

BLITZER-INFO

Radarkontrollen
der Stadt

RECKLINGHAUSEN. Die Stadt will heute an zwölf Stellen den Verkehr überwachen. Hier die Standorte des Radarkontrollwagens im Einzelnen:

- Alte Grenzstraße
- Am Quellberg
- Berghäuser Straße
- Hochstraße
- Im Paßkamp
- Kölner Straße
- Marienstraße
- Maybachstraße
- Ortlohstraße
- Waldstraße
- Wildermannstraße
- Westfalenstraße

Weitere, nicht angekündigte Messstellen sind möglich.

INFO Unser Lokalsender Radio Vest informiert über alle weiteren Blitzer, die Sie uns über die Radio-Vest-Hotline melden:

☎ 0-8000-910-130
www.medienhaus-bauer.de/blitzer
www.radiovest.de

Dieses Dinner
ist ein perfektes
Desaster

WESTVIERTEL. Rasantes Tempo und Typenkomik verspricht die Komödie „Das (perfekte) Desaster Dinner“, das vom Ensemble Düsseldorf am Sonntag, 10. Januar, um 20 Uhr im Ruhrfestspielhaus zur Aufführung gebracht wird.

In dem Stück von Marc Camoletti freut sich Stefan auf ein Wochenende mit seiner Geliebten Susanna. Alles ist vorbereitet, selbst das Catering nebst Köchin ist bestellt, damit es der neuen Flamme an nichts mangelt. Unterdessen macht sich Stefans Frau Jacqueline für den Besuch bei ihrer Mutter bereit. Um dem zu entgehen, schiebt Stefan seinen besten Freund Robert als Ausrede vor, mit dem er angeblich ein entspanntes Männerwochenende verbringen möchte.

Als Stefans Frau ihre Reise zur Mutter kurzfristig absagt, wird es schwierig. Sprühend vor Einfallreichtum versucht Stefan seinen Freund zu überreden, sich als Liebhaber von Susanna auszugeben. Allerdings weigert dieser sich vehement, denn er ist, ohne dass Stefan es weiß, der heimliche Geliebte seiner Frau Jacqueline – und jetzt nimmt die Geschichte richtig Fahrt auf.

Diese Screwballkomödie ist ein ziemlich inspirierendes Paket aus Verwechslungen, lustigen Pannen und liebenswerten Charakteren.

INFO Eintrittskarten erhalten Sie u.a. im RZ-Ticketcenter, Breite Straße 4, sowie unter der Hotline-Nummer ☎ 02 09/1 47 79 99.

ANZEIGE

BITTE BEACHTEN SIE FOLGENDEN PROSPEKT HEUTE IN IHRER ZEITUNG!
Einige Prospekte nur in Teilaufgaben!



Kaufhaus Danielsmeier GmbH & Co. KG

Haben Sie Fragen zu einer Prospektwerbung in einer unserer Lokalzeitungen? Dann rufen Sie uns jederzeit an.

☎ 023 65 / 107 12 04
anzeigenverkauf@medienhaus-bauer.de

Damen haben die Wahl

Neues Programm der Frauenberatung / Die „Schlampampen“ sind wieder dabei



Fröhlicher Ausblick in Rosarot: Die „Schlampampen“ gehören zu den treuen Unterstützerinnen der Frauenberatungsstelle. Im Oktober geben die Kabarettistinnen wieder zwei Benefiz-Vorstellungen unter dem Motto „Damenwahl extra“. Der Vorverkauf hat bereits begonnen.

VON SILVIA SEIMETZ

RECKLINGHAUSEN. In schlechten und in guten Zeiten – in der Frauenberatungsstelle stehen die Türen (fast) immer offen. Und das schon seit 30 Jahren. Den runden Geburtstag feiern die Mitglieder des Trägervereins mit den Mitarbeiterinnen, Weggefährtinnen und Förderern am Freitag, 15. Januar, mit dem Neujahrsempfang. Und damit beginnt auch das Veranstaltungsjahr in der Beratungsstelle an der Springstraße 6.

Von 15 bis 18 Uhr besteht bei Sekt, Kaffee und Tee die Gelegenheit, auf 30 turbulente Jahre zurückzublicken. Und spannend ist es bis heute auch für die hauptamtlichen Mitarbeiterinnen Manuela Sabozin-Oberem, Lisa Messersch und Ria Mester. Denn während sie sich tagtäglich der Frauen in Not annehmen, steckt die Beratungsstelle eigentlich ständig in einer Krise

– in einer finanziellen. Denn der Kampf um Zuschüsse von Land und Stadt begleitet die Einrichtung seit Anbeginn.

Das Kursprogramm für das erste Halbjahr 2016 bietet Frauen wieder viele Möglichkeiten, Neues zu entdecken und sich etwas Gutes zu tun. „Wer bin ich?“, heißt es zum Beispiel ab dem 16. Januar. An sechs Samstagen, jeweils einmal im Monat von 10 bis 15 Uhr, arbeiten die Teilnehmerinnen mit Referentin Karola Janku ihre Biografie auf. So lernen sie, ihre eigenen Lebens- und Verhaltensmuster zu verstehen und – wenn nötig – auch zu durchbrechen. Die Tage können auch einzeln gebucht werden. Gebühr pro Termin: 28 Euro.

„Bewusstsein durch Bewegung“ erlangen Frauen ab Donnerstag, 21. Januar, im Kurs „Feldenkrais-Methode“, Referentin Bärbel Appelhoff zeigt den Teilnehmerinnen einfache Bewegungen, die ohne Anstrengung durchgeführt werden und die Körper-

wahrnehmung stärken. Die Gebühr für zehn Einheiten beträgt 120 Euro.

Ob im Job oder in der Familie: Um Stressprävention und -bewältigung geht es im Workshop mit Referentin Sabine Hoffarth. Ab dem 23. Januar, 10 bis 14 Uhr, können Frauen an drei Samstagen erkunden, was sie stresst und wie sie dagegen vorgehen können (Gebühr 30 Euro).

Wendo macht Mädchen und Frauen stark und selbst-

bewusst. Trainerin Carmen Uhlenbrock zeigt ab Mittwoch, 17. Februar, wieder in Kursen für Erwachsene (Gebühr 65 Euro) und Sieben- bis Zehnjährige (Gebühr 30 Euro), wie es geht.

Trennung und Scheidung spielt in den Beratungsgesprächen oft eine Rolle. In den Veranstaltungen mit Rechtsanwältin Christel Dymke können Frauen sich allgemein über die rechtlichen Folgen informieren. Ers-

ter Termin: Donnerstag, 18. Februar, 20 Uhr. Die Teilnahme ist kostenlos.

Wer sich auf Neues einlassen möchte, ist in der Frauenberatung an der richtigen Adresse: Rahmentrommeln spielen, Qi Gong und Achtsamkeit ausprobieren, sich in Märchen verlieren...

„Wenn Eltern komisch werden...“ ist der Vortrag über die Pubertät überschrieben, den Christine Laubinger am 10. Mai, 19 Uhr, halten wird. Und wenn Frauen komisch werden? Begreifen sie die Wechseljahre als Chance, sämtliche Hemmungen fallen zu lassen. So wie die „Schlampampen“.

Die Kabarettgruppe mag es seit 20 Jahren heiß. Am 29. und 30. Oktober präsentieren die Damen im Bürgerhaus Süd in den Benefizvorstellungen für die Frauenberatung ihre Lieblingsszenen und Kultfiguren aus zwei Jahrzehnten. Der Vorverkauf hat bereits begonnen. Karten gibt es für 18,90 Euro im RZ-Ticket-Center, Breite Straße 4.

INFO

Anmelden und guten Rat bekommen

Die Frauenberatungsstelle an der Springstraße 6 nimmt ab sofort Anmeldungen für die Kurse entgegen.

- ◆ Sprechzeiten: Montag und Dienstag von 14 bis 16 Uhr, Mittwoch von 10 bis 14 Uhr, Donnerstag von 15 bis 18 Uhr sowie nach Vereinbarung.
- ◆ Anmeldungen auch telefo-

nisch unter ☎ 1 54 57 oder per E-Mail an frauenberatung-re@web.de.

- ◆ Für viele Kurse kooperiert die Frauenberatung mit der Paritätischen Akademie NRW. Das neue Programm liegt an vielen öffentlichen Stellen aus und steht auch im Internet:

@ www.frauenberatung-recklinghausen.de

Infotreffen
zur Reise
zum Jakobsweg

OST/HILLERHEIDE. Die evangelische Kirchengemeinde Ost bietet vom 30. April bis zum 7. Mai eine Reise zum Jakobsweg in Nordspanien an. Dazu gibt es am Montag, 11. Januar, um 19 Uhr ein Informationstreffen im Lutherhaus, Herner Straße 141.

Der Flug geht von Düsseldorf nach Bilbao, wo noch Zeit für den Besuch des Guggenheim-Museums ist. An den weiteren Tagen werden Städte, Kirchen, Klöster und malerische Orte, die entlang des Jakobswegs liegen, besichtigt. Zwischendurch gibt es immer wieder die Möglichkeit, einige Kilometer auf besonders schönen Strecken zu wandern und ein Gefühl für diesen bekannten Weg zu bekommen. Diese Reise ist jedoch für Wanderer und Nichtwanderer geeignet.

INFO Preis: 1 250 Euro im Doppelzimmer, 185 Euro Einzelzimmerzuschlag. Leistungen: Flug, Transfers, Halbpension in landestypischen Mittelklasse-Hotels, deutschsprachige fachkundige Reiseleitung, Rundfahrt und Ausflüge im klimatisierten Reisebus, Eintrittsgelder.

„Sockenbuffet“ für Gasthaus-Besucher

Frauen der „Werkstatt Wolle und Faden“ stricken in allerbesten Absicht

RECKLINGHAUSEN. Geringelt oder einfarbig, aber immer wärmend – das sind die Socken und Mützen, die Frauen der „Werkstatt Wolle und Faden“ nun an Schwester Judith Kohorst von der Recklinghäuser Gastkirche überreichen konnten. 30 Paar Socken, acht Mützen und zwei Schals hatten die Frauen in den letzten Monaten fleißig gestrickt, um sie den Gästen des Gasthauses schenken zu können.

Die Geschenkübergabe soll in Form eines Buffets sein. „Wir machen im Januar ein buntes Sockenbuffet für unsere regelmäßigen Gäste“, erzählt Schwester Judith Kohorst und erklärt, was es damit auf sich hat.

„Alle Socken kommen auf einen Buffettisch und dann kann jeder und jede sich die passende Größe aussuchen.“ Besonders begeistert zeigte sich die Ordensfrau von den Fußballsocken. „Die gefallen mir besonders“, sagt sie lachend und hebt als „Kenne-rin“ blau-weiße Schalke-Socken hoch.

Die „Werkstatt Wolle und Faden“ ist eine Kooperation der KAB Recklinghausen und dem Verein Frauen in Arbeit Recklinghausen. Es ist bereits



Bunte Socken überreichten die Frauen der „Werkstatt Wolle und Faden“ an Schwester Judith Kohorst (l.) für die Gäste des Gasthauses.

das dritte Mal, dass die Frauen der Werkstatt Socken für das Gasthaus stricken.

Wer gerne lernen will, wie Socken gestrickt werden oder in Gesellschaft bei einer Tasse Kaffee oder Tee handarbeiten möchte, der ist herzlich eingeladen zur nächsten „Werkstatt Wolle und Faden“.

INFO

Treffen einmal im Monat

Die Frauen der „Werkstatt Wolle und Faden“ treffen sich von 15 bis 17 Uhr jeden zweiten Mittwoch im Monat für 2,50 Euro pro Nachmittag

in den Räumen von Süd Aktiv, Bochumer Str. 133. Die nächsten Termine: 13. Januar und 10. Februar.

Informationen gibt es bei Frauen in Arbeit unter ☎ 908287.

Heller Stern in
dunkler Nacht

HILLERHEIDE. Unter dem Motto „Heller Stern in der dunklen Nacht“ lädt der Kirchenchor St. Gertrudis für Sonntag, 10. Januar, zu einem weihnachtlichen Nachmittag in die Kirche St. Gertrudis, Heidestraße 21, ein.

Unter der Gesamtleitung von Maria Bellinghausen wird der Kirchenchor ab 17 Uhr bekannte Weihnachtslieder und festliche Kantaten wie das „Lobet Christen“ von Dietherich Buxtehude präsentieren. Bei einigen Stücken ist das Publikum zum Mitsingen eingeladen.

Instrumentalsolisten bereichern das Programm mit der „Pastorale“ aus dem Weihnachtskonzert von Corelli, einem Stück aus dem 2. Brandenburgischen Konzert von Bach und der Triosonate für Flöte, Oboe d'amore und Bass continuo von Telemann. Es spielen Howard Cohen (Flöte), Gerd Dowedeit-Bellinghausen (Oboe), Florian Schmidt, Victoria Trinkaus (beide Violine) und Felicia Bellinghausen, Violoncello.

INFO Der Eintritt ist frei. Um Spenden wird gebeten.

„Repair-Café“
öffnet wieder

ALTSTADT. Auch im neuen Jahr öffnet das „Repair-Café“ wieder am jeweils zweiten Samstag im Monat. Der nächste Termin ist Samstag, 9. Januar, ab 14 Uhr in der Altstadt Schmiede, Kellerstraße 10.

Wenn der Wasserkocher die Arbeit verweigert, der Föhn zum Düsentriebwerk wird, das Holztaub ein Rad verloren hat oder die Vorhänge für das neue Zimmer zu lang sind, kann man natürlich alles leichtfertig wegwerfen – oder reparieren (lassen). Genau dafür wurde das „Repair-Café“ gegründet. Hier gibt es Werkzeug, Material, Fachwissen und -frauen mit Erfahrung und Motivation, nette Nachbarn mit kaputten Dingen.

Die Organisatoren und Helfer stellen Zeit und Energie ehrenamtlich zur Verfügung und unterstützen die Besucher und Teilnehmer mit Fachwissen und Geschick. Und natürlich gibt es auch diesmal Getränke und Kuchen.

IN KÜRZE

Hautpflegetipps
für Diabetiker

PAULUSVIERTEL. Das Haut-, Allergie- und Venenzentrum am Prosper-Hospital lädt für heute zu einem kostenlosen Patientenvortrag ein. Ab 18 Uhr geht es im Seminarraum des Ärztehauses an der Mühlenstraße 29 um „Hauterkrankungen und Diabetes“. Diabetiker haben häufig Hautveränderungen. Es gibt typische Hauterkrankungen, die nur bei Diabetikern auftreten, und solche, die sowohl bei Diabetikern und Nichtdiabetikern zu finden sind. Die wichtigsten Hauterkrankungen werden in Wort und Bild erläutert.

Pilger machen
sich auf den Weg

RECKLINGHAUSEN. Die Reihe „Pilger im Pott“ wird 2016 fortgesetzt: Am Samstag, 9. Januar, sind alle Lauffreudigen eingeladen, sich wieder auf den Weg zu machen. Start ist um 9.30 Uhr an der Gastkirche, Heilige-Geist-Straße 7. Die Rückkehr ist für den frühen Nachmittag geplant. Die Teilnehmer sollten Tagesproviand und gutes Schuhwerk mitbringen, um sich auf interessante Pilgerspuren zu begeben. Begleitet wird die Gruppe durch Reiner Geßmann. Eine vorherige Anmeldung nicht nötig.

INFO unter ☎ 232 73.