


stadtblatt:

Servicemagazin für Lebens- und Konsumqualität im Ruhrgebiet

Kulturhauptstadt - Festival des Alltags

Ökostrom-Angebote im Ruhrgebiet



Udo Lindenberg
... über Mengenlehre,
Likörelle und Reste von
Sozialismus



SchokoTicket – Willkommen im Club!

Grundschule geschafft? Prima! Dann hol dir jetzt dein SchokoTicket. Damit kannst du nicht nur zur Schule fahren, sondern auch in deiner Freizeit überall im VRR unterwegs sein. Auch am Wochenende! Weitere Informationen gibt es im KundenCenter deines Verkehrsunternehmens.

Noch Fragen? Klick www.vrr.de



www.superbiomarkt.de



Mein SuperBioMarkt: Der kennt mich.

Viel Gutes für vitales Älterwerden, viel Platz für bequemes Einkaufen, viel Zeit für freundliche Beratung: ein ganzer Supermarkt voll Bio. So macht ökologisches Einkaufen richtig Spaß.

Mein SuperBioMarkt in Dortmund:
Dortmund-Hombruch, Harkortstraße 18

Tiefgarage mit 40 Parkplätzen
direkt am Geschäft.



Entdecken Sie den Unterschied!

40 Spielorte · 120 Events
ExtraSchicht[®]
 Die Nacht der Industriekultur

2. Juni 2007
 Überall  metropoleruhr

**Früh buchen,
clever sparen!**
**VVK-Tickets
nur 10 EURO**

Infos und Tickets unter: www.extraschicht.de oder
 unter der Hotline: **01805 / 18 16 50** (0,07 €/30 Sek. Festnetz Dt. Telekom)

Die Projektpartner:





Unterstützt von:











Liebe Leserinnen und Leser,

die Tage werden länger, nun können wir endlich wieder ins Eiscafé und in den Biergarten. Wer sich gern inspirieren lassen möchte, was man im Frühling sonst noch alles machen kann, sollte einen Blick in unseren Heft-Mittelpunkt „Freizeit“ werfen.

Vielleicht haben Sie's schon bemerkt – das Stadtblatt ist dicker geworden. Wir haben die Seitenzahl um 16 Seiten erhöht, um Ihnen noch mehr Informationen und Service liefern zu können. Schreiben Sie uns gern Ihre Meinung an leserbriefe@stadtblatt.de.

Zur Zeit wird allerorten über den Klimawandel diskutiert. Wir geben in diesem Heft eine Reihe praktischer Tipps, die Sie selbst in Ihrem Alltag berücksichtigen können. Besonders ans Herz legen möchten wir Ihnen unseren großen Ökostrom-Vergleich ab Seite 32. Da ist garantiert für jeden was dabei.

Eine sonnige Frühlingszeit und viel Spaß bei der Lektüre wünschen das Stadtblatt-Team und

Barbara Underberg

Herausgeberin & Chefredakteurin



4 **Fritz Eckenga – kolumne:**
Blindverkostung

5 **kurzgemeldet:**

7 **stadtgespräch:**
Udo Lindenberg

12 **delikatessen:**

14 **ruhrgebiet:**
Freie alternative Schulen
Politischer Salon Essen

16
17 Alternative Wohnprojekte
18 Das Für und Wider der Freiwilligenarbeit

19 **ruhrkultur:**
Festival des Alltags: Kulturhauptstadt Ruhr 2010
RuhrTriennale 2007

23 Die große Nacht der Industriekultur - ExtraSchicht

24 Joan Baez in Bonn
VRR: Freizeitlust im Doppelpack

25 Blue Man Group: Kindergeburtstag in Oberhausen

26 **freizeit:**
Das Naturfreibad in Wetter

27 Reiten mit Légèreté - mit Leichtigkeit

28 Yoga, Pilates und Qigong

29 Kampfkunst für Späteinsteiger

30 **wohlsein:**
vorgestellt:* Frühlingszeit: Stress für die Haut

31 vorgestellt:* Moderne Konzepte der Parodontose-Therapie

32 **mehrwert:**
Ökostrom: Klimaschutz aus der Steckdose

36 Mit Geldanlagen die Welt fairändern

37 Erfahrungen mit Recycling-Papier

38 KarstadtQuelle AG: Essener Konzern setzt auf Nachhaltigkeit

40 **tipps & termine:**

45 **kleinanzeigen:**

46 **unsymp:**
Die Diät
Impressum, Vorschau

* Artikel in der Rubrik „vorgestellt:“ sind in Zusammenarbeit mit den jeweiligen Unternehmen erstellt worden.



Foto: Philipp Wente

Blindverkostung

Lindenblüte. Quitte. Honig.

Minerale. Terroir.

Süße Note. Fast melonig.

Zitrusfrucht. Erstaunlich klar.

Dunkle Beeren. Schokolade.

Steinobst. Nuss. Petroleum.

Intensiv. Verhalten. Fade.

Welch ein Sammelsurium.

Leichte Säure. Aprikose.

Röstaromen. Curry. Zimt.

Minze. Bratwurst. Unterhose.

Gibt's ja gar nicht!

Doch! Bestimmt!

Bohnerwachs. Lakritz. Banane.

Fichtennadel. Gras. Muskat.

Fuselstoffe. Marzipane.

Adilette. Mobilat.

Tee in Thermos. Nasse Asche.

Schwarzer Krauser Nummer Eins.

Nylonsocke. Plastiktasche.

Antitranspirant von Heinz.

Holz. Linole. Null Tannine.

Augen auf! Jawohl! Applaus!

Herren-Umkleide-Kabine.

Nase voll und nix wie raus.

► www.eckenga.de

Forum Fairer Handel neu im Netz

Im Forum Fairer Handel kooperieren 18 Akteure und Organisationen des Fairen Handels insbesondere in den Bereichen Kampagnen- und Öffentlichkeitsarbeit, Bildungsarbeit sowie zu Fragen der Handelspolitik. Gemeinsame Ziele des Netzwerkes sind die Gewinnung eines klaren Profils und eine stärkere Ausweitung des Fairen Handels sowie eine effektivere Durchsetzung von Forderungen gegenüber Politik und Handel.

► www.forum-fairer-handel.de



Mehr
Generationen
Haus

Mehrgenerationen- häuser im Ruhrgebiet

Der Herner Circus Schnick-Schnack darf sich jetzt offiziell „Mehrgenerationenhaus“ nennen. Das Projekt wurde vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend in das bundesweite Netzwerk aufgenommen. Damit verbunden ist eine Förderung von 200.000 Euro, verteilt auf fünf Jahre. Bisher gibt es im Ruhrgebiet Mehrgenerationenhäuser in Castrop-Rauxel, Dortmund, Duisburg, Essen, Gelsenkirchen und Wesel. Bundesweit sind es 200, bis 2010 sollen 439 solcher Treffpunkte für Jung und Alt ihre Arbeit aufnehmen, eines in jeder Stadt und jedem Landkreis. Die Bundesregierung stellt für das Aktionsprogramm insgesamt 98 Millionen Euro zur Verfügung.

Die Mehrgenerationenhäuser sollen die Menschen unterschiedlichen Alters nicht nur zusammenbringen, sondern ein Generationen übergreifendes Netzwerk bilden. Angefangen vom Wäscheservice oder Computerkurs für Internetbanking über die Leih-Oma bis hin zum Mittagstisch für Schulkinder und die Krabbelgruppe soll das Angebot reichen. Jeder kann seine persönlichen Fähigkeiten einbringen.

► www.mehrgenerationenhaeuser.de

ID55 im Mittleren Ruhrgebiet Informationen und Angebote für Ältere im Internet

Mit „ID55“ ist eine Internetplattform zur gleichnamigen Initiative im Mittleren Ruhrgebiet online gegangen. Die Initiative will als Kommunikationsplattform gute Beispiele zum Umgang mit dem demografischen Wandel, Ideen für Wohnen, Arbeiten oder Freizeit für Ältere und Termine bündeln sowie Akteure zusammenbringen. Mit Internet, einem Magazin und Events wollen die Organisatoren möglichst viele Akteure im Ruhrgebiet einbinden. 2006 wurde ID55 mit dem Dienstleistungspreis des Landes NRW ausgezeichnet.

► www.id55.de

Kulturatlas Westfalen

Der Landschaftsverband Westfalen-Lippe und die Provinzial-Stiftung haben ein handliches Reisebegleitbuch herausgegeben, das rund 3.200 Ziele in allen 231 westfälischen Städten und Gemeinden enthält. Dazu gehören neben Museen und Sammlungen auch Theater, Galerien, Planetarien, Zoos und Tierparks, botanische Gärten und andere Sehenswürdigkeiten wie Schlösser, Burgen, Kirchen und Windmühlen. Auch die zahlreichen Themen-Routen und Wege wie zum Beispiel die Mühlenroute oder die Paderborner Land Route stellt der Kulturatlas Westfalen vor. Im aufklappbaren Buchdeckel sind alle Routen mit einem entsprechenden Symbol gekennzeichnet. Somit sind viele Einträge direkt einer Route zuzuordnen.

Kulturatlas Westfalen, 480 Seiten
ISBN 978-3-402-15565-3, 19,80 Euro

► www.lwl.org/kulturatlas

Schöner wohnen

Möbel müssen produziert, transportiert und wieder entsorgt werden. Auf allen Stufen, die ein Möbel während seiner Lebenszeit durchläuft, trägt es zum Klimawandel bei. Das ist kaum vermeidbar und dennoch gibt es Unterschiede. Möbel aus nachwachsenden Rohstoffen wie z.B. Massivholz haben entscheidende Vorteile: Holz ist ein primärer Rohstoff und kann mit vergleichsweise wenig Aufwand weiterverarbeitet werden. Werden Massivholzmöbel verbrannt, entsteht nicht mehr Kohlendioxid als die Bäume, aus denen sie hergestellt wurden, vorher aus der Luft entnommen haben. Empfehlenswert, auch aus Sicht der CO₂-Bilanz, in der sich lange Transportwege negativ niederschlagen, sind Massivholz-Möbel aus nachhaltiger europäischer Forstwirtschaft, die in Deutschland oder im nahen Ausland gefertigt wurden.

Der Europäische Verband ökologischer Einrichtungshäuser (EVÖE) garantiert seinen Mitgliedern Sicherheit durch regelmäßige strenge Schadstofftests für ökologische Möbel aus Massivholz, Latex und anderen natürlichen Materialien. Dafür gibt es das verbandseigene ÖkoControl-Siegel. Der EVÖE ist ein Zusammenschluss von 53 ökologischen Inneneinrichtern in Deutschland und Österreich. Zwei Möbelhäuser des Verbandes gibt es im Ruhrgebiet, beide in Bochum: baum im raum und arcus.

► www.oekocontrol.com

Pasta wie im Italien- urlaub – aber nur mit viel Bio drin. Basta!



www.glanzer-partner.de

basic
Bio für alle

„Wie kommen die Erwachsenen eigentlich auf die Idee, Pflanzenschutzmittel in die Tomatensauce zu tun? Das schmeckt doch gar nicht! Und uncool ist es auch, weil es bestimmt nicht gesund ist. Ich bin froh, dass meine Mutti es checkt und bei basic kauft!“
www.basicbio.de

Der frische Bio-Supermarkt.
Dortmund City
Weddepoth 2–4 / Kampstraße 102
Essen City
Kettwiger Straße 64
Hagen, in der Volme Galerie
Friedrich-Ebert-Platz 3
Mo.–Sa. 8.00–20.00 Uhr

Gutes Klima mit Obst & Gemüse

Dass man Vitamine nicht durch die halbe Welt fliegen muss, sondern auch heimisches Obst und Gemüse leckere Variationsmöglichkeiten bietet, zeigt die CD-Rom „Obst und Gemüse à la Saison“ der Verbraucherzentrale NRW. Sie bietet eine hilfreiche Orientierung beim Thema klimaschonende Ernährung. Der Ratgeber für den PC liefert 82 heimische Obst- und Gemüseporträts und macht mit 999 Rezepten fürs ganze Jahr Appetit, eher unbekanntes heimisches Gemüse auszuprobieren oder Vertrautes mal anders zuzubereiten. Für 14,90 Euro gibt es die CD-ROM in den örtlichen Beratungsstellen der Verbraucherzentrale NRW. Für zusätzlich 2,50 Euro (Porto und Versand) kommt sie auch ins Haus. Zentrale Bestellmöglichkeit unter

► www.vz-nrw.de/ratgeber oder Tel. 01805.500 1433

Gutes Klima Zuhause

Die EnergieAgentur.NRW hat Tipps zusammengestellt, wie man sich selbst zum CO₂-Verbündeten macht und dazu noch Geld spart. Hier ein paar Auszüge aus der Empfehlungsliste:

Kühlschränke sind Energiefresser. Sorgen Sie für eine gute Belüftung der Kühlschlangen an der Rückseite von Kühl- und Gefriergeräten, vor allem bei Einbauküchen. Eine verstopfte Lüftung erhöht den Energieverbrauch um bis zu zehn Prozent. Vorteilhaft ist auch, einen Kühlschrank nicht direkt neben der Heizung oder dem Herd aufzustellen.

Bei Kühlschränken genügt in der Regel eine Innentemperatur von sieben Grad. Gegenüber einer Temperatur von fünf Grad sparen Sie 15 Prozent Energie. Beim Kauf eines neuen Kühlschranks achten Sie auf die Energieeffizienz des Gerätes. Besonders sparsame Geräte sind besonders gekennzeichnet (A, A+ und A++ für das sparsamste Gerät).

Die Kühlschranktür erst öffnen, wenn man weiß, was man aus dem Kühlschrank holen will. Je länger die Tür auf ist, desto mehr Kälte entweicht, desto mehr Energie wird anschließend benötigt, um die Temperatur wieder abzukühlen. Deswegen ist es auch sinnvoll, keine warmen Speisen in den Kühlschrank zu stellen.

Wäschetrockner sind wahre Energiefresser. Einzigiger Trockenvorgang kostet etwa 50 Cent. Deshalb beim Neukauf eines Trockners auf den Energieverbrauch achten. Am sparsamsten sind Schranktrockner, die allerdings eine lange Trockenzeit haben. Ablufttrockner haben einen höheren Verbrauch und benötigen einen Abluftschlauch, um die Feuchtigkeit der Wäsche abzuleiten. Kondentrockner, die zwar keinen Abluftschlauch benötigen, verbrauchen aber

mehr Energie. Grundsätzlich gilt: Wäsche erst gut schleudern und danach ab in den Trockner. Oder im Sommer die Wäsche einfach mal in die frische Luft hängen.

Beim Kochen sollten für lang kochende Gerichte Schnellkochtöpfe verwendet werden. Der Schnellkochtopf spart bis zu 50 Prozent Zeit und 30 Prozent Energie. Außerdem sollte auf der kleinstmöglichen Stufe gekocht werden. Eine starke Dampfentwicklung ist ein Zeichen für eine Überhitzung des Topfes. Beim Kochen mit einem herkömmlichen Topf den Deckel schließen. Bei gekipptem Deckel verbrauchen Sie doppelt so viel Energie, ohne Deckel sogar dreimal mehr Energie.

Netzgeräte, z.B. Ladenetzteile eines Handys, Akkuladegerät des Handstaubsaugers, sollten vom Stromnetz getrennt werden. Geräte, die über ein Steckerteil mit Strom versorgt werden, verbrauchen auch Strom, wenn sie keinen Akku laden. Ein TV-Gerät hat einen Stand-by-Verbrauch von ca. 12 Watt, ein Watt verursacht Kosten in Höhe von ca. 1,7 Euro im Jahr.

Verwenden Sie Energiesparlampen. Eine Energiesparlampe mit 20 Watt Leistung liefert die gleiche Helligkeit wie eine herkömmliche Glühbirne mit 100 Watt. Energiesparlampen werden dort effektiv eingesetzt, wo die Lampe mindestens eine Stunde am Tag leuchtet, also im Wohnzimmer, im Flur, im Bad oder in der Küche.

Kurzstrecken mit dem Auto kommen besonders teuer. Tests haben ergeben: Der Treibstoffverbrauch eines Mittelklassewagens liegt direkt nach dem Start bei 40 Liter/100 km. Nach einem Kilometer Fahrt sind es noch immer 20 Liter. Erst nach vier Kilometern erreicht der Verbrauch das normale Niveau.

Infos zu energieeffizienten Haushaltsgeräten gibt's bei der EnergieAgentur.NRW unter Tel. 0202.245 520

► www.energieagentur.nrw.de



Udo Lindenberg

über Mengenlehre, Likörelle und Reste von Sozialismus

*Interview: Barbara Underberg
Fotos: Philipp Wente u.a.*

Udo Lindenberg ist ungefähr so bekannt wie Heino - nur in einer etwas anderen Szene. Um den Panikpräsidenten persönlich zu treffen, ist das Stadtblatt nach Gronau gereist. Im dortigen rock'n'popmuseum wird am nächsten Tag eine Udo-Lindenberg-Ausstellung eröffnet, weshalb der Meister selbst zugegen ist. Nach dem Soundcheck für das abendliche Konzert fischen wir ihn von der Museumsbühne und begleiten ihn in den Backstage-Bereich. Backstage heißt in diesem Fall: Ein großes Zelt, angebaut an den Bühnenausgang, aufgeteilt mit Raumteilern in VIP- und Very-VIP-Zone. Am Ende der Very-VIP-Zone noch ein Raumteiler, dahinter Udo Lindbergs kleine Garderobe.



Wir setzen uns, Udo ordert Eierlikör, man stößt an, das Interview könnte beginnen. Eddy Kante, Udos breitreuziger Bodyguard, versucht hereinzukommen. Stößt auch an, allerdings an den Raumteiler. Der fällt um, jedoch nicht auf die direkt dahinter sitzende Interviewerin, sondern auf den eingeschalteten Heizpilz, der mit Riesenrad auf den Boden knallt, erfreulicherweise aber kein Feuer entfacht. Eddy Kante schimpft, hockt sich dann aber verlegen lächelnd aufs Sofa, während irgendwelche anderen Jungs den Raumteiler wieder aufstellen und persönlich bis zum Interviewende festhalten. Die Nachtigall, so Lindenberg über Lindenberg, bleibt ganz cool und fängt direkt an übers Ruhrgebiet zu erzählen.

Ich hab studiert am Konservatorium in Duisburg, an der Mercatorhalle im Wasserviertel, und hab da auch gewohnt, bei Frau Piwonski in der Mainstraße Nummer vier. Da war ich 16. Aus Gronau weg bin ich mit 15, erst nach Düsseldorf, dann nach Duisburg. Bin überall unterwegs gewesen, auch durch Bochum gekommen. Mit Bochum verbindet mich heute vor allem das Caffè Zen-

tral. Da sitzt jeden Tag ein Philosoph, der heißt Peter Kroll-Vogel, mein bester Freund in Bochum. Der ist von Beruf Philosoph, der denkt nicht nach, der denkt vor. Und taucht gelegentlich auch ab, um das nasse Gold für uns alle zu heben. Er ist Erkenntniswissenschaftler, hebt also Weisheiten, die in den tiefen Katakomben der Erleuchtung liegen, wo sich kein Mensch sonst runter traut. Gelegentlich ist das verbunden mit der Einnahme von alkoholischen Getränken.

„Ich mag ja im Ruhrgebiet diesen direkten Schnack, die schnelle direkte Sprache.“

Und sie machen das auch gelegentlich zusammen?
Jaja, auch im Caffè Zentral, da sind die Leute sehr charmant. Da sind die Leute schön und schlau, und das ist auch gut so. Und da trifft man halt öfter mal so die Experten. Ich mag ja im Ruhrgebiet diesen direkten Schnack, die schnelle direkte Sprache. Ist alles da um die Ecke, Folkwang-Schule und die ganze Erkenntnisgegend da.

Wenn Sie so jung aus Gronau weggegangen sind: ist an Ihnen irgendwas westfälisch?
Nee, ich bin Weltbürger. Bürger bin ich eigentlich auch nicht, ich bin Planetenbesucher. Ich bin

in Gronau gar nicht richtig geboren, sondern vom Himmel gefallen, weiß hier jeder, auf das Doppelkornfeld drauf. Kennst ja den Song „Gronau 46 kam ich als Kind zur Welt, fiel direkt vom Himmel auf ein Doppelkornfeld“. Das ist da, wo jetzt die Pyramide steht. Als kleine Zeitenbrücke nach Ägypten, zu den Pharaonen, als Maßnahme gegen die irdische Vergänglichkeit, hat man hier am Udo-Lindenberg-Platz eine Pyramide hingestellt als Gruß nach Gizeh. Gizeh-Gronau, praktisch ein Ding.

Sie werden im Mai 61. Für die Ausstellungseröffnung morgen haben sich 55 Journalisten angekündigt. Wie ist das, mit 61 noch so begehrt zu sein?
Das kann anderen Leuten Mut machen, die auch mal älter werden. Man kann wie eine Eins auf der Bühne stehen, kann alles machen, jede Menge Randal, scheißegal, hat mit der Zahl ja nichts zu tun.

Sie waren in Asien, um sich „Kräuterwissen“ anzueignen. Und?
Ich hab andere Wissenschaften studiert. Die heavy Sauferei hab ich von der Mengenlehre her eingestellt und trinke jetzt gezielt Eierlikör, nicht mehr



Udo, Eierlikör & Interviewerin. Dem Stadtblatt war's eine echte Freude.

„Ich will Nachwuchs fördern, der schlaue Texte produziert. Texte, die sich auch einmischen, die politisch eingreifen, gegen die ganze Verblödung, die um sich greift.“

flaschenweise Whisky wie das früher war, wegen der Stimme. Und natürlich auch wegen den Wissenschaften, von denen ich schon sprach, wegen dem nassen Gold. Es gibt ja viele Kollegen, Bukowski, Hemingway, Freud, Daniel Düsentrüb, die wären ja alle auf manches nicht gekommen, wenn sie den ganzen Tag immer nur nüchtern geblieben wären. Das soll ja auch die Sinne weitem. Nur der gezielte Umgang mit Wirkstoffen, der ist hier wichtig. Und das gelingt ja nicht in jedem jeden Tag.

Das mit dem Eierlikör ist kein Witz? Sie sind also von Whisky auf Eierlikör umgestiegen?

Kann man sagen, ja. Whisky auch ab und zu. Aber keine Mengenlehre, sondern jetzt in Kombination mit den fernöstlichen Wissenschaften.

Und was für neue Erkenntnisse haben sich dabei aufgetan?

Da bin ich noch dabei. Wenn es soweit ist, sage ich Bescheid. Ich studiere noch.

Sie sind seit vielen Jahren nicht nur Musiker, sondern auch Maler, Schriftsteller, Lyriker und gesellschaftliche engagiert. Sie haben im letzten Jahr die Udo Lindenberg Stiftung ins Leben gerufen. Was ist die Idee dahinter?

Nachwuchs fördern, der schlaue Texte produziert. Texte, die sich auch einmischen, die politisch eingreifen, gegen die ganze Verblödung, die um sich greift. Dagegen, dass Leute bildungsmäßig hängen gelassen werden, verarscht werden, verraten, verkauft, verdrückt an den Kommerz, an das Kapital. Das ist ein brutaler Umgang mit dem zarten Intellekt vieler junger Menschen. Das sind verbrecherische Maßnahmen, und die brauchen halt einen Arschtritt, aber das sehr charmant, von unserer Firma. Und deswegen gibt es die Stiftung.

Sie sind da der Erste Vorsitzende, nicht gerade die Tätigkeit, die einem zu Udo Lindenberg einfällt.

Der Erste Vorliegende bin ich da. Wir sind da sehr entspannt, wir liegen da meistens.

Und was macht ein Udo Lindenberg als Erster Vorliegender einer solchen Stiftung?

Er gibt den Ton an. In der Musik muss einer den Ton angeben.

Was ist geworden aus „Rock gegen rechte Gewalt“? Geben Sie da auch nach wie vor den Ton an?

Das läuft ja immer in Abstimmung mit dem Kollektiv, da lege ich großen Wert drauf. „Rock gegen rechte Gewalt“, das waren wir alle zusammen. Von

Nena über Nina Hagen, Peter Maffay, Grönemeyer, alle haben diesen Aufruf unterschrieben. Viele Konzerte gegen Nazischweine haben wir gemacht. Das kann nicht einer alleine machen. Ich kann manchmal ganz gut organisieren und füge das so ein bisschen zusammen in meiner Eigenschaft als so 'ne Art Godfather von der Szene oder Pate, wie man das früher nannte.

Ein Künstlernetzwerk also. Gibt es das noch, läuft da was?

Es gibt manche, die sich isolieren, die machen mehr ihr Einzelding, das finde ich nicht so gut. Es gibt aber auch Leute, die sind für so eine Art familiärer Power ansprechbar und sind auch am Start, wenn es nötig ist. Silbermond zum Beispiel oder Jan Delay. Ich rufe da an, und dann geht das klar. Das ist schön so.

Als die die 1Live-Krone für Ihr Lebenswerk erhielten, haben Sie in einem Interview davon gesprochen, dass Sie sich als Präsident bewerben. Erhalten Sie die Bewerbung aufrecht?

Schon, aber ich bin noch zu jung für sowas, ich muss noch reifen. Muss weltweit noch ein bisschen gucken, Kontakte machen, das ist alles wichtig - Kultur, Begegnungen, interkulturelle Zusam-

menarbeit und so. Und dann kann ich irgendwann zusammen mit Bono, Al Gore, Bob Dylan und solchen Leuten eine andere Art von Präsidenten stellen für die Welt. Denn die Präsidenten, die es heutzutage bringen, die bringen es ja nicht. Die kriegen die Welt ja nicht geregelt.

Wie sieht's aus mit Ihrer Nähe zur Sozialdemokratie?

Ich bin ein Kind von Willy Brandt und Egon Bahr, Olof Palme. Natürlich hat mich das auch ein bisschen geprägt. Und die Grünen natürlich, mit Joseph Beuys, die Links-SPD, diese Ansätze und wofür sie stehen, auch heute noch stehen sollten, kein Sozialverrat. Ansonsten brauchen Politiker heute eine ordentliche Erfrischungsspritze, die sind ziemlich farblos und profillos. Ziemlich langweilend stehen sie in der Gegend rum und sind eigentlich hauptsächlich dazu geeignet, Leute dazu zu bewegen, aus jedem politischen Interesse auszusteigen. Viele jungen Leute kennen doch gar keinen Politiker mehr, es gibt keine Visionäre, keinen mit Ideen für übermorgen.

Für Ihre Verdienste um „die deutsche Sprache und das künstlerische Wort“ erhielten Sie Anfang des Jahres die Carl-Zuckmayer-Medaille, den Literaturpreis des Landes Rheinland-Pfalz. Wie ist das für Sie?

Ich nehme diesen Preis stellvertretend entgegen für die ganzen Straßenlyriker. Das finde ich ganz gut, dass die aus der sogenannten Hochkultur sich öff-

nen für Begegnungen mit den Straßenexperten, mit den Rappern und Rockern. Gemeinsame Sache machen, die Akademie und die Straße, Universitäten und der Arbeiterkampf, zusammen, darum geht es. Nicht nur elitäre Sektiermaßnahmen. So gesehen finde ich das gut mit dem Zuckmayer-Preis, weil es ein Zeichen setzt für Öffnung.

Sie sind ja auch Maler. Von ihnen gibt es, sogar patentiert, „Likörelle“, also mit Likör gemalte Bilder. Wie kommt man denn auf so eine Idee?

„Ich bin ein Kind von Willy Brandt und Egon Bahr, Olof Palme. Natürlich hat mich das auch ein bisschen geprägt.“

Wenn man von Berufs wegen viel am Tresen sitzen muss, sich viel in Kneipen aufhält, dann nimmt man gelegentlich den ein oder anderen Drink zu sich. Und irgendwann denkt man dann: schöne Farben. Eierlikör – die goldene Farbe der Zukunft. Irgendwann ist so ein Glas mal umgekippt, auf ein Autogramm drauf. Und dann dachte ich: geile Farbe, supergeil. Und das ist jetzt ein Likörell.

Und die sind tatsächlich nur mit Likör gemalt?

Ja, mit Blue Curacao, Grenadine, Peppermintgrün und Eierlikör. Manchmal auch ein bisschen Whisky. Sehr schöne Farben. Und die werden präpariert, siebenmal gesprayed, so dass sie mindestens tausend Jahre halten. Denn der Investor, der die jetzt kauft, will auch, dass das nicht in drei Jahren verblichenen der Wand hängt. Wir haben das jetzt so präpariert, dass das richtig schön leuchtet und von ewig Wert und Bestand ist. Denn heutzutage kaufen die Leute ja gerne Bilder. Früher haben sie Aktien gekauft oder Immobilien oder sonstigen Schrott, heutzutage kauft man lieber Kunst. Und wenn man ganz schlau ist, kauft man sich gleich ein Lindenberg-Bild,

weil es natürlich aberwitzige Wertsteigerungen hat. Bei Saturn gab es mal eine Serie, um die Malerei ein bisschen zu popularisieren. Jetzt aber gibt es nur noch Originale. Sie sind mal ein bisschen teurer, mal ein bisschen billiger. Wer keine Kohle hat, dem schenke ich auch eins, wenn er richtiger Fan ist. Er muss dann hundert Texte auswendig können. Ansonsten müssen die Leute lang bezahlen. Und wenn sie besonders reich sind, müssen sie auch besonders lang legen. Das ist unser Beitrag zur sozialen Gerechtigkeit, zum sozialen Ausgleich. Reste von Sozialismus.

Was verbindet Sie mit Joseph Beuys, den Sie ja noch persönlich kennengelernt haben?

Das Entscheidende war ja der Spruch „Jeder ist Künstler“, du musst es gar nicht werden, du bist es einfach. Du ernennst dich selber zum praktizierenden Künstler und brauchst keine akademische Ausbildung. Es ist ein Privileg studieren zu können, nicht jeder kann das machen, nicht jeder hat Lust dazu. Es gibt Leute, die können viel besser erfinden, wenn sie gar nichts hören von irgendwelchen Gesetzen und Regeln. Man soll auch in der Kunst nach den eigenen Gesetzen vorgehen. „Jede Hausfrau ist auch Künstlerin“ - ein Spruch von Beuys. Markus Lüpertz hat mir noch ein bisschen was beigebracht, auch Immendorf hat mir den einen oder anderen Trick erzählt. Und mein Bruder.

Auf dem Garderobentisch steht eine Schale mit Weitrauben, zu denen Udo Lindenberg während des Gesprächs immer wieder greift.

Bio? Ja klaa.

► www.udo-lindenberg.de

Künstler: Erstklassige Künstler aus allen Bereichen
Kultur: Projekt- und Office Management
Event: Organisation von Privat- und Betriebsfeiern
Tours: Planung von Betriebs- oder Vereinsausflügen



BÜHNENFALL
 Künstler | Kultur | Event | Tours

Agentur Bühnenfall, Im Wolfsfeld 21, 44879 Bochum, 0234-3695860
www.buehnenfall.de • anfrage@agentur-buehnenfall.de
 Wir sind Ihr kreativer Ansprechpartner!



Foto: Ralf Bindel
Fotos: Peter Liffers



Das Likörell - ein echter Lindenberg



Foto: Ralf Bindel

„Alles klar ...

Das Phänomen Udo Lindenberg“

Sonderausstellung bis 12. August

2004 war Udo Lindenberg Mitinitiator des rock'n'popmuseums in seiner Heimatstadt Gronau. Die Museumsmacher danken es ihm mit einer Sonderausstellung, die sich dem Phänomen Udo Lindenberg nähert. Im Mittelpunkt stehen rund 70 Fotografien des Lindenberg-Intimus und Hoffotografen Michael von Gimbut. Er begleitet Lindenberg seit über 30 Jahren und bietet mit seinem Kameraauge einen zentralen Blick. Die Fotografien zeigen den Künstler auch privat. „On stage“, „backstage“, „privatissimo“, „Frauen“, „politische Begegnungen“, „Posing“ und „Freunde“ sind Themengebiete der Ausstellung.

Zu ausgewählten Motiven gibt Udo gut gehütete Anekdoten preis, erzählt die Geschichte hinter dem Bild. Etwa die seiner „Telefonbekanntschaft“ mit der legendären Marlene Dietrich. Man arbeitete an einem gemeinsamen Werk (Hermine, 1988), tauschte Gedanken und Geschenke aus. Eins davon ist in Gronau zu sehen: ein silbernes Zigarettenetui mit Marlene-Insignien. Neben den Fotografien zeigt das rock'n'popmuseum ausgewählte Exponate aus Udos wildem Leben. Die verschollen geglaubte Gitarre, die Udo 1987 an Erich Honecker überreichte, ist dabei. Der Schriftzug „Gitarren statt Knarren“ wurde zum Sinnbild einer ganzen Generation. Jetzt wird sie erstmalig der Öffentlichkeit präsentiert. Aber auch Panik-Udos goldener Trabi, der letzte vom Band gelaufene, ist da.

rock'n'popmuseum

Udo-Lindenberg-Platz 1,

48599 Gronau

Tel. 02562.81 480

► www.rock-pop-museum.de



VIVANI

ESPRESSO IN SEINER KLEINSTEN FORM



*Frisch geröstete Espressobohnen,
umhüllt von feinsten Schokolade.
Elegant verpackt.
Unwiderstehlicher
Knusper-Genuss.*



RÖSTER's CoffeeCorner

Alles Latte oder was?

Selten hat ein Getränk eine solche Vielzahl von Variationen hervorgebracht wie der Kaffee. Die letzten Jahre überschwemmen Deutschland geradezu mit Kaffee-Finessen. Latte machiato, Cappuccino, Ristretto, Schwarzer, Brauner, Wiener Melange ... Fast schon vergessen die Zeit, als der scharfe Säuregeruch abgestandenen Filterkaffees den Gast eintönig umwaberte.

Absolut unverzichtbar: Die Espressomaschine. Wasserqualität- und Temperatur (92°C), Kaffeemenge, Körnung des Mahlguts, Anpressdruck und Durchlaufgeschwindigkeit müssen stimmen. Der Druck beim Durchpressen des heißen Wassers beträgt etwa sieben Bar. Nur dann werden die gewünschten Aromen extrahiert und zuviel Koffein und Bitterstoffe vermieden - eine herrlich dicke Crema belohnt den Aufwand. Dem am nächsten kommt die Press-Stempelkanne (French-Pressing), bei der Temperatur und Zeit optimal gewählt werden können - leider ohne Crema.

Beim türkisch/arabischen Mokka wird im Cezve oder Ibrik feinstes Kaffeemehl, Wasser und Zucker unter ständigem Rühren bis zu siebenmal gemeinsam aufgeköcht, was beim rechtzeitigen Herunternehmen vom Feuer auch eine Crema („Wesh“) bildet.

Immer gilt: Nur guter Kaffee schmeckt auch. Dabei darf italienischer Espresso neben Arabica-Kaffee auch bis zu 50 Prozent gute Robusta-Bohnen enthalten. Häufig wird allerdings schlechter, billigster Robusta als Grundlage für Massenmischungen benutzt. Wer gerne zuckert: Unraffinierter Vollrohrzucker rundet eine Tasse unvergleichlich ab.

Der RÖSTER heißt Alex Kunkel
► www.derroester.de



Ben & Jerry's

Nicht nur lecker, sonder fair

Haben Sie schon mal Ben & Jerry's Eis probiert? Sollten Sie mal tun. Schon an den Namen werden Sie merken, dass es sich um was Ungewöhnliches handelt. Karamel Sutra heißt zum Beispiel eine Sorte, eine andere Chunky Monkey, Fossil Fuel oder Cherry Garcia. Immer hochwertige Zutaten, immer sehr sahnig, und je nachdem mit Nüssen, Keksen, Schokolade u.v.a.m.. Nun gibt es, weltweit einmalig, zwei Sorten, die das Fairtrade-Siegel tragen. Vanille und Vanilla Toffee Crunch. Vanille, Kakao und Zucker stammen dabei aus fairem Handel.

Der amerikanische Eis-Hersteller Ben & Jerry's ist für soziales, gesellschaftliches und ökologisches Engagement bekannt. Schon im Jahr 2001 hat man damit begonnen, Rohstoffe von genossenschaftlich organisierten Kooperativen zu kaufen. Das neue Fairtrade-Eis ist deutschlandweit in 3500 Verkaufsstellen, wie Kinos, Videotheken, Cafés, Tankstellen, Scoop-Shops (so scheint man heute Eisdien zu nennen, scoop = Eiskugel) und Gastronomiebetrieben, darunter „Subways“, erhältlich.

► www.benjerry.de



Klosterberghof

Wir bieten ganzjährig an:
**Kartoffeln, Gemüse, Obst, Getreide,
Fleisch, Geflügel, Eier, Molkereiprodukte, Wurst, Brot u. v. m.**

www.franz-sales-haus.de

Bioland
ÖKOLOGISCHER LANDBAU

Franz Sales Werkstätten GmbH • Weg am Berge 39 • 45279 Essen-Steele (Horst)
Tel. 02 01 - 53 35 45 mo u. mi. 14.00 - 18.30 • fr. 12.00 - 18.30 • sa. 9.30 - 12.00

WWW.VIVANI.DE

EcoFinia GmbH • 32051 Herford
info@vivani.de

**Für Holzkohलगrill/Ofengrill
Für 4 Personen:**

• 600 g Bio-Schweinefilet

Für die Marinade:

- 1 Dose ungesüßte Ananasstücke (230 g Abtropfgewicht) (z.B. von Morgenland)
- 2 Knoblauchzehen
- 5 EL Sojasauce (z.B. von Lima)
- 1/2 TL Ingwerpulver (z.B. von Lebensbaum)
- 1/2 TL Chilipulver

Für die Zitronensauce:

- 2 Knoblauchzehen
- 2 Zitronen
- 1 TL scharfer Senf (z.B. von Zwergenwiese)
- Salz, schwarzer Pfeffer
- 4 EL Pflanzenöl

Außerdem:

Öl für die Spieße, Rost und zum Bestreichen

Schweinefleisch-Teriyaki

Zubereitung: 1 Std. | Marinierzeit: 2 Std. | Grillzeit: 15 Min. | Nährwert/Portion: ca. 410 kcal

1. Holzspieße wässern. Das Filet mit Küchenpapier abtupfen und in 2 cm große Würfel schneiden.
2. Für die Marinade die Ananasstücke abtropfen lassen. Dabei 100 ml Saft auffangen. Den Knoblauch abziehen und zum Saft pressen. Saft, Sojasauce, Ingwer- und Chilipulver verrühren. Das Filet unterheben und zugedeckt im Kühlschrank 2 Std. marinieren. Dabei gelegentlich durchmischen.
3. Den Holzkohलगrill oder Backofengrill anheizen. Für die Zitronensauce die Knoblauchzehen abziehen und fein hacken. Die Zitronen auspressen, Knoblauch, Zitronensaft, Senf, Salz, Pfeffer und Öl verrühren.
4. Das Fleisch aus der Marinade heben und abtropfen lassen. Marinade beiseite stellen. Die Holzspieße aus dem Wasser nehmen und mit Öl einreiben. Fleisch und Ananas abwechselnd auf die Spieße stecken, mit Öl bestreichen.
5. Den Grillrost leicht ölen. Die Spieße auf dem heißen Rost bei mittlerer Hitze ca. 15 Min. grillen. Dabei öfter wenden und mit Marinade bestreichen. Mit Zitronensauce beträufeln und servieren.



Grillgemüse mit Minzöl

Zubereitung: 30 Min. | Grillzeit: 20 Min. | Nährwert/Portion: 275 kcal

1. Den Holzkohलगrill anheizen. Für das Würzöl Olivenöl, Zitronensaft, zerriebene Kräuter, Gewürze sowie eine gute Prise Salz und Pfeffer cremig verquirlen.
2. Das Gemüse waschen und putzen. Die Auberginen schräg in knapp 1 cm dicke Scheiben schneiden. Die Zucchini längs halbieren. Die Fenchelknollen so durch den Strunk in Scheiben schneiden, dass diese noch zusammenhalten. Die Gemüsescheiben salzen und mit etwas Würzöl bestreichen.
3. Den Grillrost leicht ölen. Das Gemüse auf dem heißen Rost (oder in der Grillpfanne) bei mittlerer Hitze pro Seite ca. 10 Min. grillen, bis alles schön gebräunt ist. Dabei gelegentlich mit Würzöl bepinseln.
4. Inzwischen Minze und Petersilie waschen und trockenschütteln. Die Minzeblättchen fein hacken und unter das Würzöl rühren.
5. Das Grillgemüse mit Minzöl beträufeln, mit Petersilienzweigen garnieren und sofort servieren.

**Für Holzkohलगrill/Grillpfanne
Für 4 Personen:**

Für das Würz- und Minzöl:

- 100 ml Olivenöl (z. B. von Davert)
- 50 ml Zitronensaft
- je 1 Msp. getrockneter Thymian, Majoran (z.B. von Herbaria)
- je 1 Msp. Sellarisalz, Delikatess-Paprikapulver, Cayennepfeffer (z.B. von Brecht)
- Salz, schwarzer Pfeffer
- 1 Zweig frische Minze (wahlweise getrocknet)

Für das Grillgemüse:

- 3 schlanke Auberginen
- 6 kleine Zucchini
- 2 große Fenchelknollen
- 1 Bund glatte Petersilie zum Servieren

Außerdem:

Öl für den Rost

Grillvergnügen, Neue Rezepte für Fleisch, Fisch und Gemüse
Reinhardt Hess / 144 Seiten / Hardcover / 14,90 EUR / ISBN 3-7742-8798-8



Fenchel, das gesundheitliche Multitalent hat doppelt so viel Vitamin C wie Orangen, viel Eisen und Spurenelemente. Hauptbestandteil des Fenchels ist das ätherische Öl, welches bis zu 70 Prozent aus Anethol besteht. Es fördert die Beweglichkeit der glatten Muskulatur im Verdauungstrakt und wirkt so krampflösend, appetitanregend und verdauungsfördernd.

Der SuperBioMarkt-Weinexperte empfiehlt:

Zum Schweinefleisch: 2005er Zweigelt, Qualitätswein trocken, Weingut MEINKLANG/ Burgenland. Rubinrot, fruchtige Kirsch-Weichsel-Nase und samtige Tanninstruktur mit geschmeidigem Abgang. Wein aus biodynamischem Anbau

Zum Grillgemüse: 2005er Grüner Veltliner, Qualitätswein trocken, Weingut MEINKLANG/ Burgenland. Frisch und fruchtbe-
tont, mit einer harmonischen Säure und einer leichten mineralischen sowie pfeffrigen Note. Wein aus biodynamischem Anbau

Beide Weine erhalten Sie natürlich in Ihrem SuperBioMarkt.

Ihr Einkaufszettel

Das brauchen Sie, je nach Rezept, z. B.:

- 600 g Bio-Schweinefilet
- 1 Dose ungesüßte Ananasstücke (230 g Abtropfgewicht)
- Sojasauce
- Zitronen
- scharfer Senf
- 3 schlanke Auberginen
- 6 kleine Zucchini
- 2 große Fenchelknollen
- 1 Zweig frische Minze (wahlweise getrocknet)
- 1 Bund glatte Petersilie zum Servieren



Ihr SuperBioMarkt in Dortmund:
Do-Hombuch, Harkortstr. 18
www.superbiomarkt.de

Tiefgarage mit 40 Parkplätzen direkt am Geschäft.

Entdecken Sie den Unterschied!

Rezeptservice „BIOMomente – Immer ein Genuss“

Der Rezeptservice der BIOSpitzenköche bringt die moderne Bio-Küche nach Hause. Jede Woche kreieren die Profiköche ein neues Rezept – zu jedem Anlass und passend zur Saison. Wer sich im Internet

anmeldet, erhält jeden Donnerstag kostenlos per E-Mail ein Bio-Rezept der Saison.

► www.bio-spitzenkoeche.de



Freie alternative Schulen

Lieber Leben lernen

Wer jemals den Weg in eine Freie Schule gefunden hat, ist überrascht von einer Atmosphäre der guten Laune und der großen Selbständigkeit der Kinder. Das Konzept des anderen Lernens für eine andere Welt ist mittlerweile etabliert und erfolgreich – muss allerdings privat unterstützt werden.



Es gibt Mittagessen. Pfannkuchen mit Füllung, Salat und Joghurtsoße. Caren, Simon, Lisa, Till und Lena stehen erwartungsvoll in der Schlange. Lehrerin Jennifer Holz füllt die Teller. Wir werden fröhlich begrüßt und zum Mitessen eingeladen. Die anderen sitzen schon unter dem riesigen Hochbett, der Schlafburg, und futtern genüsslich. 12 Kinder der dritten Klasse der Freien Schule Bochum (FSB) machen einen zufriedenen Eindruck. Nach dem Essen geht der Unterricht weiter. Nebenbei, bei Lehrer Robin Schade, ein ähnliches Bild: Die Kinder packen mit an, räumen auf und wirken fast unanständig selbständig.

„Wenn der Anbau fertig ist, werden wir eine gemeinsame Mensa haben“, erklärt Peter Grumprich, Geschäftsführer der FSB. Zur Zeit essen die Schüler noch in den Klassen, verteilt auf zwei alte Backsteinschulgebäude aus dem Jahr 1870. Im Herbst dieses Jahres soll das neue Schuljahr schon im Anbau beginnen. „Den Kredit werden wir die nächsten 30 Jahre abstottern“, erklärt Grumprich mit Blick auf den Rohbau. „Aber es kann eigentlich nichts schief gehen – wir haben eine Ausfallbürgschaft der Stadt und guten Zulauf.“

10 bis 15 Neugründungen pro Jahr

Dass die freien Schulen sich im Grunde um neue Schülerinnen und Schüler – und damit mitfinanzierende Eltern – kaum bemühen müssen, liegt am Erfolgsrezept der Alternativschulen. „Immer mehr Eltern sind frustriert über das staatliche Bildungssystem“, sagt Henrik Ebenbeck, Lehrer an der freien Schule Leipzig und Mitglied im Vorstand des Bundesverbands der Freien Alternativschulen in der BRD e.V. (BFAS). „Trotz miserabler PISA-Ergebnisse erleben sie, dass sich nichts bewegt. Außerdem ist seit PISA das Medieninteresse an alternativen Konzepten gewachsen.“ Da freie alternative Schulen (FAS) bundesweit dünn gesät sind (85 mit insgesamt 5.200 SchülerInnen), machen immer mehr Elterninitiativen aus der Not eine Tugend und gründen Schulen selbst. „Seit vier Jahren haben wir mit 10 bis 15 Neugründungen pro Jahr einen richtigen Boom“, sagt Ebenbeck. Um lediglich zwei bis drei neue Schulen wuchs die Bewegung bis dahin seit den Gründerjahren, den Achtzigern.

Während die Freie Schule Bochum im letzten Jahr bereits ihren 25. Geburtstag feierte und zu den ältesten und mit zur Zeit 185 SchülerInnen wohl auch zu den größten freien Schulen gehört, hilft der 1988 entstandene Bundesverband der FAS bei der Neugründung mit. Der Verband BFAS hat seinen Sitz ebenfalls im Ruhrgebiet, in der nördlichen Chemiestadt Marl, und unterstützt von dort finanziell und juristisch Gründungsinitiativen, organisiert Lehrerfortbildungen, fördert den pädagogischen Erfahrungsaustausch und fordert Einfluss bei Gesetzgebungsverfahren.

Ganztagschulen

Die Anerkennung als alternative Schulen - und damit staatliche Förderung und akzeptierte Abschlüsse - mussten sich die freien und privat finanzierten Schulen hart erkämpfen. „Immer wieder stoßen viele FAS bei ihrem Ringen um eine basisdemokratische und kinderfreundliche Schule auf den Widerstand der Behörden“, heißt es beim BFAS. Und noch gibt es keine freie Schule, die die Kinder bis zum Abitur führen kann. Nach der 10. Klasse bzw. der Sekundarstufe I ist Schluss, wie auch bei der FSB. Der überwiegende Teil der freien Schulen (52) sind allerdings Grundschulen, 29 haben eine Primar- und Sekundarstufe, daneben gibt es auch vier reine Sekundarstufen-Schulen. Weil die Schule nicht nur Lern- sondern auch Lebensort ist, sind die freien Schulen schon in ihrem Konzept als Ganztagschulen angelegt. „Die SchülerInnen frühstücken bei uns ab 8 Uhr und um 9 beginnt in den höheren Klassen die ‚Arbeitszeit‘, ab 9:45 Uhr fangen die GrundschülerInnen nach einer Lese- und Bewegungszeit an“, erzählt Grumprich.





Durch das Engagement der Eltern werde die Schule auch ein Stück Zuhause, meint Elke Ladwig, im Vorstand des Fördervereins der Bergischen Freien Schule in Wuppertal, einer Grundschule mit 35 Kindern. Wie alle freien Schulen ist auch die Bergische einzügig, es gibt also keine Parallelklassen. „Die Kinder sind durch die Elterndienste nicht gleich von ihnen getrennt. Auch das schafft bei den Jüngeren Sicherheit und Vertrauen, dass die Schule ein wirklicher Lebensraum ist“, sagt Ladwig. Das spürbar wachsende Selbstvertrauen der SchülerInnen führt sie unter anderem auf diese Basis zurück.

Die vielfältigen und handlungsbezogenen Lernformen, die nicht sklavisch nach Lehrplan ausgerichtet sind, die anderen Beurteilungsformen, und die Mitbestimmung und Verantwortung der Kinder würden allemal zu einem größeren Selbstbewusstsein führen, bestätigt Ladwig. „Kein Abgänger hat auf den weiterführenden Schulen Schwierigkeiten. Im Gegenteil: sie können sich Themen und Stoff selbst erarbeiten und wissen eher, wie Wissensaneignung funktioniert.“ Selbstvertrauen und soziales Engagement würden dazu führen, dass „freie Schüler“ später oft Klassensprecher werden. „Sie wissen, was es heißt, Verantwortung zu übernehmen.“

Anders lernen – anders leben

Entstanden sind die freien Schulen aus der 68er-Kinderladen-Bewegung, erzählt Ebenbeck. Was damals noch neu war, ist heute in den gut ausgebildeten Elternkreisen üblich: mangels staatlicher Kindergarten- und Kitaplätze engagiert man sich in freien Trägerschaften. Doch während nach der Kita-Zeit mit dem Beginn Regelschule heute meist

Schluss mit dem Elternengagement ist, wollten die damaligen Reformpädagogen weitergehen.

Nicht etwa eine Lehr- und Lernideologie nach einer Gründerpersönlichkeit wie Rudolf Steiner oder Maria Montessori wollten sie in ideologiefreien Schulen verwirklichen, sondern eine „nicht-direkte“ Pädagogik, die sich das Beste aus unterschiedlichen Konzepten zu eigen macht. Selbstbestimmtes Lernen und Selbstorganisation nach Regeln, die gleichberechtigt von Kindern, Lehrern und Eltern entschieden werden, sollten die Leitlinien der freien alternativen Schulen werden.

Heute finden sich die Elemente der freien Schulen in finnischen Schulen wieder, die laut PISA-Studie die besten SchülerInnen ins Leben entlassen. Statt jedoch das soziale Lernen innerhalb eines

Lebensorts Schule zum Standard zu machen, bleiben die freien alternativen Schulen der Sonderfall – aber immerhin eine Alternative. Das ist vielen Eltern auch den einkommensabhängigen Betrag von z. B. in Bochum mindestens 217 Euro pro Monat und Kind, inkl. Essensgeld, wert. Ein Förderverein kümmert sich um weitere Mittel, wie für den Ausbau, ein Trägerverein stellt die Geschäftsführung.

Eine Eliteschule ist die FSB nicht. „Bei uns gibt es das ganze Spektrum der Vermögensverhältnisse im Ruhrpott“, sagt Gumprich. „Die Starken stützen die Schwachen.“ Selbst mit den Problemfällen kommen die Bochumer gut klar. Gumprich: „Die Eltern sind so begeistert, dass sie sich nach Jahren des Schulärgers entlastet fühlen und ihre Kinder sich auch noch zu gefestigten Persönlichkeiten mit guten Aussichten entwickeln.“ Wer sich vor Ort von den Qualitäten der FSB überzeugen will, kann das am 26. April bei einem Informationsabend tun. Neben der FSB gibt es freie Schulen in NRW nur in Wesel, Wülfrath, Wuppertal und Köln. Anderswo hilft nur: Selber gründen! (rb)

BFAS e. V.
In den Orthöfen 6,
45770 Marl
Tel. 02365.295 5170
► www.freie-alternativschulen.de

Freie Schule Bochum
Wiemelhauser Straße 270,
44799 Bochum,
Tel. 0234.72 648
► www.freie-schule-bochum.de



Politischer Salon Essen

Was hat die Globalisierung mit uns zu tun?



v.l.: Der Politische Salon im Februar: Jörg Probst, Geschäftsführer der Ingenieurgesellschaft Gertec GmbH, WDR 2-Moderator Tom Hegemann und Dr. Wolfgang Sachs vom Wuppertal-Institut für Klima, Umwelt, Energie

Es gibt heute kaum noch ein gesellschaftliches Thema, das nicht mit dem Etikett Globalisierung versehen wird: Globalisierung eröffnet Chancen oder nimmt sie. Die einen finden einen Arbeitsplatz, die anderen verlieren ihn. Bewegung weltweit – Firmensitze, Kapital, Informationen oder Waren: Von A wie Ananas bis Z wie Zahnersatz. Globalisierung meint Bedrohung, Perspektive, Verlust und Chance für die Menschen.

Im letzten Sommer saßen ein paar Menschen zusammen, die beruflich oder nebenberuflich mit dem Themenkomplex „Globalisierung“ zu tun haben. Man sprach über Fragen, die im wahren Sinne des Wortes die Welt bewegen: Berührt Globalisierung das eigene Leben? Wer entscheidet was und warum? Wie unterschiedlich sind die Menschen betroffen? Welche Möglichkeiten der eigenen Gestaltung gibt es?

Gesagt, getan. In diesem Monat findet bereits der dritte Politische Salon statt, nachdem die ersten beiden Veranstaltungen viele BesucherInnen angelockt hatten. Geplant sind fünf Abende im Jahr zu ganz unterschiedlichen Schwerpunkten, und immer zeigen Beispiele, wie Konzerne, kleinere Unternehmen, Initiativen und einzelne Menschen selbst die Initiative ergriffen haben. Veranstaltungsort ist jeweils das Essener Grillo-Theater.

Im Februar drehte sich der Abend um das Thema „Begrenzte Ressource Energie und globale Verteilung“. Die verschiedenen Aspekte der Globalisierung werden unter die Lupe genommen. Wissenschaftler, Nichtregierungsorganisationen, Ökonomen, Handwerker, Lobbyisten und die Gäste im Publikum diskutieren Fakten, Hintergründe und Konsequenzen. Immer auch unter dem Blickwinkel „Was geht mich das an?“ und „Was kann ich tun?“

Die nächste Veranstaltung ist am 18. April. Das Thema: „Auf dem Weg ins Paradies bis zur Festung Europa - Flucht und Migration im 21.

Jahrhundert“. Jetzt im Frühling stehen die Urlaubsorte wieder für das Schicksal von täglich dort strandenden Menschen. Was bewegte sie, sich auf die gefährliche Reise zu begeben? Was erwartet sie in den reichsten Industrienationen der Welt? Welche Chancen haben sie auf dem Arbeitsmarkt? Wie leben Menschen hier, deren Flucht schon Jahre zurückliegt, mit ihren Kindern und Enkelkindern, die in Deutschland geboren wurden und dennoch stets von Abschiebung bedroht sind? Darüber und über viele weitere Fragen wird an diesem Abend diskutiert.

Die Gäste:

Karl Kopp, Europareferent der Bundesarbeitsgemeinschaft Pro Asyl,

Dr. Artur Nickel, Lehrer und Herausgeber des Buches „Dann kam ein neuer Morgen“ der Lernwelt Essen,


Bernd Brack, Vorstand ProAsyl/Flüchtlingsrat Essen,

Clément Matweta, Flüchtling aus dem Kongo,

Thomas Kufen, Integrationsbeauftragter der Landesregierung NRW

Moderation: **Christine Kostrzewa**, Journalistin

Sachverständigenbüro
für Baubiologie



tusculum

beraten · messen · bewerten

- Schlafplatzuntersuchungen
- Immobiliencheck
- Raumluftuntersuchungen
- Schimmelpilze
- und vieles mehr ...

Reinhard Hollinderbäumer
Dipl. Biol. & Baubiologe IBN
TRGS 519, BGR 128
Fon. 0234. 58 44 276
Fax. 0234. 58 44 278

www.rh-tusculum.de

Gut geschlafen ?
? Wirklich ?

HÜSLER-Nest, das
Schweizer Naturbett-
system, für eine Woche
Probeschlafen zuhause.
Bei uns auszuleihen.



baum im raum
NATÜRLICHE WOHNKONZEPTE
44809 Bochum, Hedwigstr.5-9, Tel: 51877

Mittwoch, 18. April, 19 Uhr
Auf dem Weg ins Paradies bis zur
Festung Europa - Flucht und Migration
im 21. Jahrhundert

Mittwoch, 13. Juni, 19 Uhr
Wirtschaftsboom – Billiglöhne – Roh-
stoffhunger. Gefährdet Asien wirklich
unsere Zukunft?

Grillo-Theater, Café Central,
Theaterplatz 11, Essen-Innenstadt
Teilnahme kostenlos, Anmeldung er-
forderlich, per E-Mail an
andrea.kamrath@politischer-salon.de

Infos beim Eine Welt Forum Essen,
▶ www.eineweltforumessen.de

Zusammen leben und älter werden

Alternative Wohnprojekte



Das Wohnprojekt Gerthe

Vereinzelt nebeneinander zu wohnen, ohne Kontakt zur Nachbarschaft, allein alt zu werden und später, wenn man alleine nicht mehr so gut kann, in einem Altenheim zu versauern – das ist der Alptraum vieler Menschen. Damit einem das erspart bleibt, kann man sich frühzeitig aktiv darum kümmern, andere Wege einzuschlagen. In den letzten Jahren sind viele Unterstützungsangebote entstanden und haben sich viele beispielhafte Projekte entwickelt.

Wohnprojekt Gerthe in Bochum

Auf dem Gelände der ehemaligen Zeche Lothringen stehen acht Zwangsarbeiterbaracken, die heute denkmalgeschützt sind. 1982 wurde das 13.000 qm große Gelände vom Verein „Studentisches Wohnen und Leben e.V.“ angemietet, seitdem haben Studierende die Anlage bewohnt. Anspruch war ein selbstverwaltetes, integratives Wohnen in bunter Nachbarschaft mit AusländerInnen, Behinderten und Kindern. Das Gelände ist autofrei und ein idealer Ort für Kinder.

Heute leben dort auf dem Grundstück, das die städtische EGR dem als Genossenschaft organisierten Projekt über ein Erbbaurecht zur Verfügung gestellt hat, 44 Parteien bzw. GenossInnen in 25 Wohneinheiten. Mittlerweile gibt es ein Museum und einen Veranstaltungsraum in den ehemaligen Kauen. Sehr viel Sanierungsarbeit wurde in Eigenleistung erbracht, zur Zeit wird ein ökologisches Energiekonzept erarbeitet. Der Mietpreis pro qm liegt bei 3,60 Euro. Das Wohnprojekt Gerthe wird von der WohnBund-Beratung NRW betreut.

Viel Eigenleistung im Projekt Riweho



Johannes Roschke

buntStift in Bochum-Langendreer

Ein innovatives altersgemischtes Projekt entsteht zurzeit in Bochum-Langendreer, das Projekt „buntStift“ der Wohn-Raum e.G.. Die Stadt Bochum hat der neu gegründeten Genossenschaft ein Erbbaurecht angeboten. Dort werden dann SeniorInnen und Familien mit kleinen Kindern zusammenleben. Das Konzept umfasst, auf freiwilliger Basis, auch die gegenseitige Hilfe, z.B. kaufen die Jungen für die Alten ein und die Alten kümmern sich auch mal um die Kinderbetreuung.

Bestandteil dieses Projektes ist eine Alten-Wohngemeinschaft. Fünf ältere Menschen leben in kleineren eigenen Appartements und teilen sich eine Gemeinschaftsküche und andere Gemeinschaftsräume. Darüber hinaus gibt es weitere Gemeinschaftseinrichtungen, die nicht nur für die buntStift-BewohnerInnen da sind, sondern auch Stadtteilöffentlichkeit herstellen wollen. Die Gemeinschaftsräume werden genutzt für Treffen im Stadtteil und auch für Veranstaltungen. Das Konzept wurde von der WohnBund-Beratung NRW mitentwickelt.

Riweho in Oberhausen

Das Projekt Riweho begann 1981 mit einer Hausbesetzung in der damaligen Thyssen-Siedlung. Die BesetzerInnen forderten den Erhalt und die Renovierung der Siedlung, Thyssen wollte sie abreißen. 1987 gründete sich der Mieterverein RIWETHO als Interessengemeinschaft zum Erhalt der Arbeitersiedlung Ripshorster-, WERK- und THOMASstraße. Nach zwanzig Jahren Kampf um ihre Siedlung konnten die BewohnerInnen die Häuser im Jahr 2001, ebenfalls als Genossenschaft, kaufen. Danach begann die umfassende Sanierung der Häuser – mit viel Selbsthilfe und Förderung durch das Land NRW können so vergleichsweise preiswerte Mieten erreicht werden.

Mittlerweile hat die Siedlung ein eigenes – barrierefreies – Gemeinschaftshaus.

Eine ökologische Siedlung für Bochum

Noch Zukunftsmusik ist der Plan einer kleinen engagierten Bochumer Gruppe, die in Bochum eine ökologisch gebaute Wohnsiedlung realisieren will. Die Idee ist ein Projekt, in dem etwa 40 Menschen gemeinschaftlich und generationsübergreifend wohnen können. Als Genossenschaft angedacht, gehören zur Idee auch Gemeinschaftsbereiche wie Räume für Seminare, Kinder- und Altenbetreuung sowie die Ansiedlung ökologisch orientierten Gewerbes. Das Konzept ist ganzheitlich gedacht. Zur Zeit wird noch nach einer geeigneten Fläche gesucht. Weitere MitstreiterInnen sind willkommen.

Die Gruppe trifft sich vierzehntägig mittwochs im Bahnhof Langendreer. Am 28. April findet ein Besuch des Wohnprojekts Tremonia in Dortmund statt. Weitere Infos bei Ursula Podeswa, Tel. 0234. 958 6098. (bu)

Beratung

WohnBund-Beratung NRW GmbH

Herner Straße 299, 44809 Bochum

Tel. 0234.90 440-0

► www.wohnbund-beratung-nrw.de

Regionalstelle Westfalen der Landesberatungsstelle „Neue Wohnformen im Alter“

angesiedelt bei der WohnBund-Beratung NRW. Das Land NRW unterstützt mit dieser Beratungsstelle innovative Konzepte und Projektideen für neue Wohnmodelle. Kostenlos angeboten wird die Vermittlung von Informationen, die Beratung bei der Erstellung von Konzepten und Erarbeitung von Lösungswegen u.a. für Wohngruppen und interessierte Privatpersonen.

Kredite

Die ethisch ökologische GLS Bank finanziert viele Wohnprojekte und verfügt über spezialisierte Berater.

Kreditbetreuer Wohnen: Wilfried Brzynczek, Tel. 0234.5797-156

► www.gls.de

Das Für und Wider der Freiwilligenarbeit

Alles Ehrensache?

Etwa 23 Millionen Menschen engagieren sich in Deutschland freiwillig. Sie opfern ihre Freizeit, um anderen Menschen zu helfen, um städtische Anlagen wie Spielplätze zu pflegen und um die Welt wieder ein wenig besser aussehen zu lassen. Die Ehrenamtsträger unterstützen mit ihrer körperlichen und geistigen Kraft Organisationen und Privatleute, bekommen dafür aber maximal eine Aufwandsentschädigung. „Ich mache das gerne“, hört man die Helfer dann sagen, „weil es mir gut tut“. Doch wo sind die Grenzen zwischen Freiwilligen- und Vollzeitarbeit? Wo ist die feine Trennlinie zwischen Einbindung und Ausnutzung? Das Ehrenamt in allen Ehren – aber das freiwillige Engagement ist nicht immer so gut wie sein Ruf.

Der Freiwilligen Feuerwehr kann man nicht nachsagen, sie mache etwas falsch. Ohne die ehrenamtlichen Löschkompanien stünde so manch eine Stadt regelrecht auf dem Schlauch. Und trotzdem spaltet das Gratis-Engagement dieser und vieler anderer ehrenamtlicher Helfer die Geister. Während private und öffentliche Institutionen bereits viele Vorteile durch die ehrenamtlichen Helfer haben, wie zum Beispiel einen gut funktionierenden Arbeitsablauf, und Kosten einsparen können, da sie keine Entlohnung zahlen müssen, fordern Politiker noch mehr privates Engagement und rufen auf mit anzupacken. Denn das Geld der städtischen Kassen und vieler kleiner Privatfirmen reicht kaum noch, um Fachkräfte entsprechend auszubilden und Vollzeit zu beschäftigen. Auch die Freiwillige Feuerwehr wird nicht für ihre lebenswichtige Aufgabe bezahlt.

Erwerb sozialer Kompetenzen

Carsten Z. engagierte sich 15 Jahre bei der Freiwilligen Feuerwehr in einer kleinen Stadt im Ruhrge-

biet, empfindet die fehlende Entlohnung aber als akzeptabel. „Ich bin ein Überzeugungstäter, habe den Ersatzdienst für sechs Jahre damals angetreten, um nicht zum Bund und keinen Zivildienst leisten zu müssen. So habe ich meinen Traumberuf gefunden.“ Er hat sich also nicht von Anfang an bewusst für das Ehrenamt entschieden, empfiehlt mittler-

weile aber auch anderen, sich zu engagieren, da er sozial und beruflich lernen konnte.

Er hat viele Zusatzangebote wahrgenommen: „Man kann seine Interessen verwirklichen und bekommt Fortbildungen, kann aufsteigen und etwas für sich persönlich und seine Kompanie erreichen.“ Und

doch erwähnt Carsten nach seinem Lobeslied auf das Ehrenamt ein kleines Aber: Immer häufiger machen Arbeitgeber der Feuerwehr einen Strich durch die Rechnung, befreien die ehrenamtlichen Helfer nicht oder nur ungern von deren Haupttätigkeit, wenn ein Löscheinsatz ausgerufen wird. Carsten hat dies in seiner alten Kompanie bereits erlebt, gleichwohl sind alle Einsätze gut verlaufen.

Entscheidet man sich für Freiwilligenarbeit, ist klar, dass man damit nicht reich wird. Man muss eher investieren, und zwar eine Menge Zeit und Kraft. Peter H. aus Recklinghausen pflegt neben seinem Hauptberuf den Spielplatz seiner Siedlung und macht dies sehr gerne, denn im Gegensatz zu damals ist der Platz jetzt wieder beliebt und vor allem sauber. „Ich habe einmal eine Urkunde verliehen bekommen und natürlich finden die Nachbarsfamilien es gut, dass sich jemand kümmert. Aber es stimmt schon, dass es mit der Ehre oft nicht weit her ist. Mehr als ein Dankeschön und ein nettes Lächeln sind oft nicht drin.“

Eigentlich ein Mini-Job

Dass eigentlich die Stadt sich um den Spielplatz kümmern müsste, statt dessen aber Freiwillige den Job übernehmen, ist zwar ärgerlich für Peter H.. „Im Prinzip habe ich mit der Pflege einen Mini-job, der entlohnt werden müsste.“ Andererseits ist ihm klar, dass sich an der Situation so schnell nichts ändern wird. Überlegungen, eine Vielzahl der kostenlosen Ämter in Vollzeitjobs umzuwandeln, sind unrealistisch und unwirtschaftlich. Das denkt auch Feuerwehrmann Carsten. „Wenn Ereignisse wie Kyrill viele Helfer fordern, dann heißt das noch nicht, dass 365 Tage im Jahr all diese Helfer bezahlt und beschäftigt werden könnten.“

Bleibt das Problem, dass Ehrenamt nicht verpflichtend ist und man nie fest mit den Helfern rechnen dürfte. „Doch das tun viele“, weiß Martin Chan,



Ein Motiv aus der Plakat-Kampagne von „dieGesellschafter.de“

ehrenamtlicher Schiedsrichter und Student in Bochum. „Und man entwickelt ein Gewissen, fühlt sich verpflichtet und wird schnell komplett vom Gratis-Engagement eingenommen.“ Während Privatinstitutionen sich durch ehrenamtliche Helfer teilweise eine „goldene Nase verdienen oder zumindest Ersparnisse haben“, so Martin Chan, sehen die Helfer keinen oder nur wenige Cent – und das, obwohl ohne sie vermutlich das komplette System zusammenbrechen würde.

Man muss es sich leisten können

Soziologisch betrachtet liegt ehrenamtliches Handeln in der Natur des Menschen. Ralf Dahrendorf prägte den Begriff des Homo Sociologicus, in dessen Natur es liegt, nicht rational und zweckmäßig, sondern gesellschaftsorientiert und selbstlos zu handeln. Vor allem im Sportbereich scheint dieses Urbedürfnis jedoch immer knapper zu werden. Der Anreiz ist zu klein. „Es müssten deutlich mehr kostenlose Fortbildungen vom Staat angeboten werden, z.B. Erste-Hilfe-Kurse oder Rettungsscheine, für die zur Zeit noch die Trainer selbst oder der Verein aufkommen müssen“, kritisiert Martin Chan.

Auch Florian Krampe von der Ruhr-Universität Bochum hat als ehemaliges AStA-Mitglied eine deutliche Veränderung beobachtet: „Seit der Einführung von Studiengebühren kommen sowohl dem Campus Radio als auch dem Hochschulsport immer mehr engagierte Freiwillige abhanden. Dauerhaftes ehrenamtliches Engagement funktioniert eben nur, wenn man voll hinter seiner Tätigkeit steht und sich mit der Arbeit identifizieren kann.“ Und vor allem: wenn man es sich leisten kann. Wer alle Zeit und Energie braucht, seinen Lebensunterhalt zu sichern, kann sich oft nicht auch noch zusätzlich ehrenamtlich engagieren.

Ehrenamtsagentur Gelsenkirchen

Damit sich Vereine, Bibliotheken und Tierpflegestationen über Wasser halten können, werden die ausstehenden Arbeiten nicht selten als einmaliges Projekt betitelt, und schon werden zahlreiche Menschen aktiv. Bei diesem einen Mal bleibt es jedoch selten – ganz im Sinne der Organisationen und natürlich auch oft im Sinne der Helfer. Damit das so bleibt, unterstützt die Stadt Gelsenkirchen seit kurzem die Ehrenamtsagentur Gelsenkirchen. Allerdings sollen mit den Tätigkeiten keine professionellen Fachkräfte ersetzt, sondern nur unterstützt werden. Kritiker sehen darin die Gefahr, dass kostenlosen Kräfte die Löhne der Hauptberuflichen drücken könnten und das Ehrenamt somit das gesamte Lohnsys-

tem beeinflusst. Wegfallen darf das Engagement trotzdem nicht, sagt Michael Hannrath-Hanasek von der Gelsenkirchener Ehrenamtsagentur. „Die Bereiche Sport, Seniorenarbeit, Kinder-, Jugendlichen- und Behindertenbetreuung sowie Katastrophenschutz beruhen zum großen Teil auf Ehrenamtlichkeit.“

Für die meisten Helfer zählt das gute Gefühl, etwas Sinnvolles zu tun. Nur ein Bruchteil aller Freiwilligen würde Bedingungen stellen, um für die Arbeit gewonnen zu werden. Umso mehr ehrenamtliche Helfer würden sich dafür freuen, wenn das Ehrenamt in Zukunft höheres Ansehen gewinnt und ihr Engagement zum Beispiel wie mit der Ehrenamts-Card in Hessen honoriert würde (siehe Kasten). Die Vergünstigungen würden den Helfern zwar kein gefülltes Portemonnaie beschern, aber dafür eine kleine finanzielle Brücke schlagen und vielleicht auch wieder mehr junge Leute zur Freiwilligenarbeit bringen. (ah) ■

E-Card: Eine Karte für Freiwillige in Hessen

Die hessische Landesregierung hat gemeinsam mit fast allen hessischen Landkreisen und Städten ein bundesweit einmaliges Anerkennungsinstrument ins Leben gerufen: Menschen, die sich in besonderer Weise für die Gesellschaft engagieren, erhalten als Wertschätzung für diese Arbeit die E-Card - die Ehrenamts-Karte. Die Karte bekommt, wer sich mindestens fünf Stunden pro Woche freiwillig und ehrenamtlich engagiert und sich dieses Engagement vom jeweiligen Verein, Verband oder der Kommune bestätigen lässt.

Inzwischen erhalten 10.000 Freiwillige landesweit 1.000 Vergünstigungen mit der E-Card. Dazu gehören Veranstaltungen aus Spitzensport und Kultur ebenso wie Kinos, Museen, Volkshochschulkurse, Schwimmbäder und andere Freizeiteinrichtungen. In vielen Fällen bedeutet Vergünstigung: Man bekommt zwei Karten zum Preis von einer. Die E-Card gilt landesweit, das heißt, man kann damit alle angebotenen Vergünstigungen an jedem Ort in Hessen in Anspruch nehmen. Daran könnten sich NRW und das Ruhrgebiet ein Beispiel nehmen. ■

► www.e-card-hessen.de

Bürgerschaftliches Engagement im Ruhrgebiet

Überregionale Links

Bürgerschaftliches Engagement in NRW:
► www.engagiert-in-nrw.de

Servicestelle Netzwerk Ruhrgebiet:
► www.be-ruhrgebiet.de

Stiftung Mitarbeit: ► www.mitarbeit.de

Aktion Mensch u.a.
► www.diegesellschaft.de

Bochum
Freiwilligen-Zentrum, Tel. 0234.325 5602
► www.ehrenamt-bochum.de

Dinslaken
Freiwilligenzentrale, Telefon: 02064 / 970642
► www.caritas-dinslaken.de/freiwilligenzentrale/

Dortmund
Freiwilligenagentur, Tel. 0231.501 0600
► www.freiwilligenagenturdortmund.de

Duisburg
Büro für Bürgerengagement der Stadt Duisburg, Tel. 0203.283 2104

Essen
Ehrenamt Agentur, Tel. 0201.451 3580
► www.ehrenamtesen.de

Gelsenkirchen
Ehrenamtsagentur, Tel. 0209.169 3333
► <http://ehrenamt.gelsenkirchen.de>

Hagen
Freiwilligenzentrale, Tel. 02331.184 170
► www.fzhagen.de

Hamm
Freiwilligenzentrale, Tel. 02381.876 0045
► www.freiwilligenzentrale.hamm.de

Hattingen
Freiwilligenagentur, Tel. 02324.393 991

Herne
Koordinierungsstelle „Förderung des Bürgerschaftlichen Engagements“, Tel. 02323.163 548
► www.gesundheit-in-herne.de/buez

Marl
Freiwilligenzentrale, Tel. 02365. 96 030
► www.esm.de/fzw

Mülheim
Centrum für bürgerschaftliches Engagement, Tel. 0208.970 6811
► www.cbe-mh.de

Recklinghausen, Kreis
Netzwerk Bürgerengagement für den Kreis Recklinghausen, Tel. 02361.109 735
► www.netzwerk-buergerengagement.de

Schwerte
Freiwilligenzentrum, Tel. 02304.257 094
► <http://freiwilligenzentrum.schwerte.de>

Kulturhauptstadt Ruhr 2010

Festival des Alltags

ZwanzigZehn – Eine sogenannte Agenda eines Ex-Bundeskanzlers hat diese Jahreszahl geschichtsträchtig gemacht. Doch während das besagte politische Programm und seine personellen Träger inzwischen nur noch selten zitiert werden, könnte dem Ruhrgebiet im Jahre 2010 eine wirklich epochales Ereignis bevorstehen: Kulturhauptstadt Europas! Stadtblatt fragt sich: Was haben wir RuhrgebietsbewohnerInnen eigentlich davon zu erwarten?

Ruhrgebiet vor Rheinland und Westfalen

Angeregt im Jahr 2001 durch die Kulturdezernenten Hans Georg Küppers (Bochum) und Oliver Scheytt (Essen), wurde die Bewerbung des Ruhrgebietes über Jahre entschlossen verfolgt. Schwierig dabei: Nur Städte können Kulturhauptstadt werden, keine Region. So bewarb sich Essen (knappe RVR-Entscheidung vor dem ebenfalls interessierten Bochum) stellvertretend für das gesamte Ruhrgebiet. Die kaum für möglich gehaltene Kooperation in der Region mit 5,3 Millionen Menschen und 53 Bürgermeistern, in der nur zu häufig jeder Einzelkommune Kirchturmspolitik nachgesagt wird, sorgte zunächst für den NRW-Sieg gegen zwei etablierte Kulturstädte des Landes: Köln (Rheinland) und Münster (Westfalen) hatten sich ebenfalls beworben. Schließlich wurde im April vergangenen Jahres Realität, womit auch die Verantwortlichen bis zuletzt wohl nicht wirklich gerechnet hatten: Die EU-Jury wählte Essen in der Endausscheidung gegen Görlitz zur Kulturhauptstadt Europas 2010.

Spätestens seitdem laufen die Vorbereitungen auf Hochtouren. Aus dem anfangs noch dreiköpfigen Bewerbungsteam ist das Kulturhauptstadtbüro der „Ruhr 2010 GmbH“ geworden, die inzwischen 11 MitarbeiterInnen beschäftigt; Tendenz stark steigend. Residierend in einer kernsanierten blaugelben Villa nahe Essener Aalto-Theater und Saalbau, unter einem Dach mit dem „Initiativkreis Ruhrgebiet“, laufen nun unter Leitung der Geschäftsführer Fritz Pleitgen und Oliver Scheytt alle Fäden für das Großereignis hier zusammen.



Fotos: Volker K. Belghaus

Nette Menschen in schöner Umgebung?

Was war entscheidend für diesen Erfolg? Unsere Gesprächspartner Jürgen Fischer (Programmkoordinator der Kulturhauptstadt) und Nadja Grizzo (Marketing / Kommunikation), beide seit den ersten Bewerbungstagen dabei, machen das unkonventionelle Bewerbungskonzept als Erfolgsfaktor aus: Gerade die Ergänzung der traditionellen, hochkulturellen Festivalereignisse durch einen erweiterten Kulturbegriff, der Leben und Alltag der hier wohnenden Menschen aufgreife, habe letztlich den entscheidenden Ausschlag gegeben. Das Konzept der Kulturhauptstadt Ruhrgebiet bedeute eben nicht, Kulisse für „nette Menschen in schöner Umgebung“ zu organisieren, sondern vielmehr die Sichtbarmachung der kulturellen Angebotsvielfalt und Kreativität, mit der hier an „den entscheidenden Zukunftsfragen Europas“ gearbeitet werde.

Grizzo und Fischer verweisen in diesem Zusammenhang auf das Motto „Wandel durch Kultur – Kultur durch Wandel“, welches die Verknüpfung alltagspraktischer Realität mit kulturellen Aktivitäten deutlich mache. Entscheidend für die Umsetzung dieses Kulturanspruches sei die Gründung der Ruhr 2010 GmbH und die Besetzung der Geschäftsführerpositionen mit Personen, die explizit Träger dieses Kulturverständnisses seien, gewesen. Auch einer zu starken programmatischen Einflussnahme kapitalstarker Sponsoren, die aufgrund des höheren Glamour-Effektes vielleicht lieber allein auf hochkulturelle Events setzen würden, wurde durch die GmbH und ihre Aufsichtsratsstruktur entgegengewirkt.

Bauliches Fundament IBA

Wie in kaum einer anderen Region Europas werden im Ruhrgebiet grundlegende Fragestellungen moderner Gesellschaften deutlich: Industrieller

Strukturwandel, Zukunft der Arbeit, demografische Entwicklung, Schrumpfungprozesse, ökologische Probleme, kulturelle Vielfalt: Probleme, die hier gehäuft und wissenschaftlichen Einschätzungen zufolge zum Teil etwa 25 Jahre eher als in anderen Regionen Deutschlands auftreten. Der Ansatz der Kulturhauptstadt Ruhr 2010 möchte dem internationalen Publikum einerseits Möglichkeiten der kul-

Gesellschafter und Budget der Ruhr 2010 GmbH

Regionalverband Ruhrgebiet	(33 %)
Land NRW	(25 %)
Initiativkreis Ruhrgebiet	(25 %)
Stadt Essen	(17 %)

Budget 2007-2011: 48 Mio €

turellen Bewältigung dieser komplexen gesellschaftlichen Herausforderungen aufzeigen, andererseits aber auch bereits erprobte Konfliktlösungsmechanismen der Region präsentieren.

Selbstverständlich spielen dabei die Bauprojekte der Internationalen Bauausstellung Emscherpark (IBA) eine wichtige Rolle: Der Ansatz, industrielle Bauwerke und Gelände der Bevölkerung zugänglich und nutzbar zu machen und insofern zurückzugeben, hat im Ruhrgebiet eine große Anzahl von beachtlichen Orten hervorgebracht, die im Rahmen der Kulturhauptstadt zentrale Begegnungsstätten sein werden: Das Weltkulturerbe Zeche Zollverein in Essen, die Jahrhunderthalle in Bochum, der Landschaftspark Duisburg-Nord, der Gasometer in Oberhausen und viele weitere Kulturdenkmäler bilden das „bauliche Fundament“ der Kulturhauptstadt Ruhr 2010.

Polyzentrische Metropole statt Städtehaufen

Aber auch Neues ist geplant: Die A 40/ B1 wird zum „innerstädtischen Boulevard“, „Land for free“ ermöglicht neuen Siedlern ein Leben in der schrumpfenden Region. Das Bochumer Modellprojekt „Jedem Kind ein Instrument“ wird aufgrund der Kulturhauptstadtentscheidung fürs Ruhrgebiet auf

die gesamte Region ausgeweitet. Wohltäter hier: Die Bundeskulturstiftung und nicht etwa Herr Rüttgers, wie der Anschein entstehen könnte.

Mittlerweile wurden schon mehr als 450 Projektideen eingereicht. Alle werden daraufhin bewertet, inwiefern sie mit dem konzeptionellen Ansatz kompatibel sind, menschenorientierte Konfliktlösungsmechanismen in der dezentralen Metropole aufzuzeigen. Denn dies ist es, was das Ruhrgebiet in den Augen der Kulturhauptstadtmanager so einzigartig macht: Die dezentrale Struktur, die Vielfalt an Kompetenz, die Regelungs- und Interessenvielfalt. „Aus dem Städtehaufen soll eine polyzentrische Metropole werden“ bringt Jürgen Fischer die Sache auf den Punkt.

Die Kulturhauptstadt bietet die einzigartige Gelegenheit, diese Herausforderung konzentriert und gemeinsam anzugehen. Dem internationalen Publikum solle gemäß dem Vertriebsmotto „One face to the customer“ ein gemeinsamer Auftritt präsentiert werden. Zusätzlich wird den Städten des Ruhrgebietes durch dieses Großvorhaben ein Kooperationsfeld geboten, das für bestehende Herausforderungen Modellcharakter haben kann: Zu denken ist beispielsweise an gemeinsame Flächennutzungspläne, abgestimmte strategische Wirtschaftsentwicklung, gemeinsame Verkehrssysteme usw..

Eine Investition von 48 Mio. Euro

Was ist also zu erwarten? In jedem Falle einiges an Rummel und Tourismus, wahrscheinlich ein gutes Stück Wirtschaftsförderung, vielleicht eine Bereicherung unseres Lebensgefühls und hoffentlich ein Lehrstück für die Möglichkeiten eines gemeinsamen Vorgehens der Revierstädte. Ein symbolischer Anfang ist dazu auch schon gemacht: „Glück auf!“ sagten alle 53 BürgermeisterInnen bei der Begrüßung der EU-Jury in der Bochumer Jahrhunderthalle wie aus einem Munde, erinnert sich Nadja Grizzo. Ach ja: Kulturveranstaltungen soll es auch geben. Ganz viele. Vielleicht sogar ein Projekt von Peter Sellars ...

Glück auf! (gs)

Menschen und Macher der Ruhr 2010 GmbH

Aufsichtsratsvorsitzender:
Dr. Werner Müller, RAG-Vorstandsvorsitzender und Moderator des Initiativkreises Ruhrgebiet,

Stellvertretender Aufsichtsratsvorsitzender:
Dr. Wolfgang Reiniger, OB der Stadt Essen.

Vorsitzender des Arbeitsausschusses:
Kulturstaatssekretär Hans-Heinrich Grosse-Brockhoff

Vorsitzender der Geschäftsführung:
Dr. Fritz Pleitgen (steht nach dem Ende seiner Intendanz beim WDR der Ruhr 2010 GmbH seit dem 1. April 2007 voll zur Verfügung)

Zweiter Geschäftsführer:
Dr. Oliver Scheytt, Kulturdezernent der Stadt Essen

Künstlerische Direktoren, die einzelne Programmbereiche verantworten:

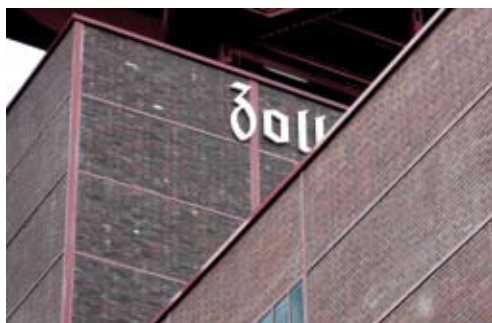
Prof. Karl-Heinz Petzinka, Architekt
Themenfeld „Stadt der Möglichkeiten“

Steven Sloane, Generalmusikdirektor Bochumer Symphoniker
Themenfeld „Stadt der Künste“

Asli Sevindim, Journalistin und Autorin
Themenfeld „Stadt der Kulturen“

Prof. Dieter Gorny, Musiker, Musik- und Medienmanager
Themenfeld „Kreativwirtschaft“

► www.ruhr2010.de



Eines für alle

Die Präsentation des „Community-Logos“

„Das kann sich ihre Oma auf die Bettwäsche drucken!“ antwortet Oliver Scheytt auf die hartnäckige Frage eines Journalisten, wer denn nun wie welches Logo benutzen dürfe. Der Umgang mit den Logos ist in der Tat etwas erklärungsbedürftig, aber beginnen wir am Anfang. Da warten die Journalisten auf das Erscheinen der Geschäftsführer Pleitgen und Scheytt, die andernorts noch die Neubau-Pläne des Folkwang-Museums vorstellen. In der Zwischenzeit verteilt Tilmann Meuser von der Werbeagentur CP Compartner Joghurt-Gums mit Cappuccinogeschmack. Ebenso künstlich wirkt dann auch die Aufregung der Fotografen, als Pleitgen und Scheytt den Raum betreten. Für die nächsten zehn Minuten verlieren sich die drei Protagonisten hinter einer Wand aus drängelnden und rufenden Körpern; gerade so, als wolle Pleitgen seine Kanzlerkandidatur ankündigen. Dabei geht es lediglich um die Präsentation des überarbeiteten und erweiterten Logos.

Aus „Ruhrgebiet 2010“ wird „Ruhr 2010“. Neben der bekannten „Dachmarke“, dem farbigen, netzwerkartigen Ruhrgebietsumriss, wird es zwei weitere Varianten geben: Das „Städte-Logo“, dem der Name der jeweiligen teilnehmenden Revier-Stadt zugefügt wird, und schließlich das „Community-Logo“. Letzteres besteht aus der Zeile „RUHR.2010“ und kann von all denen genutzt werden, die das eigentliche Kapital der Kulturhauptstadt sind: Der Bevölkerung des Ruhrgebiets. Mit diesem „eigenen“ Logo kann sich jeder zur Kultur bekennen, ob Vereine, Taubenvatters Jupp oder die eingangs erwähnte Oma. Das Logo kann unter www.ruhr2010.de angefordert werden.

Einerseits ist dieser Aspekt der Gemeinschaftsbildung lobenswert, andererseits soll es die optimale Vermarktung der „RUHR.2010“ sicherstellen. Mit dem frei zugänglichen „Com-

munity-Logo“ soll die farbige „Dachmarke“ geschützt werden, damit 2010 nicht eine Flut von Billig-Merchandising das Revier überflutet. Das Geld will die „RUHR.2010“ verständlicherweise lieber selbst verdienen. Und so rechnet Tilmann Meuser dann auch den „Wert“ des Logos vor, welcher aber in diesem Moment auf den finanziellen Aspekt beschränkt bleibt. Pleitgen hält sich derweil angenehm zurück, überläßt Oliver Scheytt das Reden und spricht von einem „dynamischen Prozess“, zeigt sich „überzeugt vom Logo“ und verbreitet so eine heimelige Sonntagsmittag-Pressclub-Stimmung.

Am Ende, nach abermaligem Geblitze und Geschiebe, bricht Hektik aus, man sammelt sich zum Aufbruch. Die nächsten Termine warten. Es gibt viel tun. (vkb)

RuhrTriennale 2007

Zwischen Mittelalter und Neuzeit

Die RuhrTriennale unter Jürgen Flimm geht in die letzte Runde: Die dritte Saison startet am 1. September in der Bochumer Jahrhunderthalle und endet am 14. Oktober. Nach Romantik und Barock konzentriert sich das künstlerische Programm der Saison 2007 auf die Epochenschwelle zwischen Mittelalter und Neuzeit. Autoren, Regisseure und Musiker sind eingeladen, die Zukunft im Rückblick zu erobern: Überlieferte Mythen und Legenden treffen auf moderne Fiktionen, König Artus auf die Avatare der virtuellen Welt, Aber- und Irrglauben auf die Illusionsbereitschaft der Gegenwart.

Neben vielen spannenden Uraufführungen und Produktionen, wird es in dieser Spielzeit zum ersten Mal eine Wiederaufnahme bei der RuhrTriennale geben: David Pountney und Steven Sloane richten nach dem riesigen Erfolg im letzten Jahr noch einmal „Die



Fotos: Clärchen und Hermann Baus

Soldaten“ für fünf Vorstellungen in Bochum ein. Schauplätze des internationalen Festivals der Künste sind die herausragenden Industriedenkmäler des Ruhrgebiets, die in spektakuläre Aufführungsorte für Musik, Theater, Literatur und Tanz verwandelt werden. Dabei stehen die Kreationen im Zentrum – Produktionen, die genreübergreifend den Dialog mit ihren Aufführungsorten suchen: Schauspiel und Oper verbinden sich in ehemaligen Maschinenhallen und Kokereien mit innovativen Entwicklungen der bildenden Kunst, der Pop- und Konzertmusik.

RuhrTriennale: 1. September bis 14. Oktober

Das komplette Programm der Saison 2007 wird am 26. April veröffentlicht, gleichzeitig beginnt der Vorverkauf

Ticket-Hotline 0700.20 02 34 56

► www.ruhrtriennale.de

stadtblatt: online

www.stadtblatt-ruhr.de

Die große Nacht der Industriekultur - ExtraSchicht am 2. Juni

Entdecken. Erleben. Bewegen.

Von 18 Uhr abends bis 2 Uhr morgens verwandeln Tänzer und Artisten, Musiker und Schauspieler, Licht- und Zauberkünstler die ehemaligen Industrieanlagen des Reviers in Orte der Kunst und der Begegnung. Fünf Drehscheiben werden als besondere Anziehungspunkte und als zentrale Verkehrsknoten für den nächtlichen Kulturtrip eingerichtet: der MüGa-Park in Mülheim, das UNESCO-Weltkulturerbe Zollverein in Essen, der Zukunftsstandort Ewald in Herten, das Deutsche Bergbau-Museum Bochum und der Dortmunder Hafen. Der Bochumer Autor und Kabarettist Frank Goosen ist Pate der diesjährigen ExtraSchicht und mit einem Weblog auf www.extraschicht.de vertreten.

„Gerade vor dem Hintergrund des jetzt absehbaren Endes des Bergbaus im Ruhrgebiet sind seither alle Augen auf innovative Zukunftstechnologien gerichtet. So steht auch die ExtraSchicht in erster Linie nicht für museale Industriekultur, sondern für das zukunftsorientierte und moderne Ruhrgebiet“, erklärt Erich Auch, langjähriger künstlerischer Leiter der ExtraSchicht, der das Programm zusammengestellt hat. Daher ist es nicht überraschend, dass die Drehscheibe Zollverein am Tag der ExtraSchicht gleichzeitig Schauplatz einer internationalen Umweltechieausstellung anlässlich der EU-Umweltministerkonferenz ist.

Die Drehscheiben

Zum Beispiel Zukunftsstandort Ewald: Am Fuße der Halde Hoheward im Emscher Landschaftspark steigt unter dem Namen „Turbulenz“ ein spektakuläres Festival der Luftskulpturen. Neben diesen Kunstwerken in der Luft machen weitere Windobjekte den Blick nach oben nötig.

Eine Lichtausstellung und ein Parcours für Wasserstoffräder ergänzt die ExtraSchicht-Nacht um weitere innovative Besonderheiten. Zum großen mitternächtlichen Finale werden die Kunstwerke der Lüfte gekonnt illuminiert und pyrotechnisch inszeniert.

Zum Beispiel Hafen Dortmund: Zur ExtraSchicht wird der Alltag am Kanal mit einem großen Hafenfest für die Besucher erlebbar inszeniert. Alle am Hafen Beteiligten werden dazu in Aktion sein. Gastronomisches Zentrum ist das karibische Solendo, wo man nach Hafen-Parcours und -Rundfahrt eine ExtraSchicht am Strand einlegen kann. Als großes pyrotechnisches Finale wird das europaweit führende Wassertheater „Ilotope“ aus Südfrankreich mit dem Programm „Water fools“ eine „Parade der Unmöglichkeiten“ aufführen.

Mobil zwischen Köln und Unna

Ein ausgefeiltes Mobilitätskonzept bringt die ExtraSchicht-Besucher mit Bus und Bahn in Bewegung. Eine Kombination aus Shuttle-Bussen und deutlich höher getakteten S-Bahnen sorgt für direkte und schnelle Verbindungen zwischen den Drehscheiben und Spielorten. Durch die Zusammenarbeit des Verkehrsverbunds Rhein-Ruhr (VRR) mit den lokalen Verkehrsunternehmen haben die Inhaber des ExtraSchicht-Tickets am 2. Juni und bis 7 Uhr am 3. Juni freie Fahrt. ■

Tickets und weitere Infos unter

- ▶ www.extraschicht.de
- ▶ www.ecotec2007.de



Frank Goosen ist Pate der diesjährigen Extraschicht

Umweltausstellung ECOTEC

Parallel zur ExtraSchicht ist das Welterbe Standort der EU-Umweltministerkonferenz im Rahmen der deutschen EU-Ratspräsidentschaft im ersten Halbjahr 2007. Unter dem Leitmotiv „Ecotec“ präsentieren alle EU-Mitgliedsstaaten vom 1.-3. Juni jeweils zwei innovative Beiträge. Eine interaktive Ausstellungsform macht die Innovationen für die Besucher zu einem Erlebnis. Zahlreiche Technologieunternehmen, Forschungsinstitute und Schulen sind daran beteiligt. Abgerundet wird die Ausstellung durch ein darauf zugeschnittenes Programm der Stiftung Zollverein, u.a. mit der WDR-Experimentiershow „Kopfball“ sowie Theater- und Kabarettaufführungen der Folkwang-Hochschule.

Ecotec richtet sich insbesondere an die sogenannten Normalbürger, an Verbraucher und Hauslebauer, an Lehrer, SchülerInnen, an Familien und an technikbegeisterte Senioren. Umweltechie zum Anfassen: So können sie sich beispielsweise über die Funktion einer Solartankstelle informieren, die vor Ort einen Elektro-Skooter mit Strom versorgt.

**zügig
bussig
bahinig**

www.evag.de - EVAG-Obj. fahrerlos

EVAG
WIR BEWEGEN ESSEN ■■■■■

The same procedure as every tour Joan Baez in Bonn

„Die Putzfrau fürs Gewissen“ wurde sie schon vor 25 Jahren von der deutschen Presse genannt, und sie hat immer noch nicht genug davon, diese Aufgabe wahrzunehmen. Besucher aus dem Rheinland und dem Ruhrgebiet füllten die Bonner Beethovenhalle am 24. März jedenfalls zuhause, um Joan Baez einen Abend lang zuzuhören. Und sie bekamen Songs von Bob Dylan, Bob Dylan, Bob Dylan, Steve Earle, Elvis Costello, Konstantin Wecker (in deutsch!) und Bob Dylan zu hören. Wie schon auf ihrer aktuellen CD-Veröffentlichung „Ring Them Bells“ (Proper/Rough Trade) - einer Doppel-CD mit einem Live-Mitschnitt aus dem Jahre 1995 mit so illustren Gästen wie Mary Chapin Carpenter, Kate & Anna McGarrigle und Baez' Schwester Mimi Farina - ist sich Joan Baez nicht zu schade, immer und immer wieder die gleichen Lieder zu spielen: „Farewell Angelina“, „Sweet Sir Galahad“, „With God On Our Side“, „Sag mir, wo die Blumen sind“.

Das alles erledigt sie aber mit soviel Charme und Einfühlungsvermögen, Anmerkungen zum deutschen Publikum inklusive, dass man ihr einfach nicht böse sein kann. Dem Motto „Give the



Foto: Ralf Bindel

people what they want“ scheint sich Joan Baez verpflichtet zu fühlen - vielleicht macht es ihr aber auch einfach Spaß. Behutsame Modernisierungen, zum Beispiel ein hervorragendes neues Arrangement von Leonard Cohens „Suzanne“, neben ihrem eigenen Klassiker „Diamonds And Rust“ der Höhepunkt des Konzerts, sind da durchaus mit inbegriffen. Zwei Gitarristen sorgten für einen weichen, warmen Sound, doch einen beträchtlichen Teil des Abends bestritt Joan Baez im Alleingang. Da waren dann alle gestalterischen Elemente der letzten dreißig,

vierzig Jahre, für die sie das mit ihr in die Jahre gekommene Publikum so liebt: Regierungskritik („Send our troops home“), der Acapella-Song, die Bob-Dylan-Imitation. Erstaunlich indes, wieviele Menschen im Publikum sich bemüht fanden, ihrer Heldin Blumensträuße zu überreichen. Der Stadtblatt-Reporter hat vier gezählt - da fühlte man sich fast in selige ZDF-Hitparadenzeiten zurückversetzt. Letzte Zugabe „Sind so kleine Hände“ - was ist eigentlich aus Bettina Wegener geworden? -, stehende Ovationen. (rt)

FreizeitLust im Doppelpack

Das Rhein-Ruhr-Gebiet hat einiges zu bieten: Viele interessante Orte gibt es zu entdecken, zahlreiche Veranstaltungen laden täglich die Besucher ein. In dieser Vielfalt ist es nicht immer leicht, den Überblick zu behalten. Hier hilft die aktuelle Ausgabe der Broschüre FreizeitLust des Verkehrsverbundes Rhein-Ruhr weiter: Sie bündelt kompakt alle Sehenswürdigkeiten, kulturellen Einrichtungen und Ausstellungen sowie Veranstaltungen aller Art.

Auf zwei Bände aufgeteilt bietet der Freizeitführer eine optimale Übersicht: Der Band „Rhein-Ruhr lockt!“ gibt Tipps, wo die schönsten Industriedenkmäler, Schlösser oder Museen zu finden sind. In einem weiteren Kapitel werden kulturelle Begegnungsstätten vorgestellt, die zum Dialog einladen. Um einen Hindu-Tempel zu sehen, muss man nicht unbedingt nach Indien fahren: Der nächste ist mit Bus und Bahn in Hamm zu erreichen.

Im zweiten Band der FreizeitLust „Wann? Was? Wo?“ finden Unternehmungslustige nach Datum sortiert alles, was Spaß und gute Laune macht. Der Terminkalender führt alle interessanten Veranstal-

tungen auf, die die Region von März bis September 2007 zu bieten hat.

► www.vrrr.de

Jetzt kostenlos anfordern!

Die FreizeitLust ist in allen KundenCentern erhältlich und kostet 3,50 Euro. Um die Broschüre kennen zu lernen, können Interessenten sie jetzt kostenlos beim VRR anfordern. Dieses Angebot gilt, solange der Vorrat reicht. Schreiben Sie dazu eine Postkarte an:

Verkehrsverbund Rhein-Ruhr
Stichwort: FreizeitLust
Augustastraße 1
45879 Gelsenkirchen



Die „Blue Man Group“ ist da: Kindergeburtstag in Oberhausen



Foto: Ken Howard

Man fühlt sich dieser Tage beobachtet. Auf der Straße und bei der Zeitungslektüre wird man von drei blauen, kahlköpfigen Männern angestarrt. All jenen, denen das unangenehm ist, sei gesagt: Die tun nichts, die wollen nur spielen. Die „Blue Man Group“ rührt derzeit kräftig die Werbetrommel für ihre Musik- und Comedyshow in Oberhausen. Das Trommeln sind sie ja gewohnt, ist das doch der Hauptbestandteil der Show.

Matt Goldman, Phil Stanton und Chris Wink entwickelten Ende der 80er Jahre in New York die Instrumente, jene aus PVC-Röhren bestehende Klangkörper, malten sich blau an und ertrommelten sich auf einer Kellerbühne den Ruf als „Geheimtipp“. Die Subkultur liebte die unkonventionellen Shows und ließ sich gern in dem engen Theater mit Farbe bespritzen. Die „Blue Men“ schlugen mit Trommelstöcken auf mit Farbe gefüllte Fässer ein, die so über Bühne und Publikum verteilt wurde. Die „Blue Man Group“ war der Gegenpol zu den Broadway-Glitzer-Shows und einem nach Meinung der Erfinder zu ernstem Kulturbegriff. Die „Blue Man Group“ war neu, anders und unverwechselbar.

Entertainment-Industrie

Heute gibt es mehr als vierzig „Blue Men“ weltweit, das Unternehmen beschäftigt 500 Mitarbeiter. Die Shows finden mittlerweile in teilweise eigens errichteten Hallen in Las Vegas, Chicago, Amsterdam und London statt und sind Teil der Entertainment-

Industrie geworden. In Deutschland wird die „Blue Man Group“ von der Firma Stage Entertainment organisiert, die auch für Musicals wie „Mama Mia“ verantwortlich ist. Nach Berlin nun also Oberhausen. Direkt am CentrO, im umgebauten Metronom-Theater, wurde so ein weiterer touristischer Anziehungspunkt geschaffen, der sich den ohnehin starken Publikumsverkehr und die dichte Infrastruktur der Region zu Nutze macht.

Das CentrO hat ein Einzugsgebiet bis weit über die Grenzen des Ruhrgebiets hinaus, selbst aus Holland und Belgien kommen die Reisegruppen. Da im nahen Essen das Musical „Das Phantom der Oper“ ausgelaufen ist, hofft man nun Oberhausen zum Anziehungspunkt für das musical- und eventbegeisterte Publikum machen zu können. Zwar lobhudelt sich die Produktionsfirma selbst mit knapp 200.000 verkauften Tickets auf „Recordniveau“ und auch die Flyer sparen nicht an Superlativen. Aber ob der klassische Musical-Besucher, der gefühlige Balladen erwartet, von der „Blue Man Group“ begeistert sein wird, muss sich erst erweisen.

Popcorn-Event mit Bananenbrei

Bedenkt man die Anfänge der Gruppe, sieht man sich nun einer medial-aufgepumpte, globalisierten Version des ehemaligen Subkultur-Theaters gegenüber. Ähnlich wie Las Vegas taugt das kulissenhafte Einkaufszentrum CentrO optimal als Aufführungsort: Groß, laut und aufdringlich, genau wie das,

was dann 105 Minuten als Show über die Bühne gebrettert wird. Wer sich in der Konsumhölle der „Coca-Cola-Oase“ des CentrO wohlfühlt, wird die „Blue Man Group“ lieben. Man muß einen eigenen, pubertären Humor mitbringen, denn das, was nach dem knalligen Intro folgt, ist ein einziger, riesiger Kindergeburtstag. Die „Blue Men“ benehmen sich wie Halbwüchsige, die endlich mal die Sau rauslassen dürfen, und dafür auch noch eine Bestätigung durch Applaus ernten.

Da wird mit Farbe gespritzt, angespeichelte Marshmallows werden wieder ausgespuckt und als Kunst tituiert, außerdem wird mit vorgeblich „verdautem“ Bananenbrei herumgematscht. Scheint so, als erlebten die Protagonisten und das teilweise entfesselte Publikum einen Rückfall in ihre anale Phase. Zwischen Ekel-Comedy und Percussion-Rock werden die Zuschauer immer wieder animateurhaft zum Klatschen, Johlen und Mitsprechen sinnfreier Parolen aufgefordert. Angereichert wird das Ganze mit populärwissenschaftlichen Animationen über Genetik und Internet, welches dann aber doch wieder mit der Kanalisation verglichen wird. Da helfen auch die eingestreuten Jackson Pollock- und Yves Klein-Zitate auch nicht, in der „Blue Man Group“ einen nachhaltigen Beitrag zur Kunst zu sehen. Man erlebt einen reinen Popcorn-Event, der außer Unterhaltung wenig will. Aber man kann sich ja auch unter seinem Niveau amüsieren. (vkb) ■



Foto: Ken Howard

Lohnenswertes Engagement

Das Naturfreibad in Wetter

Die wunderschöne Lage am Harkortsee, übrigens direkt am Ruhrtal-Radweg gelegen, und der Sprungturm sind damals wie heute die Attraktionen des Bades in Wetter an der Ruhr am südlichen Rand des Ruhrgebiets.



Bis Anfang der 1960er Jahre wurde im Harkortsee gebadet. Der Sprung vom 10-Meter-Turm endete in den Fluten des Harkortsees. Mit dem Neubau des Chlorbades im Jahr 1963 wurde das direkte Baden im Harkortsee aufgegeben. Dafür entstanden andere Attraktionen - Sprungturm, Babybecken, Rutschen. Irgendwann kam das Freibad in die Jahre und bedurfte einer grundlegenden Neugestaltung. 2004 übergab die Stadt Wetter das Freibad an einen privaten Trägerverein, der sich gegründet hatte, um das Freibad zu erhalten. Daraufhin wurde eine Kooperation zwischen diesem Trägerverein namens „Unser Freibad am See Wetter (Ruhr) e.V.“, dem Regionalverband Ruhr und der Stadt Wetter ins Leben gerufen. Gemeinsam wurde das Freibad in ein Naturbad umgebaut. Im letzten Sommer war die Eröffnung.

Preiswürdig: „Der Heinrich“

Das Interesse an dem Naturfreibad war von vornherein sehr groß und erhielt auch überregionale Anerkennung. U.a. wurde dem Trägerverein „Der Heinrich“ verliehen, das ist der Ideenpreis der Heinrich Böll Stiftung NRW. Dieser Preis würdigt u.a. neue bürgerschaftliche Teilnehmungsformen, modellhafte Kooperationen sowie nachhaltige Projekte, die soziale, ökologische und kulturelle Aspekte berücksichtigen. Begründet wurde die Verleihung des „Heinrichs“ wie folgt: „Strandähnlich inszenierte Ufer wecken Urlaubsgefühle. Ökologie und

Ästhetik sind in Wetter kein Widerspruch. Die ökologische Wasseraufbereitung erfolgt mit einem ‚Nep-tun-Filter‘. Bei diesem schicken Pumpen je nach Belastung genau abgemessene Mengen Wasser in die Filteranlage, wo Schichten aus Kies wie eine biologische Kläranlage wirken. Zurück ins Bad kommt das Wasser auf ästhetische Weise durch eine Art Springbrunnen. Seit 2004 betreibt der Verein das Bad ehrenamtlich, trotzdem zieht sich die Gemeinde Wetter nicht vollständig aus der Verantwortung, was in der aktuellen Bäderdiskussion nicht mehr überall selbstverständlich ist.“

Eines der Hauptcharakterisierungsmerkmale von Naturbädern ist das Reinigungssystem des Wassers. Es basiert auf rein biologischen und physikalischen Reinigungsmechanismen, arbeitet völlig ohne Desinfektionsmittel wie Chlor und wird mit Grundwasser gespeist. Das ungewöhnliche und innovative an dem Projekt ist, dass bei diesem natürlichen Wasserreinigungsverfahren klares, ungetrübtes Wasser sogar bei einer Wassertiefe von vier Metern erreicht wird. Das Beckenwasser wird mit einer Solaranlage und der Abwärme eines Blockheizkraftwerkes umweltfreundlich auf angenehme Temperaturen erwärmt.

Ein schönes Vorbild

Neben dem Bau eines 1200-Quadratmeter-Filters wurden die früheren Stärken des Freibades wieder

zu neuem Leben erweckt: Großflächige Liegewiesen mit Blick auf den See, ein Strandbereich sowie natürliche Werkstoffe in der Umgebung der Becken. Der Sprungturm wurde zu einem Sprungfeld umgestaltet. Von den Filterflächen aus wird geklärtes Wasser über einen attraktiven Wasserfall in das Schwimmerbecken zurückgeführt. Für die Kleinkinder wurden ein Matschbereich und eine Wasserbaustelle an den Nichtschwimmerbereich angegliedert, und es gibt einen sehr beliebten Strömungskanal mit Grotte. Das Bad in Wetter hat sogar schon Nachahmer gefunden: Dortmund plant das sanierungsbedürftige Freibad „Froschloch“ zu einem Naturbad umzubauen. (bu)

Ab dem 28. April ist das Naturfreibad Wetter wieder geöffnet: Montags bis freitags von 13 bis 20 Uhr, an Wochenenden, Feiertagen und in den Ferien von 9 bis 20 Uhr. Tageskarten für Kinder und Jugendliche kosten 1,50 Euro und für Erwachsene 3 Euro.

Naturfreibad Wetter
Gustav-Vorsteher-Str. 36, 58300 Wetter
Tel. 02335.970 78-0

► www.tv-freibad-wetter.de

Café Bistro Sub Tilia

Mittelstr. 1, 46514 Schermbeck
Tel./Fax: 02853-448434 www.sub-tilia.de



Öffnungszeiten:
Dienstag bis Freitag
09:00 bis 18:00 Uhr
Samstag Sonn- und
Feiertag
10:00 bis 18:00 Uhr

Wir verwöhnen Sie mit Köstlichkeiten in gemütlicher, rauchfreier Atmosphäre. Fair gehandelter Kaffee, großes Teeangebot, hausgemachte Kuchen, Kunstausstellungen

Kreis Recklinghausen

Neue Themenroute „Industriekultur an der Lippe“

Das Alte Schiffshebewerk Henrichenburg in Waltrop, das Kanalkreuz Datteln, die Quarzwerke Haltern, der Chemiepark Marl und das Bergwerk Fürst Leopold in Dorsten - das sind nur einige der zahlreichen Sehenswürdigkeiten im Kreis Recklinghausen zu denen die neue Themenroute „Industriekultur an der Lippe“ führt. Sie werden alle in der neuen gleichnamigen Broschüre des Regionalverbandes Ruhr (RVR) vorgestellt.

Neben zahlreichen Hintergrundinformationen bietet der touristische Führer Angaben zu Öffnungszeiten und ÖPNV-Verbindungen, wichtige Telefonnummern und Internet-Adressen.

Die Broschüre ist für 3,50 Euro im Buchhandel erhältlich oder kann im Online-Shop des RVR unter ► www.rvr-online.de bestellt werden.

Reiten mit *Légèreté* - mit Leichtigkeit

Entlang der Ruhr gibt es ungezählte Ställe, Pferde und Reiter. Ausdruck dieser Begeisterung sind etwa das große Reitturnier in der Dortmunder Westfalenhalle oder die Messe Equitana in Essen - Veranstaltungen, zu denen hunderttausende Besucher strömen. Alles andere als eine Massenveranstaltung ist das, was sich seit Sommer 2005 „Arbeitskreis Légèreté“ nennt und sein Zentrum in Bochum hat.

In ihm hat sich eine kleine Gruppe von Reiterinnen zusammen gefunden, die auf der Suche war: Nach einer neuen Art der Ausbildung von Pferden - und der eigenen reiterlichen Entwicklung.

und die überzeugt davon waren, dass es einen anderen Weg geben müsse.

Ein kleiner Kreis scharte sich um eine Trainerin, die einen anderen Weg gefunden hatte: *Légèreté*, also Leichtigkeit. Ein Prinzip, das sich von den alten französischen Reitmeistern ableitet und sich fundamental von der englisch-deutschen Methode unterscheidet. Die Pferde werden „klassisch“ ausgebildet, inspiriert etwa von François Baucher oder neuen Meistern wie Jean-Claude Racinet und Bent Branderup. Anders ist dabei nicht nur die Technik, sondern auch die Ein-



etwas nicht verstanden oder verstehen können. Das Pferd soll in seiner Schönheit erhalten werden, es geht um Reitkunst.

Alle, die diesem Arbeitskreis inzwischen angehören, können von erstaunlichen Entwicklungen berichten. Gelegenheit dazu bieten etwa der regelmäßige Stammtisch, Workshops oder der Austausch auf der Homepage. Erstmals veranstaltet der Arbeitskreis ein Seminar mit einem ganz Großen der Reitkunst: Der französische Reitmeister Jean-Claude Racinet kommt erstmals ins Ruhrgebiet – er lehrt vom 4. bis 7. Oktober in Bochum. (Anne Schach)

**„Die Dressur ist für das Pferd da, nicht das Pferd für die Dressur“
(Bent Branderup)**

Reiterinnen, die nicht nach Schleifen und Pokalen gieren und bereit sind, dafür die Gesundheit ihres Pferdes zu opfern - das „Turnierpferd“ hat eine durchschnittliche Lebenserwartung von nur achteinhalb Jahren. Reiterinnen, die genug hatten von einem standardisierten Unterricht, in dem jedes Pferd über den selben Kamm geschoren wird,

stellung zum Pferd. Es ist Partner und soll Spaß an der Arbeit und Vertrauen zum Reiter haben. Es soll weder physisch noch psychisch überfordert werden, damit es gesund bleibt und möglichst lange lebt. Dazu ist es nötig, verantwortungsbewusst, geduldig und positiv mit dem Pferd umzugehen. Und wenn es eine Lektion nicht ausführt, dann hat es

► www.arbeitskreis-legerete.de

THINK!

größte Auswahl im Ruhrgebiet



www.think-in-ge.de

c/o Wörishofener Kräuterhaus
Hauptstrasse 10 - 45879 Gelsenkirchen
T 0209 - 2 12 44

Landhaus HARBECKE

Westfeld/Hochsauerland

TEL. 02975 96700

ÜF AB 33 €



Wandern
Ski fahren
Ayurveda
Kosmetik
Massagen

Ruhig, tolles Panorama

WWW.LANDHAUS-HARBECKE.DE

Aktivurlaub und Gruppenreisen

Winter: Husky / Langlauf

Sommer: Kanu / Wandern

Familien: Erlebnisreisen



 RUCKSACK REISEN

Tel. 0251-871880

www.rucksack-reisen.de

Yoga, Pilates und Qigong

Lust an Bewegung und Wohlbefinden

Während Rückenbeschwerden, Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Übergewicht in Deutschland aktuell zu den wichtigsten Zivilisationskrankheiten zählen, fröhen noch immer viele Bewegungsmuffel einhellig und beharrlich ihrem Lebensmotto „Sport ist Mord“. Dabei ist längst klar: Der Mensch braucht Bewegung, er ist durch seine physische Konstitution geschaffen für den Wechsel zwischen Gehen, Stehen, Sitzen und Liegen. Wer jedoch – wie derzeit etwa 17 Millionen Menschen in Deutschland – seinen Arbeitsalltag im Büro am Schreibtisch und seine Freizeit vor dem Fernseher oder dem Computer verbringt, dem fehlt ein Ausgleich an Aktivität, der entfremdet sich zunehmend von seinem Körper und wird anfälliger für Krankheiten.

Wer also genug hat von einem Leben auf dem Sofa, jedoch kein Interesse an Schwimmen, Joggen oder Radfahren, dem bietet sich gleichwohl ein bemerkenswertes Angebot an alternativen Sport- und Bewegungsmöglichkeiten, bei denen die Lust an der Bewegung und am Wohlbefinden im Vordergrund steht. Bei Yoga, Pilates und Qigong handelt es sich um sanfte Methoden, bei denen die einzelnen TeilnehmerInnen dort abgeholt werden, wo sie stehen, und die Übungen so ausführen, dass persönliche Grenzen bewusst ausgelotet und respektiert wer-



den. Während alle drei Methoden zum Teil ähnliche Trainingseffekte erzielen – nämlich einen Gewinn an körperlicher Flexibilität und Entspannung sowie eine deutliche Kräftigung der Muskulatur –, so unterscheiden sie sich doch sehr stark in Bezug auf ihren (philosophischen) Ursprung und auf Form und Inhalt der einzelnen Übungen.

Yoga – Balsam für die Seele, Fitness für den Körper

Die heutigen Yoga-Formen gehen auf die Jahrtausend alte, indische Philosophie zurück. Ursprünglich ist Yoga, was in Sanskrit soviel heißt wie „Vereinigung“, ein spiritueller Weg, der zur Erleuchtung führen soll. Der menschliche Körper gilt als heilig, weil er die Seele beherbergt. Die positive Wirkung der körperlichen Übungen auf das allgemeine Wohlbefinden hat man erst mit der Zeit erkannt und weiter entwickelt. Yoga ist ausdrücklich keine Religion: Ziel ist es, Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen. Praktiziert werden heute sowohl dynamische, eher körperbezogene Yoga-Techniken, wie z.B. Hatha- oder Power-Yoga, als auch ruhige, eher meditative Techniken, wie z.B. Raja-Yoga. Jede Yoga-Stunde besteht üblicherweise aus Yoga-Haltungen (Asanas), Atemübungen (Pranayama) und einer Phase der Tiefenentspannung bzw. Meditation.

Wer regelmäßig Yoga übt, kann unterschiedliche positive physische und psychische Effekte bei sich beobachten: Die Durchblutung verbessert sich, Stressphänomene wie Schlafstörungen, Verspannungen, Kopf- und Rückenschmerzen werden gelindert. Darüber hinaus hat Yoga eine beruhigende und ausgleichende Wirkung, so dass das regelmäßige Üben beispielsweise Angst- und Panikattacken entgegenwirken kann. „Aufgrund des ganzheitlichen, philosophischen Ursprungs eignet sich Yoga vor allem für Menschen mit einem Bedarf an Ruhe, Entspannung und vor allem Spiritualität“, erklärt Swantje Schlenger, Yoga-Lehrerin und Fachsportlehrerin für Gesundheit und Fitness im Gesundheitszentrum „Vita Sport“ in Duisburg.

Pilates – Gymnastik mit hohem Entspannungsanteil

Wer weniger spirituellen Ausgleich sucht, sondern ein systematisches Ganzkörpertraining zur Kräftigung der Muskulatur, der ist im Pilates-Unterricht gut aufgehoben. Pilates ist eine relativ junge Methode, die von dem deutschen Turner, Taucher und Boxer Joseph Pilates zur Zeit des ersten Weltkrieges auf der Basis von Yoga begründet wurde. Pilates ursprüngliches Ziel war es, eine Methode zu entwickeln, die die Haltung und Konstitution von Tänzern und Sportlern verbessert, indem tiefliegende, kleine und schwächere Muskelgruppen intensiv trainiert werden. Das heutige Pilates-Training basiert auf sechs Prin-



zipien: Zentrierung der Kräfte, Konzentration, Kontrolle der Bewegungen, Präzision der Ausführungen, bewusste Atmung und fließende Bewegungen. Besonderes Augenmerk gilt der Konzentration auf die Körpermitte, das so genannte „Powerhouse“. Damit ist der Verbund aus Abdominal-, Kreuzbein und Gesäßmuskulatur gemeint, der gezielt gekräftigt wird, um von dort ausgehend den gesamten Körper wieder ins Gleichgewicht zu bringen. Trainiert wird Pilates, ähnlich wie Yoga, auf einer Matte. Die Übungen wechseln dabei zwischen Dehnung und Kräftigung. Im Gegensatz zu herkömmlichen Trainingsmethoden, bei denen zumeist kurze, massige Muskeln aufgebaut werden sollen, spricht das Pilates-Training den Körper in seiner Gesamtheit an: Die entgegengesetzten Muskelgruppen arbeiten synergetisch, so dass sich die Muskeln gleichmäßig und schlank entwickeln.

Das regelmäßige Pilates-Training bewirkt in erster Linie eine Kräftigung der Muskulatur und eine gute Körperhaltung und –wahrnehmung. Man lernt, Körperhaltungen zu korrigieren, die dem Körper schaden und Schmerzen zufügen. Mediziner empfehlen das Praktizieren von Pilates sogar im Rahmen von physiotherapeutischen Behandlungen zur Rehabilitation nach Unfällen. „Insgesamt ist Pilates eine äußerst effektive Methode“, erklärt Swantje Schlenger. „Im Prinzip handelt es sich hier um eine Art ‚Yoga ohne Philosophie‘, um eine Gymnastikform mit hohem Entspannungsanteil. Gerade hektischen und unruhigen Menschen, die zunächst ein Problem damit haben, sich auf die Meditationsübungen beim Yoga einzulassen, empfehle ich, ihr Training mit Pilates zu beginnen“.

Qigong – Ganzheitliche Kultivierung von Körper und Geist

Qigong ist eine Meditations-, Konzentrations- und Bewegungsform, die Teil der traditionellen chinesischen Medizin und Kampfkunst ist. „Qi“ (gesprochen: „Tschì“) steht für die bewegende, vitale Kraft des Körpers, für Lebensenergie und Atem. „Gong“

bedeutet soviel wie „Arbeit“ oder „beständiges Üben“. Qigong ist ein moderner chinesischer Begriff für über 1.000 unterschiedliche Übungsarten und Stile zur Harmonisierung des Qi. Wie Yoga so lässt sich auch das heutige Qigong in Theorie und Praxis auf spirituelle, philosophische und medizinische Ursprünge zurückverfolgen, die bis zu 2.500 Jahre alt sind.

Die Praxis von Qigong beschreibt, ähnlich wie beim Yoga, einen Weg. Das regelmäßige Üben soll helfen, individuelle Lebendigkeit und Kreativität zu entfalten, eine gesunde körperliche und geistige Verfassung zu schaffen und das Leben zu verlängern. Eine der bekanntesten Qigong-Übungsreihen sind die so genannten „Acht Brokate“ (Baduanjin). Es handelt sich dabei um eine Folge von acht einfach zu erlernenden Bewegungen, die auf konkrete Bereiche der Muskulatur oder auf bestimmte Organe gesundheitsfördernd wirken sollen. Die erste der Brokatübungen beispielsweise heißt „Den Himmel mit den Händen stützen“.

Der Name dieser Qigong-Übungsreihe bezieht sich auf die Feinheit und Kostbarkeit des Brokatgewebes, die sich in den Bewegungen spiegeln soll: Qigong-Übungen werden langsam, weich und fließend praktiziert. Zumeist stehend ausgeführt, erinnern die einzelnen Bewegungen und Positionen – im Gegensatz zu Yoga- und Pilates – stark an Kampfkunsttechniken, mit denen einzelne Qigong-Stile direkt verwandt und verbunden sind.

Sowohl Yoga und Pilates als auch Qigong sollten ausschließlich unter Anleitung erfahrener und qualifizierter LehrerInnen erlernt werden, da Überbelastungen oder falsch ausgeführte Übungen durchaus schaden können. Nach einer gewissen Übungszeit kann man jedoch alle drei Methoden Zuhause unabhängig praktizieren. Da der gesundheitliche Nutzen von Yoga, Pilates und Qigong inzwischen anerkannt und zum Teil sogar wissenschaftlich belegt ist, wird eine Kursteilnahme unter bestimmten Voraussetzungen (§20 SGB 5) von den Krankenkassen bezuschusst.

Wer also Lust bekommen hat auf Bewegung ohne Leistungsdruck und auf sanfte Art und Weise Körper und Geist etwas Gutes tun möchte, der kann bei den Volkshochschulen oder den zahlreichen privaten Schulen vor Ort einen „Schnupperkurs“ belegen oder nach einer Probestunde fragen. (fp) ■

- ▶ www.bdy.de
- ▶ www.pilates-verband.de
- ▶ www.tai-chi-zentrum.de
- ▶ www.die-praevention.de

Kampfkunst für Späteinsteiger

Nicht erst seit Menschen in der Mitte ihres Lebens „Best Ager“ heißen und es Werbekampagnen wie „Pro Age“ (dem Gegenpol zum lukrativen Anti-Age) gibt, gehört man längst nicht mehr so schnell zum alten Eisen wie das noch vor Jahrzehnten der Fall war. Heute starten 50-Jährige neu durch, machen 60-Jährige das Abitur und klettern 70-Jährige auf Berge. Alles ist erlaubt. Auch für Bewegung und Sport ist es nie zu spät. Noch nicht einmal für Kampfsport, oder besser: Kampfkunst, im Gegenteil.

Wer sich für Kung Fu oder Karate interessiert, sollte sich keinesfalls durch einen vermeintlich schlechten Trainingszustand oder „zu“ hohes Alter abhalten lassen. Die asiatischen Kampfkünste werden unterteilt in die so genannten „inneren“ und „äußeren“ Formen. Bei den inneren Formen handelt es sich um Tai Chi und Qigong, hier im Westen tritt dabei die Kampfkunst häufig hinter der sanften Gesundheitsgymnastik und der Meditation zurück.

Bei den äußeren Formen handelt es sich um Kung Fu oder Karate, die wiederum bei uns eher mit Selbstverteidigung oder dem Durchschlagen von Ziegeln verbunden werden. Doch auch bei diesen dynamischen und kraftvollen Formen asiatischer Kampfkunst handelt es sich um ein ganzheitliches Gesundheitstraining. Unter sportlichen Gesichtspunkten werden durch Kung Fu und Karate Beweglichkeit, Ausdauer und Kraft verbessert. Die Bewegungsabläufe sind durchaus so anspruchsvoll, dass Koordination und Konzentration geschult werden. Kombiniert mit Meditation und Atemübungen, die Bestandteil jeder Trainingseinheit sind, werden Körper und Geist gefordert.

Körperliche Spannungen lösen sich

„Kung Fu-Training kräftigt die Muskulatur und hilft, Haltungsschäden auszugleichen“, so Horst Kuhl. Seit mehr als zwanzig Jahren lehrt er die chinesische Kampfkunst in seinem Duisburger Übungsraum. „Die Gelenke werden geöffnet, so dass das Chi fließen kann“. Chi ist ein zentraler Begriff im chine-



sischen Daoismus (oder: Taoismus; chinesische Philosophie und Religion) und heißt soviel wie Energie. Wer durch alltägliche Belastungen körperlich und mental angespannt und erschöpft ist, wird in der Kung Fu-Übung allmähliche Entspannung erleben. Auch Rainer Schmäring unterrichtet in Mülheim „Späteinsteiger“ in speziellen Karate-Techniken. Im Unterschied zum Kampfsport, der den Wettkampf betont, geht es bei den Kampfkünsten um die innere Entwicklung, nicht, wer stärker, gelenkiger oder schneller ist: „Karate Do ist eine Übungsmethode, bei der durch das Erlernen körperlicher Fähigkeiten, die geistige Haltung und innere Kraft in ein harmonisches Gleichgewicht gebracht werden“.

Spezielle Angebote für Ältere

In seiner Schule für Kempo-Kampfkunst in Bochum möchte Hans Briese gezielt ältere Menschen ansprechen. Er richtet sein Training so aus, dass die Teilnehmer sich langsam an die Übungen herantasten. Seine Erfahrung und auch die seiner SchülerInnen ist, dass „wer nicht mit übertriebenen Erwartungen, sondern mit Geduld übt, eine deutliche Verbesserung des gesamten Körpergefühls erleben wird.“

Er empfiehlt, verschiedene Schulen auszuprobieren. Dabei lassen sich unterschiedliche Stile, Richtungen oder Formen testen: „So kann man herausfinden, was am besten dem eigenen Bewegungstyp entspricht.“ Wenn dann auch noch die Trainingsräume ansprechend sind und man sich in der Gruppe wohlfühlt, hat man den richtigen Ort gefunden und es kann losgehen. (ive) ■

Kampfkunstschulen mit Angeboten für Ältere:

- ▶ Duisburg: www.tao-chi.info
- ▶ Mülheim: www.dojo-mh.de
- ▶ Bochum: www.kempo-karate.de



Aktivreisen durch Polen und das Baltikum

- geführte und individuelle **Radtouren** in **Polen**: Masuren, Ermland, Pommern, Südpolen
- geführte und individuelle **Kanoutouren** in Masuren
- **Segeltörn** auf einem Zweimaster in Masuren
- **Naturbeobachtung** in Nordostpolen

innatOURa
Natur- und Erlebnisreisen



Zum Galbühl 32
37079 Göttingen
www.innatoura-polen.de

Wegweiser Bauernhofgastronomie

135 Bauernhofcafés stellen sich in einer neuen Broschüre der Landwirtschaftskammer Nordrhein-Westfalen vor. Der „Wegweiser Bauernhofgastronomie in NRW“ dient als Planungshilfe für Tagesausflüge und kann außerdem mit einem kleinen Einkauf verbunden werden, da viele Höfe über einen Hofladen verfügen, in dem regionale Spezialitäten erhältlich sind.

160 Seiten, 4,50 Euro zzgl. Versand unter ▶ www.landservice.de oder Tel. 0251.237 6444

Münsterland Neu: NaturGenussRoute

Auf einer einzigartigen Themenradroute können Radler zukünftig nicht nur die Natur und Landschaft des Münsterlandes erleben, sondern auch die Köstlichkeiten der regionaltypischen Küche kennen lernen: Am 29. April wird die 160 Kilometer lange „NaturGenussRoute“, die entlang der schönsten Radstrecken rund um Münster durch das Münsterland führt, mit einem großen Fest auf dem Biohof Lütge Jüdefeld am Stadtrand von Münster eröffnet.

Auf der Route halten ausgewählte Restaurants und Bauernhofcafés eine regionale Speisekarte bereit, bieten Hofläden Leckeres und Gesundes aus eigener Produktion an und können zahlreiche touristische Attraktionen wie Wasserschlösser und Museen angesteuert werden. Radler finden zudem ein dichtes Netz von fahrradfreundlichen Übernachtungsbetrieben. Eine neue Radkarte, die auch ab dem 29. April erhältlich ist, zeigt nicht nur den Streckenverlauf, sondern führt direkt zu ausgewählten Stationen und Attraktionen.

Infos bei der NABU-Naturschutzstation Münsterland unter Tel. 0251.987 9953 ▶ www.naturgenussroute.de

Aktivurlaub und Gruppenreisen

„Aktiv, abenteuerlich, außergewöhnlich“ lautet das Motto von Rucksack Reisen. Der Norden liegt Rucksack Reisen, einem Veranstalter aus Münster, ganz besonders am Herzen. „Schweden hat sich bei den Aktivurlaubern als Top-Ziel etabliert. Das Outdoor-Paradies punktet durch eine intakte Natur und die Vielfalt der Sportmöglichkeiten“ schwärmt Geschäftsführer Klaus Lange. Erfahrene Tourenbegleiter führen die kleinen Gruppen auf einsamen Pfaden und Kanutrails durch Nationalparks und Naturreservate. Etwas Abenteuerlust sollte man mitbringen, aber man muss kein Superheld sein. Fast alle Reisen und Touren sind für Anfänger geeignet.

Tel. 0251.871 880

▶ www.rucksack-reisen.de



RUCKSACK REISEN

Frühlingszeit: Stress für die Haut

vorgestellt:

Jetzt im Frühling leidet die Haut besonders: Mal kalte, trockene Luft, mal wieder warme Luft. Die Haut wird trocken, rissig und juckend. Sie benötigt gerade jetzt in der Frühlingszeit viel Feuchtigkeit. Durch die ständige Belastung wird die Haut dünner, kleine Risse können entstehen, die nicht nur zu Blutungen, sondern oft auch zu einem quälenden Juckreiz führen. Hinzu kommen weitere Belastungen wie UV-Strahlung und Umweltschadstoffe, die der Haut ebenfalls zusetzen. Diese Hautprobleme können durch die Einnahme von bestimmten Medikamenten noch verstärkt werden. Cortison z.B. verursacht die so genannte ‚Pergamenthaut‘: die Haut wird dünner, sehr trocken und ist sehr empfindlich. Medikamente, die bei Herz- und Lungenerkrankungen, bei Rheuma und Venenleiden unverzichtbar sind, haben oft weitreichende Nebenwirkungen.

Hochwirksame Hilfe für die beanspruchte Haut bietet die Wund- und Heilsalbe mit den pflanzlichen Wirkstoffen aus der virginischen Zaubernuss (Hametum® Wund- und Heilsalbe erhältlich in der Apotheke). Sie bringt dringend benötigte Feuchtigkeit in die Haut zurück und stärkt auch die geschwächte Barrierefunktion der Haut. Unter den vielfältigen Heilwirkungen der Zaubernuss sind besonders hervorzuheben: Die Pflanzenstoffe hemmen Entzündungen und lindern auch den Juckreiz. Bakterien und Pilze auf der Haut werden direkt angegriffen und deren Vermehrung gehemmt. Der blutungsstillende Effekt hilft bei Hautrissen und kleinen Verletzungen. Diese vielfältigen Heilkräfte regenerieren die Haut so, dass sie sich bald wieder weich und geschmeidig anfühlt. ■



Praxis für Traditionelle Chinesische Medizin

Christiane Tetling

Heilpraktikerin

Ausbildung an der Jiuxianqiao Universität Peking

**Allergiebehandlung, Schmerztherapie,
Kinderheilkunde, Akupunktur, Tuina Massage,
Kräuterheilkunde, Ernährungsberatung**

Wambeler Hellweg 110
44143 Dortmund
Tel. 0231.531 2314
christiane_tetling@yahoo.com
www.tetling.de

Moderne Konzepte der Parodontose-Therapie



„Parodontose als neue Volkskrankheit?!“ titelte neulich eine Fachzeitschrift. In der Tat hat der entzündliche Rückgang des Zahnhalteapparates die Karies als häufigste Ursache für zahnärztliche Eingriffe jenseits des 30. Lebensjahres abgelöst. Fast immer ist der Beginn völlig unauffällig: gelegentliches Zahnfleischbluten, Mundgeruch, ein „komischer Geschmack“. Häufig wird erst, wenn Schwellung und Zahnlockerungen hinzukommen oder im Verlauf einer gewöhnlichen Erkältung die Symptome akut werden, der Zahnarzt aufgesucht.

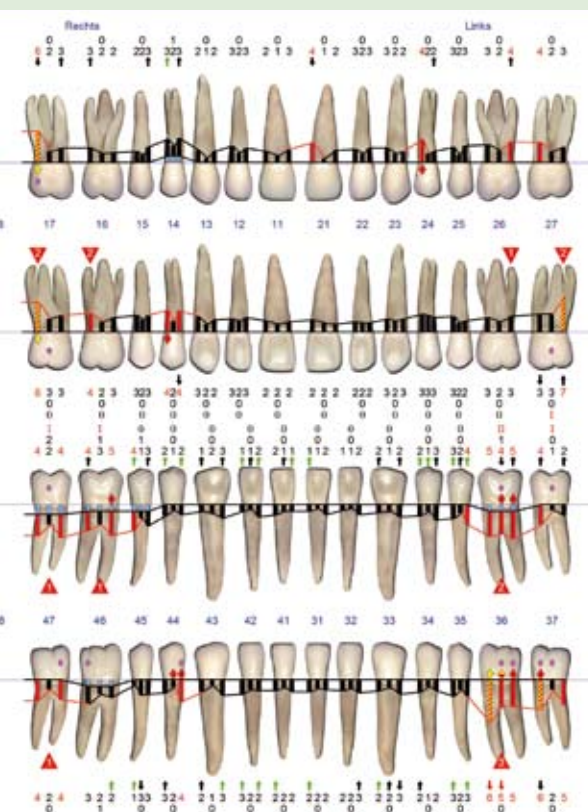
Die Ursachen für die entzündlichen Veränderungen liegen in der massiven bakteriellen Besiedelung der Zahnoberflächen. Im Laufe der Jahre bildet sich hier durch eine Vielzahl von Faktoren begünstigt (Rauchen, schlecht passender Zahnersatz, nicht optimale Pflege etc.) ein undurchdringlicher, harter Überzug. In diesem Schutzwall können selbst Keime gedeihen, die sonst kaum eine Chance haben und ihre Abfallprodukte ungehemmt in die Umgebung abgeben. Zahnfleisch und Knochen weichen zurück. Ein erhöhtes Risiko für Herz-Kreislauferkrankungen und Diabetes wird diskutiert. Entschlossenes Handeln ist jetzt unabdingbar.

Die Diagnose kann nur über ein detailliertes Schadensprotokoll gesichert werden, um für jeden einzelnen Zahn die geeignete Behandlung festzulegen. Dreidimensionale Röntgenbilder können in fortgeschrittenen Fällen die Behandlungsplanung erleichtern. Eine Beseitigung bzw. Reduzierung der auslösenden Faktoren steht immer an erster Stelle. Parallel hierzu, müssen die Bakterien auf ein normales Maß zurückgedrängt werden. Spüllösungen, Nahrungsergänzungsmittel und Antibiotika bewegen im Moment noch nichts. Der Schutzwall muss weg!

Die bei Patienten zu recht in Verruf geratenen, radikalen chirurgischen Maßnahmen sollten hier der Vergangenheit angehören. Der Erhalt und Wiederaufbau der Halte- und Stützgewebe steht im Vordergrund. Gründliche mechanische Reinigung der Zahnoberflächen kann heute durch schonenden Laser- und Ultraschalleinsatz ergänzt werden. Langanhaltende Beschwerden nach der Behandlung werden so vermieden. Je weiter die Erkrankung fortgeschritten ist, desto komplexer ist diese Oberflächenbehandlung. Bei schweren, kraterartigen Defekten im Kiefer ist manchmal der Einsatz von sog. Knochensatzmaterial von Nöten, um dem Organismus die Chance zu geben, diese Defekte aufzufüllen und eine Heilung zu beschleunigen.

Ergebnis aller Bemühungen ist der Stillstand der Parodontose, ein Erhalt der Zähne und eine Regeneration von Haltegeweben. Zähne werden wieder fest, Blutungen und Entzündungen verschwinden. Der Patient soll sich mit seinen Zähnen wieder wohlfühlen.

Im Verlauf der Erkrankung können sich Zahnlücken und unästhetische Zahnfleischverläufe ergeben. Jetzt ist die Zeit, dies - unter Umständen unter Hinzuziehung eines Kieferorthopäden - zu korrigieren. Es steht eine Vielzahl von schonenden Techniken zur Verfügung, das Behandlungsergebnis auch optisch abzurunden. Oft wird hierdurch sogar die Pflege deutlich erleichtert. Ohne eine individuelle Nachsorge, kann die Erkrankung aber jederzeit wieder aufflammen. Regelmäßige Nachkontrollen sind unabdingbar für den zuverlässigen Langzeiterfolg. Besser als jede noch so schonende Behandlung ist jedoch eine ernstzunehmende Prophylaxe, die erste Symptome erkennt und konsequent und zielgerichtet beseitigt. Heute sollte eigentlich jeder mit seinen eigenen Zähnen alt werden können. ■



Die Dreidimensionalität des Wurzelkanalsystems

Selten verstecken sich Bakterien auch im umgebenden Zahnfleisch und verhindern einen durchgreifenden Behandlungserfolg. Moderne Gentests ermöglichen in Zweifelsfällen die Identifizierung dieser aggressiven Keime und die gezielte Auswahl eines geeigneten Antibiotikums. Eine weitere Möglichkeit kann in Zukunft die Anfärbung von Bakterien im Gewebe sein. Die so kenntlich gemachten Keime, sind dann für den Laser leicht zu beseitigen.

Dr. Uwe Hildebrand



Dr. Uwe Hildebrand studierte Zahnheilkunde in Düsseldorf. Seit 1999 ist er Mitinhaber der Gemeinschaftspraxis Weber, Hildebrand, Althoff & Partner in Mülheim. Er ist Mitglied in der DGÄZ, DGZMK und anderen Fachgesellschaften. Seine Tätigkeitsschwerpunkte sind Parodontologie und Prothetik.

Gemeinschaftspraxis Dres. Weber, Hildebrand, Althoff & Partner
Friedenstraße 2a/Ecke Werdener Weg,
Mülheim/Oppspring
Tel. 0208.38 00 31

► www.zahnarztpraxis-oppsspring.de

Ökostrom im Ruhrgebiet

Klimaschutz aus der Steckdose

Einfach den Tarif wechseln. Das ist heute Klimaschutz auf die leichte Art. Wer auf sauberen Strom umstellt, verbessert die persönliche Ökobilanz und tut etwas für den Ausbau erneuerbarer Energien. Ob das in der Region geschieht oder ob neue Strukturen entstehen, hängt von der Wahl des Stromanbieters ab. Im Stadtblatt-Revier ist die Auswahl groß.

Klimaschutz kann so einfach sein – und grüner Strom sogar günstiger als der aus Braun- oder Steinkohle und Atomkraft. Der Wechsel von Schwarz auf Sauber ist der sicherste Weg. Wie es geht? Einfach die Tarife oder so genannten „Stromprodukte“ vergleichen, nach persönlichen Vorlieben auswählen – und ein Anruf beim Anbieter genügt. Nach Austausch der Vertragsdaten in schriftlicher Form oder online übernimmt der neue Stromanbieter die Lieferung, oder es bleibt beim alten mit neuem Ökotarif. Der Strom kommt weiterhin aus der Steckdose, aber irgendwo wird wieder ein bisschen mehr Strom aus erneuerbaren Quellen wie Biomasse, Sonne, Wasser und Wind erzeugt. Neue Anlagen werden nötig und realisiert, alte Strukturen geraten unter Druck. Ökostromkäufer nehmen die Verantwortung für ihre Produktentscheidung ernst – und sorgen so für ein sauberes Gewissen.

Verbraucher mit Verantwortung

Die Wahl des Stromtarifs ist heute vor allem eine politische Entscheidung – des Verbrauchers. Unabhängig davon, ob man sich zum Wechsel entschließt oder nicht, ob man bereit ist für mehr „Ökoqualität“ zu zahlen oder den Ökodiscounter nutzt: am Stromtarif lässt sich ablesen, welche Wirtschaftsweise wir wollen. Sicher, Strom ist ein „low involvement“-Produkt ohne emotionale Bindung, so nennen es die Verkaufsexperten, „man muss sich nicht kümmern“. Strom liefern die Stadtwerke, oder der Konzern, der die Stadtwerke gekauft hat, so war es schon immer. Das Kraftwerk in der Nähe dampft und Onkel Max hat selbst noch unter Tage die Kohle dafür gehauen, jeder dritte Haushalt im Ruhrgebiet kann so eine Geschichte erzählen. Dass heute die Kohle aus China kommt, das Gas aus Russland und nur noch die Braunkohle aus Garzweiler - geschenkt. Dass mit



dem ausgestoßenen Milliarden Tonnen Kohlendioxid das Treibhaus Erde weiter erwärmt wird und die Kosten für die Folgen auch noch die Verbraucher tragen - akzeptiert. Dass auf diese Weise nur die zentrale Energieerzeugung mit weiteren Abhängigkeiten zementiert wird, ohne dass Energie ökonomisch und ökologisch sicher und sozial gerecht produziert wird und dieser Weg Ländern mit Nachholbedarf zum Vorbild werden könnte – wir wissen das alles. Und wechseln den Strom!

Neue Energie wird sichtbar

Tatsächlich ist der Stromwechsel keine große Tat, macht kaum Aufwand. Mit wenigen Schritten kommen Wechselwillige zum guten Ergebnis und zum guten Gewissen. Selbst dem bisherigen Anbieter kann treu bleiben, wer will: die allermeisten Stadtwerke im Ruhrgebiet bieten Ökostromtarife an, meist mit einem Aufschlag von wenigen Cent auf die Kilowattstunde verbunden. Damit werden regenerative Energiequellen in der Region wie Photovoltaikanlagen auf Schulen, Wasser- oder Windkraftanlagen gefördert, manchmal auch Gruben- oder Deponiegas-Blockheizkraftwerke. Die Anbieter selbst ergänzen diesen Betrag oft noch, damit die Anlagen überhaupt entstehen können. Wer einen solchen Tarif wählt, will nicht länger nur unsichtbaren Ökostrom aus der Steckdose, sondern auch seine ökologische Erzeugung in der Region sichtbar machen. Gerade wer Kindern etwas zeigen möchte, kann sich auf Anlagen vor Ort stützen – finanziert durch das regionale Engagement. Damit lässt sich der Wandel im Ruhrgebiet zumindest auch auf der Energieebene dokumentieren. Außerdem wird die Region wirtschaftlich gefördert: lokale Handwerker und Unternehmen profitieren. Bei verschiedenen Stadtwerken ist auch ein noch einfacherer Wechsel zum

Ökostrom möglich: „Ökostrom aus Wasserkraft für 1 Euro mehr pro Monat“ gibt es z. B. in Bochum, Herne und Witten. Für 12 Euro im Jahr wechselt die Stromkennzeichnung auf der Rechnung dann auf 100 Prozent Blau – für Strom aus abgeschriebenen österreichischen Wasserkraftwerken, den die Stadtwerke günstig einkaufen.

Und schließlich kommt auch von den lokalen Stadtwerken etwas zurück: Sie sind meist noch in kommunalem Besitz und finanzieren mit ihren Gewinnen aus dem Energieverkauf andere Bereiche wie den öffentlichen Nahverkehr, Freizeit und Erholung mit. Gleichzeitig sind sie solide Arbeitgeber und lassen einen guten Teil des erwirtschafteten Geldes über Marketing, Einkauf und Versorgung bei lokalen Unternehmen. Das Engagement für den Klima- und Umweltschutz ist allerdings oft gespalten, denn auch viele Stadtwerke haben sich zu großen Energieverbänden zusammengeschlossen, um sich und ihre Kunden auch ohne die vier dominierenden Großkonzerne (EnBW, E.ON, RWE, Vattenfall) mit Strom versorgen zu können. So finanzieren einige aus dem Ruhrgebiet wiederum mit die größten Treibhausgasproduzenten der Zukunft: Im Verbund der Aachener Projektgesellschaft Trianel bauen 26 Stadtwerke neue Großkraftwerke im Ruhrgebiet – auf Basis des Klimakillers Kohle und nicht etwa als energieeffiziente Gas- und Dampfkraftwerke wie in Hamm. So musste sich der Krefelder Stadtrat kürzlich gegen dieses kollektive Anliegen verteidigen und lehnte den Bau des 800 Megawatt-Kohlekraftwerks ab – wegen mangelnder Effizienz. „Von 2,5 Millionen Tonnen Kohle, die jährlich verheizt werden sollen, dienen knapp 1,2 Millionen einzig dazu, das auf 35 Grad erwärmte Kühlwasser zurück in den Rhein zu pumpen“, sagte CDU-Sprecher Elmar Jakubowski der NRZ.



Die Wahl der Wirtschaftsweise

Wo die örtlichen Stadtwerke nur noch für die Wärme-, Gas- oder Wasserversorgung, aber nicht mehr für den Strom zuständig sind, haben es Wechselwillige einfach: Aus der Palette der überregionalen Ökostromanbieter kann hemmungslos gewählt werden. Doch Halt: Nicht immer ist das Ende des örtlichen Stromversorgers auch das Ende der Stromversorgung aus der Region. Beispiel Hertzen: Während im ganzen Kreis Recklinghausen RWE regiert, hat sich in Hertzen ein „unbesiegbares gallisches Energiedorf“ gebildet. Mit Hilfe eines Bürgerfonds und viel privatem Geld und Engagement ist dort ein eigenes Bürger-Stadtwerk mit Windrad und Grubengas-Blockheizkraftwerk entstanden, das Ökostrom produziert. Einen ähnlichen Weg sind die Stromrebellinnen aus Schönau im Schwarzwald gegangen: Sie haben die Elektrizitätswerke Schönau (EWS) und das dazugehörige Stromnetz gekauft und in eine Beteiligungsgesellschaft überführt. Ihr Ziel: eine dezentrale, atomstromfreie, ökologische Energieversorgung. Die Störfall-Kampagne hat die Bürgerinitiative bundesweit bekannt gemacht – und heute haben die Schönauer so viele erneuerbare Kapazitäten, dass sie ihren Ökostrom auch bundesweit verkaufen können. Auch in ihrem Tarifsystem „Watt Ihr Spart“ fließt ein Aufschlag von 0,5 bis 2 sogenannte Sonnencent in die Schaffung neuer Anlagen. Vor Ort setzt die EWS besonders auf die Erzeugung von Strom in Kraft-Wärme-Kopplung, deswegen ist ihre CO₂-Bilanz schlechter als bei den anderen Anbietern, ihre Gesamtbilanz jedoch gut, da 90 Prozent der eingesetzten Energie genutzt werden.

Ähnlich aufgestellt wie EWS sind auch die anderen überregionalen Anbieter mit Bürgerbeteiligung: Bei

Greenpeace energy kann man Genossenschafts-, bei der Naturstrom AG Aktienanteile kaufen. So lässt sich noch weiter als mit der reinen Tariftscheidung wirken. Auf dem Feld der überregionalen Anbieter tummeln sich neben den allgegenwärtigen Platzhirschen aber auch Stadtwerke oder Großkonzerne, die vom Öko-Wechselwillen profitieren wollen. In den allermeisten Fällen führen Neukunden dort aber nicht zu neuen Anlagen.

Preis- und Konsumqualität

Ein entscheidendes Kriterium für die Wahl des Tarifs ist der Preis. Studien haben ergeben, dass die Toleranzgrenze bei einem Mehrpreis von 20 Prozent über dem Durchschnitt für konventionelle Produkte liegt. Letztlich liegen die Mehrkosten für einen 1-Personen-Haushalt mit 1790 kWh/Jahr bei maximal 40 Euro, wenn überhaupt – und die lassen sich durch Energiesparmaßnahmen ohne weiteres wieder reinholen. Noch geringer sind die Unterschiede für einen 4-Personen-Haushalt mit 4430 kWh/Jahr. Die Kosten für 2- und 3-Personen-Haushalte haben wir aus Gründen der Übersicht nicht in die Tabelle aufgenommen, sie lassen sich mit 3030 bzw. 3880 kWh/Jahr aber mitteln. Wer ganz sicher gehen will und neueste Preise und Anbieter einbeziehen will, wählt den Ökostromrechner des Online-Portals Verivox oder CO₂-Online. Unter Angabe der Postleitzahl und des geschätzten Jahresverbrauchs lässt sich hier der günstigste und sauberste Anbieter errechnen. Weitere entscheidende Kriterien sind Kündigungsfrist und Laufzeit – und das Ökostromlabel. Wer mehr dazu wissen will, sei auf die Webseiten des Öko-Instituts verwiesen. In der Reihe EcoTopTen sind auch die Stromanbieter und ihre Label auf Herz und Nieren getestet worden. (rb) ■

- ▶ www.atomausstieg-selbermachen.de
- ▶ www.co2online.de
- ▶ www.ecotopten.de
- ▶ www.label-online.de
- ▶ www.verivox.de/power/Oekostrom.asp
- ▶ wikipedia.de -> Ökostrom

Förder-Initiative Bildungsscheck bringt Ihre Mitarbeiter auf Kurs

NRW übernimmt 50 % der Kursgebühren (bis 750 € | Person) in Unternehmen bis 250 Beschäftigte

Qualifizierte Sprachkurse für Mitarbeiter, die mind. 2 J. keine Weiterbildung besucht haben

WO? Direkt in Ihrem Unternehmen oder bei FOKUS

FOKUS Sprachen & Seminare

FOKUS Essen
Tel. 0201 / 177 88 80
info.essen@fokus-sprachen.com

FOKUS Dortmund
Tel. 0231 / 24 96 91 11
info.dortmund@fokus-sprachen.com

FOKUS-Sprachkurse + NRW-Förderprogramm = Kompetenz gewinnen und 50 % sparen

www.fokus-sprachen.com

Stadt	Anbieter	Homepage	Tarif/Produkt	Mindestlaufzeit (Monate)	Kündigungsfrist (Wochen)	Label
Regionale Anbieter						
Bochum	Sw Bochum	www.stadtwerke-bochum.de	Ökostrom aus Wasserkraft	3	4	TÜV
			rewirnatur (allgemein/familie)	3	4	TÜV
Bottrop	Emscher Lippe Energie	www.ele.de	ELE ökoPlus	3	4	TÜV
Dinslaken	Sw Dinslaken	www.stadtwerke-dinslaken.de	Ökostrom Mein Heim	12	4	-
Dortmund	Dortmunder Energie- und Wasserversorgung GmbH	www.dew21.de	mini clima prima/standard clima prima	3	4	- (energygreen)
Duisburg	Sw Duisburg	www.stadtwerke-duisburg.de	Partner FiftyFifty/Naturpur	12	4	-/TÜV
Essen	RWE Rhein-Ruhr	www.rwe.com	RWE private nature	3	13	TÜV
Gelsenkirchen	Emscher Lippe Energie	www.ele.de	ELE ökoPlus	3	4	TÜV
Hattingen	AVU	www.avu.de	GrünStrom	3	4	TÜV
Herdecke	Mark-E	www.mark-e.de	E Öko	12	4	
Herne	Sw Herne		Ökostrom aus Wasserkraft	1	4	
Krefeld	überregionale Anbieter					
Kreis Recklinghausen	überregionale Anbieter (außer Herten, dort Strom aus Windkraft und Grubengas der Sw Herten)					
Moers	Energie Wasser Niederrhein GmbH (ENNI)	www.enni.de	ENNI öko	12	1	TÜV (energygreen)
Mülheim	überregionale Anbieter					
Oberhausen	EV Oberhausen	www.evo-energie.de	Öko-Strom (RWE)	3	4	TÜV (RWE)
Schwerte	Sw Schwerte	www.sws-schwerte.de	Novastrom (Mark-E-Tochter)			TÜV
Unna			energygreen			TÜV (energygreen)
			green penny			
Wetter	AVU	www.avu.de	GrünStrom	3	4	TÜV
Witten	Sw Witten	www.stadtwerke-witten.de	rewirnatur/rewifamilien natur	12	4	
Überregionale Anbieter						
Anbieter	Wer dahinter steckt	Homepage	Tarif	...		
E.On Bayern	E.On Bayern	www.eon-bayern.com	AquaPower	3	8	-
enercity	Sw Hannover / Naturstrom AG	www.enercity.de	Strom & Natur 100	12	13	Grüner Strom (Label Gold)
ePrimo	RWE energy, Sw Mainz AG	www.eprimo.de	eprimoPrimaKlimaS_R2/eprimoPrimaKlimaF_R2	3	4	TÜV
EWS Elektrizitätswerke Schönau GmbH	650 Gesellschafter (unabhängig)	www.ews-schoenau.de	Watt Ihr Spart 0,5 (1,0; 2,0)	0	6	TÜV
Flensburg eXtra öko	Sw Flensburg		Flensburg eXtra öko	6	4	ok-power, TÜV, RECS
Greenpeace energy e.G.	rund 12.000 Genossenschaftsmitglieder (unabhängig)	www.greenpeace-energy.de	Privatkundentarif	0	6	TÜV
LichtBlick	65% Saalfeld GmbH & Co.KG, 25% Michael Saalfeld (unabhängig)	www.lichtblick.de	Allgemeiner Tarif	3	4	ok, TÜV
NaturEnergie AG	77% EnBW (indirekt über Tochtergesellschaft)	www.naturenergie.de	NaturEnergie Silber	0	6	TÜV
NATURpur	HEAG Südthessische Energie AG (HSE)	www.naturpur-energie.ag	NATURpur light (mit Treuebonus)	12 (24)/12 (24)	12	ok
			NATURpur premium (mit Treuebonus)	12 (24)	12	TÜV
Naturstrom AG	822 Kleinaktionäre, weitere Aktionäre (unabhängig)	www.naturstrom.ag	naturstrom Anti-AKW	6	6	Grüner Strom (Silber)
			Naturstrom	6	6	Grüner Strom (Silber)
			Naturstrom Gold	6	6	Grüner Strom (Gold)
Naturrhein	Sw Düsseldorf	www.swd-ag.de	Naturrhein	6	6	TÜV
NEW Energie	NLK NVV AG: Niederrheinische Licht- und Kraftwerke AG), RWE Energie AG, Sw Mönchengladbach, WestEnergie und Verkehr GmbH & Co. KG, Erkelenz	www.new-energie-gmbh.de	NEW ExtraStrom Öko	12	8	-
Strommixer	Strommixer	www.die-strommixer.de	Moinpower	12	6	TÜV

	Stromquellen	Arbeitspreis (Cent/kWh)	Grundpreis (Euro/Monat)	gültig seit	Jährliche Gesamtkosten 1-Personen-Haushalt (1790 kWh)	CO ₂ Ausstoß in Kg/Jahr	Jährliche Gesamtkosten 4-Personen-Haushalt (4430 kWh)	CO ₂ Ausstoß in Kg/Jahr	Anmeldung online	Hotline
	Wasserkraft aus Österreich	18,51	8,67	03/07	435,33	72	901,41	177	ja	Jörg Germscheid 0234 9603520
	Wasserkraft und Quellen aus der Region	22,09/18,35	7,67/17,45	03/07	487,35	72	1022,31	177	ja	
	Wind, Regenerativ, Solar	19,56	6,08	01/07	423,08	64	939,47	157	nein	02 09 / 1 65 - 10
	Grubengasstrom	20,02	9,52	01/07	472,52	54	100,94	133	nein	Horst Broß. Tel.: 02064 605-153
	Ökomix	22,65/21,88	5,75/7,66	03/06/01/06	474,33	6	1061,43	16	nein	Albert Herzmann, Solarfonds DO, 0231.544-3653
	Regenerativ/KWK	19,84/21,15	6,75	01/07	436,18	224	1017,99	133	nein	02 03/39 39 39
	Wasser	21,38	7,74	02/07	475,58	72	1040,01	179	ja	(0)180/2-304050
	Wind, Regenerativ, Solar	19,56	6,08	01/07	423,08	64	939,47	157	nein	02 09 / 1 65 - 10
	Ökomix	20,48	7,18	03/07	452,75	8	993,42	19	nein	Paul Müller 02332/73-329
	Regenerativ	21,17	5,47	01/07	444,63	54	1003,52	133	nein	01802 501010
	Wasserkraft aus Österreich	18,51	8,67	01/07	435,33	72	923,99	177	ja	02323 592-555
	Ökomix	22,65	3,04	01/07	441,87	54	1039,71	133	nein	Kristin Hanke 02841/104-280
	Ökomix, Regenerativ	21,74	6,07	01/07	461,98	54	1035,91	122	ja	01802-275 275
	Ökomix, Regenerativ	20,64	5,13		431		975,9		nein	(02304) 203-222
	Ökomix	22,15/21.13	7,93		491,68		1066,95		nein	Renate Hachenev (02303) 2001-444
	Ökomix	19,65/18,63	7,93		446,93		956,2		nein	
	Ökomix	20,48	7,18	03/07	452,75	8	993,42	19	nein	Paul Müller 02332/73-329
	Ökomix	22,15/18,70	7,47/17,45	01/07	486,17	54	1037,81	133	nein	02302 9173-600
	Wasserkraft	18,47	9,23	01/07	441,37	72	928,98	177	ja	0180-2 19 20 35
	Ökomix	19,49	6,15	01/07	422,67	54	937,21	133	nein	(0180) 1 36372489
	Wasserkraft	19,89/18,10	4,06/6,67	02/07	404,75	72	881,87	177	ja	01 80 / 10 10 600
	Wasser, Reg., KWK	19,9	5,9	01/07	426,99	85	952,35	211	nein	07673 - 888 50
	Wasserkraft	18,88	6,98	01/07	421,71	72	920,14	177	ja	0461 487-44 55
	Wasser, KWK, Regenerativ, Solar, Wind, Biomasse	19,9	9,5	01/07	470,21	148	995,57	366	ja	040-808 110-330
	Regenerativ	18,98	7,08	01/07	424,7	60	925,77	148	ja	0180-2-660 660
	Wasserkraft	20,23	9,52	01/07	476,36	72	1010,43	177	ja	0180 1908070
	Wasserkraft, KWK	21,69	8,21 (6,15)	01/07	451,15 (426,43)	229	971,23 (946,51)	568	nein	01801 709-222
	Wasserkraft, Wind, Biomasse, Solar	22,16	7,70 (5,64)	01/07	489,06 (464,34)	52	1074,09 (1049,37)	128		
	90 % Wasser, 10 % Regenerativ	19,25	7,95	01/07	439,98	70	948,18	173	nein	0211-77900-444
		21,25	7,95	01/07	475,78	70	1036,78	173		
		22,95	7,95	01/07	493,68	70	1081,08	173		
	Wasserkraft	19,24	7,08	01/07	429,34	72	937,27	177	ja	(0800) 821 821 0
	Ökomix	21,54	6,15	01/07	459,04	54	1028,02	133	nein	01801 688 688
	Wasserkraft	20,5	6,56	02/07	425,14	72	925,34	177	ja	0 49 58 / 910 980 0

Internationale Genossenschaft Oikocredit

Mit Geldanlagen die Welt fairändern

„Eine schöne Idee, aber gänzlich unrealistisch“, lautete das Urteil (nicht nur) von Wirtschaftsfachleuten, als 1975 die Ökumenische Entwicklungsgenossenschaft Oikocredit gegründet wurde. Die Idee: „Wir investieren die Geldanlagen unserer Mitglieder als langfristige und zinsgünstige Darlehen an Genossenschaften und Unternehmen in armen Ländern.“ Durch Kredite Entwicklung fördern, das war eine ungewöhnliche Vorgehensweise und die Skepsis entsprechend groß.

Inzwischen ist die Kreditvergabe an Arme international anerkannt und wurde 2006 mit dem Friedensnobelpreis an Muhammad Yunus und die Grameen-Bank belohnt. Längst ist erwiesen, dass viele angeblich nicht kreditwürdige Menschen verlässliche Geschäftspartner sind. Auch Oikocredit hat diese Erfahrung gemacht: 2005 beispielsweise musste die Genossenschaft nur 0,8 Prozent der Außenstände abschreiben. Eine Quote, von der die meisten Banken nur träumen können.

Kleine Kredite mit großer Wirkung

Zurzeit hat Oikocredit Darlehen an über 560 Unternehmen in 55 Ländern vergeben. Knapp die Hälfte der Kredite geht an Betriebe, die in den Bereichen



Landwirtschaft, Nahrungsmittelverarbeitung, Handel und Handwerk arbeiten. Die anderen Darlehen sind bei Mikrofinanzinstitutionen investiert, die ihrerseits Kleinstkredite vergeben, meist zwischen zehn und einigen hundert Euro. Diese kleinen Beträge ermöglichen es weltweit Millionen Menschen, eine gewerbliche Tätigkeit auf- oder auszubauen und sich ein Einkommen zu verschaffen. Ein Beispiel dafür ist Felicia Atta in Accra (Ghana), die einen Friseursalon betreibt.

Das Geschäft floriert, elf Mitarbeiterinnen konnte die junge Frau bereits einstellen. Das hätte sich Felicia vor einigen Jahren nicht träumen lassen, als sie nach dem Tod ihrer Eltern plötzlich allein für sich und ihre drei Geschwister sorgen musste. Spaß am Frisieren hatte sie, aber es fehlten betriebswirtschaftliche Kenntnisse und eine kleine Anschubfinanzierung. Beides bekam Felicia Atta von der Mikrofinanzinstitution „Citi Savings & Loans Company Ltd“, die einer der Geschäftspartner von Oikocredit ist.

Gewinn nicht nur auf dem Konto

Mit fast 300 Millionen Euro Gesamtkapital ist Oikocredit einer der großen europäischen Nachhaltigkeitsfonds.

Allein in Deutschland haben rund 13.000 Einzelpersonen und Organisationen Oikocredit-Anteile erworben. Ihr Motiv? „Unsere Anleger wollen, dass ihr Geld nicht nur umwelt- und sozialverträglich arbeitet, sondern auch zu international gerechteren Verhältnissen beiträgt“, so Ulrike Chini, Geschäftsführerin des Oikocredit-Büros in Bonn. Oikocredit-Anteile sind ab 200 Euro erhältlich. Die Dividende beträgt in der Regel zwei Prozent und wird durch die Stabilität der Anlage attraktiv: „In 30 Jahren hat noch kein Anleger einen Cent verloren – denn die Armen sind die zuverlässigsten Kreditnehmer.“ ■



Oikocredit,
Adenauerallee 37,
53113 Bonn
Tel. 0228.6880-280
oikocredit.bonn@t-online.de

► www.oikocredit.org/sa/westdt

Weiterbildung Natur- und Wildnispädagogik

Eine Weiterbildung Natur- und Wildnispädagogik qualifiziert Pädagogen für die nachhaltige Vermittlung von Wildniswissen. Dabei wird eine Lehrmethode nativer Völker angewendet, die alle Sinne schult und die intensive Auseinandersetzung mit Natur und Wildnis fordert. Die Natur- und Wildnisschule Teutoburger Wald bietet eine zertifizierte „Weiterbildung Natur- und Wildnispädagogik“ an. Der neunmonatige – förderfähige - Lehrgang richtet sich an Pädagogen und Erzieher sowie an Menschen in „grünen“ Berufen. Die Weiterbildung wird in Kooperation mit der Volkshochschule durchgeführt und umfasst ca. 230 Stunden in sechs Unterrichtsblöcken.

Die Schulung der Wahrnehmungsfähigkeit steht im Zentrum der angewendeten Lehrmethode. Die Teilnehmer lernen, wie man sich langsam und bewusst in der Natur bewegt und sein Umfeld ganzheitlich wahrnehmen kann. Zudem wird in die Lehr- und Lernmethode des so genannten „Coyote-Teaching“ eingeführt, die von den nativen Völkern Nordamerikas stammt. Sie basiert auf der Vorstellung, dass Menschen immer dann am effektivsten lernen, wenn sie ihren Neigungen und Interessen nachgehen. Starttermine für die nächsten Seminare sind der 31. Juni (Mainz) und der 4. Oktober (Herford). In Köln geht es im März 2008 los. ■



Natur- und Wildnisschule
Teutoburger Wald
Tel. 05201.735 270

► www.natur-wildnisschule.de

Erfahrungen mit Recycling-Papier

Umweltfreundlich, technisch einwandfrei und sogar günstiger



Essoll ja immer noch Leute geben, die Papier aus Frischfaser – also Bäume – verwenden, weil sie glauben, Recycling-Papier macht den Drucker oder das Faxgerät kaputt. In Deutschland werden pro Jahr 800.000 Tonnen Büropapier verbraucht, 15 Prozent davon sind Recycling-Papier (RC), erkennbar am Blauen Engel. Franz Winterer, Sprecher der Initiative Pro Recyclingpapier, erklärt, man könnte jährlich 146.000 Tonnen CO₂ einsparen, würde ausschließlich Altpapier verwendet: „Recyclingpapier ist Klimaschutzpapier.“ Stadtblatt hat bei einigen namhaften Unternehmen und Institutionen nachgefragt, wie sie es denn mit dem Papier halten.

Die Stadt Essen

Bereits vor zwanzig Jahren hat die Stadt Essen auf RC-Papier umgestellt. Im Vordergrund stand der Umweltschutz, die Einsparung von Rohstoffen und von Energie. Michael Bracke vom Amt für Zentralen Service der Stadt: „Die anfänglichen Vorbehalte hinsichtlich der Qualität, Verarbeitung und Altersbeständigkeit konnten sehr schnell widerlegt werden. Inzwischen wird bei der Stadt Essen in der Verwaltung sowie in der Druckerei fast ausnahmslos Recycling-Papier eingesetzt. Sämtliche technischen Geräte wie Kopierer, Drucker oder Fax verarbeiten das RC-Papier störungsfrei.“ Teurer ist es auch nicht, im Gegenteil. „Dadurch spart die Verwaltung mehrere tausend Euro pro Jahr,“ so Bracke.

Durch den interkommunalen Einkaufsverbund der Revierstädte Bochum, Dortmund, Essen, Gelsenkirchen und Hagen konnte bei den beteiligten Verwaltungen ebenfalls erreicht werden, dass dort wesentlich mehr RC-Papiere zum Einsatz kommen. Bei den BürgerInnen kommt das gut an.

Der Discounter Plus

Auch bei Plus gehört Recycling-Papier seit zwanzig Jahren dazu. Der Discounter hat 2.850 Filialen und 28.000 MitarbeiterInnen allein in Deutschland. Da kommt einiges an Papier zusammen. Plus-Sprecherin Nicole Dinter: „RC-Papier wird europaweit in allen Bereichen eingesetzt und läuft auf Druckern, Kopierern und Faxgeräten reibungslos. Auch die Bons in den Filialen werden auf Recycling-Papier gedruckt.“ Ebenso wie das Recycling von Folie und weitere Maßnahmen zum Umweltschutz, ist die Nutzung von RC-Papier Teil der Unternehmensphilosophie.

Die Universität Duisburg-Essen

Die NRW-Universitäten bilden einen Einkaufsverbund. Die Uni Duisburg-Essen macht für alle Hochschulen in NRW die Ausschreibung für Recycling-Papier. Der Anteil am Gesamtpapierverbrauch beträgt ungefähr ein Drittel. „Es gibt zwar immer noch Fachbereiche, die Vorbehalte haben, aber meine Erfahrungen sind sehr positiv. Recycling-Papier läuft auf allen Geräten einwandfrei,“ erzählt Petra Lobeck von der Uni Duisburg-Essen.

Die Karstadt Warenhaus GmbH

Karstadt hat bereits 1991 den internen Schriftverkehr auf Recycling-Papier umgestellt, 1993 kam der externe Schriftverkehr hinzu. Auch für Printmedien wird bis auf wenige Spezialanwendungen RC-Papier benutzt. 1998 erhielt Karstadt für den vorbildlichen Einsatz von Recycling-Papier den RePa-NRW-Preis des Landesumweltministeriums NRW. Heike Sommer aus der Abteilung Qualitätssicherung/Umweltschutz erläutert: „Recyclingpapier ist technisch ausgereift, qualitativ hochwertig und umweltfreundlich. Es läuft auf Druckern und Kopierern problemlos und ohne Einschränkung.“

Karstadt ist Gründungsmitglied der Initiative Pro Recyclingpapier, die neben dem Umweltbundesamt in diesem Jahr wieder Kooperationspartner der von Karstadt initiierten bundesweiten Kampagne zum ökologischen Schulanfang sein wird.

Wer sich privat oder für sein Unternehmen überlegt, auf Recycling-Papier und vielleicht auch sonst auf recycelte Materialien umzusteigen, hier ein Tipp: Es gibt in Bayern ein Versandhaus für Büroartikel, das sich – bis hin zu den Kunststoff-Produkten – auf recycelte Materialien spezialisiert hat: memo. Einfach mal ausprobieren. (bu) ■

- ▶ www.initiative-papier.de
- ▶ www.memo.de

FORTBILDUNGEN

www.kobi.de

- **Zertifizierte/r Feng Shui Berater/in**
AUG. 2007 – JUNI 2008
- **Vorbereitungskurs Heilpraktiker Psychotherapie**
SEP. 07 – FEB. 08
- **Ausbildung in Systemischer Mediation**
OKT. 07 – AUG. 08

KOB
Kommunikatives Bildungswerk
Adlerstraße 83 · 44137 Dortmund
Tel. 02 31-14 31 23 · Fax 16 39 86
Anerkannte Einrichtungen der Weiterbildung

Weiterbildung

KOLPING Akademie NRW
leicht gemacht!

berufsbegleitend • praxisnah • mit Abschluss

- Fachwirt/in im Sozial- und Gesundheitswesen (KA)
- Betriebswirt/in im Sozial- und Gesundheitswesen (KA)
- Fachwirt/in für Erziehungswesen (KA)
- NLP-Practitioner-Ausbildung (SONLP)
- Praktische/r Betriebswirt/in (KA) – Fernlehrgang

Kolping-Akademie NRW / Essen
Am Buschgarten 1, 45276 Essen
Tel: 0201 / 50 22 3 -0, Fax: -50
akademie@kolping-dv-essen.de
www.kolping-akademie-essen.de

stadtblatt: online
www.stadtblatt-ruhr.de

KarstadtQuelle AG

Essener Konzern setzt auf Nachhaltigkeit

In den letzten Jahren war die KarstadtQuelle AG, demnächst umgetauft in Arcandor, häufig in den Schlagzeilen der Wirtschaftsteile zu finden. Nach etlichen Turbulenzen wurde der Konzern seit 2005 stark umstrukturiert. Neben diesen Schlagzeilen jedoch findet bei KarstadtQuelle eine kontinuierliche Arbeit statt, die Beachtliches erreicht hat: Nachhaltigkeit, Fairer Handel, Bio – viele Produkte und Projekte des Konzerns wollen mehr als nur den Gewinn maximieren.

Bio & Fair

Bereits seit 1993 werden in den Lebensmittelabteilungen der Karstadt Warenhäuser Produkte aus Fairem Handel verkauft, während regelmäßiger Öko-Wochen werden fachkundige Beratungen und Verkostungen angeboten. Die MitarbeiterInnen im Lebensmittelhandel werden entsprechend geschult. Das Sortiment der TransFair-gesiegelten Produkte – zu zwei Dritteln zusätzlich mit Bio-Label – umfasst heute etwa 50 Produkte. Aufgrund der seit sechs Jahren bundesweit in jedem Jahr durchgeführten Kampagnen in den Karstadt-Filialen mit Beratungen und Verkostungen hat sich der Absatz TransFair-gesiegelter Produkte positiv entwickelt. Hierzu haben nach Meinung des Konzerns wesentlich die Sensibilisierung und Ausbildung der MitarbeiterInnen beigetragen. Die von Karstadt initiierten Maßnahmen zum Fairen Handel (Verbraucheraufklärung, Mitarbeiterschulung) wurden von der Deutschen UNESCO im Rahmen der Bildung für nachhaltige Entwicklung als offizielles Projekt der Weltdekade 2005/2006 ausgezeichnet und erneut für 2007/2008 bestätigt.

FSC & Rugmark

Seit dem Jahr 2000 bietet „neckermann.de“ Gartenmöbel aus Tropenholz mit FSC-Siegel an und ist Mitglied der Gruppe 98, einem Zusammenschluss von Unternehmen, die gemeinsam mit dem WWF Deutschland Holzprodukte aus nachhaltiger Wald-

wirtschaft fördern. Auch Arten- und Tierschutz werden bei der Umsetzung von Sozial- und Umweltstandards berücksichtigt. So lief der Verkauf sämtlicher Artikel mit echtem Pelz vor drei Jahren aus. Seit 1998 bietet Karstadt nur noch Teppiche aus Nepal und Indien an, wenn diese auch das Rugmark-Siegel tragen.

Die internationale Initiative gegen illegale Kinderarbeit in der Teppichindustrie wurde 1995 gemeinsam von indischen Nichtregierungsorganisationen, deutschen und internationalen Hilfswerken und der Gesellschaft für technische Zusammenarbeit initiiert. Die Rugmark-Initiative vergibt ein international registriertes Siegel für Teppiche, die nach den Rugmark-Kriterien (keine Beschäftigung von Kindern unter 14 Jahren, Zahlung von wenigstens den gesetzlichen Mindestlöhnen an die erwachsenen Knüpfer, Akzeptanz von unangekündigten Kontrollen) geknüpft wurden. Seit 1999 befindet sich Rugmark unter dem Dach von Transfair e. V., dem Verein zur Förderung des fairen Handels mit den Entwicklungsländern. ■



Foto: Christian Klose



Für das Stadtblatt sprach Barbara Underberg mit Alexandra Hildebrandt

Begriffe mit einem * werden in unserem kleinen Lexikon rechts erläutert

Der Bereich, den Sie verantworten, heißt „Kommunikation Gesellschaftspolitik“. Heißt das, dass im Unternehmen besonderer Wert auf nachhaltige Kommunikation gelegt wird?

Ja, zumal Kommunikation selbst ein „Wert“ ist, durch den ein Unternehmen „gewinnen“ kann, aber nur, wenn es sich mehr denn je öffnet und transparent wird. Es geht um Klarheit und Wahrheit. Allgemeine Phrasen erreichen die Menschen nicht. Erst durch Glaubwürdigkeit kann ein Unternehmen ein „besseres Unternehmen“ im Prozess der gesamten Wertschöpfung werden. Den Bereich „Kommunikation Gesellschaftspolitik“ sehe ich auch als „Marke“, die für etwas steht und Sinn stiftet. In diesem Fall ist es „Verantwortung“. Man soll wissen, woran man ist - erst dadurch entsteht Vertrauen. Und das brauchen wir in der Zusammenarbeit mit unseren Stakeholdern*.

Welche Rolle spielt Glaubwürdigkeit für Sie?

Da ich für einen Handelskonzern tätig bin, stellt sich die Frage nach dem guten Geschäft und nach dem Menschenbild gleichermaßen. Es geht darum, gerade nicht zu „spielen“, sondern ohne Maskerade und Rollenspiel zu arbeiten, sich 1:1 zu geben – im Job und nach Feierabend. Man muss bei den Menschen beginnen. „Menschen, seid menschlich! Das ist eure erste Pflicht“, schrieb Rousseau in seinem Erziehungsroman „Emile“.

Was macht Ihre Arbeit aus, wie gehen Sie mit Ihren Aufgaben und Projekten um?

Eine Voraussetzung für mich ist, dass Arbeit Sinn machen sowie Halt und Orientierung geben muss.

Als ich ins Unternehmen eintrat, wurde mir auf sehr sympathische Weise gesagt: „Hier tätig zu sein bedeutet: machen, machen, machen.“ Dieser Dreiklang war Musik in meinen Ohren, denn ich bin keine Theoretikerin, sondern eine Macherin. Lieber verzichte ich auf drei Konzepte als darauf, eines sofort zu realisieren, Menschen und Dinge zu vernetzen, offen das Nächstliegende anzugehen.

Weshalb beschäftigen Sie sich seit Jahren mit dem Thema „Grenzgänger“?

Weil ich selbst eine Grenzgängerin bin, die gern Neues ausprobiert und sich aus ihrer Komfortzone heraus bewegt. Grenzgänger sein bedeutet aber auch, sich seiner Verantwortung bewusst zu sein, ein Gefühl dafür zu haben, wo eine Grenze überschritten werden könnte. Und es ist wichtig, die Konsequenzen seines Handelns zu erkennen, denn nur dann wird man auch als vertrauenswürdig wahrgenommen.

Was ist das Faszinierende an dieser Gratwanderung?

Weil man, wenn man Neuland betritt, immer ein Stück mehr schafft, als man zunächst glaubt.

Was bedeutet das für Ihre Arbeit bei Karstadt Quelle?

Vieles von dem, was man tut, hängt von der eigenen Einstellung ab: Wenn ich mir sicher sein kann, dass die Strukturen in der Unternehmenswelt durchlässig und flexibel sind, dann fällt das Verlassen eingetretener Pfade leichter. Wenn das Unternehmen modern, kundenorientiert, verantwortlich und innovativ ist, dann wird das sogar gefordert und gefördert. Das betrifft auch die Übernahme von persönlicher Verantwortung, die wiederum neue Chancenräume öffnet. Diese Möglichkeiten habe ich – aber auch im Bewusstsein, dass das in der heutigen Arbeitswelt leider nicht selbstverständlich ist.

Mit welchen Projekten beschäftigen Sie sich derzeit?

Hier müssen wir zwischen „Pflicht“ und „Kür“ unterscheiden. Die Hauptarbeit widmet sich immer der weltweiten Einhaltung der Sozialstandards. Damit verbunden sind unsere Verpflichtungen an den Internationalen Runden Tischen sowie unsere Aufgaben innerhalb der Business Social Compliance Initiative (BSCI). In der „Kür“ werden momentan alle laufenden Projekte – soweit möglich – im Bereich Corporate Social Responsibility (CSR)* zusammengeführt. Corporate Citizenship (CC)* ist ein Teil von CSR, deshalb müssen auch hier die Grenzen fließend sein.

Zu einem besonders erwähnenswerten Projekt – nicht zuletzt auch vor dem Hintergrund, dass Essen

2010 Kulturhauptstadt Europas ist – gehört „Culture Counts“. Reporter berichten über Mitarbeiter aus verschiedenen Kulturen, über Sozialstandards, nachhaltige interkulturelle Produkte und Dienstleistungen. Hier geht es vor allem darum, Vielfalt sichtbar zu machen, Brücken zu bauen und einander besser zu verstehen. Unsere Partner, die Geschäftsführer von Culture Counts, schreiben das sehr schön in ihrer Ankündigung: „Culture Counts macht menschliche Beziehungen sowie kulturelle Momente, Ereignisse und Bezüge sichtbar. In der Gesellschaft ebenso wie in der Wirtschaft.“ Als Partner fungiert die deutsche UNESCO-Kommission. Wir sind stolz darauf, ein Knoten in diesem internationalen Netzwerk zu sein. ■



Dr. Alexandra Hildebrandt

geb. 1970, Studium der Neueren deutschen Literaturgeschichte, Psychologie und Buchwissenschaft an den Universitäten Erlangen und Bamberg. Leitende Konzerttätigkeiten und Lehraufträge im Bereich Kommunikationsmanagement. Seit 2006 leitet sie den Bereich Kommunikation Gesellschaftspolitik bei der KarstadtQuelle AG. Dort gehört die Erstellung des Nachhaltigkeitsberichts, die CSR*- und Diversity*-Kommunikation, die Zusammenarbeit mit Nichtregierungsorganisationen und Partnerunternehmen sowie die Wahrnehmung zahlreicher Mitgliedschaften für die KarstadtQuelle AG zu ihren Aufgaben. Alexandra Hildebrandt hat mehrere Sachbücher publiziert. Jüngste Veröffentlichung: „Die Spur des Grenzgängers. Leben als Passion“ (Junfermann Verlag, 2006). Zahlreiche Beiträge für Funk und Fernsehen.

alexandra.hildebrandt@karstadtquelle.com

► www.karstadtquelle.com/nachhaltigkeit

► <http://culture-counts.changex.de>

KARSTADT QUELLE AG

Karstadt konkret

Bundesweite Kampagne zum ökologischen Schulanfang

in Kooperation mit dem Umweltbundesamt, Initiative Pro Recyclingpapier u. a.

Start: vor den Sommerferien

Bundesweite Bio-Aktionswochen zur Forcierung des ökologischen Landbaus

25. Juni bis 7. Juli 2007

Beteiligung am Umwelt-Jahrmarkt der Stadt Essen.

Karstadt ist offizieller Umweltpartner der Stadt Essen

Thema: Energieeffizienz in Haushalten

11. Aug. 2007, Essen Kennedyplatz

Bundesweite TransFair-Aktionswochen

in Kooperation mit TransFair e. V. und gepa Handelshaus

22. Okt. bis 3. Nov. 2007

Kleines Lexikon der Nachhaltigkeit

„Stakeholder“: engl. = Anspruchsberechtigte in einem Unternehmen, also MitarbeiterInnen, KundInnen, Lieferanten u.a.. In Unterscheidung dazu wird häufig der Begriff „Shareholder“ benutzt, der die Aktionäre bezeichnet.

Corporate Social Responsibility (CSR): Integration sozialer und ökologischer Aspekte in ökonomisches Handeln

Diversity Management bzw. **Vielfaltsmanagement:** Konzept der Unternehmensführung, das die Verschiedenheit der Beschäftigten berücksichtigt, zum Vorteil aller Beteiligten nutzt und sie im Sinne einer positiven Wertschätzung besonders hervorhebt

Corporate Citizenship (CC): ehrenamtliches, bürgerschaftliches Engagement von Unternehmen, das über die eigentliche Geschäftstätigkeit hinausgeht

stadtblatt: online
www.stadtblatt-ruhr.de

Musik

Joan Armatrading: „Into the blues“

Ihre Karriere in Deutschland begann 1979 im WDR-Studio. Bereits ein Jahr später überzeugte sie dann beim ARD-Rockpalast-Festival die begeisterteste Zuschauer in der ausverkauften Grugahalle und ein Millionenpublikum vor dem TV.

21. April, 20 Uhr

Bochum, Jahrhunderthalle

► www.kulturimpuls.info
 ► www.joanarmatrading.com

Georgette Dee: Chanson meets Jazz

25. April, 20 Uhr

Bochum, Schauspielhaus

► www.schauspielhausbochum.de

„Songs of Steel“, Arbeiterlieder neu interpretiert

Konzert zur Geschichte des Stahls im Rahmen der Sonderausstellung „Born of Fire“. Martha und die Musikmalocher präsentieren „Im Akkord“ und interpretieren schwitzend, schmachmend und manchmal auch schreiend, Arbeiterlieder von der Internationalen bis Rio Reiser.

27. April, 20 Uhr

Oberhausen, Rheinisches Industriemuseum

► www.lvr.de



Singer-/Songwriter-Konzert: Niels Frevert & Tess Wiley (Foto)

Seit 1997 ist Frevert auf Solofaden unterwegs und hat sich besonders mit der intimen und puristischen Atmosphäre seiner Live-Konzerte einen Ruf als tiefsinniger Songwriter und charismatischer Performer erspielt. Die Sängerin Tess Wiley präsentiert feinfühlig zuweilen melancholische Folksongs mit sympathischem Homerecording-Flair, die nicht zuletzt auch etwas Sehnsucht nach Wileys texanischer Heimat verspüren lassen.

28. April, 20 Uhr

Dortmund, Pauluskirche

► www.pauluskircheundkultur.de

Vorsicht, Klassik! - mit Dieter Hildebrandt

Mit Dieter Hildebrandt (Moderation & Texte), 6 Philharmonischen Cellisten Köln und Werner Thomas-Mifune (Musik & Leitung). Dieter Hildebrandt führt als freundlich-bissiger Moderator durch den Abend.

11. Mai, 20 Uhr

Dortmund, Konzerthaus

► www.konzerthaus-dortmund.de

Jazz in Essen: James Carter Organ Trio

Die Saxofon-Sensation. Als James Carter Mitte der 90er Jahre auftauchte, war das eine Sensation. Seine Vielseitigkeit, Spieltechnik und Beherrschung aller Stile machten die Jazzwelt fassungslos. Selbst die Antipoden Lester Bowie und Wynton Marsalis waren sich einig: Dem Mann gehört die Zukunft. Dass sie Recht hatten, konnte Carter seither in immer wechselnden Projekten beweisen. Nach Essen kommt er mit seinem funky Orgeltrio aus Detroit. James Carter (sax), Gerard Gibbs (Hammond B3), Leonard King (drums).

14. Mai, 20 Uhr

Essen, Grillo Theater

► www.theater-essen.de

A-cappella-Festival

Zarte Klänge und reine Harmonien, witzige Verse und furiose Shows: Damit lockt das A-cappella-Pfingstfestival Vokalartisten und Fans open air auf die Festwiese.

27.+28. Mai, 13-18 Uhr

Dortmund, Westfalenpark

► www.westfalenpark.de

Film



Internationales Frauenfilmfestival Dortmund

Mit rund 100 Filmen präsentiert das Festival neben Internationalen Wettbewerben ein umfassendes Programm aktueller und historischer Filme von Frauen, in diesem Jahr beschäftigt sich das Festival schwerpunktmäßig mit dem Thema Musik.

17.-22. April

Dortmund, u.a. Schauburg und domicil

► www.femmetotale.de

Kurzfilmtage Oberhausen

Taugt das Künstlerkino als Basis für eine neue Form des Museums? Unter dem Titel „Kinomuseum“ widmet das Festival diesem Thema ein zehnteiliges Programm mit Filmen, Videos und Diskussionen. Mit „Kindheit“ präsentieren die Kurzfilmtage ein weiteres Themen-Programm, Profile der Künstler Guy Ben-Ner, Marjoleine Boonstra, Kanai Katsu und Ken Kobland, Screenings führender internationaler Avantgarde-Filmverleihe und vier Wettbewerben der neuesten Kurzfilme und Videos aus der ganzen Welt.

3.-8. Mai

Oberhausen, Lichtburg Filmpalast

► www.kurzfilmtage.de

Filmfestival „über arbeiten“

Das bundesweite Filmfestival zu Arbeit, Wirtschaft und Globalisierung ist mit elf aktuellen Dokumentarfilmen in Spielfilmlänge auf Tournee.

17.-22. Mai

Bochum, Metropolis Kino

► <http://diegesellschaft.de/filmfestival/index.php>

Kleinkunst & Kabarett



Münchner Lach- und Schießgesellschaft: „Verlängert“ – Das Jubiläumsprogramm (Foto)

Die Münchner Lach- und Schießgesellschaft gewährt neben vielen aktuellen politischen Themen auch Rückblicke auf fünf Jahrzehnte Bundesrepublik. Jede Menge schräger Typen, gewohnt brillant verkörpert vom neuen, jungen Hausensemble Sonja Kling, Ecco Meineke und Thomas Wenke, bekommen durch den Regisseur Ulf Goerke Leben eingehaucht. Mix aus Theater, Kabarett und abstruser Komik.

18. April, 20 Uhr

Herne, Flottmann-Hallen

► www.flottmann-hallen.de

Hagen Rether: „Liebe“ (Foto unten)

Drei Stunden lang nimmt Hagen Rether planvoll und ohne Hast, voller Sarkasmus, Ironie und Angriffslust das Weltgetriebe auseinander. Klavierspielend und beiläufig plaudernd macht er knallhartes politisches Kabarett. Die uralte Botschaft, die Verlogenheit der Konsumgesellschaft und des Establishments zu geißeln, erfüllt er subversiv, nonchalant und hundsgemein.

19. April, 20 Uhr

Herten, Glashaus

► www.herten.de/kultur/glashaus



Fritz Eckenga: Mitteilungen für interessierte Dorfbewohner

- Gast: Wiglaf Droste

29. April, 12 Uhr

Dortmund, Harenberg City-Center

► www.harenberg-city-center.de

Georg Ringsgwandl: „Der schärfste Gang“

Satiriker, Clown, Rocker, Tänzer, bayerischer Boy George. Georg Ringsgwandl - Punk-Rocker, Arzt, Komiker, Kabarettist und Konsumverweigerer schlägt mühelos den Bogen vom Parkknöllchen zur Jugendgewalt und vom chinesischen Erntearbeiter zur bayerischen Bockwurst, versetzt sich flugs in das Innenleben einer Maulbeerblatt-fressenden Seidenraupe und leistet einer Politesse den Liebeseid. Die Welt wird geschmetzelt und gebraten, liebe und böse Fantasien würzen die heitere Kost.

17. Mai, 20 Uhr

Essen, Grillo Theater

► www.theater-essen.de

Fritz Eckenga: Mitteilungen für interessierte Dorfbewohner

- Gast: Dietmar Wischmeyer

3. Juni, 12 Uhr

Dortmund, Harenberg City-Center

► www.harenberg-city-center.de

Literatur & Lesungen

Martina Gedeck liest Thomas Bernhard

In der Reihe „Suchers Leidenschaften“ liest in diesem Monat Martina Gedeck aus dem Werk von Thomas Bernhard.

17. April, 20 Uhr

Essen, Grillo Theater

► www.theater-essen.de

Hotel Europa - der Literatursalon

Tschingis Aitmatow (Brüssel) liest aus seinem neuen Roman „Der Schneeleopard“ - Moderation und Übersetzung während der Veranstaltung: Ganna-Maria Braungardt, präsentiert vom Literaturbüro Ruhr. Tschingis Aitmatow wurde 1928 in Kirgisien geboren. Mit der Erzählung »Dshamilja« erlangte er Weltruhm.

21. April 2007, 20.00 Uhr

Mülheim, Theater an der Ruhr

► www.literaturbuero-ruhr.de

Wiglaf Droste liest (Foto unten)

28. April, 20 Uhr

Witten, Werk-Stadt

► www.werk-stadt.com



Alfred Biolek: „Mein Theater mit dem Fernsehen“

mit Special Guest Prof. Dr. Oliver Scheytt, Geschäftsführer der RUHR.2010 GmbH Vierzig Jahre lässt Alfred Biolek Revue passieren. Er berichtet von seinen diversen Rollen als Produzent, Talentscout, Showmoderator, Talkmaster, Fernsehkoch und Gaststar, er erinnert sich an Erlebnisse mit Chefs, Redakteuren, Kollegen und Fernsehkritikern. Auf einer großen Leinwand erscheint das Anschauungsmaterial: Ausschnitte aus seinen Produktionen, – z.B. „Drehscheibe“, „Am laufenden Band“, „Monty Python's Flying Circus“, „Bio's Bahnhof“, „Mensch Meier“ „Boulevard Bio“ und „Alfredissimo“.

10. Mai, 20 Uhr

Essen, Grillo Theater

► www.theater-essen.de

Theater & Tanz



Tanztheaterfestival in Schwerte

Spannende und experimentierfreudige Produktionen präsentiert das 9. Festival für Tanztheater. Mit dabei: Martin Inthamously aus Uruguay mit seiner Produktion über einen autobiografischen Roman des kubanischen Schriftstellers Reinaldo Arenas; die Choreografen Tarek Assam und Guido Markowitz mit „Snow Motion“; Barbara Fuchs mit „Stück 2307,5“; das freie Bonner Ensemble Cooandance mit „Lovers and other Strangers“.

27. April – 29. Mai

Schwerte, Rohrmeisterei

► www.kubewe.de

„Superstark“, Menschen mit geistiger Behinderung spielen Theater

Martina, 17 Jahre alt, möchte wie viele andere Mädchen in diesem Alter Superstar werden. Die Eltern sind strikt dagegen. Das erzeugt Spannungen. Im Verlauf erkennt sie ihre Grenzen und gleichzeitig eigene Talente. Das Blitzlicht-Theater besteht seit 9 Jahren. Die zehn Schauspielerinnen wohnen



und arbeiten beim Sozialwerk St. Georg. Betreuung und Regie liegen in den Händen von Hanna Feldhof.

28. April, 19 Uhr

Gelsenkirchen, Sozialwerk St. Georg, Theater Blitzlicht

► www.kultur.gelsenkirchen.de

Feste & Feiern

ExtraSchicht – Die große Nacht der Industriekultur

siehe Seite 23

2. Juni, 18-2 Uhr

Ruhrgebiet, in allen Städten

► www.extraschicht.de

Un(n)a Festa Italiana

Das größte italienische Fest diesseits der Alpen. Un(n)a Festa Italiana bietet eine Illuminazione mit 100.000 bunten Lichtern. Seit 1996 besteht eine innige Partnerschaft mit Pisa, aus der Toskana werden wieder rund 100 Gäste das bunte Programm an diesen tollen Tagen bereichern. In traditionellen Kostümen marschieren die berühmten pisanischen Fahnschwinger und Armbrustschützen auf dem Marktplatz ein. Folkloregruppen, Musik-Ensembles, Handwerker und Händler sorgen dafür, dass man tatsächlich glaubt auf einer Piazza zu flanieren. Und natürlich die vielen italienischen Spezialitäten.

06.-10. Juni

Unna, Altstadt

► www.unna.de



Kunst & Ausstellungen

Das Auge des Himmels

In Zusammenarbeit mit dem Deutschen Zentrum für Luft- und Raumfahrt e.V. zeigt die Gasometer GmbH die Erde aus der „Perspektive Gottes“. Die Schau präsentiert 56 großformatige Farbfotografien, die von Erdbeobachtungssatelliten ursprünglich für wissenschaftliche Zwecke aufgenommen wurden.

bis 2. Dez., di-so 10-18 Uhr
Oberhausen, Gasometer
▶ www.gasometer.de

Simon Starling – Nachbau

Simon Starling, Träger des renommierten englischen Turner-Prize 2005, hat für die Ausstellung im Museum Folkwang eine neue große Arbeit entworfen. Kurz vor einem der größten architektonischen Umbrüche in der Geschichte des Museum Folkwang - der Neubau beginnt im Juli 2007 - setzt er sich mit dessen Architektur- und Sammlungsgeschichte auseinander. Ausgangspunkt seiner Arbeit sind Fotografien von Albert Renger-Patzsch der späten 20er und frühen 30er, welche die frühere Sammlungspräsentation zeigen.

20. April – 1. Juli 2007
Museum Folkwang, Essen
▶ www.museum-folkwang.de

Oskar Dawicki – Every mistake has a hidden meaning

Alle Objekte Oskar Dawickis in der Ausstellung im RWE Turm sind gekennzeichnet von einer leichten, aber bereits irritierenden Verschiebung ihrer Funktion und Bedeutung. Sie täuschen einen eigenen Sinn vor, genauer betrachtet sind es allerdings nur noch Abstraktionen von ehemals sinnstiftenden Gegenständen. Oskar Dawicki setzt sich mit Aspekten der Täuschung, Reproduktion und Manipulation auseinander. Diese haben innerhalb medialer Darstellungsformen starken Einfluss auf die Sinnggebung der Dinge und eröffnen neue Möglichkeiten der Wahrnehmung von Zusammenhängen.

20. April – 1. Juli 2007
RWE-Turm, Essen
▶ www.museum-folkwang.de

Begegnung - kopfwüchsig, bodenständig: Edgar A. Eubel, Ulrich Möckel

Malerei, Objekte, Installationen. Der Betrachter wird aufgefordert, durch die Gegenüberstellung der Werke „einzelne Seeleindrücke“ zu erfassen und die Kunstwerke nicht als „Produkt, sondern als Genesis“ (Paul Klee) zu begreifen. In den großformatigen Bildern Eubels als auch bei den Baumskulpturen Möckels werden vorhandene Analogien im jeweiligen Gegenüber sichtbar.

29. April – 20. Mai, Fr+Sa 15–18 Uhr, So 11–18 Uhr
Herten, Maschinenhalle Zeche Scherlebeck
▶ www.herten.de

Kulinarisches

Kulinarische Reise durch Ungarn mit Musik und Texten

Literarische und musikalische Reise quer durch Ungarns Küche, Restaurants, Weinkeller, Speisekarten und zu einem kleinen ungarischen Sprachführer anhand von schrägen und humorvollen Texten beliebter und berühmter ungarischer Autoren. Mit dem Duo Piavoli, veranstaltet von der Auslandsgesellschaft NRW.

26. April, 19 Uhr
Dortmund, Kleines Café Budapest
▶ www.agnrw.de

Freizeit & Sport

Radfest Ruhrtal

Volles Programm: Mountainbike-Show, Radtour-Quiz, Burgentour Rallye, Radparcours, Schnuppertour per Rad und Kanu durch das Ruhrtal. 15 Aussteller informieren.

5. Mai, 11-18 Uhr
Witten-Heven, rund ums Fährhaus
▶ www.en-kreis.de

Märkte & Messen

Messen zeigen Wohn- und Modedesign „FORMART Wohnen“

Über 35 Aussteller zeigen Möbel, Lampen, Teppiche, Tisch- und Bettwäsche, Garten- und Büromöbel sowie Accessoires.

20.-22. April
„FORMART Mode/Schmuck“
27.-29. April
jeweils Bochum, Maschinenhalle
Friedlicher Nachbar
▶ www.friedlicher-nachbar.de

Flo(h)rian

Der schönste Flohmarkt des Reviers startet Ende April in die neue Saison.

Weitere Termine: 1. Juli, 2. Sept., 21. Okt..
29. April
Dortmund, Westfalenpark
▶ www.westfalenpark.de

Kunstmarkt rund ums Schloss Herten

27.+28. Mai, 11-19 Uhr
Herten, Schloss Herten
▶ www.herten.de

ECOTEC – Der Wissensmarkt für Umwelttechnologie

siehe Seite 23
1.-3. Juni
Essen, Zollverein
▶ www.ecotec2007.de

Vorträge

„Wir nehmen uns Zeit! Die Wiederentdeckung der Langsamkeit“

Referentin: Marit Rullmann, Philosophin. Alle TeilnehmerInnen werden gebeten etwas Persönliches mitzubringen, das den eigenen Umgang mit der Zeit charakterisiert. Eine

Veranstaltung des Arbeitskreises Konsum & Lebensstile der aGEnda 21

17. April, 17-19 Uhr
Gelsenkirchen, Volkshochschule
▶ <http://agenda21.gelsenkirchen.de>

Politischer Salon Essen: Auf dem Weg ins Paradies bis zur Festung Europa – Flucht und Migration im 21. Jahrhundert

siehe Seite 16
18. April, 19 Uhr
Essen, Café Central im Grillo Theater
▶ www.theater-essen.de

Christliche Soziallehre und die neue Linke

Mit Pfarrer Jürgen Kluthe aus Herne und Wim Ehlers von der Rosa Luxemburg Stiftung NRW. Aus der Reihe „Das ist heute links“.

18. April, 19.30 Uhr
Essen, Zeche Carl
▶ www.zechecarl.de

„Von Äpfeln und Birnen?“ - Fairer Handel im Test

Fachgespräch mit Klaus Müller (Verbraucherzentrale NRW), Dr. Hans-Jürgen Klüppel (Koordinatorenprogramm für entwicklungspolitische Bildungsarbeit), Dr. Holger Brackemann (Stiftung Warentest) und Dieter Overath (TransFair).

19. April, 15-18 Uhr
Düsseldorf, Verbraucherzentrale NRW
▶ www.eine-welt-netz-nrw.de

Eine Reise durch den Hinterhof der ehemaligen Sowjetunion

Projekt Kurs Ost, Diaschau. Weite Steppen, heiße Wüsten, schroff-zerklüftete Berge und ein Hauch Seidenstraße, das alles ist Zentral Asien. Vier Monate waren Claudia und Andreas Hülsmann unterwegs. Ihre Reise durch den „Hinterhof“ der ehemaligen Sowjetunion führte sie durch 13 Länder. Dabei legten sie mit ihren Motorrädern mehr als 17.000 Kilometer zurück.

21. April, 17 + 20 Uhr
Duisburg, Café Steinbruch
▶ www.motorradkarawane.de

Brücke 3: Mazzot, Klarinette und Heine

Ein Abend der jüdischen Kultur. Juden in Deutschland heute – wer sind sie, was sind sie? Wie vielfältig ist das heutige jüdische Leben in Deutschland? Was verbindet moderne jüdische und deutsche Kulturen? Um diese und andere spannende Fragen soll es bei der Begegnung auf dieser Brücke gehen – im Gespräch, beim Singen, Musizieren, Vorlesen.

22. April, 17 Uhr
Gelsenkirchen, Consol Theater
▶ www.consoltheater.de

Aktiver Klimaschutz: Energiesparkkonzepte für Gebäude

Referent: Karl-Heinz Hüsing, SWB-Herten
25. April, 19.30 Uhr
Bochum, Umweltzentrum
▶ www.aku-bochum.de/aku-aktiv/veranstaltung.htm

Thea Dorn: Die Frau der Zukunft – selbstbewusst und frei?

Reden von Morgen: Die Literaturkritikerin, Schriftstellerin – als Krimi-Autorin bundesweit bekannt geworden – und Journalistin hat sich in die Diskussion um das gegenwärtige und zukünftige Frauenbild eingemischt. Ihr erstes Sachbuch „Die neue F-Klasse – Wie die Zukunft von Frauen gemacht wird“ versteht sich als Beitrag zu einer neuen, ideologiefreien Geschlechter- und Feminismusdebatte.

13. Mai, 11 Uhr
Essen, Volkshochschule
▶ www.theater-essen.de

Foto: Kerstin Ehmer



Prof. Götz Werner: „Kulturimpuls Grundeinkommen – Von der Industriegesellschaft zur Kulturgesellschaft“

In der Reihe „Reden von Morgen“. Götz Werner ist Gründer der Drogeriemarktkette dm.

17. Juni, 11.15 Uhr
Essen, Casa in der Theaterpassage
▶ www.theater-essen.de

den eigentlichen Kinderplaneten „Mondo Mio!“. Die interaktive KinderErlebnisAusstellung in der Florianhalle lädt ein zum Staunen, Spielen, Basteln und Gestalten.

**Eröffnung am 26. Mai
Dortmund, Westfalenpark**

▶ www.mondomio.de

Kinder

**Ballett Schindowski tanzt für Kinder:
„Wenn die Instrumente tanzen ...“**

Zusatzvorstellung wegen großen Erfolgs. Auch nach 21 Jahren amüsierten der dicke Bass, die quirlige Flöte und die schlecht gelaunte Posaune das Publikum. Das Cello hat seine Star-Allüren noch immer nicht abgelegt und streitet sich weiterhin mit der Klarinette, die fortwährend die Erste sein will und wie immer bringt das Fagott alles durcheinander, weil es so kurzsichtig ist, dass es fast von der Bühne fällt. Das Stück bringt den jüngsten Zuschauern auf unterhaltsame Art die Welt des Tanzes nahe und erklärt auf tänzerisch-komische Weise die Struktur eines Orchesters.

22. April, 16 Uhr
Gelsenkirchen, Musiktheater im Revier
▶ www.musiktheater-im-revier.de

KinderErlebnisAusstellung

Mondo Mio

Nach einem aufregenden Streifzug durch über 25 Kulturen, erreichen die Besucher

Buchtipp:

Érik Orsenna: Weiße Plantagen. Eine Reise durch unsere globalisierte Welt

Die Baumwolle, das „Hausschwein der Botanik“, von dem sich alles verwerten lässt und alles verwertet wird, hat die Geschichte zahlreicher Länder geprägt. Heute leben von ihr mehrere hundert Millionen Menschen. Érik Orsennas Reise führt ihn durch fünf Kontinente und sieben Länder. Auf der politischen Skala reichen sie vom Minimalstaat brasilianischen Typs bis zum totalitären Maximalstaat China, ökonomisch sind sie durch zahllose Fäden miteinander verknüpft. Orsenna besichtigt die Landschaften und Städte der Baumwolle und spricht mit den Menschen, den Politikern und Arbeitern, den Farmern und den Forschern, die die Baumwolle genetisch optimieren.

„Weiße Plantagen“ – Riesige Felder im Süden der USA, wo immense Subventionen die Macht der nordamerikanischen Baumwollindustrie erhalten. „Weiße Plantagen“ – Riesige Felder fast überall, wo früher einmal Kolonialherren

CDtipp:

Thomas Quasthoff: The Jazz Album - Watch What Happens

Thomas Quasthoff ist der bekannteste deutsche Bassbariton in der klassischen Musik und Till Brönner der bekannteste Jazztrompeter außerhalb der USA. Beide sind Popstars ihres Genres und man könnte meinen, es wird wieder eine recht beliebige Mainstream-Platte abgeliefert, doch da täuscht man sich. Über Quasthoffs Schicksal und seinen unbändigen Willen, sich aller körperlicher Handycaps zum Trotz künstlerisch durchzusetzen, ist viel geschrieben worden und es hat auch vielen Menschen in vergleichbarer Lage Mut gemacht. Und von dieser Ernsthaftigkeit, dem langen Auseinandersetzungsprozess mit dem Jazz-Idiom ist viel zu spüren.

Wenn man das vergleicht mit der Oberflächlichkeit eines Michael Bublé, der zu Recht wieder von der Bildfläche verschwunden ist, so scheint jeder der Songs die Lebensgeschichte des Sängers zu erzählen. Obwohl keiner eigens für diesen Kontext geschrieben wurde, ergibt sich doch ein Liederkreis, der ähnlich denen Schuberts einen Spannungsbogen aufbaut und durchhält.

Der Produzent Till Brönner, dem schönen Klang verpflichtet, liefert hier einige seiner reifsten Beiträge, dabei immer dem Song verpflichtet und nicht dem ausufernden Solospiel. Arrangeur Alan Broadbent, bekannt aus Charlie Hadens Quartet West, fügt orchestrale Linien und Jazzband zu einer Einheit, in der etwas Neues entsteht.

Klanglich Jazz, in Wahrheit doch die Persönlichkeiten Quasthoff und Brönner, die sich zu einer Musik inspirieren, die spannend ist und dabei doch entspannend genossen werden kann.

▶ Erschienen bei Deutsche Grammophon

herrschen. Orsenna verfolgt die Geschichte der Baumwolle und erkundet an ihr die Mechanismen der Globalisierung. Eine spannende literarische Reportage, die mit dem Lettre Ulysses Award ausgezeichnet wurde.

Érik Orsenna, 1947 geboren, veröffentlichte zahlreiche Romane. Für „L'Exposition coloniale“ wurde er 1988 mit dem „Prix Goncourt“ ausgezeichnet. Seit 1988 ist er Mitglied der Académie Française.



Orsenna, Érik: Weiße Plantagen. Eine Reise durch unsere globalisierte Welt. C.H. Beck 2007. 288 Seiten, gebunden, 18,90 Euro, ISBN 978-3-406-55917-4

Das neue WDR Studio in Duisburg

»Lokalzeit« aus einer Stadt im Aufbruch

Seit dem 1. Februar sendet das neue WDR Studio täglich Nachrichten und Berichte aus Duisburg und vom Niederrhein. Rund 1,4 Mio. Menschen haben die Möglichkeit, die neue „Lokalzeit“ zu empfangen. Eine erste, positive Bilanz nach gut zwei Monaten Sendezeit.

Das Studio in Duisburg ist eines von inzwischen elf WDR-Studios in NRW, das die Menschen mit Informationen und Geschichten aus ihrer Region versorgt. Seit Februar realisieren 30 fest angestellte und ebenso viele freie MitarbeiterInnen in den Bereichen Technik, Redaktion und Verwaltung die tägliche „Lokalzeit“ für die Stadt Duisburg und die Kreise Wesel und Kleve, die bis dahin zur Lokalzeit Düsseldorf gehörten. „Wir wussten, was auf uns zukommen würde, aber im Detail haben wir mit vielen Dingen nicht gerechnet“, erinnert sich der Studioleiter, Klaus Beck, an die Aufbau- und Probephase, die bereits im vergangenen Dezember begonnen hatte.

Dass die gesamte Sendetechnik nach wie vor provisorisch außerhalb des Studios in einem umfunktionierten WDR-Ü-Wagen untergebracht ist, davon merken die Zuschauer vor den Bildschirmen nichts: „Die Reaktionen sind positiv - die Zuschauer sind engagiert, sie rufen aus dem gesamten Sendegebiet an, schreiben Mails und nehmen aktiv am Programm teil. Das finde ich schon sehr erstaunlich“, berichtet der stellvertretende Studioleiter, Jörg Brücher.



Zwischen Niederrhein und Ruhrgebiet

Das Sendegebiet und die damit verbundenen Programminhalte sind das Besondere am Studio in Duisburg: „Bei uns gibt es das Spannungsverhältnis zwischen der ‚komplizierten‘ Stadt Duisburg, die nicht weiß, ob sie mehr Ruhrgebiet oder mehr Niederrhein ist, und dem großen Gebiet Richtung holländische Grenze, wo völlig andere Themen im Vordergrund stehen - und das ist dann die ‚Wunder-tüte‘ Lokalzeit aus Duisburg“, erläutert Klaus Beck. Thematisch äußert sich dieses Spannungsverhältnis in einer abwechslungsreichen Berichterstattung, die sowohl Großstadtt Themen vorsieht, wie z.B. aktuell die geplante Umgestaltung der Duisburger Innenstadt durch den britischen Architekten Norman Foster, als auch Themen aus den eher ländlichen Gebieten, wie z.B. die landwirtschaftlichen Folgen der Auskiesung im Kreis Wesel.

Während die Zuschauer also bereits jetzt ein abwechslungsreiches Lokalzeit-Programm anschauen können, wird im Studio am Duisburger Innenhafen noch fleißig gearbeitet: Die Bauarbeiten im modernen „Five-Boats“-Gebäudekomplex laufen nämlich auf Hochtouren, damit die endgültigen Räumlichkeiten bald bezogen werden können. Dass diese Dynamik nicht nur am Innenhafen, sondern zur Zeit in Duisburg allgemein zu spüren ist, beobachtet Jörg

Brücher sehr deutlich: „Mich fasziniert es, wie man aus dieser alten Industriestadt eine moderne Stadt macht, mit vielen Wasserkanälen; dass man mit dem ‚Citypalais‘ und dem ‚Forum‘ zwei neue Zentren hinbaut - da ist viel Aufbruch spürbar“.

Große Pläne, große Baustellen

Für Nicht-Duisburger: Das „Citypalais“ ist ein hochmodernen Neubau am Standort der früheren Mercatorhalle, in dem kürzlich das Casino Duisburg eröffnet wurde. Mit dem „Forum“ entsteht zur Zeit eine 57.000 qm große neue Einzelhandels- und Gastronomiefläche im Herzen Duisburgs.

Wenn im Herbst die Bauarbeiten im WDR Studio abgeschlossen sind und das Wetter mitspielt, dürfen sich die Zuschauer auf einen „Tag der offenen Tür“ freuen und die Macher ihrer Lokalzeit hinter den Kulissen besuchen. Wer sich schon vorher ein Bild von der Aufbruchstimmung in Duisburg machen möchte, dem sei aktuell ein Spaziergang vom Innenhafen in die Innenstadt empfohlen, wo man neben dem Citypalais die eindrucksvollen Bauarbeiten am Forum beobachten kann. (fp) ■

WDR Lokalzeit aus Duisburg:
Montags bis samstags um 19.30 Uhr
Informationen zum Empfang unter
▶ www.wdr.de/studio/duisburg/



**Oikocredit –
in Menschen investieren**

Die Ökumenische Entwicklungsgenossenschaft **Oikocredit** fördert seit mehr als 30 Jahren Entwicklung durch Darlehen.

- **Oikocredit** vergibt faire Kredite und bietet so Zehntausenden die Chance, sich eine menschenwürdige Existenz aufzubauen.
- **Oikocredit** ist weltweit einer der größten privaten Finanziers von Mikrokreditprogrammen.
- In Nordrhein-Westfalen investieren 4.000 Anleger rund 40 Millionen Euro in **Oikocredit**, mit zwei Prozent Rendite und hohem sozialem Gewinn.

Faire Geldanlage

Informationen bei:
Oikocredit Westdeutscher Förderkreis
Adenauerallee 37
53113 Bonn
Tel.: 0228/68 80-280
E-Mail: oikocredit.bonn@t-online.de
Internet: www.oikocredit.org/sa/westdt

Kleinanzeigen-Preise

Table with 3 columns: Description, privat, gewerblich. Rows include normaler Fließtext, jede weitere Zeile, Text fett, Text, schwarz eingerahmt, Text farbig hinterlegt.

Gewerbliche Anzeigen zzgl. MwSt.

Bitte den Kleinanzeigenauftrag schicken an:

stadtblatt • Alsenstr. 55 • 44789 Bochum

oder per Fax: 0234.577 07 47

oder e-mail: kleinanzeigen@stadtblatt-ruhr.de

Bezahlung:

Bar, Lastschrift (Bitte Kontodaten angeben!)

Vorkasse:

Überweisung bis spätestens 18. Mai

auf folgendes Konto:

Stadtblatt:

GLS Gemeinschaftsbank eG

BLZ 430 609 67

Konto 400 629 5100

Kontaktinformationen, Rubrikenangabe und

Zahlungsinformationen bitte nicht

vergessen. Chiffre nicht möglich.

30 Zeichen pro Zeile, private und nicht-

kommerzielle Kleinanzeigen bis

240 Zeichen kostenlos.

Rubriken

- Unternehmen & Projekte, Gruppen & Initiativen, Jobs, Kurse & Workshops, Wohnen, Reisen, Sportliches, Musik, Kreatives, Körper & Geist, An- und Verkauf, Zu verschenken, Dies & Jenes, Freizeitkontakte

Unternehmen & Projekte

Wir suchen ein kleines, nettes und gut gelegenes Büro im Raum Düsseldorf, Meerbusch (30 bis 70qm). Ladenlokal, Hinterhofräume oder Einraumapartment mit Küche in ruhiger Seitenstraße geht auch. Angebote an: sichere-stadt@gmx.de (keine Makler!)

Gruppen & Initiativen

Der Tauschring in Hagen trifft sich regelmäßig jeden 1. Samstag im Monat um 14 Uhr im Allerwelthaus, Potthofstr. 22 in Hagen.

Arbeitskreis Konsum & Lebensstile der Lokalen aGenda 21 in Gelsenkirchen sucht interessierte BürgerInnen zum Schwerpunkt Lebensqualität. Treffen am 17.04., 17 Uhr, VHS GE, Ebertstr. zum Thema Zeit: Die Wiederentdeckung der Langsamkeit. niels.funke@gmx.de

Arbeitskreis Verkehr der Bochum-Agenda 21 sucht interessierte BürgerInnen und Anregungen für mehr Bus & Bahn, Fahrrad & Fuß, weniger Auto in Bochum. Treffen einmal im Monat: 02.05., 30.05.07, 19 Uhr, BO-Rathaus, Raum 54. niels.funke@gmx.de

Natur- und Umweltschutz für Bochum. Fledermaus-u. Amphibien-schutz, Naturschutz im Ruhrtal, Klimaschutz/Energieeinsparung, Lokale Agenda 21, Arbeitskreis Umweltschutz Bochum e. V., Umweltzentrum Bochum, Alsenstr. 27, 44789 Bochum, 0234/66 444, www.aku-bochum.de, aku-bochum@aku-bochum.de

Kurse & Workshops

Trauerbegleiterin bietet Hilfe für Sterbende u. Trauernde, Familien, Behinderung u. Demenz. Honorar n. Vereinbarung. Mechthild Schroeter-Rupieper, Gelsenk., Tel: 0209-1702777, www.lacrima-trauerbegleitung.de

Gestalttherapie-fortgeschrittene Teilnehmerin einer Gestalttherapie bietet fünf kostenlose Einzelsitzungen, Tel. 01520-346 3047

Wohnen

Objekt gesucht. Leben und Arbeiten unter einem Dach: Wir suchen große, weitläufige Räume für Wohn-/Büro-/Ate-lierkombination m. jew. 60 - 100 qm z. B. Haus o. Räume innerhalb eines Objekts, auch renovierungsbed. Schön wäre ehem. Gastronomie, Gewerbe o. Produktions-halle m. 400 - 500 qm u. Sozialräumen. Möglichst ruhige aber ortsnahe/zentr. Lage m. Zugang ins Grüne. Übernahme eines Objekts auch m. and. Künstlern, Agenturen, Ingenieurbüros. Kauf o. Miete. Zentr. Ruhrgebiet zw. Emscher u. Ruhr, Duisburg u. Dortmund, gerne in Bochum. Kontakt: T 0234 9799513, ralf@macnews.de

WG-F, 44; J, 9 + M, 11 su. musiklieb. Mitbewohner(in), gerne m. Kind. Zentr. Lage in UN; 42 qm + großz. gem. Räume + gr. Garten! Spaß, Gäste, Spiel, gem. Essen. Tel. 02303-772 477

Sportliches

Die Frauenmannschaft des Schachclubs „Walsumer SC 72 e.V.“ (KFZ Wehofen, Dr.-Hans-Böckler-Str. 289, 47179 Duisburg) sucht dringend Verstärkung. Spieltage sind dienstags ab 18 Uhr und sonntags ab 10 Uhr. orca-71@gmx.de

Netter Hobby-Badminton-Verein sucht bewegungswillige Verstärkung. Wir sind eine gemischte Gruppe zw. 35 u. 55 J. und spielen 1 x pro Wo. freitags 17.00-19.30 Uhr in einer Turnhalle in Bochum-Hamme. Wir suchen noch Leute m. ein bisschen Ballgefühl, die regelm. mitspielen. Infos Tel. 0234 / 910-1835 o. dkleeefeld@bochum.de

Tennisballdruckdosen - Die Balldose, die Ihren Tennisbällen wieder Druck einhaucht. Euro 19,95, Stadtblatt-Leser

erhalten die Druckdose für 14,00 Euro zzgl. Versand. Tel.: 02362 / 73010, E-Mail: RE-RU-375gmx.de

Musik

Salonmusik. Frauen für neues Ensemble gesucht. Eine Geigerin plus Klavierbegleitung sind da. Proben sollen alle 2 Wochen in Recklinghausen stattfinden. Meldet Euch unter mozzartina@freenet.de oder Tel. 02361-582 6639

Körper & Geist

Sehübungen im Freien: alle 2 Wochen regelmäßige Treffen im Bochumer Stadtpark und Dortmunder Rombergpark zur Erhaltung der Sehfähigkeit. Die Teilnahme ist kostenfrei, Kinder erwünscht. Aktuelle Termine telefonisch unter 0231.655 2417 oder www.sehlehrer.de

An- und Verkauf

Alnatura Getreidemühle 35 €, Krups-Kaffeautomat NP jetzt 118 €, VB 55 €, Tel. 02332-666 925

Dörren ist die einfachste Art, Lebensmittel haltbar zu machen. Sigg-Dörrex zu verkaufen, Tel. 02331-440 657

Wir bieten einen schönen Paravent aus Holz, gut geeignet als Raumteiler im Büro. Preis nach Vereinbarung /NP 80Euro Kontakt: sichere-stadt@gmx.de

TV s/w Universum 20 €, Sony-Tuner 20 €, Nokia 1110 Neu 30 €, Kobold Staub-sauger 40 €, Aktenvern. neuw. 30 €, Severin-Thermo-Kaffeem. 20 €, Ventilator. 15 €, Hygro-Uhr 5 €, Philipps Diktierger. 5 €, Filmplak. ab 1 €, Dampfbügelstat. neuw. 15 €, Tel. 0202-890 4534

Stadtfahrrad (Damen) mit Kindersitz VB 50 €, Peugeot Damenfahrrad VB 30 € 0231 3348690

Zu verschenken

Ca. 45 qm Laminat zu verschenken. Eiche hell. An Selbstabholer. Tel. 0163-269 6801

Dies & Jenes

Mit Hilfe der Homepage www.tiere-in-not-duisburg.de (Tel.: 0203 - 435588) suchen Hunde, Katzen und andere Tiere ein neues Zuhause. Gesucht: ehrenamtliche Helfer für den Verkauf von Trödelsachen, Pflegestellen, finanzielle Hilfe für OPs ...

Weiterbildung Natur- und Wildnispädagogik

9 Monate in Kooperation mit der VHS – Bildungsschëck Raum Mainz Juni 2007 Raum Herford Oktober 2007 Raum Köln März 2008

Aktuelles Kursprogramm für Erwachsene, Jugendliche, Kinder, Familien, Gruppen



Freizeitkontakte

Freizeitpartner gesucht von Familienvater, 2 Söhne (7 u. 10 Jahre), mit Vorlieben für Ausflüge mit Kindern, Natur, Lesen, Wein und Sightseeing. Mail an anny58239@yahoo.com

Singlefrau (38) sucht Singlefrauen (30-45 J.) zum Kaffeetrinken und zum Austausch über alle Probleme aus dem GR Witten/Bochum. IEGPF@web.de

Traum-Treff - Die andere Freundschaftsvermittlung - mehr als nur Partnervermittlung für Menschen mit Lebenserfahrung. Tel.0234-3257850, www.traum-treff.com

Welche NR-Frau ohne Anhang möchte mit mir die Natur wahrnehmen u. sich achtsam u. aufmerksam begegnen für ein gemeinsames, wachsendes Mit- u. Für-einander? E-mail: matt.dietrich@gmx.de

Wochenende für verwitwete Menschen. Incl. Übernachtung und Vollverpflegung, Programmangebot. 2./3.10.2007. Info: Mechthild Schroeter-Rupieper, Tel: 0209-170 2777, www.lacrima-trauerbegleitung.de !

Jeden 1., 3. und 5. (wenn es ihn gibt) Sonntag findet ab 18 Uhr ein Spielertreff in der 1. Etage des GRENDE-Kulturzentrum (Westfalenstr. 311, 45276 Essen) statt. Spiele und Getränke kann man selber mitbringen. orca-71@gmx.de

Wir (m+w) suchen nette Leute von 30-45 Jahren für unseren Freizeit-Stammtisch in Essen. Bei Interesse bitte bei mir melden: orca-71@gmx.de sich über Kontakte zu Singles/Familien für gemeinsame Freizeit/Alltagsabenteuer. Mail an xfaro@gmx.net

Kulturkreis im Ruhrgebiet sucht noch Interessierte ca. zwischen 30 - 45 Jahren, die Zeit und Lust haben, das reichhaltige Kulturangebot unserer Region gemeinsam zu nutzen. Wir treffen uns 2 mal monatlich locker zu einem Stammtisch in Bochum. Meldet euch unter kulturtreff@gmx.net



Die Diät

Von Natur aus keine Elfe, fragt man sich, was helfe gegen Polster, klein und rund in der Mitte, an den Seiten und gegen da und dort ein Pfund.

Jeder weiß, das dicke Knie liegt am Joule, der Kalorie, an der Kilohysterie. Was soll man tun, hilft ja nix, wenn nix mehr hilft, hilft Glyx.

Oder mit Ananas die Kur, Quark, Kartoffeln, Eier pur, Low Fat und Low Carb. Wussten Sie, dass Atkins an Herzverfettung starb?

Her mit künstlicher Verknappung, weg mit Schokoladenpackung. Nach Wochen auf die Waage wagen, vager Erfolg kann man sagen. Wie jedes Jahr. Jojo. Jaja.

Die Diät, das weiß heut jeder, macht aus 'ner Walze keine Feder. Auf und ab durch dick und dünn, ich will so bleiben wie ich bin.

(bu)



stadtblatt: Jobs

Die Stadtblatt-Redaktion sucht:

Freie MitarbeiterInnen.

Schriftliche Kurzbewerbungen mit Textproben bitte per E-Mail an:

redaktion@stadtblatt-ruhr.de.

stadtblatt: Jobs

Die Stadtblatt-Redaktion sucht:

Freie MitarbeiterInnen für unsere Online-Redaktion.

Wir arbeiten mit dem Redaktionssystem Joomla. Kenntnisse dieses oder anderer CMS-Systeme sind von Vorteil.

Schriftliche Kurzbewerbungen mit Textproben bitte per E-Mail an:

redaktion@stadtblatt-ruhr.de.

impresum:

Stadtblatt Verlag

Alsenstr. 55, 44789 Bochum
www.stadtblatt-ruhr.de, info@stadtblatt-ruhr.de

Druckauflage: 50.000
Verbreitung: kostenlos im Großraum Ruhrgebiet

Herausgeberin & Chefredakteurin: Barbara Underberg (bu)
Tel. 0234.950 9401 • Fax 0234.577 0747
redaktion@stadtblatt-ruhr.de

Anzeigenvertrieb: Markus Schumann,
Tel. 0234.388 8942 • ms@stadtblatt-ruhr.de

Redaktion: Ralf Bindel (rb), Frauke Pilarek (fp), Georg Schulze (gs), Ina vom Endt (ive), Volker K. Belghaus (vkb)
Freie Mitarbeit: Anita Horn (ah), Rolf Thomas (rt)

Kolumne: Fritz Eckenga, www.eckenga.de

Karikaturen: Michael Hüter, Bochum

Fotos Udo Lindenberg: Philipp Wente,
www.philippwente.com

Layout: Peter Liffers, Agentur für Unternehmenskommunikation, Essen, www.liffers.de

Druck: L.N. Schaffrath GmbH & Co. KG, Geldern, www.schaffrath.de

Papier: gedruckt auf 100 % Recycling-Papier Charisma Silk von Steinbeis Temming Papier GmbH & Co., Glückstadt, www.stp.de

Kleinanzeigen: kleinanzeigen@stadtblatt-ruhr.de und unter www.stadtblatt-ruhr.de

Abonnement: 5 Ausgaben (ein Jahr) 15 Euro, per E-Mail an: abo@stadtblatt-ruhr.de

Leserbriefe: leserbriefe@stadtblatt-ruhr.de.
Bei Abdruck Kürzungen vorbehalten.

Bankverbindung: GLS Gemeinschaftsbank eG,
BLZ 430 609 67, Konto 400 629 5100

Das nächste Heft erscheint am

13. Juni 2007

Druckunterlagenschluss:

18. Mai 2007

Infos über das Stadtblatt und Mediadata unter

► www.stadtblatt-ruhr.de



Das ist HUTZEL-BROT:

- BACKFERMENT-SAUERTEIG
- 100% VOLLKORN
- EIGENE MÜHLE
- BIOLAND-GETREIDE
- HANDWERKLICHE HERSTELLUNG SEIT 1981
- ÖKOLOGISCHE AGRARWIRTSCHAFT
- EWG - KONTROLLSYSTEM
DE-006-ÖKO-KONTROLLSTELLE



VOLLKORNBÄCKEREI GMBH
MATTINGER STR. 189
44795 BOCHUM
TEL 0234-450590
WWW.HUTZELBROT.DE

Naturkost Schniedershof

Mehr Zeit für das Wesentliche!
Einkauf, Haushalt, Beruf, Beziehung,
Kindererziehung! Erholen Sie sich, genießen Sie
unseren Service und stärken Sie Ihre Vitalität durch
die natürliche Vielfalt unserer Produkte!
Nach Ihrer Bestellung liefern wir Ihnen jede Woche
gesunde, ökologisch einwandfreie Nahrungsmittel!

Biokisten-Lieferservice!
Probieren Sie jetzt unser „vierwöchiges
Probebo“ und sparen Sie mehr als die
Liefergebühr! Rufen Sie uns an unter
02836-667 oder bestellen
Sie im Internet unter
www.schniedershof.de
Wochenmärkte!
Mülheim Stadtmitt
Rathausmarkt
Samstag 7.00 - 13.00 Uhr
Kempen Stadtmitt
auf dem Buttermarkt
Freitag 7.00 - 13.00 Uhr

Naturkost Schniedershof
Familie Merholz
Heggesweg 3
47669 Wachtendonk
Tel. 02836 - 667
Fax 02836 - 824 36
naturkost@schniedershof.de
www.schniedershof.de

Bioland demeter

Wochenmärkte

sonnenblume der bioladen

Frische-Fachmarkt
deckt - frisch - regional - saisonal
Sortiment mit der größten Auswahl an
Bio-Lebensmitteln und Naturkosmetik im Ruhrgebiet
Bio-Weine regelmäßig Weinpreise
größtes Bio-Wein Sortiment in NRW

Greening
die wöchentliche Gemüsekiste
mit Infos und Rezepten!

• Demeter Partner • Mitglied im Bundesverband Naturland / Werte
• bester Bio-Partner Naturfachmarkt • Weiblich-Partner • Reparatur Partner

Dortmunder Straße 10 Öffnungszeiten: Mo - Fr 9.00 - 18.30 Uhr
45666 Beckinghausen Sa Samstag 8.30 - 14.00 Uhr
Fax: 02381 - 12 927

www.stadtblatt-ruhr.de

Ihr Print- und Online-Magazin
für das Ruhrgebiet

- Aktuelle Meldungen
- Aktuelle Veranstaltungstipps
- Alle Beiträge aus dem Printmagazin zum Online-Lesen
- Newsletter
- Interessante Links ins World Wide Web



DIE BIO-KISTE AUS ÖKOLOGISCHER LANDWIRTSCHAFT!

Knackiges Obst und Gemüse bringt die Flotte Karotte zu Ihnen nach Hause, außerdem Käse und Backwaren, Milchprodukte und Wurst, freuen Sie sich also auf einen leckeren und gesunden Korb, jede Woche neu! Rufen Sie uns an: 02 01 - 540 430 oder besuchen Sie unseren neuen Online-Shop: www.flottekarotte.de

Flotte Karotte

Naturkostfachgeschäft & Lieferservice

Bioland-Hof Deiters
Buschhausener Weg 12
46514 Schermbeck
Telefon 02853 3556
Öffnungszeiten des Hofladens:
Di & Fr 10-19 Uhr, Sa 10-13 Uhr
www.biohofdeiters.de



Interessieren Sie sich für Werbung auf unserer Internet-Seite, dann wenden Sie sich an Markus Schumann (Tel. 0234.388 8942 oder ms@stadtblatt-ruhr.de), er berät Sie gern.



Verantwortung tragen – nachhaltig handeln.

Mit unseren bewussten Kaufentscheidungen haben wir Einfluss darauf, Verantwortung zu übernehmen und selbst die Veränderung zu sein, die wir in der Gesellschaft sehen möchten.

www.karstadtquelle.com