönnen ihm die ewige Ruh.

## Friedrich Kosky

\* 8. 8. 1929

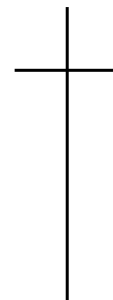
† 23. 1. 2018

In Liebe und Dankbarkeit nehmen wir Abschied

Barbara Kosky geb. Milbert  
Wolfgang Kosky  
Erna Heinen geb. Kosky  
Dietmar und Christine Heinen  
und Anverwandte

42899 Remscheid-Lüttringhausen, Olper Höhe 17

Die Beerdigung hat im engsten Familienkreis stattgefunden.



Bei dir ist die Quelle des Lebens,  
und in deinem Lichte  
sehen wir das Licht.

Psalm 36, 10

## Adelheid Müller

geb. Hennig

\* 2. 3. 1939

† 5. 2. 2018

Unerwartet, und für uns alle noch unfassbar, wurde sie aus unserer Mitte genommen.

Jürgen Müller  
Jörg Müller und Gabriele Markus  
mit Lena und Jule  
Manfred und Rita Hennig  
Anverwandte und Freunde

42899 Remscheid-Lüttringhausen, Albert-Tillmanns-Weg 10

Die Trauerfeier findet am Donnerstag, dem 15. Februar 2018, um 13 Uhr in der Kapelle des ev. Friedhofes Remscheid-Lüttringhausen statt.

Die Urnenbeisetzung erfolgt später im engsten Familienkreis.

Statt Blumen und Kränzen bitten wir um eine Spende an Deutsche Arthrose-Hilfe e.V., IBAN: DE04 5001 0060 0101 1776 08 – Sterbefall Adelheid Müller – .

### Und sonst ...

#### Neue Pilgerwanderungen von Lennep Offensiv

(red) Nach der großen Resonanz auf die Pilgerwanderungen in den Vorjahren stehen bei Lennep Offensiv und den Lennep-Pilgerfreunden zwei neue Wanderungen auf dem Programm. Wer Interesse hat, in netter Gesellschaft auf dem spanischen Jakobsweg zu wandern, sollte sich diese Termine reservieren. Die erste Wanderung läuft von 4. bis 14. Mai. Sie führt von Saint Jean Pied de Port (Frankreich) zu der alten Königsstadt Nájera in Spanien. Die einzelnen Etappen sind 17 bis 24 km lang, vom Schwierigkeitsgrad her teilweise anspruchsvoll und eher für bereits versierte Wanderer geeignet.

Die zweite Wanderung führt vom 9. bis 20. September von Nájera bis Calzadilla de la Cueza. Die einzelnen Etappen sind 19 bis 25 km lang und einfach bis mittelschwer. Etwas Wandererfahrung sollte dennoch auch hier vorhanden sein.

Beide Wanderungen werden in Zusammenarbeit mit dem Veranstalter Pilgino angeboten, der auch die bisherigen Pilgertouren betreut hat. Gewandert werden kann in der Gruppe, oder je nach Wunsch auch allein oder in Kleingruppen, so dass jeder seinen Wander-Rhythmus finden kann.

Die Preise betragen jeweils 1.050 Euro (Zuschlag für ein Einzelzimmer: 250 Euro). Darin enthalten sind die Transfers vor Ort, Unterkunft und Verpflegung mit Halbpension sowie eine Reisebegleitung, die das Gepäck von Unterkunft zu Unterkunft transportiert und falls notwendig Hilfestellung leistet. Nicht enthalten sind die Flüge zu den jeweiligen Ausgangsort bzw. Rückflüge ab Zielort. Diese Flüge werden nach Feststehen der Teilnehmerzahl wieder von Lennep Offensiv in Zusammenarbeit mit dem Reisecenter Witting zu Sonderpreisen arrangiert.

Weitere Infos gibt es zu den üblichen Öffnungszeiten im Lennep-Laden, Berliner Straße 5, Telefon 4 62 59 00. Eine direkte Anmeldung ist dort immer dienstags möglich. Anmeldeschluss für die erste Wanderung ist der 27. Februar, für die zweite der 27. März.

## Gerda Struckmann

\* 15. November 1930 † 25. Januar 2018

In Liebe und Dankbarkeit nehmen wir Abschied.

Ute und Roland Vedder  
Rainer und Ursel Struckmann  
Renate und „Teddy“ Schlender  
Enkel und Urenkel

## BESTATTUNGEN BEELE

Erledigung aller Beerdigungsangelegenheiten,  
Erd-, Feuer- und Seebestattungen,  
Überführungen von und nach auswärts, anonyme Bestattungen

42399 Wuppertal-Beyenburg · Ginsterweg 40  
Tel. 02 02 / 61 13 71 · 01 72 / 97 33 55

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

### Beim Wandern herrschte Müllers Frust



(red) Orangefarbene Signalfarbe kündigt ihn weit sichtbar an, den neuen Müllimer im Schmitzenbusch. Das Fehlen desselben wurde oft bemängelt, nun herrscht wieder Ordnung im Wald – so die große Hoffnung. Hundekotbeutel, Taschentücher, Kaugummipapiere und Zigarettverpackungen landen künftig hoffentlich alle im Eimer, nicht mehr auf dem Boden. Dann bereitet das Wandern auch Lieschen Müller wieder Lust, will?

Foto: Nicole Dahmen

## Menschen miteinander verbinden

Andy Dino Iussa plant neue Projekte im Lotsenpunkt.

VON ELISABETH ERBE

Er ist Regisseur, Autor, Projektentwickler, Performer und Moderator. Andy Dino Iussa kann man nicht in eine Schublade stecken. Seit dem 3. November ist er als Engagementförderer der kath. Kirche zuständig. Seine Arbeit beruht auf drei Säulen. Allen voran soll er Leute motivieren, sich einzubringen. Daneben kümmert er sich um die Flüchtlingshilfe und den Lotsenpunkt. „Ich möchte den Lotsenpunkt in Lennep so erweitern, dass sich alle drei Säulen darin treffen“, erklärt er, „das ist eine Labor-Versuchsanordnung. Man bringt unterschiedliche Menschen zusammen“.

#### Ort für Hilfe- und Ratsuchende

Der Lotsenpunkt ist ein Ort für Hilfe- und Ratsuchende, die dort Hilfestellung erhalten. Iussa möchte das Angebot erweitern und daraus einen Ort schaffen, der Lust macht, reinzukommen. „Ich plane Projekte für Gruppen, die sich gegenseitig bereichern“, so Iussa. Allen voran geht es ihm um Wertschätzung und Wahrnehmung. Vor zwei Jahren arbeitete Andy Dino Iussa an einem Projekt „Vier plus zwei Türme“ mit Texten und Live-Musik in den Lüttringhauser Kirchen. Er schrieb Collagen aus literarischen Fragmenten unterschiedlicher Autoren. In der Langenfelder Bandfabrik engagiert sich der Künstler



Kreativer Tausendsassa: Andy Dino Iussa.

Foto: Erbe

ebenso. Das Buch „Von Achtbahn bis Zauberkraft“ zeigte, was die Kinder in Wichlinghausen und Oberbarmen bewegt, welche Träume sie haben und welche Menschen für sie eine wichtige Rolle spielen. Ein ganz besonderes Projekt entwickelte Iussa mit „Planet Mensch – Woyzeck“. Iussa brachte SeniorInnen mit jungen Migranten zusammen und schuf ein transkulturelles und intergeneratives Experiment. Die SeniorInnen schlüpfen in asiatische und afrikanische Gewänder, die jungen Menschen zogen barocke europäische Kleider an. Dazu wurden Sequenzen aus Georg Büchners „Woyzeck“ rezitiert. Das Zusammenspiel der Menschengruppen, die beide Flucht erlebten, schuf eine einmalige Gemeinsamkeit. Dabei entstanden künstlerische Fotos, die Iussa zu einem Buch zusammenbrachte. „So ein ähnliches Projekt plane ich in Lennep auch“, sagte der Ehrenamtsbeauftragte und schafft zurzeit Verbindungen zu anderen Institutionen wie die „Welle“, dem Verein „Lennep Offensiv“, Seniorengruppen und Schulen. „Ich stoße auf große Offenheit und Neugier“, freut sich der Wuppertaler. Daneben plant er Ausstellungen, Kinderprojekte, ein Buch mit Fotografien, Konzerte, Lesungen und eine Live-Talk-Show. Einen „Chor der Lotsen“ mit einer Mischung aus Gesang mit Performationen und literarischen Elementen hält er für eine interessante Idee. Aus dem Lotsenpunkt soll eine Oase werden, die sich mehr in die Öffentlichkeit integriert.