

# BEN ECHO

*Zeitung für Werne*



Stadt Werne -  
Koordinierungsstelle  
für Bürgerschaftliches  
Engagement, Senioren-  
und Behindertenarbeit  
(BEN)

Auflage: 1.000 Stück

Zum Mitnehmen!



**Franz Müntefering:  
Jung und alt  
nur gemeinsam!**

Foto: Kreis Unna

**Ehrenamtskarte NRW  
Gemeinsame Aktion  
findet viel Anklang**

**Verwaltungspraktikum  
Moritz Bille sammelt  
viele neue Erfahrungen**

**Behindertenbeirat  
Interessanter Ausflug  
zur Gerontotechnik**

# Möbel mit **bestem** **Komfort** für Menschen im besten **Alter**

*Ihre Vorteile:*

- **Komfort pur** - was intelligente Zusatzfunktionen alles für Sie tun können...
- **Vielfalt ohne Grenzen** - mehr als 3 Millionen Planungsvarianten!
- **Rückenschmerzen?** Die richtige orthopädische Unterpolsterung führt fast immer zu schneller Linderung!
- **Gemütlich sitzen, aber richtig:** Ausführlicher Ergonomie-Check zur Bestimmung Ihres Sitztypus!
- **Schmerzhafte Nackenverspannungen müssen nicht sein** - Die richtige Nackenunterstützung bewirkt wahre Wunder!



*...exklusiv bei*

# MOBEL **NEUHAUS**

WERNE

Selmer Landstr. 36, 59368 Werne

-----  
[www.moebel-neuhaus.de](http://www.moebel-neuhaus.de), Tel. 02389 90046-0, Mo-Fr 9-13 + 14.30-18.30 Uhr, Sa 9.30-14 Uhr



## Editorial

### Konflikt der Generationen?



BEN-Echo-Redakteur Jochen Höinghaus über die Diskussion eines Generationskonfliktes.

Bevorzugt der Sozialstaat alte Menschen und benachteiligt er junge? Franz Müntefering, Vorsitzender der Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen (BAGSO), der im Rahmen des 11. Kreis-Seniorentages in der Stadthalle Unna als Gastredner auftrat, gab eine deutliche Antwort: Nein! Das häufig beschworene Szenario eines drohenden Generationenkonflikts stehe im Gegensatz zu den tatsächlichen sozialpolitischen Entwicklungen Deutschlands.

Gleichwohl: In den vergangenen zwei Jahrzehnten – so das Ergebnis einer jüngst vorgelegten Studie – wandelte sich unser Wohlfahrtsstaat und vor allem der Anteil der Senioren („Ü 60“) an der Bevölkerung nahm zu.

Würde nun die These vom „Eigennutz der Generationen“ zu treffen, müssten die Alten ihren Einfluss eingesetzt haben, um mehr vom Sozialbudget zu erhalten. Doch eher das Gegenteil ist der Fall: In unserem Land verschoben sich die Gewichte zugunsten der jüngeren Generation. Der Staat begrenzte z. B. die gesetzliche Rente und privatisierte

#### Zum Titelbild

Im Rahmen des 11. Kreis-Seniorentages in Unna nutzten der stellvertretende Bürgermeister Ulrich Höltmann (re.) und BEN-Koordinator Jochen Höinghaus (li.) die Gelegenheit zu einem Gedankenaustausch mit dem ehemaligen Vize-Kanzler und heutigem Vorsitzenden der Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen, Franz Müntefering.

teilweise die Altersvorsorge, während er zugleich die Förderung für Familien erhöhte.

Unbestritten sei, so ein Fazit der Studie, dass nur eine sozialstaatliche Politik, die die Geburt von Kindern fördert und eine Infrastruktur schaffe, die Kindern gute Entwicklungschancen bietet, das Problem des Ungleichgewichts zwischen der schrumpfenden Zahl der Beitragszahler und der wachsenden Zahl der Leistungsbezieher im Rentensystem deutlich mildern könne.

Quintessenz: Gute Sozialpolitik nutzt allen Generationen. Diese Maxime sollten sich die politischen Entscheider auf ihre Fahnen schreiben, wenn es um die inhaltliche Ausrichtung der Zukunft geht.

## Drei Fragen an den BAGSO-Vorsitzenden Franz Müntefering

**BEN-Echo:** „Als Vorsitzender der Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen (BAGSO) mal ehrlich: Gibt es tatsächlich diese große Kluft zwischen jung und alt, wie aller Orten behauptet wird?“

**Franz Müntefering:** In meinen Augen sind die Gräben zwischen den Generationen nicht so tief, wie uns durch die Diskussionen über die Auswirkungen des demographischen Wandels vermittelt werden soll. Im Übrigen: Unser Grundgesetz gilt für jeden Bürger unserer Staates – ob Mann oder Frau, reich oder arm, alt oder jung!“

**BEN-Echo:** „Haben die vielen alten (und stetig älter werdenden) Menschen in unserem Land eine größere Lobby, als die nachfolgenden Generationen?“

**Franz Müntefering:** „Eines steht doch vollkommen außer Frage: Wenn es uns alten Menschen gut gehen soll, muss es auch und gerade den jungen Menschen in unserer Gesellschaft gut gehen. Vor diesem Hintergrund ist das BAGSO-Engagement zu sehen, in dem derzeit die Interessen von rd. 115 Verbänden und neun Millionen Mitgliedern gebündelt werden.“

**BEN-Echo:** „Gibt es ein Patentrezept für ein auf Dauer konfliktfreies Miteinander von jung und alt?“

**Franz Müntefering:** „Ich kann nur an alle Gruppen appellieren, sich verstärkt gesellschaftlich aber auch in eigener Sache zu engagieren und einzubringen. Schließlich hängen Veränderungen am Menschen und nicht am Alter.“

**BEN-Echo:** „Herr Müntefering, herzlichen Dank für dieses Gespräch!“

## Ehrenamt hat ein Gesicht

### Sandra Dömland: Alt hilft Jung

„Alt hilft Jung - Jung hilft Alt!“ Das ist eine besonders schöne Form der gegenseitigen Unterstützung. Konkrete Hilfestellungen, aber auch Kontakt der Generationen untereinander werden dadurch ermöglicht. Stellvertretend für zahlreiche Frauen und Männer, die sich in diesem Bereich ehrenamtlich in unserer Stadt engagieren, stellen wir an dieser Stelle Sandra Dömland vor. Sie ist 46 Jahre alt, hat zwei Söhne im Alter von 23 und 25 Jahren, die sie allein großgezogen hat, da der Vater verunglückte, als die Kinder drei bzw. eineinhalb Jahre alt waren. Seit vielen Jahren unterstützt sie den städtischen Streetworker Michael Knäpper bei seinen vielfältigen Aufgaben.

BEN-Redaktions-Mitarbeiterin Elisabeth Vente-Smusch zeichnet das Gespräch mit ihr nach.

**BEN-Echo:** „Frau Dömland, wie sieht konkret Ihre Unterstützung konkret?“

**Sandra Dömland:** „Seit rd. neun Jahren begleite ich gemeinsam mit Herrn Knäpper und zwei weiteren Kollegen Kindergruppen bei Ausflügen während der Sommerferien. In der Ferienzeit kommt einmal wöchentlich ein Spielmobil auf die große Wiese neben der St. Johannes-Kirche. Dort bin ich sowohl beim Aufbau als auch bei der Verköstigung der Kinder behilflich: das reicht vom Grillen über Waffelbacken bis hin zum Versorgen mit „Pflastern“. (lacht). Natürlich dürfen auch die Gespräche mit den Kindern und die Zuwendung nicht fehlen. Wenn Herr Knäpper Hilfe braucht, bin ich jederzeit auf Abruf bereit.“

**BEN-Echo:** „Was reizt Sie an Ihrem Engagement?“

**Sandra Dömland:** „Ich bin gern mit



Sandra Dömland (li.) ist seit vielen Jahren ehrenamtlich im Bereich der städtischen Jugendhilfe engagiert.

Kindern zusammen. Unsere Kinder kommen oft aus einem Umfeld, wo ihnen ihre Eltern nicht viel bieten können. Da halte ich es für wichtig, dass sie in den Ferien besondere Eindrücke und Erlebnisse haben. Hinzu kommt, dass ich mich selber in dieser Gemeinschaft bestehend aus Kindern, den weiteren Helfern sowie Michael Knäpper sehr wohl fühle.“

**BEN-Echo:** „Sie sind in diesem Bereich bereits seit langem aktiv: Was hat sich in dieser Zeit verändert?“

**Sandra Dömland:** „Neue Spiele sind hinzu gekommen, die Helferguppe verändert sich, aber die größte Veränderung haben wir durch den Zuzug von Flüchtlingen und Migranten erfahren. Und es nehmen mehr Kinder als in den Vorjahren teil. Diese haben oft noch Sprachschwierigkeiten und müssen sich hier bei uns eingewöhnen.“

**BEN-Echo:** „Wie sind Sie zu dieser Aufgabe gekommen?“

**Sandra Dömland:** „Meine Söhne waren in einer Fußball-Gruppe aktiv, die seinerzeit Michael Knäpper betreute.

So ist der Kontakt entstanden und in weiteren Gesprächen mit ihm kam die Idee auf, die Kindergruppen mit zu unterstützen.“

**BEN-Echo:** „Was bekommen Sie von den Kindern zurück?“

**Sandra Dömland:** „Ich bin gern im Einsatz und freue mich auf die Kinder. Diese strahlen viel Positives aus und sind dankbar. Ich habe dadurch eine sinnvolle Aufgabe. Aber auch die Gemeinschaft mit dem Helferteam bedeutet mir sehr viel.“

**BEN-Echo:** „Gab es in der Rückschau ein besonders schönes Erlebnis?“

**Sandra Dömland:** „In diesem Sommer waren wir auf dem Kettler-Hof. Da schenkten mir zwei Mädchen spontan einen Strauß Butterblumen, den sie für mich gepflückt haben. Darüber habe ich mich in der Tat richtig gefreut.“

**BEN-Echo:** „Vielen Dank für das Gespräch und weiterhin viel Freude bei Ihrem vorbildlichen Engagement für die Kinder in unserer Stadt.“

## Aktuelles aus dem Behindertenbeirat

### Gemeinsame Fahrt zur Ausstellung nach Iserlohn

Das großflächige Ausstellungszentrum der Gesellschaft für Gerontotechnik (GGT) in Iserlohn war das Ziel einer Abordnung des Behindertenbeirates der Stadt Werne. Vorsitzende Angelika Roemer hatte dem Wunsch der Mitglieder entsprochen und in Abstimmung mit Jochen Höinghaus von der städtischen Koordinierungsstelle für Bürgerschaftliches Engagement, Senioren- und Behindertenarbeit (BEN) diese Fahrt organisiert.

Im Rahmen einer zweistündigen Führung zeigten sich die Teilnehmer beeindruckt von den vielfältigen Möglichkeiten technischer Hilfestellungen. Im Mittelpunkt stand das Thema „Bauen und Wohnen ohne Grenzen“ mit den Bereichen Mobilität, Pflege, Küche & Haushalt, Badwelten und Haustechnik, Elektro und Gebäudeautomation sowie Sicherheit



Mitglieder des Behindertenbeirates besuchten die Gesellschaft für Gerontotechnik (GGT) in Iserlohn (v.re.): Bärbel Drohmann (stellv. Vorsitzende), Angelika Roemer (Vorsitzende), Moritz Bille, Christine Osterkemper (Blinden- und Sehbehindertenverein), Werner Treffer (Rheuma-Liga) und Jochen Höinghaus (BEN).

und Kommunikation. Auf einer Fläche von 1.200 m<sup>2</sup> gab es mehr als 1.000 Produkte von rd. 100 Herstellern zu sehen.

„Es war in der Tat bemerkenswert,

was heute bereits möglich ist, um das Leben als Mensch mit Behinderung oder aber im Alter wenig leichter zu machen“, zog Angelika Roemer ein positives Fazit.

## Hospizgruppe Werne e.V.

### Neu errichtetes „Hospiz am Wallgang“ stellte sich vor

Die Mitglieder der Hospizgruppe Werne e.V. besuchten auf Einladung das im vergangenen Jahr in der Nachbarstadt Lünen eröffnete stationäre „Hospiz am Wallgang“.

Die Umgebung des mit öffentlichen Verkehrsmitteln gut erreichbaren Hauses unmittelbar gegenüber einer großen Schule mit jungen Menschen,

mit Blick auf die große Kirche und die Parkanlage „Am Wallgang“ mit altem Baumbestand wurde durch die großen Fensterfronten in das Haus mit einbezogen.

Die Hospiz-Mitarbeiter stellten zunächst das Haus mit seiner gleichermaßen medizinischen wie liebevoll ausgestalteten und komfortablen

Ausstattung vor. Auch das Leben der dortigen Gäste mit ihren Angehörigen wurde beispielhaft erläutert. Die Gäste aus Werne stellten viele fachkundige Fragen (u. a. über die Voraussetzungen zur Aufnahme ins Hospiz und der Finanzierung des Aufenthaltes), wobei der Besuch mit einem Rundgang durch die Gemeinschaftsräume, der Besichtigung eines Gast-Zimmers und dem Aufenthalt in dem kleinen, das Hospiz umgebenden Garten endete



Die Mitglieder der Hospizgruppe Werne besuchten die neue Einrichtung in Lünen.

Informationen rund um das Thema „Hospiz“ erhalten Sie bei den beiden Koordinatorinnen des ambulanten Hospizvereins in Werne Annette Alfermann (Tel.: 0162-876123) sowie Martina Bußmann (Tel.: 0157-51099079) und in der Sprechstunde am Kirchhof 2a (jeweils Dienstags von 15 bis 16.30 Uhr und nach Vereinbarung).



## Inklusion am Arbeitsplatz

### Praktikant im Rollstuhl: Moritz Bille sammelt vielfältige Erfahrungen



Pauline Bille (li.) informierte im Rahmen einer Besichtigung des Amazon Werkes ihren Bruder Moritz und Jochen Höinghaus über die Besonderheiten des Logistik-Riesen.

Einblick gewähren, Außenstehende in einen Beruf hineinschnuppern lassen. So ist meist der Zungenschlag, wenn von Praktikanten die Rede ist. Das war auch für Moritz Bille durchaus zutreffend – und trifft es doch nicht ganz: Denn auch die Stadtverwaltung, und speziell die Koordinierungsstelle für Bürgerschaftliches Engagement, Senioren- und Behindertenarbeit (BEN) als Einsatzbereich, gewann über ihren Praktikanten wichtige Eindrücke. Darüber, wo Menschen mit Behinderung wie der 24-Jährige in der Stadt auf Hindernisse stoßen, und was Inklusion am Arbeitsplatz schaffen, aber auch erfordern kann.

Geschafft hat Moritz Bille schon einiges. Er ist von Geburt an motorisch eingeschränkt, auf den Rollstuhl angewiesen und hat sein persönliches Tempo im alltäglichen Umgang. Aber 2011 hat er seinen Abschluss an der LWL-Förderschule am Marsbruch in Dortmund gemacht und sich im inklusiven Wohnprojekt am Heckhof vor drei Jahren mit individuellen Pflege- und Betreuungsleistungen außerhalb des Elternhauses verselbstständigt.

Nach der Schule führte Moritz' Weg klassisch in eine geschützte Werkstatt. In Nordkirchen ist er in der Fertigung tätig, sortiert Kleinteile oder setzt Luftpumpen zusammen. Doch das soll es noch nicht gewesen sein. Moritz Bille sucht nach Veränderung, er will gern zeigen, dass er mehr kann, als ihm nach gängigem Schema zugeschrieben wird.

Das hat ihn ins Stadthaus und zu BEN-Koordinator Jochen Höinghaus geführt. Die Caritas-Werkstätten hatten den Werner für sechs Wochen von der Beschäftigung freigestellt. Für diese Zeit hatte die Verwaltung auf Initiative der Eltern einen Arbeitsplatz geschaffen, an dem Moritz dank technischer Hilfen nicht nur Erfahrungen sammeln, sondern eigene weitergeben und die BEN-Arbeit unterstützen kann.

Mit seinem Tablet-Computer und Sprachsteuerung arbeitete der Praktikant eigenständig mit. „E-Mails schreiben und versenden, das macht Spaß. So etwas würde ich gerne machen“, berichtete Bille und strahlte bei dem

Gedanken daran. Auch die Betreuerin der Werkstätten habe gestaunt, welches Potenzial der Schützling hier offenbare.

Nach der anfänglich gemeinsamen Orientierung im Haus konnte sich der Praktikant zwischen Poststelle und Büros eigenständig bewegen. Weil es bis zur Wohnung am Heckhof nur ein paar Meter sind, holte Jochen Höinghaus seinen Mitarbeiter auf Zeit oft zur Arbeit ab und war auch sonst viel mit ihm unterwegs. „Das hat mir noch einmal deutlich gemacht, wo sich für Rollstuhlfahrer in der Stadt nach wie vor Probleme auftun“, so der BEN-Koordinator. Unverkennbar hatten die beiden aber keine Sorgen, sondern reichlich Spaß an der Zusammenarbeit.

„Moritz hat Fotos von allen Ruhebänken gemacht“, berichtete der städtische Koordinator von einem Projekt des Seniorenbeirats. „Alle Bänke sollen eine Registrierungsnummer erhalten, damit in Notfällen gezielt die Rettung angefordert werden kann, wenn sich jemand darauf niederlässt, weil er gesundheitliche Probleme hat.“

Als leidenschaftlicher Kinobesucher war Moritz Bille ebenso begeistert wie bewandert dabei, als die Film Auswahl für das nächste Seniorenkino zu treffen war.

Welche Perspektiven sich für ihn persönlich ergeben, soll und kann nicht unmittelbar mit Ablauf des Praktikums entschieden werden. Moritz kehrte mit gestärkten Kompetenzen in die Werkstätten zurück – vorerst und in der Hoffnung, dass er bald wieder gefordert wird.

Mit freundlicher Genehmigung des Westfälischen Anzeigers

## Vortrag im Stadthaus

### Blick auf UN-Behindertenkonvention

*Intensive Diskussionen, viele Gespräche und interessante Fragen begleiteten den Vortrag von Ulrike Hüppe, Mitglied im Behindertenbeirat der Stadt Werne, die in Kooperation mit der Koordinierungsstelle für bürgerschaftliches Engagement, Senioren und Behinderte (BEN) über die Behindertenrechtskonvention, des Inklusionsstärkungs- und Pflege-stärkungsgesetzes sowie des Bundes-teilhabegesetzes informierte.*

Rd. 20 interessierte Gäste hatten sich in der Cafeteria des Stadthaus eingefunden, um entsprechende Einblicke in den „dichten Gesetzesdschungel“ zu erhalten und neue Erkenntnisse zu gewinnen. Darunter auch zahlreiche Mitglieder des Behindertenbeirates, der Seniorenvertretung sowie des Pflegebeirates in der Stadt Werne, die mit ihren Ein-

schätzungen und Anmerkungen zu einer am Ende fachlich gehaltvollen Veranstaltung beitrugen.

Gleichermaßen sach- wie fachkundig skizzierte Ulrike Hüppe gesetzliche Entwicklungen in Deutschland – ausgehend von der Ratifizierung der UN-Behindertenkonvention im Jahre 2009 bis hin zum aktuellen Pflegestärkungsgesetz II, das – so ihre Einschätzung – wesentlich zu einer Flexibilisierung in der Leistungsabwicklung beigetragen habe.

Angelika Roemer, Vorsitzende des Behindertenbeirates verband ihren Dank an Ulrike Hüppe zum Schluss der Veranstaltung mit der Hoffnung, die ein oder andere offen gebliebene Frage im Rahmen eines weiteren Workshops zu beleuchten.



*Wichtig ist der korrekte Einbau von Rauchmeldern.*

### Rauchmelder können Leben retten

Seit Anfang dieses Jahres herrscht in allen Wohnungen und Häusern Rauchmelder-Pflicht. Diese Pflicht besteht sowohl für Neu- und Umbauten, als auch für bestehende Wohnräume.

In Aufenthaltsräumen, in denen Personen schlafen, müssen Rauchmelder angebracht sein. Dazu zählen auch Kinderzimmer und Gästezimmer. Außerdem muss in Fluren, die zu diesen Aufenthaltsräumen führen, ein Rauchmelder hängen. Natürlich kann man auch in anderen Zimmern einen Rauchmelder aufhängen - in den vorgeschriebenen Räumen sind die Rauchmelder aber besonders wichtig, da der Geruchssinn eines Menschen im Schlaf nicht zuverlässig funktioniert.

In den Schlafräumen wird man daher von einem Brand beziehungsweise Rauch besonders plötzlich überrascht – oft ist es dann schon zu spät.

Und auch in Fluren sind Rauchmelder wichtig, vor allem damit Rauch auf Fluchtwegen erkannt wird. Generell gilt: Rauchmelder sollten am besten an der Zimmerdecke und möglichst in der Mitte des Raumes angebracht werden.

Außerdem muss man mehr als einen Rauchmelder anbringen, wenn der Raum eine größere Fläche als 60 m<sup>2</sup> hat oder der Raum durch Teilwände oder Möblierung unterteilt ist, wodurch die Rauchausbreitung eingeschränkt werden kann.



*Ulrike Hüppe (m.) stellte ausgehend von der UN-Behindertenrechtskonvention die aktuellen gesetzlichen Regelungen vor. Ein Dankeschön gab es dafür von der Vorsitzenden des Behindertenbeirates, Angelika Roemer (re.) und ihrer Stellvertreterin, Bärbel Drohmann.*



## Aktuelles aus der Seniorenvertretung

### Jürgen Junker: Internetkriminalität bei Senioren steigt stetig

*Gut besucht war der Vortragsauftritt zu einer Reihe von Veranstaltungen, die die Koordinierungsstelle für Bürgerschaftliches Engagement, Senioren- und Behindertenarbeit (BEN) gemeinsam mit der Seniorenvertretung Werne in den kommenden Monaten organisiert.*

Seniorenberater und IT-Experte Jürgen Junker aus Kamen referierte in der Cafeteria des Stadthauses über das Thema „Internetkriminalität bei Senioren“. Zahlreiche Besucher nutzten die Gelegenheit, sich vor Ort zu informieren, ob und wie ein effektiver Schutz im Internet oder aber auch zu Hause mit Blick auf W-Lan, sichere Passwörter und Routerverschlüsselung überhaupt möglich ist.

Anschaulich und mit viel Sachverstand zeigte Jürgen Junker auf, wo mögliche Gefahrenquellen liegen und wie sich jeder (weitgehend) vor



*Mit einem kleinen Präsent bedankte sich Dieter Schimmel (re.), Vorsitzender der Seniorenvertretung Werne beim IT-Sicherheitsexperten Jürgen Junker aus Kamen für einen abwechslungsreichen und kurzweiligen Vortrag.*

einem Datenklau schützen kann. Dass es einen 100-prozentigen Schutz allerdings nicht geben kann, wollte der Mitarbeiter des Projektes „Senioren helfen Senioren“ gleichwohl nicht

verschweigen. „Eine gesunde Skepsis ist hilfreich, um letztlich nicht doch auf Betrüger herein zu fallen“, bat Jürgen Junker abschließend um Unterstützung.

## Service vor Ort

### compass-Pflegeberatung informiert Privatversicherte

Privatversicherte und ihre Angehörigen können sich bei Fragen rund um das Thema „Pflege“ an die compass Pflegeberatung wenden. Die Ratsuchenden erreichen die Pflegeberater unter der kostenfreien Servicenummer 0800 - 101 88 00. Die Experten der telefonischen Beratung stehen montags bis freitags von 8:00-19:00 Uhr und samstags von 10:00-16:00 Uhr bei Informations- und Beratungsbedarf zur Verfügung. Die telefonische Pflegeberatung steht allen Ratsuchenden unabhängig vom Versichertenstatus offen und erfolgt auch anonym.

In Werne ist Tanja Ruck für die persönliche Beratung verantwortlich; sie besucht die Ratsuchenden zu Hause oder in einer Einrichtung. Die Pflegeberatung erfolgt aufsuchend, um die

Familie nicht unnötig zu belasten und sich ein Gesamtbild von der Pflegesituation machen zu können. Auch die aufsuchende Beratung ist für Privatversicherte und ihre Angehörigen kostenfrei.



*Tanja Ruck berät Versicherte in Werne.*

Die compass-Pflegeberater informieren und begleiten die Familien bei der Antragstellung auf Leistungen aus der Pflegeversicherung, beim Begutachtungsverfahren durch den Medizini-

schendienst und bei der Organisation der Pflegesituation.

Angehörige interessieren sich besonders häufig für Entlastungsmöglichkeiten im Pflegealltag. Hier können die Berater aufgrund ihrer Vernetzung sowie ihrer Kenntnisse über Angebote vor Ort den Ratsuchenden zur Seite stehen und Entlastungsangebote aufzeigen.

Die Begleitung durch die compass-Pflegeberater kann je nach Wunsch der Familie von einem einmaligen Hausbesuch bis hin zu einer längerfristigen Begleitung der Pflegesituation reichen.

*compass private pflegeberatung  
Tanja Ruck/ Team Westfalen  
Tel.: 0221 - 93332 392  
tanja.ruck@compass-pflegeberatung.de*



## Solebad-Neubau

### Grundsteinlegung bedeutet „ersten Meilenstein“

Mit der Grundsteinlegung für das neue „Solebad Werne“ haben Bauherr, Planer und gut 250 Bürger gefeiert, dass die Stadt mit dem gut 17 Millionen Euro schweren Projekt im laufenden Rohbau einen Meilenstein erreicht hat.

Ein Viertel von 25.300 Kubikmetern Bauvolumen sei nach den Worten von Chefarchitekt Heinrich Brinkhus derzeit im Rohbau zu sehen. Doch mit jedem Meter frischem Beton gewinnt Wernes neues Solebad offenbar an Anziehungskraft.

Denn obwohl es mächtig blies und der Himmel sich zeitweilig bedrohlich verfinsterte, wollten gut 250 Gäste dabei sein, als der Grundstein gelegt wurde. Die Gäste, nicht wenige mit dem alten Bad augenscheinlich lange verbunden, erkannten an den ersten Beckenkonturen und aufragenden Mauerschaltungen auch von weitem, was sie sehen wollten: Es geht voran mit dem Bau des neuen Bades.

Da ließ es sich bei Freibier und spendierter Grillwurst zufrieden und in Vorfreude trefflich plaudern. Wer sich aus der Nähe ein Bild davon machen wollte, was bis zur geplanten Eröffnung im Frühjahr 2017 für kalkulierte 17 Millionen Euro an alter Stelle neu entsteht, der bekam mit ein wenig Geduld genauere Einblicke. Denn das Interesse war auch groß, als es der Sicherheit wegen in kleinen Gruppen zur Baustellenführung ging.

„Hier wird sichtbar, dass wir an der Zukunft unserer Stadt bauen“, sagte der Vorsitzende des Badbetriebsausschusses, Christian Schmid, in seinem Grußwort stellvertretend für die lokale Politik. Das Vorhaben sei „die wichtigste Zukunftsinvestition für un-



Bürgermeister Lothar Christ füllte mit Badbetriebschef Frank Gründken (v.l.), dem Ausschussvorsitzenden Christian Schmid, Architekt Heinrich Brinkhus und Badvize Frank Adamietz (r.) die Zeitkapsel.



sere Stadt“. Nach langer Abwägung sei entschieden worden, weder schlichte Schwimmhalle noch Wellness-Tempel zu bauen“, sondern ein Angebot für Familien, Vereine Schulen und Solefans, das erwarten ließe, „dass Wernes Bad wieder zur Attraktion in der Region wird.“

An vergangene Zeiten erinnerte zuvor bereits Bürgermeister Lothar Christ

bei seinem Blick in die Chronik, die vor 31 Jahren bei der vorherigen Grundsteinlegung fürs das nun überbaute Solebad der Nachwelt hinterlassen und nun um das nächste Kapitel erweitert wurde. Angefangen hatte es am 15. Mai 1926 mit einem Süßwasser-Freibad, das 1934 mit 40.000 Gästen schon eine Zugnummer war und mit dem Umstieg auf die Sole aus der Zeche 1935 noch zulegte. Höhen und Tiefen habe es gegeben, so Christ. Aber mit den jetzigen Planern und Firmen „mache ich mir keine Sorgen mehr, dass hier etwas Vernünftiges entsteht“. Nämlich „das neue Bad, das für alle da ist“.

Mit freundlicher Genehmigung des Westfälischen Anzeigers

## Katholischer Jugendverband

### „Jünglingssozialität“ in Werne während des Nationalsozialismus

*Ehrenamtliches Engagement wird heute wie auch früher u. a. von katholischen Jugendverbänden gepflegt. Zur Zeit des Nationalsozialismus war dieses Engagement weder bei den katholischen noch bei den anderen Jugendverbänden möglich.*

Nach der Machtergreifung der Nationalsozialisten im Januar 1933 wurden mit der sogenannten „Gleichschaltung“ sämtliche Jugendverbände innerhalb kürzester Zeit aufgelöst. An ihre Stelle trat eine nationalsozialistische Organisation, die Hitler-Jugend (HJ). Erziehung, Vermittlung von Werten wie z. B. Pflege der Gemeinschaft an Heimabenden, in Zeltlagern, beim Sport sowie Aktivitäten für das Allgemeinwohl fanden nur noch unter nationalsozialistischen Vorzeichen statt.

Allein eine Reihe von katholischen Jugendgruppen konnte sich bis zum Ende der 1930er Jahre halten. So widersetzte sich auch in Werne die „Jünglingssozialität“, kurz „Sodalen“, eine Gruppe katholischer Jugendlicher, erfolgreich der Gleichschaltung. Ermöglicht wurde dieser Widerstand vor allem durch Raphael Graf Droste zu Vischering, Kaplan an der St. Christophorus-Kirche von 1933 – 1940. Er war Präses der Sodalen.

Als es nicht mehr möglich war, die langjährige Pflege ihrer Wertvorstellungen wie Festigung des katholischen Glaubens, Stärkung des Gemeinschaftsgefühls und ehrenamtliche Aktivitäten innerhalb der Pfarrgemeinde auszuüben, veranstaltete Vischering für die Sodalen Heimaben-



*Raphael Graf Droste zu Vischering, Kaplan an der St. Christophorus-Kirche, ermöglichte den Widerstand.*



*Der Bund Deutscher Mädel (BDM) war in der Zeit des Nationalsozialismus der weibliche Zweig der Hitlerjugend (HJ)*



de auf Bauernhöfen in Varnhövel und Holthausen. Diese Abende erregten 1937 den Argwohn des damaligen Werner Bürgermeisters Dr. Kraus. Im August 1937 beschwerte er sich über die Gruppe bei der Gestapo in Münster, dass diese Abende vermutlich nicht der religiösen Erziehung dienten.

Die Gestapo ordnete daraufhin die Vernehmung der Landwirte und des Präses Droste zu Vischering an. Deren Aussagen deckten sich weitgehend. An den Heimatabenden würden die Jugendlichen beten und geistliche Lieder und Volkslieder singen. Sie würden im christlichen Glauben unterrichtet, aber es würden keine politischen Themen behandelt. Alle Landwirte lobten die Abende als Traditionspflege.

Doch das Misstrauen des Bürgermeisters blieb. Immer wieder erfolgten seine Appelle an die Gestapo in Münster und auch in Berlin, die Kongregation

der Sodalen aufzulösen. Im Dezember 1938 hatte er schließlich Erfolg. Die Jünglingssozialität wurde aufgelöst. Aber auch danach häuften sich noch Berichte des Bürgermeisters über Treffen der ehemaligen Mitglieder auf Bauernhöfen. Im Frühjahr 1940 war der Bürgermeister erfolgreich: Der Präses der Sodalen, Droste zu Vischering, wurde als Sanitätssoldat einberufen. Die Treffen endeten.

Der Westfälische Anzeiger führte in einem Artikel vom 28. Oktober 2006 zum 100-jährigen Geburtstag Droste zu Vischering aus, dass der Schriftverkehr des Bürgermeisters Dr. Kraus mit den Dienststellen der Gestapo beinahe lückenlos dokumentiert sei, und zwar in einer historischen Akte über die Jünglingssozialität im Werner Stadtarchiv. „In ihrer Geschlossenheit ist die Akte ein wichtiges Dokument für eine Form des Widerstandes in Werne“, sagt Susanne Maetzke, stellvertretende Leiterin des Stadtarchivs.

bs/asz

## Pflegebeirat:

### „Demenzhotel“ im Mittelpunkt

Besuch aus Winterberg hatten die Mitglieder des Pflegebeirates in der Stadt Werne, Die Einrichtungsleiterin des Landhauses „Fernblick“ in Winterberg, Isabell Hiob, stellte ihr Angebot der Entlastung und Erholung für Menschen mit Demenz und ihren pflegenden Angehörigen vor.

Sie verwies darauf, dass es ihren Gästen neben der zeitweiligen Entlastung von der Pflegesituation auch und gerade um die seelische Stabilisierung und körperliche Stärkung gehe. „Dieses Angebot wird angesichts der demographischen Entwicklung und der damit verstärkt zunehmenden häuslichen Pflege immer wichtiger“, so die langjährige Krankenschwester, die seit zwei Jahren das Landhaus „Fernblick“ leitet.

Bereits im Jahre 2005 habe man sich spezialisiert und sei bis heute der einzige Anbieter deutschlandweit, der zwei sog. „Demenzhotels“ anbiete. Ein weiterer Standort wird an der Ostsee unter dem Titel „Landhaus am Fehmarnsund“ betrieben. Barrierefreiheit, Tagesbetreuung und Sinnesgarten seien ebenso selbstverständlich, wie eine hohe Serviceorientierung verbunden mit dem Komfort eines guten Hotels, versprach Isabel Hiob.

Martin Hülsbusch verwies darauf, dass das „Fernblick“-Angebot nicht zuletzt vor dem Hintergrund der mehr als 90-jährigen Erfahrung der Arbeiterwohlfahrt in der Betreuung von Senioren und älteren Menschen zielgruppenspezifisch konzipiert, geplant und umgesetzt worden. „Ich kann jeden Betroffenen nur animieren, einmal „Atempause vom Alltag“ zu machen“, so der stellvertretende Geschäftsführer des AWO-Bezirk Unna. jh



Nach der Machtergreifung der Nationalsozialisten im Januar 1933 wurden alle Jugendverbände aufgelöst und in die Hitler-Jugend (HJ) überführt.

## Ehrenamtskarte NRW

### „Hospiz-Engagement als Herzensangelegenheit“



Die stellvertretende Bürgermeisterin Gudrun Holtrup (rechts) überreichte Sandra Garnhartner und Johannes Overmeyer die „Ehrenamtskarte NRW“.

„Ich bin beeindruckt von Ihrem beispielhaften Engagement, das Ihnen beiden ganz offensichtlich eine Herzensangelegenheit ist.“ Die stellvertretende Bürgermeisterin Gudrun Holtrup sparte nicht mit Lob, als sie im Rahmen einer kleinen Feierstunde Sandra Garnhartner und Johannes Overmeyer die „Ehrenamtskarte NRW“ überreichte. Beide sind seit vielen Jahren – wenn auch in unterschiedlichen Facetten – in der Hospizarbeit tätig. „Miteinander und Mitmenschlichkeit lassen sich nicht verordnen oder gar einfordern“, sagte Gudrun Holtrup und verband damit ihren Dank für gleichermaßen langjähriges wie vorbildliches Tun.

Insgesamt 180 Karten hat die Stadt Werne seit der Einführung im Jahre 2010 bereits ausgegeben. Aktuell beteiligen sich insgesamt 218 (von 369) NRW-Kommunen an diesem Projekt, wobei landesweit inzwischen

rd. 36.000 Ehrenamtskarten ausgehändigt wurden.

Sandra Garnhartner ist ehrenamtlich im „Ambulanten Kinder- und Jugendhospizdienst im Kreis Unna“ aktiv und kümmert sich um die Begleitung und Betreuung von Familien, deren Kind lebensverkürzt erkrankt ist. Darüber hinaus informiert sie regelmäßig über

ihre Arbeit (wie z.B. jüngst im Rahmen einer Sitzung des Pflegebeirates in der Stadt Werne) und wirbt für weitere Unterstützung.

Johannes Overmeyer hat sich seit mehr als zehn Jahren der Hospizbewegung verschrieben. Nachdem er lange Zeit in Emsdetten und in Hamm aktiv war, begleitet er nun nach seinem Umzug nach Werne sterbende Menschen im Lüner Hospiz „Am Wallgang“.



„Ohne Ihren Einsatz und Ihr Engagement für sterbende Menschen wäre unsere Welt zweifelsfrei ein Stückchen ärmer“, so die Einschätzung der stellvertretenden Bürgermeisterin. In diesem Zusammenhang galt ihr besonderer Dank den zahlreichen heimischen Vergünstigungsgebern, bei denen die „Ehrenamtskarteninhaber NRW“ in der Weise belohnt werden, dass ihnen kleine Vergünstigungen bei der Inanspruchnahme verschiedener Angebote eingeräumt werden.



Ehrenamtskarte  
Nordrhein-Westfalen

Die „Ehrenamtskarte NRW“ wird auf Antrag an verdiente Bürger ausgehändigt, die ein überdurchschnittliches Engagement von wenigstens fünf Stunden in der Woche bzw. 250 Stunden pro Jahr leisten und seit mindestens zwei Jahren dieses Ehrenamt ohne Erhalt einer pauschalen Aufwandsentschädigung ausüben.

Der Berechtigte muss mindestens 16 Jahre alt sein, in Werne wohnen oder dort seine ehrenamtliche Tätigkeit verrichten. Die Ehrenamtskarte hat eine Gültigkeit von zwei Jahren.



## Ehrenamtskarte NRW

### „Ehrenamtler“ erkundeten Polizeischule

Auch Wind und Regen hielten die vielen mit Schirmen und Wachsjacken ausgestatteten Gäste nicht davon ab, der Einladung des Arbeitskreises „Ehrenamtskarte NRW“ zu folgen. Rd. 60 Ehrenamtskarteninhaber NRW aus den Städten Bergkamen, Selm, Lünen, Lüdinghausen und Werne trafen sich im Landesamt für Ausbildung, Fortbildung und Personalangelegenheiten der Polizei NRW (LAFP) in Selm-Bork zu einem rd. zweistündigen Rundgang über das weitläufige Gelände und durch die Einrichtung mit abschließendem Kaffeetrinken.

Bereits zum vierten Mal hielten die beteiligten Städte-Vertreter für ihre engagierten Ehrenamtler ein besonderes Dankeschön parat. Die Resonanz auf die angebotene Führung durch die Polizeischule war trotz der widrigen Witterungsbedingungen bemerkenswert. Umso mehr, da es sich auch die jeweiligen Bürgermeister nicht nehmen ließen, allen Aktiven persönlich zu danken.

„Ohne das Ehrenamt wäre es schlecht in und um unsere Gesellschaft bestellt“, brachte es Gudrun Holtrup, stellvertretende Bürgermeisterin der Stadt Werne treffend auf den Punkt.

Regierungsrat Konrad Bröker begrüßte die zahlreichen Gäste in der Mensa.

„Das Landesamt für Ausbildung, Fortbildung und Personalangelegenheiten der Polizei NRW (LAFP NRW) versteht sich als fachlich wie wissenschaftlich anerkannter Bildungsträger und qualitäts- und kundenorientierter Dienstleister der Polizei NRW“, sagte der Verbindungsstellenleiter.

Er betonte, dass das LAFP NRW in Selm-Bork stets gern bereit sei, sich für Besuche und interessierte Gruppen zu öffnen, um Einblicke in ihr Ausbildungsprogramm für angehende Polizeibeamte zu gewähren. Schließlich gehöre die Polizeischule zu den größten Arbeitgebern vor Ort und stehe seit vielen Jahrzehnten zu seiner Verantwortung.

Im Anschluss machten sich die Besucher in zwei geführten Gruppen auf, um Einrichtung und Gelände zu erkunden. Zu den vielfältigen Aufgaben des LAFP zählen insbesondere die Ausbildung für den gehobenen und höheren Polizeivollzugsdienst, die Fortbildung von Polizeibeamten in den Bereichen Einsatz und Gefahrenabwehr, Kriminalitätskontrolle, Management, Führung und Recht, Verkehrssicherheit/Technik sowie die Wahrnehmung landeszentraler Personalangelegenheiten.

Vor diesem Hintergrund erhielten alle Ehrenamtlichen spannende Einblicke

in die entsprechenden Lehr- und Lerninhalte. Vom speziellen Fahrtraining, in dem das Bremsverhalten bei unterschiedlichen Geschwindigkeiten geschult wird, über den Besuch der Schießhalle, die mit besonderer Computertechnik ausgestattet ist und daher eine situationsspezifische Förderung ermöglicht, reichte das von zahlreichen Polizeibeamten präsentierte und dargebotene Angebot.

Auf viel Interesse stieß zudem die Vorstellung nachgebaute Wohnungs- und sonstiger Räumlichkeiten, in denen der Polizeinachwuchs – videounterstützt – auf überraschende Einsatzsituationen vorbereitet und trainiert werden kann.

Auch wenn am Ende nur ein Teil der breit gefächerten Ausbildungsinhalte präsentiert werden konnte, zeigten sich die Ehrenamtler überrascht von der Intensivität, Komplexität sowie den Anforderungen der Ausbildung.

Bei anschließendem Kaffee und Kuchen nutzen die Bürgermeister die Gelegenheit, den Ehrenamtlern „ihrer Stadt“ persönlich Dank und Anerkennung auszusprechen. Dass es im kommenden Jahr ein kleines Jubiläum zu feiern gibt, wenn die dann fünfte „Dankeschön-Aktion“ ansteht, steht für alle Beteiligten bereits jetzt außer Frage. jh



Vor dem Rundgang über das Gelände der Polizeischule trafen sich alle Teilnehmer zunächst in der Mensa der Einrichtung, um einige grundsätzliche Dinge mit Blick auf die angebotene Aus- und Fortbildung zu erfahren.

## Ausflugstipp der Region

### Rheda-Wiedenbrück – ein Schmuckstück in Westfalen!

Die Stadt mit einem der längsten Städtenamen in Nordrhein-Westfalen entstand 1970 im Zuge der Kommunalreform durch Zusammenlegung der Städte Rheda und Wiedenbrück. Kennzeichen der beiden zu einer Stadt vereinigten früheren Städte ist ein sie durchlaufender, mehrere Kilometer langer Grünstreifen entlang des Flusses Ems.

Das Gelände, heute als Flora Westfalica bezeichnet, ist als weitläufiger Landschaftspark mit ca. 60 ha Größe im Stadtgebiet erhalten. Die Flora Westfalica hat sich zu einem beliebten Natur- und Freizeitpark für Jung und Alt etabliert, denn die Vielfaltigkeit des Parks bietet neben gärtnerischen Elementen natürliche Ruhezone sowie Spiel- und Freizeitangebote und mehrere Einkehrmöglichkeiten.

In Rheda, der mehr als 900 Jahre alten, ehemaligen Residenzstadt und dem Schloss Rheda mussten sich die



Bewohner vor Jahrzehnten gegen die zeitgeistige Erneuerungswut wehren. Heute finden sich noch in der Altstadt einige einfache, aber liebevoll restaurierte Fachwerkhäuser.

Im Ortsteil Rheda wurde in der kath. Pfarrkirche St. Clemens 1984 in Anlehnung an barocke Vorbilder eine besondere Orgel gebaut. Hier werden vom Kantor Harald Gokus umfangreiche kirchenmusikalische Werke geboten.

Im Gegensatz zu dem eher schlichten Stadtbild Rhedas steht die Fülle historischer, reichgeschmückter Häuser mit prunkvoll verzierten Giebeln in Wiedenbrück. Hier findet man zahlreiche gut erhaltene Fachwerkbauten des frühen 17. Jahrhunderts. Darin sind schöne, inhabergeführte Geschäfte, kleine Cafés und gut bürgerliche Restaurants zu finden.

Die anheimelnde Illumination des Marktplatzes und der historischen Fachwerkgiebel der Altstadt mit vielen tausend Lichtern machen besonders den Christkindl-Markt Wiedenbrücks zu einem Aushängeschild dieser Stadt.

Anfahrt:

Über A1 bis zum Kamener Kreuz, dann A2 Richtung Hannover, Ausfahrt 22: Rheda-Wiedenbrück = 72 km oder:

Hamm - Ahlen - Beckum - Oelde - Rheda-Wiedenbrück = 59 km



Am Emssee gelangt man vom Flora-Park in die Wiedenbrücker Altstadt.



Verzierte Giebel in der Innenstadt Wiedenbrück verströmen eine besondere Atmosphäre.



## Buchempfehlung

### Let's face it!

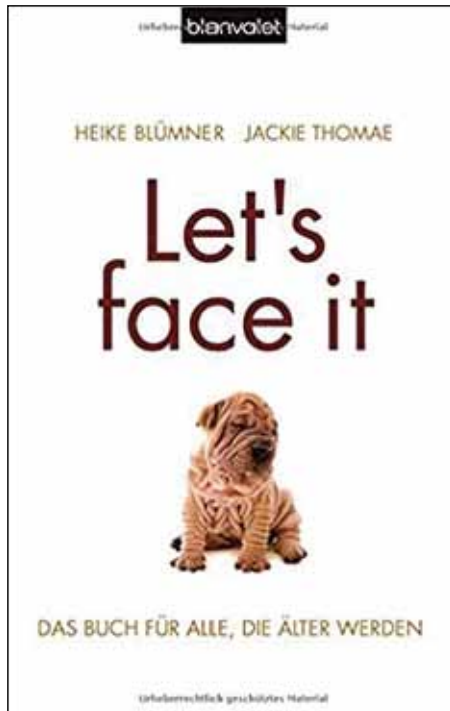
Themen, die mit dem Blick auf die verrinnende Zeit zusammenhängen, sind so universell wie die Frage nach der Liebe, die Frage nach dem Sinn des Lebens, der Frage nach wahrer Schönheit...

Heike Blümner und Jackie Thomae haben mit Wissenschaftlern, Experten und Prominenten über das Thema Verrinnen der Zeit geredet. Die Autorinnen haben aber auch Menschen in ihrem Umfeld zu folgenden Themen befragt:

- Wie lange ist man jung, ab wann erwachsen, und wann beginnt das, was man „das Alter“ nennt?
- Was stellt die Zeit mit unserem Körper an?
- Wie jung oder alt lassen uns Jobs, Orte, Lebensstile oder Mitmenschen fühlen?
- Wie schmal ist der Grat zwischen ewig jung und berufsjuugendlich, seinem Alter voraus oder früh vergreist?
- Wann rennt die Zeit, wann steht sie still?

„Let's face it“ blickt den Tatsachen ins Auge und regt zum Perspektivwechsel an. Es ist ein überraschendes, lustiges und kluges Buch, für junge, alte und die unzähligen Menschen dazwischen.

Ungeachtet dessen, was von vielen Menschen behauptet wird, ist das jeweilige Alter zu keinem Zeitpunkt egal. Es zwingt uns nur glücklicherweise in kein starres Korsett mehr, sondern lässt uns die Freiheit, selbst zu entscheiden, wann wir bestimmte Verhaltensweisen und Interessen ablegen oder nicht. Das macht die Sache nicht immer einfacher, aber dieses Buch umso spannender.



Verlag Blanvalet  
Seitenzahl: 383  
Ersterscheinung: 2011  
ISBN-13: 9783764503642 - ISBN-10: 3764503645  
Best.Nr.: 32537016

## Buchempfehlung

### Die magischen Jahre

77 Jahre alt und endlich Zeit! Jane Miller nutzt sie und begibt sich auf eine Erkundungsreise. Was bedeutet es, alt zu sein? Was gibt es Neues zu entdecken? Was hat die Weltliteratur Thema Alter zu sagen? Ein geistreicher Blick auf die Realität des Alterns im 21. Jahrhundert. Kann Altsein Spaß machen?

Wenn man dieses Buch liest, wünscht man sich zuweilen, es wäre endlich so weit: Endlich Zeit und Muße für Dinge, die man schon immer tun wollte, befreit von quälenden Leidenschaften, hochfliegenden Wünschen, Rivalitäten und Versagensängsten.

Wer das Alter nicht erlebt, verpasst den besten Teil des Lebens, glaubt Jane Miller. „Ich habe die Hoffnung, dass man im Alter neue Arten von Zeit, Vergnügen, vielleicht sogar Vitalität entdeckt; dass man trotz Vergessens, Verschusselns und Sich-Verhörens manche Dinge zum ersten Mal versteht.“

Mit Charme und Humor erzählt die sechsfache Großmutter von ihrem Leben als alte Frau - und beweist dabei, dass das Alter die erfüllendste Zeit des Lebens sein kann.

Miller geht offen mit ihrem eigenen Alter um: Sie ist 1932 geboren. „Die magischen Jahre“ ist ein so ehrliches wie wohl durchdachtes Buch, das die große Bildung der Autorin beiläufig durchscheinen lässt, ungekünstelt, lebendig und so spannend, wie es das wirkliche Leben sein kann.

„Es ist gut, wenn uns die verrinnende Zeit nicht als etwas erscheint, was uns verbraucht, sondern als etwas, was uns vollendet!“ (Antoine de Saint-Exupéry).



Verlagsbereich HoCa - Sachbuch  
Seiten: 272  
Ersterscheinung: 2011  
ISBN: 978-3-455-50191-9

## Ernährungstipp

### Resteküche leicht gemacht

Jedes achte Lebensmittel, das wir einkaufen, werfen wir weg. Viele davon originalverpackt und ungenutzt. Wir kaufen zu viel ein, lagern unsere Lebensmittel falsch, verwerten Reste nicht weiter. Aufs gesamte Jahr gesehen, wandern pro Person Lebensmittel im Wert von rund 235 Euro in die Tonne. Bei einer vierköpfigen Familie ist das schon ein kleiner Urlaub!

#### Was werfen wir denn so weg?



Quelle: Studie der Universität Stuttgart.

Lebensmittel vor der Tonne zu retten und damit auch die Umwelt und den eigenen Geldbeutel zu entlasten, beginnt bei der Einkaufsplanung. Überlegen Sie sich evtl. vorher schon, was Sie in der kommenden Woche kochen und essen möchten. Vielleicht erstellen Sie sogar einen „Menüplan“, bei dem jedes Familienmitglied auch einmal Wünsche äußern kann. So werden spontane „Lust- und Frustkäufe“, die dann später doch nicht gebraucht werden, eher vermieden. Weitere Tricks, den vielen Verlockungen zu widerstehen: einen Einkaufszettel schreiben und nach Möglichkeit nicht hungrig einkaufen gehen!!

Auch gute Vorratshaltung schützt vor Verderb. Zuhause angekommen, soll-

ten die Lebensmittel möglichst kühl und dunkel aufbewahrt werden. Gut verschließbare Dosen, Frischhaltefolie und evtl. eine Brotbox erleichtern die Vorratshaltung. Älteres wird nach vorne geräumt, die frischen Sachen kommen hinten in den (Kühl-)Schrank, so behält man den Überblick. Angebrochene Konservendosen sollten in eine gut schließbare Verpackung umgepackt oder, wenn möglich, eingefroren werden. Joghurtgläser immer gut verschließen, angefangene Quarkverpackungen entweder umfüllen oder mit Folie abdecken.

Auch Reste von Mahlzeiten, wie übriggebliebene Nudel- oder Reisgerichte, kann man nach dem Abkühlen meist problemlos einfrieren und hat dann bei Bedarf schnell eine Mahlzeit auf dem Tisch.

Das Mindesthaltbarkeitsdatum, auf verpackten Lebensmitteln immer aufgedruckt, ist kein „Wegwerfdatum“! Der Hersteller garantiert damit bis zu diesem Zeitpunkt optimalen Geschmack, Konsistenz und Farbe.

Verlassen Sie sich auf Ihre fünf Sinne,



Gesundheitstrainerin Annette Alfermann über Nahrungsmittel, die den Stoffwechsel beeinflussen und das Wohlbefinden steigern können.

wenn etwas abgelaufen ist. Riecht es komisch? Hat sich die Konsistenz verändert? Probieren Sie evtl. vorsichtig. Meist sind Lebensmittel noch einen ganzen Tag länger verwendbar. Trockene Sachen aus dem Vorrat wie Mehl, Salz, Zucker, Nudeln, Reis sind nahezu unbegrenzt haltbar - vorausgesetzt, sie sind nicht von Schädlingen wie z.B. Mehlmotten befallen.

Sollten Sie bei frischen Lebensmitteln sichtbare Verfärbungen feststellen oder gar Schimmel, dann geht leider kein Weg mehr an der Tonne vorbei. Etwas Anderes ist das Verfallsdatum (sprich: Vor dem Datum steht „zu verbrauchen bis...“). Diese Kennzeichnung wird üblicherweise für beson-



ders Empfindliches wie Hackfleisch, Fisch oder Geflügel verwendet. Hier sollten Sie bei Überschreitung des Datums das Lebensmittel konsequent vernichten, da sonst möglicherweise eine Lebensmittelvergiftung droht.

Sollte trotz bester Planung etwas übrig bleiben, kann man dies oft noch kreativ verwerten. Dazu nun einige leckere Reste-Rezepte.

## Brotaufstriche

### Kartoffelcreme

200 g gekochte Kartoffeln durch die Kartoffelpresse drücken, mit 2 fein gehackten Frühlingszwiebeln, 1 durchgedrückten Knoblauchzehe, 150 g Schmand verrühren.  
Mit 1 El. Pesto oder 1 El. Kürbiskernöl abschmecken.

Kartoffeln nie mit dem Mixer pürieren, sie werden dann leicht kleisterig!

Verwendet man anstelle des Schmands 150 ml Gemüsebrühe und etwas Zitronensaft, ergibt das ein leckeres Dressing zu Endivien- oder Feldsalat!

### Süße Frühstückscreme

200 g Spekulatius oder andere Keks- oder Kuchenreste zerbröseln, mit 300 Kondensmilch mischen, etwas ziehen lassen.  
100 g weiche Butter  
1 El Zitronensaft  
1 El Nussöl  
1 Prise Salz zugeben und mit dem Pürierstab zu einer cremigen Masse vermischen. Die Creme in ein Glas mit Schraubverschluss geben und in den Kühlschrank stellen.

### Panzanella

Eine gute Verwertung für Brotreste ist der italienische Salat Panzanella (4 - 6 Portionen)

4 Scheiben altbackenes Brot würfeln, Brotwürfel in einer Pfanne mit

1 gepressten Knoblauchzehe und etwas Olivenöl anrösten, bei Seite stellen.

1 Radicchio waschen, in mundgerechte Stücke zupfen

2 Frühlingszwiebeln in feine Ringe schneiden,

1 Gurke schälen, vierteln, entkernen in mundgerechte Stücke schneiden.

200 g Kirschtomaten halbieren,  
1 Glas Kichererbsen abspülen, abtropfen lassen, alles Gemüse in einer Schüssel mischen.

#### Eine Soße zubereiten aus:

1 Knoblauchzehe, fein gehackt

4 EL Apfelbalsamico

4 EL Olivenöl

1 TL Salz

¼ TL Pfeffer aus der Mühle

1 El. Pesto.

Soße mit dem Salat mischen.

Brotwürfel darüber verteilen, mit

3 - 4 EL gehackter frischer Petersilie bestreuen. Sofort servieren.

Schmeckt ganz besonders lecker auch mit altbackenem Laugengebäck, dann evtl. das Salz in der Soße weglassen.



### Rumfortauflauf

Für verschiedene Reste eignet sich besonders der bekannte und völlig unkomplizierte „Rumfortauflauf“, der alles beinhaltet, was „rum“ liegt und „fort“ muss:

#### Eine geeignete Auflaufform fetten.

Reste von Reis, Nudeln oder Bratkartoffeln hineingeben, als nächstes

1 rote Zwiebel in feine Ringe schneiden, einschichten, darüber gedünstete Gemüsereste nach Geschmack (z.B. Kohlsorten, Paprika, Möhren, Lauch) geben.

#### Für den Guss

2 Eier mit

200 g Sahne, Creme Fraiche oder Schmand,

1 Tl. Senf,

1 El. gehackten Kräutern,

Salz, Pfeffer, Muskat und

1 gepresste Knoblauchzehe verquirlen, über die Mischung geben.

50 g Käse(reste)

mit

50 g Paniermehl (aus Brotresten) mischen, auf den Auflauf streuen, bei 180° Umluft ca. 30 min.

backen, bis der Käse goldbraun ist.

Wer den Auflauf reichhaltiger möchte, kann auch noch eine Schicht aus klein geschnittenen Braten- oder Bologneseresten oder Schafskäse dazwischen geben.

### Gutes Gelingen und guten Appetit!

Annette Alfermann,  
Gesundheitstrainerin (UGB)  
ärztl. gepr. Fastenleiterin  
empfohlen vom Netzwerk Gesunde Ernährung ([www.fairberaten.net](http://www.fairberaten.net))  
mail: [alfermanns@t-online.de](mailto:alfermanns@t-online.de)

## Projekt „Senioren helfen Senioren“ sucht Mitstreiter

Das Projekt „Senioren-helfen-Senioren“ (S-h-S) wurde bereits 1998 von der Kreispolizeibehörde Unna ins Leben gerufen. Es richtet sich an aktive Senior(inn)en, die mitten im Leben stehen, Spaß daran haben, neue Erfahrungen zu sammeln und das erfahrene Wissen der Kriminalprävention in Vereinen, Seniorenkreisen und bei anderen Gelegenheiten oder im Rahmen einer Sicherheitspatenschaft ehrenamtlich weiter zu geben.



Das Ziel ist die Verbesserung des Selbstschutzes durch Vermittlung von Kenntnissen im Umgang mit Ängsten, Täter- und Opferverhalten und die nachhaltige Stärkung des subjektiven Sicherheitsempfindens.

Die Berater/innen sind selbständig, mit ihren Kolleg(inn)en aus dem Projekt unterwegs. Sie kooperieren nach Bedarf auch mit anderer Einrichtungen und Organisationen, aber stets in enger Abstimmung mit dem „Kommissariat Kriminalprävention / Opferschutz“ der Polizei Unna.

Kriminalprävention/Opferschutz  
Petra Landwehr,  
Tel.: 02307/921-4414; e-mail:  
Petra.Landwehr@polizei.nrw.de.  
Ansprechpartner in Werne ist u. a.  
Bernhard Boshammer, Tel.: 6904;  
e-mail: boshammer@helimail.de.

## Bilderrätsel

### Mit offenen Augen durch Werne gehen



Regelmäßig lädt BEN-Echo seine Leser zum Mitraten ein. Einmal mehr geht es auch heute wieder um das Erkennen eines speziellen Fotoausschnittes an geschichtsträchtiger Stelle in unserer Stadt. Ein interessantes Motiv entdeckte BEN-Redaktionsmitglied Wolfgang Poschke im Rahmen eines Rundgangs durch unsere Stadt.

#### Erkennen Sie das Motiv und wissen Sie, wo das Foto entstanden ist bzw. was es zeigt?

Dann senden Sie bitte Ihre - hoffentlich richtige - Antwort mit Absender und unter Angabe Ihrer Telefonnummer bzw. E-Mail-Adresse bis spätestens zum 31. Dezember 2017 an die

#### Koordinierungsstelle für Bürgerschaftliches Engagement, Senioren- und Behindertenarbeit (BEN)

Konrad-Adenauer-Platz 1  
59368 Werne an der Lippe  
E-Mail: BEN@werne.de

Zu gewinnen gibt es drei „Werne Gutscheine“ über jeweils 25 Euro. Der Rechtsweg ist wie immer ausgeschlossen.

Das Bilderrätsel in der letzten Ausgabe fand großen Zuspruch. Zahlreiche Einsender erkannten den veröffentlichten Bildausschnitt, der die Hansekogge auf dem historischen Rathaus zeigt.

#### Gewonnen haben:

Karin Woermann, Rohlfsweg 6, 59368 Werne (zwei Karten für das Seniorenkino); Heidi Datzmann, Kurt Schumacher Straße 17, 59368 Werne (zwei Eintrittskarten für eine Kulturveranstaltung im Rahmen des städtischen Theaterabonnements) sowie Heinz-Dieter Melcher, Bonenstraße 13 (zwei Eintrittskarten für den Sim Jü-Ü 60 Treff).

Allen Einsendern vielen Dank und den Gewinnern herzlichen Glückwunsch!

#### BEN ECHO Impressum

##### Ehrenamtliche Redaktion:

Elisabeth Vente-Smusch (evs)  
Wolfgang Poschke (wp)  
Brigitte Schwarze (bs)  
Jochen Höinghaus (jh)

##### Druck:

Beckmann Print Medien GmbH  
Penningrode 46, 59368 Werne





Way of Life!

# Familientreffen



Schön, wenn sich starke Charaktere so hervorragend ergänzen! Im aktuellen Suzuki Modellprogramm treffen 35 Jahre Suzuki Allradkompetenz auf begeisterte Kleinwagen mit großem Mehrwert. Ganz gleich, ob Sie einen aufregenden Crossover, einen Off-Road Abenteurer, einen kleinen Raumriesen, ein innovatives Fließheckmodell, einen dynamischen Alltagshelden oder ein markantes Lifestyle-SUV kennenlernen möchten, wir laden Sie ein: Kommen Sie in unser Autohaus und testen Sie Ihr Suzuki Lieblingsmodell – den Suzuki SX4 S-Cross, Jimny, Celerio, Baleno, Ignis, Swift und Swift Sport oder Vitara – bei einer Probefahrt. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Kraftstoffverbrauch Range: kombinierter Testzyklus 7,3–3,6 l/100 km; CO<sub>2</sub>-Ausstoß: kombinierter Testzyklus 167–84 g/km (VO EG 715/2007).

Kraftstoffverbrauch Swift Sport: innerorts 8,4 l/100 km, außerorts 5,2 l/100 km, kombinierter Testzyklus 6,4 l/100 km; CO<sub>2</sub>-Ausstoß: kombinierter Testzyklus 147 g/km (VO EG 715/2007).

Insbesondere möchten wir auch die Angehörigen und andere Personen, die in die Pflege und Betreuung behinderter Menschen eingebunden sind, durch besonders günstige Konditionen beim Erwerb eines Neufahrzeuges unterstützen. Bitte erfragen Sie die aktuellen Konditionen.

## **Autohaus Bispinghoff**

Werne · Baaken 46 · Tel. (0 23 89) 61 62 · Fax (0 23 89) 5 95 60  
[www.suzuki-werne.de](http://www.suzuki-werne.de) · [info@suzuki-werne.de](mailto:info@suzuki-werne.de)



**FIT WERDEN – FIT BLEIBEN**

## Im Frühjahr 2019 eröffnet in Werne das größte Solebad der Region

Mit dem Neubau wird die über 100-jährige Soletradition in der Stadt Werne fortgesetzt. So entsteht im Außenbereich ein hochwertiges Solebecken mit Sprudelliegen, Schwallwasser- und Massagedüsen. Zum Bahnschwimmen, zur Aktivgymnastik oder einfach zum Relaxen, Ihr Besuch wird etwas Besonderes sein. Auch für Familien und Sportler wird das neue Bad attraktive Highlights bieten.

Bleiben Sie stets auf dem Laufenden und besuchen  
**[www.solebad-werne.de](http://www.solebad-werne.de)** oder **[facebook.com/Solebad.Werne](https://facebook.com/Solebad.Werne)**

  
**SOLEBAD**  
WERNE

