

Samstag, 13. Dezember 2025

MEIN

www.mein-gelsenkirchen.com

GELSENKIRCHEN

LOKALER JOURNALISMUS | REGIONALE WERBUNG | HOHE REICHWEITE



Stadtdirektor Luidger Wolterhoff (r.) und der Leiter der Feuerwehr, Ansgar Stening (l.), mit Raphael Peichert. Fotos: Stadt GE/Gerd Kaemper

Verlässliche Säule der Gefahrenabwehr

Jahresbericht der Feuerwehr Gelsenkirchen 2024 vorgelegt

Das Jahr 2024 war für die Feuerwehr Gelsenkirchen ein Jahr intensiver Einsätze, wichtiger Weichenstellungen

Kontakt

Redaktion
redaktion@
mein-gelsenkirchen.com

Anzeigen
0151 / 402 49 666
anzeigen@
mein-gelsenkirchen.com

Zustellhotline
02241 / 93 83 6-0

MEIN GELSENKIRCHEN
finden Sie auch auf
Facebook:



und spürbarer personeller Veränderungen. Inmitten komplexer Einsatzlagen – von städtischen Großbränden bis hin zur Begleitung internationaler Großveranstaltungen wie der UEFA EURO 2024 – hat sich die Feuerwehr Gelsenkirchen erneut als verlässliche und leistungsstarke Säule der Gefahrenabwehr bewiesen. Stadtdirektor Luidger Wolterhoff und der Leiter der Feuerwehr Gelsenkirchen Ansgar Stening legten heute die Bilanz des Jahres 2024 vor.

Hohe Belastung

Das Jahr war von einer hohen und stabilen Einsatzbelastung in allen Bereichen gekennzeichnet. Weiterhin sichert eine intensive Aus- und Fortbildung die Professionalität der Einsatzkräfte.

Mit dem Wechsel in der Amtsleitung ging zugleich eine Ära zu Ende: Branddirektor Michael Axinger hat in über drei Jahrzehnten Maßstäbe gesetzt – insbesondere in der Infrastrukturrentwicklung, der strategischen Weiterentwicklung und in der Stärkung des Ehrenamts.

Gleichzeitig richtet sich der Blick nach vorn. Der Abschluss zentraler Planungen – wie des neuen Brandschutzbedarfsplans – steht unmittelbar bevor. Zudem werden wegweisende Projekte vorbereitet: der Neubau der Feuerwache 1, die Modernisierung der Gerätehäuser, die Erwei-

terung der Schule für Feuerwehr und Rettungsdienst sowie neue Ausbildungsmodelle und Konzepte zur Stärkung der Freiwilligen Feuerwehr. Auch der Bevölkerungsschutz wird weiter ausgebaut, um die Sicherheit der Menschen in unserer Stadt nachhaltig zu gewährleisten.



LOKALER JOURNALISMUS | REGIONALE WERBUNG | HOHE REICHWEITE



Stadtdirektor Luidger Wolterhoff (r.) und der Leiter der Feuerwehr, Ansgar Stening (l.), mit Raphael Peichert. Foto: Stadt GE/Gerd Kaemper

Verlässliche Säule der Gefahrenabwehr

Jahresbericht der Feuerwehr Gelsenkirchen 2024 vorgelegt

Das Jahr 2024 war für die Feuerwehr Gelsenkirchen ein Jahr intensiver Einsätze, wichtiger Weichenstellun-

gen und spürbarer personeller Veränderungen. Inmitten komplexer Einsatzlagen – von städtischen Großbränden bis hin zur Begleitung internationaler Großveranstaltungen wie der UEFA EURO 2024 – hat sich die Feuerwehr Gelsenkirchen erneut als verlässliche und leistungsstarke Säule der Gefahrenabwehr bewiesen. Stadtdirektor Luidger Wolterhoff und der Leiter der Feuerwehr Gelsenkirchen Ansgar Stening legten heute die Bilanz des Jahres 2024 vor.

Hohe Einsatzbelastung

Das Jahr war von einer hohen und stabilen Einsatzbelastung in allen Bereichen gekennzeichnet. Weiterhin sichert eine intensive Aus- und Fortbildung die Profes-

sionalität der Einsatzkräfte.

Mit dem Wechsel in der Amtsleitung ging zugleich eine Ära zu Ende: Branddirektor Michael Axinger hat in über drei Jahrzehnten Maßstäbe gesetzt – insbesondere in der Infrastrukturrentwicklung, der strategischen Weiterentwicklung und in der Stärkung des Ehrenamts.

Gleichzeitig richtet sich der Blick nach vorn. Der Abschluss zentraler Planungen – wie des neuen Brandschutzbedarfsplans – steht unmittelbar bevor. Zudem werden wegweisende Projekte vorbereitet: der Neubau der Feuerwache 1, die Modernisierung der Gerätehäuser, die Erweiterung der Schule für Feuerwehr und Rettungsdienst sowie neue Ausbildungsmodelle und Konzepte zur Stärkung der Freiwilligen Feuerwehr.

Auch der Bevölkerungsschutz wird weiter ausgebaut, um die Sicherheit der

Menschen in unserer Stadt nachhaltig zu gewährleisten.

Kontakt

Redaktion
redaktion@
mein-gelsenkirchen.com

Anzeigen
0151 / 402 49 666
anzeigen@
mein-gelsenkirchen.com

Zustellhotline
02241 / 93 83 6-0

MEIN GELSENKIRCHEN
finden Sie auch auf
Facebook:



ANGEBOTE - Jede Woche NEU!

Guntermann

Großhandel für Gastronomiebedarf
Verkauf an Jedermann

Gladbeck-Zweckel · Schanzenhof 1/Ecke Dechenstr. · Tel. 02043/57731

FLEISCHWAREN, GÜLTIG VOM 15.12. – 20.12.2025 Solange der Vorrat reicht!

Nachersteaks, natur	kg	5,99 €
Schweinebraten aus der Oberschale	kg	6,49 €
Schweinegeschnetzeltes, mager zugeschnitten	kg	6,75 €
Rinderbraten, aus der Keule	kg	17,50 €

DIENSTAGSANGEBOT

Schweinefilet, frisch	100 g	1,11 €
-----------------------	-------	--------

KÜCHENFERTIG!

Gefüllte Braten, verschieden sortiert, zum Beispiel Lachsbraten "Italia", gefüllt mit Käse und Salami	je 100 g	1,09 €
---	----------	--------

EMDER FISCH

Bärlauchmatjes	500 g Schale	5,05 €
Kräutermatjes	500 g Schale	5,05 €
Sherrymatjes	500 g Schale	5,05 €
Winternmatjes	500 g Schale	5,05 €
Zwiebelmatjes	500 g Schale	5,05 €

KLEINER SNACK

Back- oder Knusper Frites	750 g Beutel	2,69 €
Crazy Frites	750 g Beutel	2,59 €
Chili Cheese Bites, 2. Wahl	1 kg Beutel	5,09 €
Frischkäse Jalapenos, 2. Wahl	1 kg Beutel	5,09 €
Gouda Pucks, 2. Wahl	1 kg Beutel	5,09 €
Chicken Nuggets, 2. Wahl	1 kg Beutel	5,99 €
Kay Li Chilisauce, scharf oder süß scharf	700 ml Flasche	2,29 €

FÜR DIE KAFFEETAFEL

Donuts, Pink, Schoko oder Salt Caramel	Ger Packung	3,65 €
Trio Mini Donuts	9 Stück, 276 g Packung	3,79 €

Heilig Abend, 24.12. bis 12.00 Uhr geöffnet.

Öffnungszeiten: Mo.-Fr.: 8.00 - 18.00 Uhr und Sa.: 8.00 - 15.00 Uhr

Sprache als Schlüssel für Bildungserfolge

Fachtagung zu sprachsensiblem Handeln in der Arbeit mit Kindern, Jugendlichen und Familien

Rund 140 pädagogische Fachkräfte aus Kindertageseinrichtungen, der Offenen Ganztagschule, weiterführenden Schulen, Familienzentren, Beratungsstellen und den Verwaltungsbereichen der Stadt Gelsenkirchen Bildung, Jugend, Arbeit und Familie sowie Gesundheit und Kultur haben im November an einer Fachtagung des Kommunalen Bildungsbüros zur sprachlichen Bildung im Wissenschaftspark Gelsenkirchen teilgenommen.

Das teilt die Stadtverwaltung mit. Nach der Eröffnung durch Bildungsdezernentin Anne Heselhaus und den Hauptdezernenten der Bezirksregierung Münster, Uwe Eisenberg, setzte Prof. Dr. Anna-Lena Scherger von der TU Dortmund mit ihrer Keynote „Mythen und Fakten rund um das Thema Mehrsprachigkeit“ einen ersten fachlichen Höhepunkt. Ihr Vortrag bot fundierte Einblicke in aktuelle

wissenschaftliche Erkenntnisse und räumte mit verbreiteten Fehlannahmen rund um Mehrsprachigkeit auf.

Keynote: „Sprachsensibles Handeln“

Die Keynote von Dr. Lisa Berkelt-Otto „Sprachsensibles Handeln“ knüpfte an den Vortrag an, bot einen Einblick zur Umsetzung von Sprachsensiblem Handeln in KiTa, Schule und Alltag und machte deutlich, dass schon mit kleinen Ideen und Veränderungen viel bewirkt werden kann.

Im Anschluss hatten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer in zahlreichen Workshops die Möglichkeit, sich intensiver mit diversen Themenfeldern der Sprach-

lichen Bildung auseinanderzusetzen. Die Workshops behandelten die Themen „Sprache(n) lernen“, „MehrSprachigkeit als Haltung“ sowie „Erzähltechniken zur ganzheitlichen Sprachbildung“, „Sprache und Bewegung“ sowie „Sprachsensibel mit KI – zwischen Risiko und Chance“. Die Fachkräfte nutzten die Angebote, um sich auszutauschen, neue Impulse für ihre Praxis zu sammeln und bestehende Netzwerke zu stärken.

Sprache als Schlüssel für erfolgreiche Bildungsbiografien

Die Veranstaltung in Gelsenkirchen verdeutlichte, dass Sprachliche Bildung ein zentraler Schlüssel für

erfolgreiche Bildungsbiografien ist und in Gelsenkirchen hohe Priorität in der Bildungsarbeit von Kommune und Land besitzt.

Als nächste Schritte sind ein weiterer Fachtag mit dem Schwerpunkt „Sprachliche Bildung in der Beruflichen Bildung und Erwachsenenbildung“ sowie die Entwicklung von Factsheets und Handlungsempfehlungen geplant.

„Für den Herbst 2026 ist zudem die Gründung eines Bündnisses für Sprachliche Bildung in Gelsenkirchen vorgesehen. Gemeinsam mit allen Bildungsakteuren der Stadt soll es das Ziel verfolgen, sprachliche Bildung in den verschiedenen Systemen nachhaltig zu fördern und zu stärken“, kündigt die Stadt Gelsenkirchen an.

Erfüll' Dir Deine Wünsche!

Trage unsere Zeitung und Prospekte aus in deinem Ort!

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



MSD Medien Service Deutschland West GmbH
Wilhelmstr. 156
53721 Siegburg



Impressum

Herausgeber

Ruhr Verlags GmbH
Friedrichstraße 138a,
42551 Velbert

Geschäftsführung

Markus Echternach

Redaktion

André Volkmann
redaktion@mein-gelsenkirchen.com

Anzeigen

Martin Wachhold
anzeigen@mein-gelsenkirchen.com
02051 / 288 0 22

Anzeigenschluss: Dienstag, 12 Uhr

Es gilt die Preisliste gültig ab Januar 2024.

Nachdruck nur mit Genehmigung des Verlages. Für unverlangt eingesandtes Bild- und Textmaterial übernimmt die Redaktion keine Haftung. Namentlich gekennzeichnet 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.“

Gesamtauflage

125.315 Exemplare
Verteilung samstags, an alle Haushalte und Betriebe

Druck

JANSSEN/PERS
2eDwarsweg 81
6591XP Gennep

Vertrieb

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

Zustellhotline

Keine Zeitung bekommen?
0224 / 193 83 60
Montag-Freitag 9 bis 17 Uhr

Prof. Dr. Scherger von der TU Dortmund beim Fachtag in der Stadt.
Foto: Stadt GE
ANZEIGE

Für ein solidarisches Miteinander Netto-Spendenaktion für die Tafeln

In Deutschland leben über 13 Millionen Menschen in Armut – rund 1,5 Millionen werden regelmäßig von den Tafeln unterstützt. Netto Marken-Discount setzt sich seit vielen Jahren gemeinsam mit Tafel Deutschland für diese Menschen ein. Am 1. Dezember startet der Lebensmittelhändler erneut eine bundesweite neunwöchige Spendenaktion zugunsten der Tafeln.

Bis zum 31. Januar 2026 können Kundinnen und Kunden in allen Filialen des Lebensmittelhändlers an den Kassen aufrunden und am Pfandautomaten für die Tafeln spenden. Als besondere Unterstützung verdoppelt Netto am Nikolaustag, den 6. Dezember, alle taggleichen Kundenspenden mit einer Unternehmensspende.

„Unsere Kundinnen und Kunden zeigen jeden Tag, wie viel wenige Cents bewirken können. Ihre Spenden ermöglichen konkrete Hilfe – dort, wo sie dringend gebraucht wird“, so Christina



G	H	L	D	G	A
F	A	I	E	R	U
R	Y	M	A	U	B
T	O	K	T	S	G
M	P	E	A	T	O
K	A	H	T	N	N
A	S	M	U	T	E
S	E	U	R	R	R
I	H	N	E	R	R
K	O	A	I	E	E
T	E	S	A	S	A
L	A	S	P	O	Q
D	Y	E	N	U	U
G	E	I	F	M	A
A	N	F	A	T	T
B	A	H	O	D	S
U	R	O	T	E	I
R	A	N	S	R	R
M	O	T	W	E	R
K	A	T	E	V	R
A	S	E	H	E	E
C	E	U	S	R	R
E	R	N	T	E	E
S	T	A	U	R	R
I	H	N	E	R	R
N	E	N	E	R	R
O	E	N	E	R	R
P	E	N	E	R	R
A	E	N	E	R	R
S	E	N	E	R	R
T	E	N	E	R	R
L	E	N	E	R	R
D	E	N	E	R	R
G	E	N	E	R	R
A	E	N	E	R	R
S	E	N	E	R	R
T	E	N	E	R	R
L	E	N	E	R	R
D	E	N	E	R	R
G	E	N	E	R	R
A	E	N	E	R	R
S	E	N	E	R	R
T	E	N	E	R	R
L	E	N	E	R	R
D	E	N	E	R	R
G	E	N	E	R	R
A	E	N	E	R	R
S	E	N	E	R	R
T	E	N	E	R	R
L	E	N	E	R	R
D	E	N	E	R	R
G	E	N	E	R	R
A	E	N	E	R	R
S	E	N	E	R	R
T	E	N	E	R	R
L	E	N	E	R	R
D	E	N	E	R	R
G	E	N	E	R	R
A	E	N	E	R	R
S	E	N	E	R	R
T	E	N	E	R	R
L	E	N	E	R	R
D	E	N	E	R	R
G	E	N	E	R	R
A	E	N	E	R	R
S	E	N	E	R	R
T	E	N	E	R	R
L	E	N	E	R	R
D	E	N	E	R	R
G	E	N	E	R	R
A	E	N	E	R	R
S	E	N	E	R	R
T	E	N	E	R	R
L	E	N	E	R	R
D	E	N	E	R	R
G	E	N	E	R	R
A	E	N	E	R	R
S	E	N	E	R	R
T	E	N	E	R	R
L	E	N	E	R	R
D	E	N	E	R	R
G	E	N	E	R	R
A	E	N	E	R	R
S	E	N	E	R	R
T	E	N	E	R	R
L	E	N	E	R	R
D	E	N	E	R	R
G	E	N	E	R	R
A	E	N	E	R	R
S	E	N	E	R	R
T	E	N	E	R	R
L	E	N	E	R	R
D	E	N	E	R	R
G	E	N	E	R	R
A	E	N	E	R	R
S	E	N	E	R	R
T	E	N	E	R	R
L	E	N	E	R	R
D	E	N	E	R	R
G	E	N	E	R	R
A	E	N	E	R	R
S	E	N	E	R	R
T	E	N	E	R	R
L	E	N	E	R	R
D	E	N	E	R	R
G	E	N	E	R	R
A	E	N	E	R	R
S	E	N	E	R	R
T	E	N	E	R	R
L	E	N	E	R	R
D	E	N	E	R	R
G	E	N	E	R	R
A	E	N	E	R	R
S	E	N	E	R	R
T	E	N	E	R	R
L	E	N	E	R	R
D	E	N	E	R	R
G	E	N	E	R	R
A	E	N	E	R	R
S	E	N	E	R	R
T	E	N	E	R	R
L	E	N	E	R	R
D	E	N	E	R	R
G	E	N	E	R	R
A	E	N	E	R	R
S	E	N	E	R	R
T	E	N	E	R	R
L	E	N	E	R	R
D	E	N	E	R	R
G	E	N	E	R	R
A	E	N	E	R	R
S	E	N	E	R	R
T	E	N	E	R	R
L	E	N	E	R	R
D	E	N	E	R	R
G	E	N	E	R	R
A	E	N	E	R	R
S	E	N	E	R	R
T	E	N	E	R	R
L	E	N	E	R	R
D	E	N	E	R	R
G	E	N	E	R	R
A	E	N	E	R	R
S	E	N	E	R	R
T	E	N	E	R	R
L	E	N	E	R	R
D	E	N	E	R	R
G	E	N	E	R	R
A	E	N	E	R	R
S	E	N	E	R	R
T	E	N	E	R	R
L	E	N	E	R	R
D	E	N	E	R	R
G	E	N	E	R	R
A	E	N	E	R	R
S	E	N	E	R	R
T	E	N	E	R	R
L	E	N	E	R	R
D	E	N	E	R	R
G	E	N	E	R	R
A	E	N	E	R	R
S	E	N	E	R	R
T	E	N	E	R	R
L	E	N	E	R	R
D	E	N	E	R	R
G	E	N	E	R	R
A	E	N	E	R	R
S	E	N	E	R	R
T	E	N	E	R	R
L	E	N	E	R	R
D	E	N	E	R	R
G	E	N	E	R	R
A	E	N	E	R	R
S	E	N	E	R	R
T	E	N	E	R	R
L	E	N	E	R	R
D	E	N	E	R	R
G	E	N	E	R	R
A	E	N	E	R	R
S	E	N	E	R	R
T	E	N	E	R	R
L	E	N	E	R	R
D	E	N	E	R	R
G	E	N	E	R	R
A	E	N	E	R	R
S	E	N	E	R	R
T	E	N	E	R	R
L	E	N	E	R	R
D	E	N	E	R	R
G	E	N	E	R	R
A	E	N	E	R	R
S	E	N	E	R	R
T	E	N	E	R	R
L	E	N	E	R	R
D	E	N	E	R	R
G	E	N	E	R	R
A	E	N	E	R	R
S	E	N	E	R	R
T	E	N	E	R	R
L	E	N	E	R	R
D	E	N	E	R	R
G	E	N	E	R	R
A	E	N	E	R	R

Upcyclingprodukte sind erhältlich

Taschen, Tischsets, Schürzen und vieles mehr mit Robbie, Bruce, Eddie und Party PUR

Seit 1. Dezember sind die Upcyclingprodukte rund um die Konzerte von Robbie Williams, Bruce Springsteen, Iron Maiden und PUR an der Stadt- und Touristinfo im Hans-Sachs-Haus erhältlich.

Unter dem etablierten Upcyclinglabel „WertGE-schätzt“ haben die Beschäftigten der Kooperationspartner Werkstätten Sozialwerk St. Georg, Begegnungsstätte Haverkamp, Gelsenkirchener Werkstätten für angepasste Arbeit gGmbH und Caritas Herne e.V Fahnen, Bannern, Wimpelketten und Co. neues Leben eingehaucht und

trendige Produkte erstellt.

„Wir haben wieder tolle Artikel im Angebot. Das Repertoire reicht von Taschen und Turnbeuteln über Tischsets, Schürzen und Grußkarten bis hin zu faltbaren Sitzkissen, Frontscheibenabdeckungen für Pkw und Decken“, so Markus Schwartmann, Leiter des Referats Öffentlichkeitsarbeit, „Wer noch kein passendes Weihnachtsgeschenk hat, wird hier sicher fündig.“

Schnell sein lohnt sich, da die Stückzahlen begrenzt sind. Die Preise der Produkte variieren zwischen € 3,50 für eine Grußkarte und zum

Beispiel € 20 für eine Decke. „Der Erlös fließt natürlich wieder zu 100 Prozent zurück an die Einrichtungen“, so Schwartmann.

Bei der Vorstellung der

Produkte freuten sich Sandra Zapatka, vom Sozialwerk St. Georg, Gabi Masanetz und Claudia Kalbach von der Begegnungsstätte Haverkamp, Martin Pieper,

Geschäftsführer der Gelsenkirchener Werkstätten und Renate Schubert von der Caritas Herne mit weiteren an der Produktion der beteiligten Beschäftigten.



Ab sofort sind die Upcyclingprodukte rund um die Konzerte von Robbie Williams, Bruce Springsteen, Iron Maiden und PUR an der Stadt- und Touristinfo im Hans-Sachs-Haus erhältlich.

Foto: Stadt GE/Rebecca Berger

Medizin

ANZEIGE

Aus der Forschung:

Mit Multi-Target-Komplex Nervenschmerzen in den Griff bekommen

Erstaunliche Erkenntnis aus der Wissenschaft: Ein spezieller Multi-Target-Komplex aus fünf historischen Heilpflanzen hat den „Siegeszug“ in die Nervenmedizin angetreten. Unsere Experten haben sich die spezielle Wirkstoff-Kombination genauer angesehen und erklären, warum sie zahlreichen Menschen mit Nervenschmerzen Hoffnung verspricht.

„Ich hatte Tag und Nacht Beschwerden in beiden Füßen, Brennen und Taubheitsgefühle“, beschreibt eine Schmerzgeplagte ihren Kummer. Ein anderer Betroffener erzählt, er habe mysteriöse „Schmerzen am ganzen Körper“. Wieder andere klagen über Schmerzen in Rücken oder Nacken, die sogar nachts zum Problem werden: „Liegen ging gar nicht, ich musste im Sitzen schlafen, weil ich sonst nicht mehr aufkam.“ Sehr weit verbreitet ist zudem die Reizung des Ischias. Auch wenn es so scheint, als würden die Betroffenen unter völlig verschiedenen Beschwerdebildern leiden, so steckt doch meist dieselbe Auslöser dahinter: geschädigte oder gereizte Nerven! Die Folge sind sogenannte Nervenschmerzen.



Wie können Nervenschmerzen wirksam behandelt werden?

Für eine erfolgreiche Therapie ist es besonders wichtig, direkt an den Nervenschmerzen anzusetzen. Wissenschaftler suchten deshalb nach einer Kombination spezieller Wirkstoffe, die an mehreren Stellen im Körper mehrere Symptome gleichzeitig bekämpfen (so genannter Multi-Target-Komplex).

Besonders beeindruckte die Experten der natürliche Arzneistoff Gelsemium sempervirens. Er hat seinen Hauptansatzpunkt im zen-

tralen Nervensystem und kommt laut Arzneimittelbild bei scharfen, schiessenden Schmerzen längs einzelner Nervenbahnen in fast allen Teilen des Körpers zum Einsatz.

Wie die moderne Wissenschaft zahlreichen Schmerzpatienten helfen kann

Neben Gelsemium sempervirens ist es gelungen, vier weitere spezifi-

sche Arzneipflanzen zu identifizieren, die ähnliches Potenzial mit sich bringen. Cimicifuga racemosa: Sie hat sich laut Arzneimittelbild bei ziehenden, reißenden und brennenden Schmerzen im Hüftnerv bis zum Fuß. Cyclamen purpurascens hat sich wiederum bei Schwere in den Füßen bewährt. Bei ausstrahlenden Nervenschmerzen sowie Be-

rührungsschmerz kann laut Arzneimittelbild Spigelia anthelmia Abhilfe verschaffen.

„Jetzt kann ich mich wieder besser bewegen“

Inzwischen gibt es ein rezeptfreies Arzneimittel in Deutschland, welches genau diese Kombination aus spezifischen Arzneistoffen in einem besonderen 5-fach-Wirkkomplex enthält. Die Arzneitropfen sind in Apotheken unter dem Namen Restaxil erhältlich. Ein weiterer Vorteil: Neben- oder Wechselwirkungen sind bei Restaxil nicht bekannt. Deshalb sind die Tropfen auch zur Einnahme bei chronischen Schmerzen geeignet. Im Netz findet man zahlreiche positive Erfahrungen von begeisterten Anwendern, so berichtet eine Anwenderin: „Dieses Mittel ist für mich die Wucht! Jetzt kann ich mich wieder besser bewegen.“

Für Ihre Apotheke:
Restaxil
(PZN 12895108)
www.restaxil.de

Nervenschmerzen?
Natürlich Restaxil®.

Jetzt in Vorteilsgröße 100 ml!

Restaxil®
Homöopathisches Arzneimittel
Neuralgien (Nervenschmerzen)
Mischung für Erwachsene

Restaxil®
für ein entspanntes Weihnachtsfest

Farbenfroh und informativ

Das größte Bild der Stadt präsentiert 150 Jahre Geschichte in buntem Gewand

Pünktlich zur Geburtsstunde der Stadt Gelsenkirchen am 29. November zieht ein besonderes Geburtstagsgeschenk zum Stadtjubiläum die Blicke auf sich: Die Bahnunterführung an der Wickingstraße, ein wichtiges Eingangsportal zur Stadt, hat in den vergangenen Monaten einen neuen Anstrich bekommen. Erstmal haben elf Graffiti- und

Streetart-Künstler und -Kollektive aus Gelsenkirchen für dieses Mammut-Projekt gemeinsam an einem Werk gearbeitet. Entstanden ist dabei ein riesiges Gesamtkunstwerk in poppigem Farben, das 150 Jahre Stadtgeschichte mit einem Augenzwinkern auf den Punkt beziehungsweise auf die Wand bringt. Umgesetzt wurde das riesige Bild in en-

ger Zusammenarbeit von der Stadtmarketing Gesellschaft (SMG) und dem Referat Kultur der Stadt Gelsenkirchen.

„Das ist für mich heute ein Tag der Freude. Als ich vor beinahe genau drei Jahren auf Gerne Gelsenkirchen vorgeschlagen hatte, die Tunnelröhre mit Graffiti zu verschönern, hätte ich nie mit so einer tollen Gemeinschaftsaktion gerechnet. Hier ist jetzt ein Bild der Superlative entstanden. Diese Unterführung zählt nun zu den größten Straßenkunst-

werken in Gelsenkirchen und ist eine tolle Visitenkarte für die Stadt. Das macht uns als Gelsenkirchenerinnen und Gelsenkirchener auch ein bisschen stolz“, so Sandra Falkenauer, Marketingleiterin der SMG.

„In den letzten Jahren unterstützt das Referat Kultur der Stadt Gelsenkirchen zahlreiche Streetart-Projekte, die gleichermaßen unsere Kunst- und Kulturszene sichtbar machen und unsere Stadt um neue Kunstwerke im öffentlichen Raum reicher machen“, so Andrea

Lamest, Leiterin des Referat Kultur der Stadt Gelsenkirchen. „In enger Zusammenarbeit mit der Szene wollen wir diesen Weg weiterbeschreiten, um Kooperationen wie diese weiterhin zu ermöglichen und neue Flächen für kunstvolle Gestaltungen zu gewinnen.“

Sandra Hartjes, Fachreferentin für Kulturentwicklung und Urban Art sowie Projektkoordinatorin der Gestaltung, freut sich über das gelungene Werk, das pünktlich fertiggestellt wurde.

„Power Flower“: Innovative Therapie gegen Vorhofflimmern

Vorhofflimmern bringt das Herz aus dem Takt – rund 1,8 Millionen Menschen in Deutschland sind betroffen. Es kann Herzrasen, Atemnot, Schwindel oder Müdigkeit verursachen und bleibt oft unbemerkt. Unbehandelt steigt das Risiko für Schlaganfall und Herzschwäche.

Die sog. Pulsed Field Ablation (PFA) ist eine innovative, sichere, effektive und besonders schonende Behandlung: Das am meisten verwendete System ist das FARAPULSE PFA-System. Ein dünner Katheter wird über die Leiste bis in den linken Herzvorhof geführt. An den vier Lungenvenen entfaltet sich der FARAPULSE-Katheter in einer Blumenform; daher wird auch von der „Power Flower“ oder „Ablation mit der Blume“ gesprochen. Kurze Stromimpulse deaktivieren gezielt die Herzmuskelzellen, die das Vorhofflimmern auslösen, während gesundes Gewebe weitgehend geschont wird.

Der Eingriff ist minimal-invasiv, dauert ca. eine Stunde und erfolgt meist im Däm-



merschlaf. Viele Patient:innen können am nächsten Tag nach Hause und ihren Alltag spürbar erleichtert erleben. Seit 2021 wurden weltweit über 500.000 Menschen mit der „Power Flower“ behandelt. Leitlinien empfehlen die Katheterablation als Standardtherapie, die Kosten übernehmen die Krankenkassen.

Die Behandlung eignet sich besonders für Betroffene, die trotz Medikamentenbeschwerden haben. Sprechen Sie mit Ihrem Kardiologen über die Behandlung und Risiken der Katheterablation. Weitere Infos sowie Kliniken in der Nähe: per QR-Code vorhofflimmernbehandeln.de.

ANZEIGE



Ziemlich eindrucksvolle Werke: Bunt und informativ haben die Künstler die Bilder gestaltet.

Foto: Stadt GE/Gerd Kaemper

Urbanes Grün im Fokus Wuppertal ist Europas grünste Stadt

Mit dem neuen Bericht „Top Green Cities Deutschland 2025“ veröffentlicht Husqvarna erstmals einen datenbasierten Städtevergleich zur Qualität urbaner Grünflächen in Deutschland (siehe QR-Code) und setzt ihn in den europäischen Kontext. Das Ergebnis: Drei deutsche Städte belegen die Spitzenplätze im Europa-Ranking, angeführt von Wuppertal, Chemnitz und Bielefeld. Insgesamt finden sich elf deutsche Großstädte unter den zwanzig grünen Städten Europas.



zehn liegen über dem deutschen Wert von 50 Prozent. Spitzenreiter ist Wuppertal mit 61 Prozent, gefolgt von Bielefeld und Hagen mit jeweils 58 Prozent. Sie gehören zu den zehn grünsten Städten Deutschlands.

Seit 2019 analysiert Husqvarna Städte weltweit mit Hilfe von Satellitenbildern, KI und Open-Data-Modellen. HUGSI (Husqvarna Urban Green Space Insights) soll bei der Bewertung, Pflege und Weiterentwicklung grüner Infrastruktur helfen.



ANZEIGE

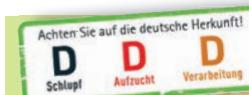
Geflügel – so lecker wird Weihnachten

(djd-p). Das perfekte Weihnachtsmenü? Ohne Stress? Geht ganz einfach mit Geflügel! Denn Hähnchen, Pute & Co. sorgen entspannt für große Genussmomente. Ob im Ganzen, als aromatische Keule oder feines Filet – im Ofen gegarte Geflügelgerichte verfügen über eine 100%ige Gelinggarantie und lassen sich schnell und unkompliziert vorbereiten. Noch ein Tipp: Damit es extra saftig wird, etwas Brühe, Orangensaft oder Weißwein mit in den Bräter geben. Genießen Sie das Fest mit:

Orangen-Hähnchen

Zutaten (für 4 Personen):

8 Hähnchenober- und unterkeulen, 3 EL Öl, 400 ml Brühe, 2 Orangen, 2 Zwiebeln, 1 Knoblauchknolle, 4 EL Cranberries (Glas), Rosmarin, ½ TL Zimt



Einkaufstipp

Achten Sie beim Einkaufen auf die deutsche Herkunft von Geflügelfleisch, zu erkennen an den „D“s auf der Verpackung. Diese stehen für eine streng kontrollierte heimische Erzeugung nach hohen Standards für den Tier-, Umwelt- und Verbraucherschutz.



Weitere festliche Rezepte finden Sie auf welove.deutsches-gefuegel.de.

Zubereitung:

Hähnchenoberkeulen in 2 EL Öl keulen hineinlegen. Zwiebeln, zweite Orange, Knoblauch, Cranberries und Rosmarin dazugeben. Alles 30 Minuten bei 180 Grad im Ofen garen. Dazu passt Baguette.

Pinot Grigio erleben!



PIERO MASSI

SELEKTION VON SPITZENWEINEN

Italienisches Lebensgefühl pur!

Leicht, frisch, aromatisch – so schmeckt Italien. Entdecken Sie 6 ausgewählte Pinot Grigio aus Friaul & Südtirol: elegant, fruchtig und herrlich unkompliziert. Perfekt zu Pasta, Pesce, Pizza – oder einfach als Aperitif.



Pighin - Friuli Grave
Frisch, blumig, unkompliziert. Ideal als Aperitif & zu leichten Gerichten.



Pighin - Collio
Elegant, komplex, Pfirsich & Ananas. Top zu Fisch & weißem Fleisch.



Fiegl - Collio
Mineralisch, saftig, feine Zitrus- & Birnennoten. Perfekt zu Pasta mit Fisch.



Poggio al Bosco - Friuli
Frisch, saftig, grüner Apfel & Williamsbirne. Super zu Antipasti & Meeresfrüchten

St. Michael Eppan
Birne, Apfel, Heu – feinfruchtig & finesenreich. Vielseitiger Essensbegleiter



St. Michael Eppan - Fallwind
Cremig, rund, Honigmelone & Birne. Großartig zu Fisch, Geflügel, Gemüse.



6 Weine (á 0,75l) im Aktions-Paket für nur 74,11€*
Sonderpreis nur für Leser dieser Zeitung!

+ incl. Original Piero Massi Korkenzieher

*Preis inkl. MwSt., Verpackung & Versandkosten. Solange der Vorrat reicht.
Angebot gültig bis 31.12.2025. Vertragspartner: Piero Massi e.K. Mindestalter 18 Jahre. Produktdarstellung unverbindlich. Enthält Sulfite. Weitere Infos unter www.pieromassi.de oder telefonisch unter (0221) 93 47 630.

Piero Massi Selektion Italienischer Spitzenweine
Grlitzweg 30 | Tor 5 | 50829 Köln | info@pieromassi.de

JETZT BESTELLEN:
Einfach Code scannen oder telefonisch unter:

0221 93 47 630
(Mo-Fr, 9:30-17:00 Uhr)



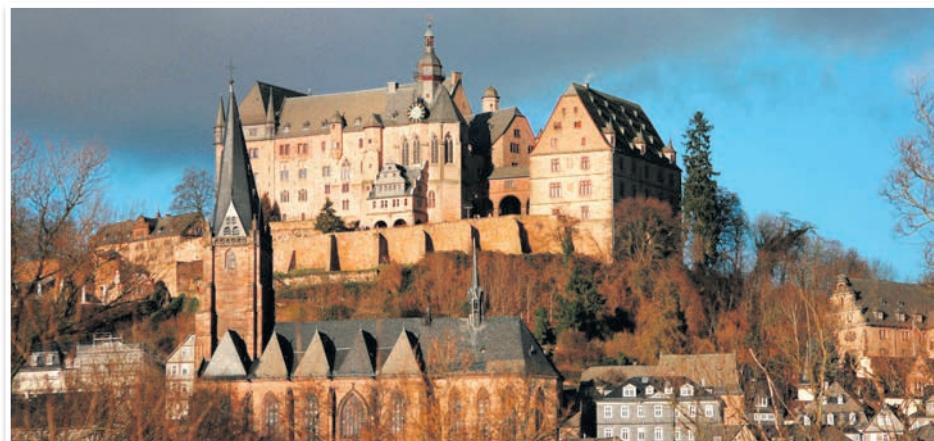
Die alte Grenzstadt – Marburg an der Lahn

Die Herkunft des Stadtnamens verdanken die Marburger ihrer Lage. Die Stadt entstand direkt an der Grenze zwischen den Landgrafen von Thüringen und den Erzbischöfen von Mainz. Der alte Name für Grenze lautet marc. Also war Marburg eine Grenzstadt, was sich lange Jahrhunderte positiv auf den Säckel der Stadt auswirkte, da der Handel rund um die Stadt blühte. Marburg ist außerdem die Wiege des Grafenhau ses Hessen. Hier wurde 1247

Heinrich, Sohn von Elisabeth von Brabant, zum Landgrafen ausgerufen. Rund fünfzig Jahre später wurde die Landgrafschaft Hessen durch König Adolf von Nassau anerkannt.

Lage

Marburg liegt in Mittelhessen, etwa auf der halben Strecke von Frankfurt nach Kassel. In beide Richtungen sind es jeweils 77 Kilometer. Landschaftlich liegt Marburg in den Südwestausläufern des Burgwaldes, der durch das Tal der Lahn durchbrochen wird. Heute leben in der Stadt etwa 76.000 Menschen. Erreichbar ist Marburg mit dem



Auto über die B3, die heute als Stadtautobahn bezeichnet wird. Sie folgt dem Verlauf der Lahn in Süd-Nord-Richtung, ebenso die Bahnlinie. Neben zahlreichen Regionalbahnen ist Marburg auch Halt für die IC-Linie 26 von Stralsund nach Konstanz. Durch seine Lage im Tal der Lahn und weite Stadtteile auf den Höhenzügen ist Marburg nur eine von vier Städten in Deutschland, in denen Aufzüge zum öffentlichen Nahverkehr gehören.

Das bekannteste Gebäude Marburgs

Mit der Elisabeth-Kirche hat

die alte Residenzstadt den frühesten gotischen Kirchenbau auf deutschem Boden innerhalb seiner Stadtgrenzen. Erbaut wurde diese vom Deutschen Orden, dessen Niederlassung sich in direkter Nachbarschaft befindet. Die Elisabethkirche wurde zu Ehren der heiligen Elisabeth von Thüringen erbaut, deren Grab sich in der Kirche befindet, nachdem sie 1231 in Marburg gestorben war. Baubeginn war 1235, das Jahr ihrer Heiligsprechung. Die Kirche ist ein Meisterwerk der deutschen Frühgotik und eine reine Hallenkirche. In ihrer Form war sie Vorbild für den Kölner Dom.

Hoch über der Stadt

Ein Felsen, hoch über einem engen Flusstal. Das war seit jeher ein idealer Ort für eine Festung. So auch der Marburger Schlossberg. Die damalige Festung ist wohl im 12. Jahrhundert entstanden und wurde schließlich zur Residenz der Landgrafschaft Hessen. Mit dem Ausbau sollte der Anspruch der neuen Grafen untermauert werden. Durch den Ausbau wurden profane gotische Säle angelegt, die auch heute noch bestehen. Dadurch gehört Schloss Marburg zu den herausragenden Leistungen der mitteleuropäischen Burgenar-

chitektur. Heute ist das Schloss öffentlich zugänglich und wird für verschiedene Kulturelle Veranstaltungen genutzt.

Der Spiellustturm

Von 1887-1890 erbaut, hat der Turm im romantischen Stil heute eine Höhe von 36 Metern und 167 Stufen im Inneren. Rund um den Turm war bereits lange vor der Entstehung des Turms die Gaststätte Spiegelstuhl ein beliebtes Ausflugsziel. Von hier aus hat man einen herrlichen Panoramablick über das Tal der Lahn, über die Stadt und das Schloss. Bei einigen Studenten in Marburg gibt es außerdem der Aberglaube, dass man den Turm erst besteigen darf, wenn man die Zwischenprüfung gemeistert hat, sonst wird man diese niemals meistern.

Tourist Information

Wer die Universitätsstadt Marburg besuchen will, der kann sich vorab auf der Website www.marburg-tourismus.de informieren. Alternativ ist die Tourismus-Information auch unter 06421 / 9912-0 erreichbar.

Fotos: Pixabay



Warenrechnung	Wohlgerüche	Kreuz des Pferdes	Vorname von Maupassant	▼ ungehobelter Mensch	▼	alte chines. Dynastie	Handel, Geschäft (engl.)	mallord. Fischerboot	▼	▼	musikal.: langsam	englisch: müssen	▼	florent. Dichter †	Buch der Bibel	Frauenname	▼	ital. Name der Etsh	▼	An greifer							
►	▼	▼				verfahrene Situation	▼							zentralafrik. Staat	▼					▼							
Radrennen			japanische Währung	►		Kfz-Z. Mettmann		Leid zufügen						Abk.: a conto	Ort a. der Rhône	►											
►			Quit-tungen		Elefan-ten-führer	▼					Körperbau	►					indische Sprach-familie	▼									
Medikament-form			dt. Arbeitserführer †	►				Beruf beim Rundfunk								Q 8											
►				Q 5																							
►	Q 10		üblicher Tagesablauf			Ausruf												Beiname der Athene	Agri-kultur		Wasser-geist im MA.						
jap. Heiligtum	Wahlstimme	Füllwort im Redefluss	►															▼									
so genannt (lat.)	►		Q 7															Initialen Eastwoods	italienisch: Platz								
►						Fremdwortteil: vor												Beruf, Aufgabe	ital. Männername	▼							
Ruder-lager		Machenschaften, Intrigen		große Faltenwespe	▼													jemenitische Währung			Schlips, Binder						
Vorfahr	►																	Gesellschaftstanz	höhere Mädchen-schule	nord-deutsch: Knecht	▼						
einige europ. Affenart	►																										
persönliches Fürwort	Berater-telefon (engl.)		Fremdwortteil: wieder	►														Staat in Südamerika	Hallenball-sport	Abk.: Kurzwort	► Q 1						
►						engl. Männer-kurzname	▼											Sohn Noahs			westl. Bündnis						
ein Rausch-gift			Tragödie von Sophokles															kleinste Energie-men ge			▼						
Jazz-variante (Kw.)		Stadt in Piemont	►	Q 3			▼	Frauen-name	▼	Hauptstadt von Brunei	Tierfüße	▼	▼	ein Drei-master	▼	Gottesurteil im MA.	zwecks	►		falsch, gelogen							
►				dickes Seiden-gewebe				Tor	►							Q 6	Zimmerwinkel		Vorname der Lemper	▼							
ein Orientale		grob, gewalt-tätig		abgezogene Tierhaut	►			Jazzstil (heiß)						ein Hofbeamter im MA.		Fluss in Italien	►	Q 4		Einsicht							
►						kleine Schiffs-kabine	►			Körper		►	▼	eine Droge (ugs.)					dt. Landeshaupt-stadt	Kfz-Z. Nürtingen	▼						
griech. Göttin aufwüh-lend		Kykla-den-insel	►			dt. TV-Magazin-sendung		Niveau (engl.)	▼								Autor von 'Effi Briest'	Hauptstadt Jemens									
►				Hauptstadt von Tahiti		durch Wasser gehen	►										telegrafieren	geringe Nässe									
japanische Meile	►		Taufzeugin	►					Männer-name		Figur bei M. Ende	▼						persönliches Fürwort			Sanftheit						
►	Q 2					Stadt bei Bombay		Abtransport	►							Q 9	Richter im Islam		Vorname der Asu-mang	▼							
paläst. Politiker †		niederl. Männer-name		Vorname Mirös	►			eine der Nornen	►					kräftiges engl. Reit-pferd		engl. Männer-name											
Emotion		Gattin von Zeus	►	Q 11		engl. Männer-name				Halbton über D		Emirat	►					englisch: auf		Kfz-Z. Ennepetal							
►				en vogue		Abk.: Kilo-gramm		Erdzeit-alter	►								Zweipol-röhre			▼							
Eingabe		unwichtig	►			Tabak-gift	►				anfangen	►					1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11

Hier könnte Ihre Werbung stehen!

anzeigen@mein-gelsenkirchen.com



www.bauhaus.info

Wenn's gut werden muss.

Weihnachtsbäume in bester Qualität!



ab
19,99

Nordmanntannen – gesägt

Solange Vorrat reicht	Preis
125 – 150 cm	19,99
150 – 175 cm	29,99
175 – 200 cm	39,99
200 – 250 cm	49,99

Nordmanntanne gesägt (auf Holzkreuz)

Solange Vorrat reicht	Preis
80 – 100 cm	19,99
125 – 150 cm	29,99



*einlösbar vom 01. Januar 2026 – 28. Februar 2026
in jedem BAUHAUS Fachzentrum in Deutschland.
Keine Einlösung im Onlineshop. Keine Barauszahlung.

Alle Angebote nur gültig bis 24.12.2025, solange Vorrat reicht.

BAUHAUS 44867 Bochum-Wattenscheid, Fritz-Reuter-Str. 38

BAUHAUS Gesellschaft für Bau- und Hausbedarf mbH & Co. KG Rhein-Ruhr,
Sitz: Kettwiger Straße 69, 40233 Düsseldorf

Folgen Sie uns auf:

