

Kontakt

Redaktion

Tel.: 0177 / 70 59 805
redaktion@mein-herne.com

Anzeigen

Tel.: 0176 / 72 85 93 23
anzeigen@mein-herne.com

Zustellhotline

Tel.: 02323 / 899 62 60

Samstag, 28. Mai 2022

MEIN

www.mein-herne.com

HERNE

DIE WOCHE IN HERNE UND WANNE-EICKEL



Die Olchis als Musical auf der Bühne im Kulturzentrum. Wann? Das lesen Sie auf **Seite 2.**

HEUTE: Einladung des OB

Oberbürgermeister Dr. Frank Dudda setzt eine gute Tradition fort und lädt auch in diesem Jahr wieder Kirmesfans in die „Bayern Festhalle“ ein. **Seite 2**

Voller Erfolg!

Endlich wieder im Sportpark laufen: Nach zwei Jahren Pause fand am 19. Mai erstmals wieder der St. Elisabeth Firmenlauf statt. **Seite 4**



Petterson und Findus

„Unsere schönsten Abenteuer“ aus der Petterson und Findus-Reihe steht am 2. Juni ab 17 Uhr auf dem Programm in der Stadtteilbibliothek. Die Lesung eignet sich für Kinder ab sechs Jahren. **Seite 11**



Strünkeder Sommer

Veranstaltungsreihe steht in den Startlöchern

Mit 22 Tagen und insgesamt 14 unterschiedlichen Veranstaltungen meldet sich die beliebte Veranstaltungsreihe „Strünkeder Sommer“ zu-

rück. Das aktuelle Programm wurde kürzlich vorgestellt. Die Gäste erwartet in diesem Sommer eine bunte Mischung aus altbekannten Klassikern

und neuen Programmpunkten. Ein Schwerpunkt: Live-Musik - da sollte für jeden Geschmack etwas dabei sein. **Seite 3 / Foto: Stadt Herne**

Echt jetzt?! Für 9 Euro nach Sylt!



Die Bundesregierung hat's versprochen und jetzt ist das 9 Euro-Ticket da und die Nachfrage groß. Ob es clever ist, dafür ausgerechnet die Sommer-, Ferien- und Urlaubs-Monate Juni, Juli und August auszusuchen, wird sich zeigen. Denn die Verkehrsbetriebe haben ja plötzlich nicht zusätzliche Busse und Bahnen sowie Fahrpersonal in der Hinterhand. Da könnte so mancher ÖPNV-Verweigerer angesichts überfüllter Verkehrsmittel eher abgeschreckt als aufgemuntert werden. Aber: Warum schon wieder meckern? Vielleicht klappt ja alles ganz prima und einige Zeitgenossen lassen auch nach den drei Monaten das Auto stehen. Ich dhüse jedenfalls für 9 Euro nach Sylt! Okay, ich muss fünfmal umsteigen, habe keinen festen Sitzplatz und die Fahrt dauert wohl 9 Stunden plus...

Ihr Detlef Leweux
redaktion@mein-herne.com

Ihre **Akten- und Dokumentenvernichtung** in unserem Hensen-Karton, so voll Sie mögen – Hauptsache, Sie können ihn tragen!
Nur 9,95 € – anstatt 19,95 Euro.

Inklusive Umzugskarton. Sicherheitsstufe fünf!

Einfach von Mo. bis Fr. zwischen 10 und 17 Uhr vorbeibringen.
Wir freuen uns auf Sie!



Besuchen Sie
uns auch
auf facebook!



Am Großmarkt 33 · 44653 Herne

Tel.: 02323/921092 · Fax: 02323/921094 · info@umzugsprofi.de

www.umzugsprofi.de



Die gute Adresse in Herne
Ankauf von Altgold & Goldschmuck

Wir bewerten Gold & Schmuck

53€ je Gramm Feingold + Wert der Edelsteine = Auszahlung

Der Erlös ist wesentlich höher als der Altgoldpreis.

Wir kaufen Brillanten, Edelsteine, Bernstein-, Korallen- und Perlenketten.

Neu: Ankauf von Damen- und Herrenuhren (auch Edeluhren)

Hochwertiger Schmuck (auch mit Edelsteinen) zu günstigen Preisen in großer Auswahl.



Devil Gold & Silber Inh. Peter Junge
City-Center, Herne, Bahnhofstraße 7, Tel. 023 23/146 1274

MARKTPLATZ

Trapezbleche 1. Wahl + Sonderposten aus eigener Produktion, TOP-Preise, cm-genau, 98646 Eishausen, Straße in der Neustadt 107, bundesweite Lieferung! ☎ 03685-409140, 5% online Rabatt sichern www.dachbleche24.de

Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen
Tel: 03944-36160
www.wm-aw.de

Biete **mobile Steinreinigung** an. Entfernung von **Algen, Moos, Pilz** und **Unkraut**. Biete spezielle Verfügungstechnik und Versiegelung. **Aus ALT mach NEU!**
☎ **0178/ 848 35 14** F. Hein

STELLENMARKT

Erfüll' Dir Deine Wünsche!

Trage unsere Zeitung und Prospekte aus in deinem Ort!

Telefon: 02241-938360
Whatsapp: 02241-938360
www.msd-direktverteilung.de



MSD
MSD Medien Service Deutschland West GmbH
Wilhelmstr. 156
53721 Siegburg

WEITERBILDUNG

Mit uns die Zukunft planen.

Sie wollen einen vielseitigen und zukunftssicheren Beruf erlernen?

... dann entscheiden Sie sich für eine Umschulung in Gelsenkirchen zum/ zur

- **Fachinformatiker/-in (IHK)** Anwendungsentwicklung
- **Fachinformatiker/-in (IHK)** Systemintegration
- **IT-Systemelektroniker/-in (IHK)**
- **Kaufmann/-frau im Gesundheitswesen (IHK)**
- **Kaufmann/-frau f. Spedition- u. Logistkdienst. (IHK)**
- **Kaufmann/-frau für Büromanagement (IHK)**
- **Kaufmann/-frau für Groß- und Außenhandel (IHK)**
- **Personaldienstleistungskaufmann/-frau (IHK)**
- **Industriekaufmann/-frau (IHK)**
- **Kaufmann/-frau im E-Commerce (IHK)**

Dauer in Vollzeit: 24 Monate

Dauer in Teilzeit: 36 Monate

Starttermin: 20. Juni 2022

(Späterer Einstieg möglich)

Haben wir Ihr Interesse geweckt?

Nehmen Sie mit uns Kontakt auf, wir beraten Sie gerne. Weitere Informationen zu unseren Lehrgängen finden Sie auf unserer Internetseite.

Bildungsstätte Gelsenkirchen
Weberstr. 65
45879 Gelsenkirchen
Telefon 0209 70092-0
gelsenkirchen@bfw.de
www.bfw.de



Ein König zum „Gefurztag“

Die Olchis kommen in das Kulturzentrum Herne. Am 1. Juni beginnt um 16 Uhr das Musical „Ein König zum Gefurztag“. Das Stück ist für Kinder ab vier Jahren geeignet. Die Olchis bekommen Besuch von einem richtigen König, darüber ist die Olchi-Oma entzückt. Der unerwartete Gast hält die Olchi-Familie mit seinen königlichen Ex-

trawünschen ganz schön auf Trab. Karten sind ausschließlich im Vorverkauf erhältlich, es gibt keine Abend- oder Tageskasse. Es gibt sie an der ProTicket-Hotline unter Telefon 0 231 / 9 17 22 90 oder online unter www.proticket.de. Es gilt die 2G-Regel sowie Maskenpflicht, auch am Sitzplatz.

Foto: Johnke

Karten für die Crange-Eröffnung

Oberbürgermeister lädt ein!

Oberbürgermeister Dr. Frank Dudda setzt eine gute Tradition fort und möchte auch in diesem Jahr wieder Kirmesfans zum Auftakt des größten Volksfestes in Nordrhein-Westfalen in die „Bayern Festhalle“ einladen. Wer Interesse hat, teilzunehmen, kann sich entweder mit einer Postkarte bis Freitag, 10. Juni, an Oberbürgermeister Dr. Frank Dudda, Postfach 101820, 44621 Herne, Stichwort „Kirmeseröffnung“, oder per E-Mail an die

Adresse: eroeffnungcrange2022@herne.de wenden. Bitte Absender und Adresse nicht vergessen. Unter den Einsendungen entscheidet das Los. Die Teilnehmer werden Ende Juli 2022 schriftlich benachrichtigt und erhalten rechtzeitig zwei Platzreservierungen und einige Wertmarken per Post. Mit der Zusendung der Karte, beziehungsweise der Übersendung einer E-Mail, wird einer kurzfristigen Speicherung der persönlichen Daten zugestimmt.

Stadtwerke: Achtung, Telefonbetrug

Mit zwei Betrugsmaschen sind aktuell unseriöse Anrufer in Herne unterwegs: Bei den Stadtwerken häufen sich Beschwerden von Kunden über Anrufe von einer Handynummer. Die Anrufer geben sich zum Teil als Mitarbeiter der Stadtwerke Herne aus. Viele Kunden fühlen sich aggressiv zu einem Vertrags- oder Anbieterwechsel gedrängt. Außerdem ruft noch eine angebliche „Deutsche Energie-Verwaltungszentrale“ aus Berlin an und fordert zu einem Datenabgleich auf. Die Stadtwerke raten dringend davon ab, sensible Daten wie Vertrags- und Zählernummer oder die Bankverbindung preiszugeben. Info-Tel.: 02323/592-555.

Notdienste

Folgende Apotheken in Herne und Wanne haben jeweils von 9 bis 9 Uhr Notdienst:

Samstag:

Glocken-Apotheke
Auf der Wenge 5
44651 Herne
Tel.: 02325 31526

Sonntag:

Flora-Apotheke in Eickel
Hauptstraße 11
44651 Herne
Tel.: 02325 93390

Notfallnummern:

Ärztl. Bereitschaftsdienst:
116 117

Zahnärztlicher Notdienst:
0 18 05 / 98 67 00

Kindernotruf Herne:
02323 16 905

Servicetelefon Jugendamt:
02323 16 16 51

Tierärztlicher Notdienst:
0 18 05 / 12 34 11

Hier

könnte Ihre Anzeige stehen!
0176/ 72 85 93 23

Beilagen-Hinweis

MEIN HERNE

In der heutigen Gesamtausgabe oder in Teilbelegung finden Sie Beilagen folgender Firmen:

Action

Edeka Koch

Edeka Vogel

Hagebau

Lidl

Netto Getränke

Rewe Herne,

Rewe Mokanski

Rossmann

Strünkeder Sommer startet wieder durch

Bis in den September Veranstaltungen rund ums Schloss

„Wir planen einen ganz normalen Strünkeder Sommer, so wie wir ihn kennen und wie wir ihn lieben“, sagte Marina Hummel vom Kulturbüro der Stadt Herne.

Der Strünkeder Sommer wird vom 26. Mai bis 11. September in und um Schloss Strünkede herum stattfinden.

Die Veranstaltungsreihe startete bereits am Donnerstag, 26.

Mai, Christi Himmelfahrt. „Wir werden an 22 Tagen 14 Angebote haben. Es ist alles dabei: Theater für Kinder und Erwachsene, diverse musikalische Veranstaltungen, Führungen und Ausstellungen, Open-Air-Kino und auch der beliebte Mittelaltermarkt“, umriss Hummel das Programm. Andrea Prislán (Emschertal-Museum), Christian

Ribbe (Leiter der Städtischen Musikschule), Gabriele Klocke (Kulturbüro) sowie Katja Kern (Kornmühle) und Horst-Dieter „Hotte“ Jebram (Veranstalter ‚Folk und Rock im Schloss‘) stellten einzelne Programmpunkte detailliert vor.

Theater:

„Wir freuen uns besonders darüber, dass wir für unsere Theatervorstellungen keine Voranmeldungen mehr brauchen. Wir öffnen einfach das Tor und alle können hereinkommen“, so Andrea Prislán vom Emschertal-Museum. „Wir haben verschiedene Kindertheater, beginnend für Zuschauer ab vier bis sechs Jahren.“

Folk und Rock im Schlosshof:

„Wir haben in diesem Jahr ein Jubiläum, wir veranstalten die 25. Ausgabe von ‚Folk und Rock‘ im Schlosshof“, sagte der Veranstalter des Festivals, „Hotte Jebram“. Vier Bands und ein Dudelsackspieler werden für die Zuschauer am Samstag, 9. Juli, ab 18 Uhr im Schlosspark aufspielen.



Auch rund um das Mittelalter und Rittertum drehen sich die Veranstaltungen auf Schloss Strünkede.

Foto: Steinebach

Die Rückkehr des Salonensembles Cantabile

„Wir spielen am Sonntag, 3. Juli, um 15 Uhr, endlich mal wieder im Schlosshof – und das Beste ist – der Eintritt ist frei“, freute sich Christian Ribbe, Leiter der Städtischen Musikschule Herne und Kontrabassist des Salonensembles. Das Salonensemble Cantabile wird Caféhaus-Musik und Schlager der 20er Jahre spielen.

Die **Cubanische Nacht** wird es in diesem Jahr wieder geben, was viele Fans erfreuen wird. Die Gruppe „Ecos de Siboney“ aus Kuba spielt am Samstag, 30. Juli ab 19.30 Uhr im Schlosshof.

Bio-Fleisch und vegetarisches Essen

„Wir freuen uns, dass wir nach 20 Jahren wieder beim Strünkeder Sommer dabei sind“, sagte Katja Kern von der Kornmühle. „Wir bieten in diesem Jahr den Klassiker Grillwürstchen aus Bio-Fleisch, dazu auch vegetarisches Essen und über uns gibt es auch den Wein- und Kaffee-Verkauf.“

Infos zu den genauen Anfangszeiten und alle Veranstaltungen finden sich im Flyer zum Strünkeder Sommer. Der liegt in vielen städtischen Gebäuden aus und ist online auf der Seite der Stadt Herne zu finden



Begbies Pint sind ebenfalls mit von der Partie.

Foto: Stadt Herne

Hören begeistert!

auric
HÖRGERÄTE



GUT HÖREN MIT AURIC!

Kompetente, unverbindliche Beratung, modernste Hörgeräte – auch mit Akku-Technologie – das und vieles mehr erwartet Sie in unserem auric Hörcenter.

Unsere Leistungen:

- Kostenlose Hörtests & unverbindliche Beratung
- Hör- und Tinnitusberatung
- Ausprobe von aktuellen Hörgeräten aller Hersteller
- Service für Ihre Hörgeräte - egal, wo Sie sie gekauft haben!
- Pflegemittel & Zubehör

Pure Charge&Go
von Signia



WIR FREUEN UNS AUF IHREN BESUCH!

auric Hörcenter in Herne
Hauptstraße 89b
Telefon: (02325) 64 64 60
herne@auric-hoercenter.de

97 % UNSERER KUNDEN SAGEN
NOTE 1 FÜR KOMPETENZ!



Unter dem Motto „Gemeinsam sind wir schneller“ nahmen 235 Mitarbeiter der St. Elisabeth Gruppe – Katholische Kliniken Rhein-Ruhr am St. Elisabeth Firmenlauf im Sportpark Wanne-Eickel teil. Foto: Elisabethgruppe

1.000 Läufer gingen an den Start

Endlich wieder St. Elisabeth Firmenlauf - 56 Firmen nahmen am „Just-for-Fun-Lauf“ teil

Endlich wieder im Sportpark laufen: Nach zwei Jahren Pause fand am Donnerstag, 19. Mai, erstmals wieder der St. Elisabeth Firmenlauf statt. Knapp 1.000 Läufer nahmen an dem beliebten Herner Sportereignis teil. Vom Stadion des Sportparks Wanne-Eickel durch das

Wohngebiet am Heisterkamp durch den Sportpark und zurück zum Stadion – eine Distanz von insgesamt 5,1 Kilometer bewältigten die Teilnehmer.

Unter dem Motto „Dabei sein ist alles“ stand dabei der Spaß im Vordergrund. „Es ist großartig, dass der Firmenlauf end-

lich wieder stattfinden konnte und so viele Laufbegeisterte teilgenommen haben“, berichtete Dr. Sabine Edlinger, Mitglied der Geschäftsleitung der St. Elisabeth Gruppe.

„Insbesondere dass so viele Mitarbeiter der St. Elisabeth Gruppe dabei waren, hat mich

sehr gefreut.“ Die Läufer gingen in Vierer-Teams an den Start. Durch einen Chip wurde die individuelle Laufzeit gemessen und am Ziel mit den Zeiten der Teammitglieder addiert. Neben den schnellsten Teams in den Kategorien Herren, Damen und Mixed wurden auch das im Schnitt

älteste Team und das Team mit dem originellsten Kostüm prämiert. Die St. Elisabeth Gruppe freute sich mit 58 Teams und 235 Läufern über den Sieg in der Kategorie „Teilnehmerstärkstes Unternehmen“. Insgesamt gingen 56 Firmen und städtische Teams an den Start des Just-for-Fun-Laufs.

TC-Wanne: Sportkurse

Der TC Wanne 1889/92 bietet ein umfangreiches Sportangebot an. Alle, von Jung bis Alt, sind willkommen. Schwitzen kann man u.a. montags beim Zumba Gold in der Zeit von 19 bis 20 Uhr; beim Hula Hoop dienstags von 19 bis 20 Uhr, bei der TC DanceParty mittwochs von 18 bis 19 Uhr und gleich danach beim HIIT bis 20 Uhr.

Programm für Kids

Auch Kinder kommen nicht zu kurz. Montags und donnerstags in der Zeit von 18 bis 19.30 Uhr findet Taekwondo statt, dienstags von 17.30 bis 19 Uhr können die TC Kids sich bei Ballspielen und Koordinationsspielen austoben. Alle Angebote des Vereins können auch auf www.tcwanne.de nachgelesen werden.



Unser Foto zeigt von oben und dann v.l.: Dennis Neumann, Heinz Schmidt, Hendrik Bollmann, Frank Michalowski, Manuela Lukas, Gisbert Knierim, Margit Keßbohm und Birgit Klemczak. Foto: SPD

Digitalisierung...

... und mehr Schatten - Ergebnisse der Begehung

Eine Delegation der SPD-Ratsfraktion hat die Schule am Schwalbenweg besucht. Die Schule mit dem Förderschwerpunkt Geistige Entwicklung liegt mitten im Zentrum der Stadt und wird

von Gisbert Knierim geleitet. Dieser führte die Delegation auch durch die Schule. Im anschließenden Gespräch war das zentrale Thema, wie die Förderschule mit der Digitalisierung umgeht und inwiefern

hier noch Unterstützung nötig ist. Auch Klima-Themen, wie Vorkehrungen gegen Starkregen sowie Lagerungs- und Beschattungsmöglichkeiten auf dem Schulhof wurden besprochen.

Tierfotografie im Wildpark

Rotwild, Luchse, Emus und sogar Wölfe stehen in diesem vhs-Kurs teilweise ohne Absperrungen Modell. Auch für den ungeübten Fotografen gibt es hier unter fachkundiger Anleitung des vhs-Kursleiters Christian Brehm die Möglichkeit Tiere gekonnt in Szene zu setzen.

Tiere in Szene setzen

Der Kurs findet bei jedem Wetter statt. Festes Schuhwerk ist von Vorteil, wobei eine Gesamtstrecke von ca. 3 Km barrierefreien Wegen begangen werden. Treffpunkt: Haupteingang Naturwildpark Granat, Granatstraße 626 in Haltern Lavesum. Der Kurs 22A6501 findet am Samstag, 4. Juni. in der Zeit von 10 bis 17 Uhr statt.

Tag der offenen Tür

EvK Herne öffnet sein Parkinsonzentrum

Am 1. Juni lädt das EvK Herne zu seinem Tag der offenen Tür im Parkinsonzentrum ein - die Besucher erwartet ein umfassender Einblick in die Komplextherapie mit Vorträgen, Führungen, Fragestunde. Los geht es mit einem Begrüßungsvortrag um 15 Uhr im Raum 2 des Seminarzentrums neben dem EvK. Chefärztin

Dr. Sylke Düllberg-Boden klärt darüber auf, wie man eine Parkinson-Erkrankung erkennt, auf welche Symptome zu achten ist und wie dann die professionelle Diagnostik aussieht. Nach dem Vortrag werden die Besucher in Gruppen aufgeteilt, um allen Interessierten die Chance zu bieten, sämtliche Angebote

des Tages wahrzunehmen. Zum Abschluss kommen alle Gruppen für den Schlussvortrag wieder zusammen. Hier wird es um verschiedene Therapieformen gehen. Erklärtes Ziel von Chefärztin Dr. Sylke Düllberg-Boden ist es, den Erkrankten und ihren Angehörigen die Angst vor der Erkrankung zu nehmen.



Zum Foto: Wir haben geholfen: Die SEH-Kanalreiner Thomas Brawek, Kemal Altinbas, Peter-Rolf Röber, Gökhan Okyay, Bent Tyrakowski (v.l.n.r.) freuen sich über die Auszeichnung ihres Einsatzes im Flutgebiet. Foto: SEH

Ehrung für die SEH-Fluthelfer

Anerkennung für schnelles und unbürokratisches Engagement

Beim „Kanaltag“ des IKT-Institut für unterirdische Infrastruktur in Gelsenkirchen wurde die Stadtentwässerung Herne (SEH) jetzt für ihren Einsatz während der Flutkatastrophe im vergangenen Sommer ausgezeichnet.

Fünf Kanalreiner der SEH waren damals freiwillig mit einem Saug- und Spülwagen ins Katastrophengebiet nach Zülpich in der Eifel gefahren. Dort verstopften Müll und Schlammmassen Teile des städtischen Kanalsystems und

auch viele private Abwasserleitungen, so dass Abwässer samt Fäkalien nicht abfließen konnten. Drei Wochen lang reinigten die Herner Fluthelfer die kilometerlangen Leitungen vor Ort.



Naherholungsgebiet für Holsterhausen eröffnet

Oberbürgermeister Dr. Frank Dudda hat den Quartierpark Klosterstraße eröffnet. Zusammen mit Vertretern aus Politik und Verwaltung ging es zu einem Rundgang über das 2,25 Hektar große Gelände. „Ich finde es sehr schön, dass hier ein Raum für die Naherho-

lung geschaffen wurde. Es erhöht die Lebensqualität erheblich. Das tut der Seele gut und die Anpflanzungen tragen auch dazu bei, dass sich das Klima in der Stadt verbessert“, sagte Dr. Frank Dudda beim Rundgang.

Foto: Philipp Stark, Stadt Herne

RUDZIK
HAUSHALTSAUFLÖSUNG

Wohnungsauflösung und Entrümpelung

Die Entrümpelung in Wohnung und Haus bzw. aller Immobilien. Sperrmüllentsorgung von Unrat auch bei Messiewohnungen. Räumungen von Ladenlokalen bei Geschäftsaufgabe.

Entrümpelung von Dach bis Keller

- Haushaltsauflösung
- Wohnungsauflösung
- Entrümpelung
- Geschäftsauflösung
- Betriebsauflösung
- Firmenauflösung
- Ausräumen + Entsorgen
- Keller Räumung
- Garage entrümpeln
- Dachboden leeren
- Lagerräumung

☎ 0 23 23 - 399 23 20

Der schnelle Draht zur Redaktion!

0177/7059805

Wirtschaftsberatung WAGNER

Baufinanzierungen - Versicherungen - Immobilien

Baufinanzierung nach Maß

Wir haben die passende Baufinanzierung zu Ihrer Traumimmobilie. Seit über 20 Jahren sind wir in der Region als Finanzierungsberater für Sie tätig. Wir suchen aus einer Vielzahl von Banken die optimale Lösung für Ihren Finanzierungswunsch und begleiten Sie, bis Sie sich in Ihrer neuen Immobilie wohlfühlen und stehen Ihnen mit Rat und Tat zur Seite.

Melden Sie sich einfach und vereinbaren einen unverbindlichen Beratungstermin bei uns.

0 23 23 / 96 17 40

info@wb-wagner.de

Herr Marco Wagner und Team

- Neu- und Gebrauchtwagen
- E-Mobilität
- Finanzierung und Leasing

- LPG- und CNG-Werkstatt
- Wartungs- und Servicearbeiten
- Karosseriearbeiten

u.v.m.

Dieselstr. 2 - 44805 Bochum
Telefon +49 (0)234 85751
www.auto-frohn.de

Familienbüro lädt ein

Das Familienbüro der Stadt Herne lädt zum Familienfrühstück am Mittwoch, 1. Juni, von 10 bis 11.30 Uhr, in das Familienbüro, Hauptstraße 241, ein. Das Angebot richtet sich an Familien mit ihren Kindern im Alter von 0 bis 3 Jahren. „Den Einstieg leicht gemacht – alles rund um die KiTa - Zeit“ lautet der Titel der Veranstaltung. Michaela Krings, KiTa-Leiterin, wird zum Thema Eingewöhnung in die KiTa informieren und für Fragen zur Verfügung stehen.

Aufgrund der aktuell begrenzten Teilnehmendenzahl ist eine vorherige telefonische Anmeldung unter Telefon 02323 / 16 - 3481 erforderlich.

vhs-Kurs Weben

Das Weben gehört zu den ältesten Handwerken der Menschheit. Auch heute hat es nichts von seiner Faszination verloren. In diesem Schnupperkurs mit vhs-Dozentin Ruth Merten werden Bänder mit dem Webkamm oder Brettchen gewebt.

Faszination

Bitte erkundigen Sie sich bei der Anmeldung nach den mitzubringenden Materialien. Der Kurs findet am Samstag, 11. Juni, von 11 bis 14 Uhr in der vhs im Haus am Grünen Ring in Herne-Wanne statt. Anmeldungen per Mail an: vhs@herne.de oder 02323 - 16 1643. Nennen Sie Kursnummer 22A6901 und den Veranstaltungstitel. Eine Anmeldungen ist bis zum 2. Juni möglich.

Nix „Alltägliches“!

Programm der Projektwoche der Musikschule steht

Das Programm der Projektwoche der Städtischen Musikschule Herne steht. Christian Ribbe, Leiter der Schule, verspricht im Pressegespräch „nix Alltägliches“. Die Woche startet am Dienstag, 7. Juni, und endet am Freitag, 10. Juni. „Na, weil der Montag Pfingstmontag ist und da ist halt Feiertag“, so Christian Ribbe auf die Nachfrage, warum die Projektwoche denn am Dienstag beginnt. Auch die Umschreibung „nix Alltägliches“ füllt er schnell mit Inhalt. „So nehmen wir ein Klavier auseinander, damit die Kinder lernen, wie das Instrument zusammengebaut ist und wie es funktioniert. Dass wir das Klavier-Puzzle anschließend wieder zusammengebaut kriegen, glaube ich allerdings nicht“, scherzt Ribbe.

„Wir haben uns in diesem Jahr erheblich ins Zeug gelegt und 59 kostenfreie Angebote für die Projektwoche zusammengestellt. So biete ich eine Digitale Sprechstunde an. Da geht



Christian Ribbe, Leiter der Musikschule, verspricht ein spannendes Programm **Fotos: Schmidt/ Stadt Herne**

es um Hilfestellung beim Musikprogrammieren auf dem Tablet oder Smartphone. Ich sage aber jetzt schon, dass ich nicht auf alle Fragen sofort eine Antwort geben kann, aber ich melde mich dann, sobald ich eine Antwort habe.“

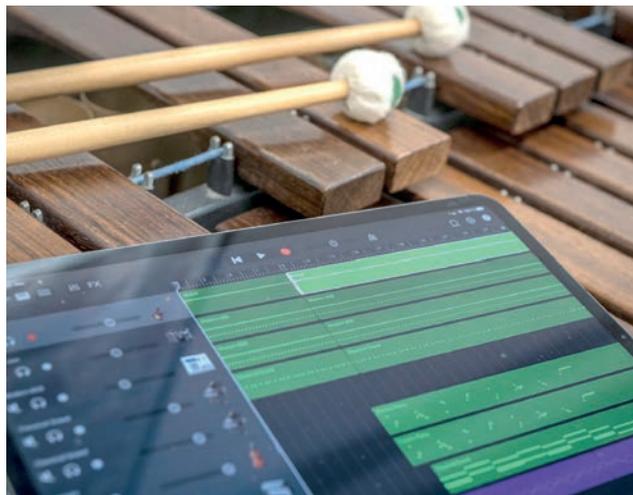
Beim Workshop „Sixties for

Sixties“ lädt eine Musikschulband zum Mitspielen ein. „Hier werden Rock Songs aus den sechziger Jahren gespielt – und wer will kann mitspielen“, erklärt Ribbe das Projekt.

Nicht alle Veranstaltungen finden in der Musikschule an der Gräffstraße 43 statt. Es geht auch mal in die Kirche am Regenkamp.

„Wir gehen mit den Kindern des zweiten Jahres der Musikalischen Früherziehung dort hin, damit sie sich die Orgel mal ganz aus der Nähe anschauen können.“

Das gesamte Programm findet sich auf der Homepage der Musikschule unter diesem Link: www.musikschulherne.de. Hier können sich Interessierte online anmelden. Der Flyer liegt in vielen städtischen Gebäuden aus, darin findet man ein Anmeldeformular, das per Post an die Musikschule geschickt werden kann.



Musik programmieren - das geht auch auf dem Tablet oder sogar dem Smartphone!

CVJM-Konzert

Für Samstag, den 11. Juni, lädt der Posaunenchor des CVJM Herne e. V. um 17 Uhr zu seinem 13. CVJM-Sommerkonzert in die Ev. Kreuzkirche Herne ein. Nach zwei Pandemie Jahren präsentieren die Musiker des CVJM das Konzertprogramm „Brass Out Loud“ wieder live vor Publikum. Der Eintritt ist frei. Das Konzertprogramm ist vielfältig und mit rotem Pfaden sorgfältig gestrickt, wie man es vom Posaunenchor des CVJM Herne e. V. kennt. Ein Teil des Konzerts widmet sich, das Weltgeschehen reflektierend, heimlichen Nationalhymnen und ihren Geschichten. So wird unter anderem „Finlandia“ von Jean Sibelius erklingen. Auch die „Hymne der Posaunenchor“ wird gespielt: das schottische „Highland Cathedral“ in einer Bearbeitung von Matthias Schnabel. Neben den nachdenklicheren Tönen nehmen die Bläser ihr Publikum auch mit auf eine Reise in die Welt des Films. „The Bare Necessities“ („Probier's mal mit Gemütlichkeit“) aus dem Dschungelbuch und „Can You Feel The Love Tonight“ aus „König der Löwen“ sind in der zweiten Konzerthälfte zu hören. Mit dem „Black Bottom Stomp“ streifen die Musiker die Welt des frühen amerikanischen Jazz.

Das Publikum ist bei klangprächtigen Choralbearbeitungen aus der Feder von Anne Weckeßer zum Mitsingen und an anderer Stelle zum Mitmachen eingeladen. Der Veranstalter bittet darum, dass sich die Konzertbesucher im Vorfeld des Konzerts freiwillig auf das Coronavirus testen. Zum Singen benötigt man eine FFP2-Maske.



MUSIKTHEATER
IM REVIER
GELSENKIRCHEN

OPERN
STUDIO
NRW

DAS WUNDERTHEATER / WACHSFIGURENKABINETT

Kurzopern von Hans Werner Henze
und Karl Amadeus Hartmann
Produktion des Opernstudios NRW

TERMINE

29. Mai 2022

23., 24. Juni 2022

mir.ruhr/wundertheater



Noch knapp vier Wochen ist „Das kann doch nicht wahr sein“ zu sehen. Foto: et cetera

Frühjahrsshow: KIDS FOR FREE

Besonderes Angebot bei „et cetera“

Die letzten vier Wochen der Frühjahrsshow haben begonnen und das Varieté „et cetera“ nähert sich in großen Schritten der Sommerpause.

Runder Geburtstag

Wer die aktuelle Show „Das kann doch nicht wahr sein“ noch nicht gesehen hat, sollte sich beeilen! Denn in diesem Jahr feiert das Bochumer Va-

riété seinen 30. Geburtstag und eröffnet das Jubeljahr mit einem fulminanten Showstart! Mit „Das kann doch nicht wahr sein“ ist zur Zeit eine Show mit unbeschreiblicher Magie, bester Comedy und spektakulärer Artistik zu sehen! Der Show-Countdown hält für Familien mit Kindern eine ganz besondere Überraschung bereit: KIDS FOR FREE! Vom 20. Mai bis 11. Juni erhält pro gekauftem Ticket (Normalpreis) einer Show „Das kann doch nicht wahr sein“ ein Kind freien Ein-

tritt (bis 14 Jahre)! Stichwort bei Buchung: „KIDS FOR FREE“. Sein großes 30-jähriges feiert das Bochumer Varieté „et cetera“ in diesem Jahr.

Bis 11. Juni

Comedy und Artistik wie virtuose Jonglage, kraftvolle Trapezkünste und leidenschaftliche Partnerakrobatik stehen regelmäßig auf dem Programm. Weitere Informationen: variete-et-cetera.de



Jazz für den guten Zweck

Zum swingenden Jazz-Früh-schoppen lädt der Förderverein Palliativstation im EvK Herne und Ambulanter Hospizdienst am Samstag, 4. Juni, ab 11.30 Uhr in die Maschinenhalle der Künstlerzeche „Unser Fritz“, Künstlerzeche 10, nach Wanne-Eickel ein. Im Jubiläumsjahr stimmt dort Engelbert Wrobel's Swing Quartett die Gäste auf ein schönes Wochenende ein. Tickets kosten 20

Euro pro Person. Der Erlös der Veranstaltung kommt der Spendenaktion „Wir sind palliativ“ für den Ausbau der Palliativstation zu Gute. In der Künstlerzeche swingen Engelbert Wrobel (Klarinette/Saxofon), Thimo Niesterok (Trompete), Rolf Marx (Gitarre) und Henning Gailing (Kontrabass und Gesang). Infos: www.foerderverein-palliativ-herne.de

Foto: Brian Wittmann

Ein Hinweis zur Gender-Sprache

Hinweis: Aus Gründen der Lesbarkeit verwenden wir in MEIN HERNE durchgehend das traditionelle generische Maskulinum, z. B. „der Mitarbeiter“. Wir meinen dabei aber stets alle Geschlechter im Sinne der Gleichbehandlung.

MACH MAL 2.

Fahrzeugalter in Jahren $\times 2$ = Teilerabatt¹ in Prozent.

ŠKODA

mal 2

Jetzt beim ŠKODA Service sparen.

Je älter, umso besser. Wenn Ihr ŠKODA schon ein paar Kilometer hinter sich gebracht hat, können Sie jetzt doppelt sparen. Denn bei unserer Service-Rabattaktion „mal 2“ gilt: Fahrzeugalter in Jahren $\times 2$ = Teilerabatt in Prozent¹. Fragen Sie uns einfach bei Ihrem nächsten Besuch. Wir beraten Sie gern und machen Ihnen ein individuelles Angebot. ŠKODA. Simply Clever.

¹ Bezogen auf unsere Preise für ausgewählte ŠKODA Original und Economy Teile. Rabattierung für Fahrzeuge bis Modelljahr 2016 und älter. Wir nennen Ihnen gern das Modelljahr Ihres ŠKODA.

AUTOSERVICE-CENTER HERNE E.K.

ŠKODA Servicepartner

Bruchstraße 128, 44627 Herne

Tel.: 02323390047, Fax: 02323931289

info@skoda-service-herne.de

ŠKODA Service

Anlaufpunkt stellt sich neu auf

Die Koordinierungsstelle Ukraine, die bislang an der Bahnhofstraße 38, neben der Bonifatiuskirche, Anlaufpunkt für Menschen war, die vor dem Krieg aus der Ukraine geflohen sind, stellt sich ab dem 7. Juni neu auf. Der vielfältige Service, den die Stadt dort gebündelt hatte, wird künftig in den bewährten und eingespielten Strukturen der jeweils zuständigen Behörden und Fachbereichen wahrgenommen. Die Stadt Herne ist allen Mitarbeitenden und den Helfenden von außerhalb der Verwaltung, die sich dort engagiert haben, für ihren Einsatz sehr dankbar. Durch das gemeinsame und schnelle Handeln konnten für die geflohenen Menschen die Versorgung, die Unterbringung und die Integration in den vergangenen Wochen sehr gut organisiert werden. Folgende Anlaufstellen übernehmen nun:

Geflüchtete, die eine Arbeit aufnehmen möchten oder Leistungen nach dem SGB II beantragen wollen, können sich an den Integration Point, Heidstraße 2, wenden.

Geflüchtete, die ab dem 1. Juni 2022 nach Deutschland eingereist sind, wenden sich an die Hotline des Fachbereichs Soziales, Telefon 0 23 23 / 16-3523, um prüfen zu lassen, welche Stelle für ihre Leistungsansprüche zuständig ist.



Schüler Daniel Jacobs im Gespräch mit Gästen bei der Eröffnung.

Foto: Privat

„Angekommen im Ruhrgebiet“

Ausstellung thematisiert Migrationsgeschichte(n)

Die Schüler des Europakurses des Mulvany-Berufskollegs eröffneten in der vergangenen Woche ihre Ausstellung „Angekommen im Ruhrgebiet – Migrationsgeschichte(n)“. Nach der Ausstellung „Selfie mit Persönlichkeit“ und der Graphic Novel zum Thema Widerstand ist dies der dritte erfolgreiche Durchgang der Zusammenarbeit zwischen der Martin-Opitz-Bibliothek und dem Mulvany-Berufskolleg im Rahmen einer Bildungspartnerschaft, geleitet von Dr. Arkadiusz Danszcyk

(komm. Leitung der Martin-Opitz-Bibliothek) sowie den Lehrkräften Christopher Wulff und Maria Rühling vom Mulvany-Berufskolleg.

Für die Ausstellung haben die Schüler verschiedene Zeitzeugen mit Migrationserfahrung interviewt und deren Geschichten wirksam in Szene gesetzt. Zur Ausstellungseröffnung berichteten die Schüler Bea Grzezinski, Jérôme Grudzinski, Jasmi Kiene, und Daniel Jacobs über ihren Arbeitsprozess und den

Bezug zur eigenen Geschichte. Andrej Vasilyev, einer der Interviewpartner, war ebenfalls zu Gast und erzählte von seinen Erlebnissen als Russland-Deutscher. Musikalische Untermalung gab es von Gregor Vasilyev.

„Solche Erlebnisse bleiben lange hängen – sowohl bei den Schülern als auch bei uns,“ sagte Christopher Wulff.

Die Ausstellung kann bis zum 30. Juni im Foyer der Martin-Opitz Bibliothek besichtigt werden.

Unterstützung gesucht

Das Ehrenamtsbüro der Stadt Herne sucht für das Senioren-Internet@fé Herne e.V. Freiwillige, die sich sehr gut mit Android-Smartphones auskennen. Sie sollen ihr Wissen an Senioren weitergeben. Wer Interesse an der Aufgabe hat, meldet sich bitte unter den Telefonnummern: 0173 / 2727081 oder 0172 / 399 5024. Wer sich per E-Mail informieren möchte, schreibt an: post@internetcafe-herne.de. Gesucht werden kompetente, freundliche Kursleiter, die vielleicht schon Erfahrung in der Erwachsenenbildung haben.

Geboten wird eine umfangreiche Einarbeitung mit modernen Lernmitteln.

Spanischkurs in den Ferien

Einen einwöchigen Spanisch-Anfangskurs, der auch als Bildungsurlaub nach AwbG NRW anerkannt ist, bietet die vhs im Sommer an.

Mündliche Verständigung

Der Kurs schafft die Grundlage für eine erste vorwiegend mündliche Verständigung anhand von Gesprächssituationen. Der Kurs findet vom 25. bis 29. Juli jeweils von 9 bis 14.30 Uhr in der vhs im Kulturzentrum statt. Anmeldung HER 163584 oder 162920.

ANZEIGE

Impressum

Herausgeber

Ruhr Verlags GmbH
Castroper Straße 80,
44628 Herne

Geschäftsführung

Angelika Hofferberth

Redaktion

Julia Colmsee, Detlef Leweux
redaktion@mein-herne.com
Telefon: 0177/70 59 805

Anzeigen

Jörg Colmsee
anzeigen@mein-herne.com
Telefon: 0176/72 85 93 23

Nachdruck nur mit Genehmigung des Verlages. Für unverlangt eingesandtes Bild- und Textmaterial übernimmt die Redaktion keine Haftung. Namentlich gekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion und des Herausgebers wieder. Für die Richtigkeit der abgedruckten Anzeigen übernimmt der Verlag keine Gewähr. Schadenersatzansprüche sind ausgeschlossen. Vom Verlag gestellte Anzeigenmotive dürfen nicht anderweitig verwendet werden.

„Falls Sie dieses Produkt nicht mehr erhalten möchten, bitten wir Sie, einen Werbeverbotsaufkleber mit dem Zusatzhinweis
„Keine kostenlosen Zeitungen“ an Ihrem Briefkasten anzubringen.
Weitere Informationen finden Sie auf dem Verbraucherportal
www.werbung-im-briefkasten.de“

Es gilt die Preisliste
gültig ab Januar 2022

Gesamtauflage
84.850 Exemplare
Verteilung samstags, an alle
Haushalte und Betriebe

Druck

Lensing Zeitungsdruck
Auf dem Brümmer 9,
44149 Dortmund

Vertrieb

M.S.D. Medien Service
Deutschland West GmbH
Wilhelmstraße 156,
53721 Siegburg

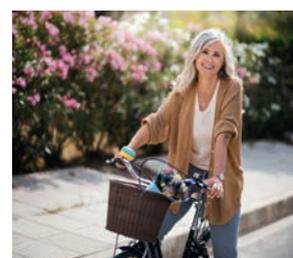
Zustellhotline 02323/8996260
Montag-Freitag 9 bis 17 Uhr

Knochengesundheit: für Frauen besonders wichtig!

Circa 6,3 Millionen Menschen – zu meist Frauen, aber auch rund 1,1 Millionen Männer – sind von Osteoporose betroffen¹. Die Erkrankung wird oft erst erkannt, wenn es aus einem geringfügigen Anlass zu einem Knochenbruch kommt. Ist die Diagnose gestellt, wird nur jeder Fünfte angemessen behandelt¹. Eine aktive Lebensweise und eine kalziumreiche Ernährung tragen zudem sowohl dazu bei, einer Osteoporose vorzubeugen als auch eine Behandlung der Erkrankung zu unterstützen.

Kalzium und Vitamin D für die Knochengesundheit

Eine kalziumreiche Ernährung ist für starke Knochen wichtig. Der Mineralstoff ist nicht nur in Milchprodukten enthalten, sondern auch in kalziumreichen Mine-



Bewegung macht nicht nur Spaß, sie stärkt auch die Knochen.

Foto: wundervisuals/iStockphoto.com

ral- und Heilwässern, grünem Gemüse wie Grünkohl und Brokkoli sowie Hafer, Pilzen, Hülsenfrüchten, Nüssen und Samen². Damit Kalzium in den Knochen eingebaut werden kann, ist Vitamin D nötig. 80 bis 90 Prozent des benötigten

Vitamin D werden unter dem Einfluss von Sonnenlicht in der Haut gebildet. Den Rest liefert die Ernährung aus fettreichem Fisch wie Lachs und Makrele, Eigelb, Leber, Speisepilzen wie Champignons und angereicherten Lebensmitteln wie Margarine³.

Bewegung für starke Knochen

Effektiv zur Stärkung der Knochen sind zum Beispiel rhythmisches Fitnesstraining mit Musik wie Aerobic und Krafttraining⁴. Menschen, bei denen eine Osteoporose festgestellt wurde, können durch Sport dazu beitragen, die Knochen zu stärken und Knochenbrüchen vorzubeugen⁵.

Mehr Informationen unter:
www.aktionsbündnis-osteoporose.de

KNOCHEN.STARK.MACHER.
Aktionsbündnis Osteoporose



Quellen:

- Hadji P, Klein S, Gothe H, et al. Epidemiologie der Osteoporose – Bone Evaluation Study. Eine Analyse von Krankenkassen-Routinedaten. Dtsch Arztebl Int. 2013;110(4):52-57.
- <https://www.dge.de/wissenschaft/faqs/calcium/#im> (Zugriff: 27.04.2022).
- <https://www.dge.de/wissenschaft/weitere-publikationen/faqs/vitamin-d/> (Zugriff: 27.04.2022).
- Bonaiuto D, Shea B, Iovine R, Negri S, Robinson V, Kemper HC, et al. Exercise for preventing and treating osteoporosis in postmenopausal women. Cochrane Database Syst Rev. 2002(3):CD000333.
- Kemmler W et al. Exercise and fractures in postmenopausal women. Final results of the controlled Erlangen Fitness and Osteoporosis Prevention Study (EFOPS). Osteoporos Int. 2015;26(10):2491-9.

DE-PRO-0522-00007

Brennende Fahrzeuge

Am frühen Morgen des 19. Mai kam es zu mehreren Fahrzeugbränden in Herne-Röhlinghausen. Die Polizei sucht Zeugen.

Gegen kurz nach 0 Uhr meldeten Zeugen einen brennenden Transporter im Bereich der Bergmannstraße. Gegen 4.30 Uhr wurden die Einsatzkräfte wegen weiterer brennender Fahrzeuge zur Königsgruber Straße gerufen.

Erheblicher Schaden

Zwei der Fahrzeuge brannten dabei in voller Ausdehnung, zwei weitere umstehende Autos wurden durch das Feuer leicht beschädigt. Durch Einsatzkräfte der Feuerwehr konnte die Brände gelöscht werden. An den Fahrzeugen entstand zum Teil ein erheblicher Sachschaden.

Das Kriminalkommissariat 11 hat die Ermittlungen aufgenommen und bittet unter der Rufnummer 0234 909-4105 oder -4441 (Kriminalwache) um Zeughinweise.

Wandern für Senioren

Der Verein „Sport mit Senioren, Herne 1984“ lädt zum Mit-Wandern ein. Die „Wandergemeinschaft“ trifft sich alle 14 Tage mittwochs. Nähere Infos unter Tel.: 02325 / 795911.

Mit ‚Cocooning‘ Babys vor Keuchhusten schützen

ANZEIGE

Das Baby ist da und die ganze Familie begrüßt ihr neuestes Mitglied! Was für die Familie schön ist, kann für Neugeborene schnell zur Gefahr werden. Auch das engste Umfeld kann Krankheiten übertragen. Keuchhusten ist dabei eine der tückischsten, weil es sich um eine hochansteckende Atemwegserkrankung handelt, die für Säuglinge lebensbedrohlich werden kann. Eine Infektion kann zu schweren Folgen für das Baby führen, unter anderem Atemnot oder gar Atemstillstand. Die eigene Grundimmunisierung gegen Keuchhusten bei den Kleinen beginnt erst ab dem vollendeten 2. Lebensmonat. Deshalb ist das Neugeborene in den ersten Wochen nach der Geburt sehr gefährdet, ernste Komplikationen treten hier am häufigsten auf.

Die Ständige Impfkommission (STIKO) empfiehlt daher zusätzlich zur Keuchhusten-Impfung der Mutter in der Schwangerschaft die sogenannte ‚Cocooning‘-Strategie. Dabei baut das gesamte Umfeld des Babys einen schützenden Kokon, wie

eine Schutzblase, auf. Enge Kontakte, wie Vater, Großeltern, Geschwister, aber auch Freunde der Familie oder Babysitter sollten eine Auffrischungsimpfung gegen Keuchhusten erhalten, sofern diese länger als zehn Jahre zurückliegt. Eine Impfung ist spätestens vier Wochen vor dem errechneten Geburtstermin angeraten.

Helfen Sie aktiv mit, das neueste Familienmitglied zu schützen. Sprechen Sie Ihr engstes Umfeld auf eine Keuchhusten-Impfung an. Holen Sie sich Rat durch Ihre Ärztin oder Ihren Arzt.

Weitere Infos über Keuchhusten finden Sie unter www.impfen.de/keuchhusten – eine Initiative von GlaxoSmithKline.



Foto: GlaxoSmithKline
NP-DE-PTX-ADVR-220001



Es zeigt (v.l.): Silke Mattele, Ulrike Lange, Zehra Sagdic und Azerina Schulz.

Foto: Stadt Herne

Modellprojekt „Guter Lebensabend“

Fachtagung zur interkulturellen Öffnung in der Altenhilfe

Viele ältere Migranten sind in Herne längst heimisch geworden und werden hier auch ihren Lebensabend verbringen. Die interkulturelle Öffnung in der Altenhilfe spielt daher eine immer größere Rolle. Genau mit diesem Thema befasste sich am Mittwoch, 11. Mai, eine Fachtagung. Eingeladen hatten die beiden Sozialpädagoginnen Zehra Sagdic (Plan B Ruhr e.V.) und

Ulrike Lange (Stadt Herne), die auch das Modellprojekt Guter Lebensabend NRW in Herne betreuen. Insgesamt 33 Experten des Herner Altenhilfe-Netzwerkes nahmen an der Online-Tagung teil. Als Referenten konnten der Psychotherapeut und Integrationsbeauftragter Dr. Ali Kemal Gün von der LVR-Klinik Köln und Bengi Azcan, Sozialwissenschaftlerin aus dem

Haus am Sandberg aus Duisburg gewonnen werden. Die Moderation übernahmen die Pflegewissenschaftlerin Silke Mattele und die Case-Managerin Azerina Schulz. Die Tagung nutzten die beiden Initiatoren, um das Modellprojekt und erste Ergebnisse vorzustellen. Die Stadt Herne ist eine von 21 Kommunen, die sich an dem Modellprojekt beteiligen.

Ruhrpott trifft Berlin

Zu einem zu einem musikalischen Leckerbissen laden das Emscherland-Akkordeon-Orchester aus Herne und das Akkordeon-Orchester Berlin (AOB) am 28. Mai in die Kreuzeskirche Herne ein: „Ruhrpott trifft Berlin“ heißt es dann ab 17 Uhr (Einlass ab 16.30 Uhr).

Ende Oktober 2021 war das Emscherland-Akkordeon-Orchester in Berlin und hat dort mit dem AOB gemeinsam musiziert. Nun sind die Berliner auf Gegenbesuch in Herne und natürlich wird die Chance für ein weiteres gemeinsames Konzert genutzt. Der Eintritt ist frei - die Orchester bitten allerdings um eine Spende für die Opfer des Krieges in der Ukraine.

Während des Konzertes muss eine medizinische Maske getragen werden.

vhs: Tower of London

Zum Tower of London bietet die vhs Herne einen bebilderten Vortrag an.

Vortrag

Die Veranstaltung startet am Donnerstag, 2. Juni, um 18 im Kulturzentrum. Der Eintritt beträgt 6 Euro.

Anmeldungen nehmen die Geschäftsstellen der vhs Herne unter Tel.: 02323/16-2920 und 02323/16-3584 entgegen.

Drei Dinge, die Sie über Milch wissen sollten

Egal ob pur, als Zutat zum Kochen oder Backen oder im Heißgetränk: Kaum ein Lebensmittel wird in den deutschen Küchen so häufig und vielfältig eingesetzt wie die beliebte Milch. Laut einer Studie des GfK Consumer Panel konsumieren 94 Prozent der Deutschen regelmäßig Milch und Milchprodukte. Es wird Zeit, diesem wertvollen Lebensmittel auf den Grund zu gehen. Die Molkerei Weihenstephan präsentiert pünktlich zum Tag der Milch am 01. Juni drei überraschende Fakten rund um die Milch, die Sie bestimmt noch nicht kannten.

Wussten Sie, dass Milch einen eigenen Feiertag hat? Schon seit über 20 Jahren wird der Tag der Milch als internationaler Aktionstag in allen Ländern einheitlich am 01. Juni gefeiert. Er soll das Bewusstsein für den wertvollen weißen Rohstoff Milch als grundlegendes Nahrungsmittel auf der ganzen Welt stärken. Also, feiern Sie mit!

Aber warum ist Milch eigentlich weiß? Die Farbe der Milch und ihr unverwechselbarer Geschmack haben den gleichen Ursprung. Denn der Anteil an Milchlaktose bestimmt maßgeblich über den Geschmack der Milch. Ganz gleich, ob 0,1 %, 1,5 % oder 3,5 % Fett, ob Frischmilch oder H-Milch: Ihre weiße Farbe verdankt die Milch dem enthaltenen Milchlaktose. Dabei macht es keinen Unterschied, zu wie viel Prozent dieses vorhanden ist und ob die Milch ultrahoch erhitzt wurde oder nicht. Die bekannte weiße Farbe entsteht, wenn sich



Licht in den natürlich enthaltenen Milcheiweiß-Teilchen bricht.

Neben ihrem leckeren Geschmack hat die Milch aber noch mehr zu bieten. Sie denken, Milch sei ein Getränk? Falsch gedacht. Kuhmilch enthält natürlicherweise viele wertvolle Nährstoffe wie Proteine, Vitamine und Mineralstoffe. Damit weist sie eine hohe Nährstoffdichte auf und gilt als Nahrungsmittel. Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung empfiehlt deshalb, das wertvolle Lebensmittel täglich in Form von Milch oder Milchprodukten zu sich zu nehmen. Die empfohlene Menge für einen Erwachsenen liegt bei 200 – 250 ml pro Tag. Das entspricht etwa einem großen Glas Milch.

Ist Ihr Milchwissens-Durst noch nicht gestillt? Dann finden Sie passend zum Tag der Milch weitere spannende Fakten, clevere Tipps und köstliche Rezeptionen auf der Weihenstephan Website: www.molkerei-weihenstephan.de

Unstimmigkeit		Stadt in Mittelfranken	poetisch: Märchen	ein Bindewort		französisch: handeln	Indianervolk in Arizona	Stil-epoche im MA.	sibir. Fluss	Landwirtschaft betreff.	abgeleiteter Hering	Fluss in Kalifornien	Kartoffelsorte	Gartenpflanze	französisch: Karte	Autoteil
US-Bundesstaat	1					europäische Sprache										
				Ziffer e. elektr. Anzeige				derart		Landschaft im Taunus	7					
Einzelwohnhhaus		Anfänger				negativer Eindruck									Dreiheit	
				römische Quellnymph	eine Lama-art			Flächenmaß der Schweiz				Frauenkurzname	2			
schles. Autor †	kaufm.: auf Rechnung	weibliche Menschen		kurz für: in dem								Stadt im Tschad				auch künftig
dumm, albern												Auskunft	dunkles Tiefengestein		Nussstrauch	
mattgelb		3														
				Aurikel								it. Maler				
Vorname Mirós			Kreiszahl									Wind in Zentralasien			mit erkälteter Stimme	
Fremdwortteil: vier												dt. Schauspieler †	Verdachtsmoment	Kfz-Z. Helmstedt		
				Tricks, Täuschungen		Kfz-Z. Waiblingen										
Fremdwortteil: mit	Sauerstoff benötigend	dt. Autohersteller													eingezäunte Fläche	
US-Regisseur (Woody)													gr. Buchstabe		5	
Hptst. S-Koreas		Fremdwortteil: alt		Umgangsform												Männerkurzname
Göttergabe																
genug!					östr. Komponist	Teil der Bibel (Abk.)	Kurz-narkotikum	Reue empfinden			Ritter der Artusrunde	Gebetszeit	englisch: eingeschaltet	Schallreflexion		
poetisch: Getränk	engl. Männername		Südostasiat								lauschen				6	
				Aufforderung zur Ruhe		Vorname von Bartók †		Erdzeitalter					Lederpeitschen		japanische Meile	
					griech. Göttin der Zauberei	Nachtlager im Freien			8	Untiefe im Meer		Verein				Frauenname
Mauerstein		elektr. Bauteil (Kw.)		Initialen Dylans				Staatsetat		Alpwirtschaft						
Ruderlager		Hunnenkönig		4		gern haben	Bett' bei Kindern				tschech. Reformator			offene Halle		
					ind. Fürstintitel							12	Frauenkurzname	Riesenkröte		
Minderheit	antiker Name Trojas	rein, nach Abzug	ital.: See				Landkreis in Japan			Stadt in Spanien	ein Balte					Extremitäten
								chin. Lyriker †	Autor von 'Nora'							
Kleinigkeit (ugs.)		Ort bei Zwohle (NL)			Halbton unter G	Gesetzbuch der Juden					Kfz-Z. Gelsenkirchen		durcheinander			Schlafphase (Abk.)
			französisch: er	it. Hafenstadt					hitzig, stürmisch							
		aus Ton												Kartenspiel		
Marihuana (ugs.)		Erdzeitalter				Fußballbegriff										

Sanitätshaus Frick

Orthopädie-Technik



SANITÄTSHAUS ORTHOPÄDIE



IHR SPEZIALIST FÜR

> Prothesen > Kompression
 > Bandagen > Einlagen > Reha-technik



REHA SERVICE

Sanitätshaus Alfred Frick e.K.
 Münsterplatz 8 + 10 | 44575 Castrop-Rauxel
 Telefon: 02305 92322-0 | Telefax: 02305 92322-17
 Internet: www.sanitaetshaus-frick.de



SPRACHKURS

Einen Niederländisch Anfangskurs in kompakter Form bietet vhs an. Der Kurs findet Montag bis Freitag vom 27. Juni - 1. Juli jeweils von 9-14.30 Uhr in der vhs im Haus am Grünen Ring statt. Anmeldungen unter der Telefonnummer 02323/ 16 35 84 **Foto: Archiv**



COMEDY

„Die dickste Buxe vom Revier“ - diese Lesung mit Hennes Bender und dem neuesten Asterix-Comic auf Ruhrdeutsch, steht am 31. Mai ab 19 Uhr im vhs-Saal im Kulturzentrum auf dem Programm. Weitere Informationen unter Telefon 02323/ 16 28 01 **Foto: Menazoo**



LESUNG

Musikalische Lesung mit Claudia Ott am 7. Juni um 19 Uhr im Literaturhaus Herne - Tausendundeine Nacht ist eines der Kultbücher der Weltliteratur und gleichzeitig eine ältesten arabischen Handschriften, begleitet von der arabischen Flöte. **Foto: Archiv**

Findus Freunde...

... kommen am 2. Juni in der Stadtteilbibliothek Herne-Mitte auf ihre Kosten. „Unsere schönsten Abenteuer“ aus der Pettersson und Findus-Reihe steht ab 17 Uhr auf dem Programm. Die Lesung eignet sich für Kinder ab sechs Jahren.

Seit der kleine Kater Findus bei Pettersson wohnt, stellt er das ruhige Leben des Alten ganz schön auf den Kopf. Immer ist irgendetwas los: Die beiden müssen zusammen den bösen Fuchs vertreiben, sie feiern Geburtstag oder gehen zelten. Weitere Informationen erhalten Sie unter Telefon 0 23 23 / 16 28 01



HOBBY KOCHEN

Frische Küche im Frühling

Backen mit Frühlingsboten steht 30. und 31. bei der vhs auf dem Programm. Leckeren Frühlingsboten wie Rhabarber, Erdbeeren und Waldmeister werden verarbeitet. Noch bis zum 22. Mai können Sie sich anmelden - Telefon: 02323 - 16 29 20.

THEATER

Kapitän Brummbär und Paul Schlau

Theater für Kinder im „kleinen theater“

„Kapitän Brummbär und Paul Schlau“ - das Kindertheaterstück für große und kleine Piraten - ist am 29. Mai ab 15 Uhr im „kleinen theater herne“ zu sehen. Beim Kinderfernsehen „Knalltüte“ hat Käpt'n Brummbär einen Wettbewerb gewonnen, indem er seine Abenteuergeschichten dort-

hin verschickte. Doch er weiß nichts von seinem Gewinnerglück. Sein Seemannsgefährte Paul Schlau findet das heraus und sagt ihm nichts. Bevor das Kamerateam eintrudelt, muss „Klar Schiff“ gemacht werden. Karten und weitere Informationen unter Telefon 0 23 23 / 91 11 91.



Das Schweigen der Frösche

Kleinkrieg in der Nachbarschaft: Mit einer feuchtfrohlichen Gartenparty unter Nachbarn fängt es an. Zu diesem Zeitpunkt ahnt niemand, dass im Gartenteich des Ehepaars Brockmeier noch in derselben Nacht ein

neuer Mieter einziehen wird, ein ziemlich kleiner, ziemlich laut quakender Frosch. Ein Mega-Spaß für das Publikum - zu sehen im Mondpalast am 3., 4. und 6. Juni. Karten unter Telefon 02325/ 588 999.

Foto: Mondpalast

FÜR KINDER

Auf die Ohren

„Auf die Ohren“ heißt das Programm der Jugendkunstschule am 2. Juni ab 16 Uhr für Kinder ab zehn Jahren. Hier geht es um das Erlernen und Umsetzen von musikalischen Grundkenntnissen in Rhythmik, Melodik und Genres.

Schreiben wie Gras

Schriftatelier für Kinder am 30. Mai in der Bibliothek Herne-Wanne ab 16 Uhr. Möchtest Du wissen, wie man mit einzelnen „Grashalmen“ schreiben kann? Gerne verate ich Dir dieses Geheimnis! Aber keine Angst, hier wird mit einem Pinselstift geschrieben - nicht mit Gras. Für diese Veranstaltung ist eine Anmeldung erforderlich - Telefon 0 23 23 / 16 32 64

Ein Tag am Meer

Für Kinder ab fünf Jahren dreht sich am 4. Juni ab 11.30 in der Bibliothek Herne-Mitte alles um das Thema Meer! „Entdeckt die verschiedenen Lebewesen des Meeres und die ganze faszinierende Vielfalt, die sich unterhalb des Meeresspiegels abspielt. Welche Fische tummeln sich in der Nordsee und der Ostsee?“

Weitere Informationen gibt es unter 0 23 23 / 16 28 01.

THEATER

Täglich klopft der Sensenmann

British-schwarzer Humor von Freddy Sinclair ist am 3. Juni ab 20 Uhr auf der Bühne des „kleinen theaters herne“ zu erleben. Was für ein Albtraum! John erlebt denselben Tag immer wieder: Er schreckt aus einem Nickerchen hoch, weil seine Nachbarin Leslie an die Tür klopft.

Doch sie bleibt nicht die einzige Besucherin. Der Tod steht vor der Tür. John stirbt - und wacht erneut auf, weil Leslie klopft ...

Weitere Informationen und Karten erhalten Sie beim „kleinen theater herne“ unter Telefon 0 23 23 / 91 11 91.

FÜHRUNG

Kunst-Sonntag

Die Flottmann-Hallen laden am 5. Juni ab 14 Uhr wieder zum Kunst-Sonntag mit Führung durch den Skulpturenpark ein. Viele Künstler, die in den Flottmann-Hallen ausstellen, arbeiten mit Metall, Stein, Holz oder Kunststoff. Viele ihrer Arbeiten sind groß, viele ihrer Arbeiten sind wetterfest. Das Aussengelände der Flottmann-Hallen bietet beides: Größe und Wetter. Ideale Voraussetzungen also für ein Zusammentreffen von Gelände und Kunst.

Die richtige Abkühlung an heißen Tage

Bestway Lay-Z-Spa Außen-Whirlpool 'St. Moritz Air-Jet'

Ø 216 x H 71 cm, 1.190 l Fassungsvermögen, 180 Luftdüsen, 2.050 W Heizfunktion, einfacher Auf- und Abbau mit Multifunktionspumpe, reißfestes und formbeständiges DuraPlus-Material, geeignet für 5-7 Personen

28482910



Pool-Set 'Summer Waves'

Ø 244 x H 66 cm, 2,42 m³ Fassungsvermögen, schneller und einfacher Auf- und Abbau, inkl. Filterpumpe, Filterkartusche und Reparatur-Set

27153453

Das passende Pool-Zubehör



Chlor- und pH-Teststrips

Zur Poolwasseranalyse, ermitteln Chlor- und pH-Werte, sorgt für ein chemisches Gleichgewicht des Poolwassers

28568087



Malibu Wasserpflege-Starterset 'Multi'

25746547

3-teiliges Starter-Set, Desinfektion durch Langzeitchlorierung, Superfiltration und Algenschutz, für Kartuschenfilteranlagen geeignet



Proklima Mobiles Klimagerät 'Purity 7.000'

Max. Kühlleistung 7.000 BTU/h, für bis 20 m², Kühlen, Entfeuchten, Ventilieren, Timer-/Sleep-Funktion, waschbarer Staubfilter, 360°-Laufrollen, App-Steuerung und Sprachsteuerung

25726275



ab
24,95

Proklima Fensterabdichtung 'Hot Air Stop'

z. B. 25821170

Weiß, hält warme Außenluft ab, geeignet für mobile Klimageräte, wasserabweisend, ohne Bohren, Fenster lassen sich wie gewohnt öffnen und schließen

40 cm Breite **24,95**
60 cm Breite **39,90**



39,90

Proklima Türdichtung 'Hot Air Stop' für Terrassentür

Weiß, 40 cm Breite, hält warme Außenluft ab, geeignet für mobile Klimageräte, wasserabweisend, ohne Bohren, Terrassentüren und Fenster lassen sich wie gewohnt öffnen und schließen

28317483



39,-

Proklima Turmventilator

Weiß, Höhe 73 cm, 50 W, max. Luftleistung 372 m³/h, einfache Bedienung, mit Oszillationsbewegung, 3 Geschwindigkeitsstufen, hohe Standfestigkeit

20620813

Alle Angebote nur gültig solange Vorrat reicht.