



# RECKLINGHAUSEN ERLEBEN


Über **300**  
**Termine!**  
Veranstaltungs-  
kalender  
fürs Vest

# Lecker!

Thi Thu Hue Nguyen (l.) und Thi Le Hang Nguyen bringen vietnamesische Neujahrstradition auf die Teller.

Unser Schwerpunkt: Genuss, Kulinarik und (gute) Ernährung.

 Sparkasse  
Vest Recklinghausen

Hertener  
Stadtwerke 

**Diakonie**   
im Kirchenkreis  
Recklinghausen



# „Haus mit Garten.“

## Ihr Wohn(t)raum

„Ein Haus im Grünen, viel Platz für die Familie und den Hund – die Sparkasse Vest Recklinghausen macht unseren Traum vom Eigenheim möglich.“

[www.sparkasse-re.de/  
wohntraum-verwirklichen](http://www.sparkasse-re.de/wohntraum-verwirklichen)

Weil's um mehr als Geld geht.



Sparkasse  
Vest Recklinghausen



# LIEBES VEST

**E**rinnern Sie sich noch? Als es damals mit Smartphones und Social Media losging, da fingen Menschen plötzlich an, alles Mögliche ins Netz zu stellen, was sie so zu sich nehmen: den ersten Kaffee morgens, das Mittagessen, Prosecco oder Feierabendbier am Abend, die Geburtstagstorte oder das Menü für Freunde am Wochenende. Warum? Aus Freude am Moment, am Genuss und am (guten!) eigenen Geschmack. Oder, wie Lebensmittel-Profi Julia Schlotmann-Honsel aus Dorsten sagt: Menschen definieren sich heute mehr darüber, was sie essen, um ihre Persönlichkeit herauszustellen (S. 16).

**Essen als Ausdruck von Lifestyle, zur Distinktion und Abgrenzung, als kulinarische Statusmeldung?** Sicher. Das war es schon, als der Adel sich endlos dekadente Menüs kreieren ließ oder ein praller Wams noch als Zeichen von Wohlstand und Erfolg galt. Nur sind heute die Optionen und die Motive unendlich vielfältiger: Die einen zelebrieren Vegan als bewusste Lebensweise, die anderen feiern das kiloschwere Tomahawk-Steak archaisch am offenen Feuer. Manche kasteien sich im täglichen Verzicht mit 16/8-Fasten. Jagen Hypes von Paläo bis Superfood nach, probieren Küchen von Peru bis zu den Philippinen. Und selbst Jugendliche pilgern stundenlang durchs Ruhrgebiet auf der Suche nach dem weltbesten Döner, der zugleich den eigenen TikTok-Feed füttert. Immerhin, zum weiten Kosmos der Kulinarik passt eins: Wissenschaftler wie der Brite Tim Spector bestreiten inzwischen, dass es eine perfekte Ernährung gibt, die für alle gleich gesund ist. Individuelle Ernährung statt Einheitsdiät, probieren, was guttut, Vielfalt statt starrer Glaubenssätze ist die Zukunft.

**So persönlich das Thema, so wichtig das Erleben von Gemeinschaft und Zusammenhalt beim Essen:** Das haben wir gespürt, als wir geflüchtete Familien an den Herd baten (S. 24) oder Kochkurse (S. 34) und die Lehrküche am Berufskolleg besuchten (S. 19). Gemeinsam genießen ist das Erfolgsrezept der Gastro-Events im Vest (S. 28) – und selbst in der Haftanstalt das Highlight des Tages (S. 22). Alle zusammen schmeckt's einfach besser.



**So persönlich das Thema ist, so wichtig ist das Erleben von Gemeinschaft beim Essen – alle zusammen schmeckt's einfach besser.**

Christa Stüve  
Geschäftsführerin Diakonie im Kirchenkreis Recklinghausen

Dr. Michael Schulte  
Vorstandsvorsitzender Sparkasse Vest Recklinghausen

Thorsten Rattmann  
Geschäftsführer Hertener Stadtwerke GmbH

Stefan Prött  
Verleger RECKLINGHAUSEN ERLEBEN

# INHALT

Sommer 2026

News ..... 06

## DAS THEMA: KULINARIK

Markt: Möhren, Menschen, Meinungen.....12

Weltreise: Von Borschtsch bis Burger..... 20

Knast: Von Häftlingen für Häftlinge ..... 22

Buffett: Von Geflüchteten angerichtet ..... 24

## VEST ERLEBEN

Events: Von Bierbörse bis Zu Gast..... 28

Orte: Von Bioland- bis Weinhof ..... 30

Kult: Copa Lounge und Freibadpommies.....32

Highlights: Von ABBA bis Worthebewerb..... 36

Termine: Unser Kalender ..... 38

## BESSER LEBEN

Ausbildung: Azubis löchern ihre Chefs ..... 44

Finanzen: Was Frau anders machen (soll).... 50

Energiepreise: planbar oder flexibel..... 52

## MENSCHEN

Kult: Perds-Karl lebt..... 58

Körperbilder: Hunger nach Genuss .....62



# Genuss!

Gemüse und Grillkunst, schnelle Garküche oder Gourmet-Restaurant – unser Schwerpunkt zu Kulinarik und Ernährung.

# 10



# 26

## Gepflegter Weinberg

Von jungen Reben, die im Emscherland wachsen und gedeihen – wie im Süden.

## IMPRESSUM

RECKLINGHAUSEN ERLEBEN • Ausgabe 2-2026 | Verlag: RDN Verlags GmbH • Anton-Bauer-Weg 6 • 45657 Recklinghausen • 02361 490491-10 • www.rdn-online.de • redaktion@rdn-online.de | **Chefredaktion:** Stefan Prött (V.i.S.d.P.), s.prött@rdn-online.de | **Redaktion:** Jennifer von Glahn, Karoline Jankowski, Jörn-Jakob Surkemper, Laura Tirier-Hontoy | **Mitarbeitende dieser Ausgabe:** Vivien Baxmann, Angelika Herstell, Sabine Raupach-Strohmann, Michael Polubinski | **Fotos:** Volker Beushausen, André Chrost, Marco Stepniak | **Titelfoto:** Marco Stepniak | **Layout:** Karl-Hermann Hildebrandt, Lars Morawe, Jens Valtwies | **Satz + Litho:** RDN Verlags GmbH, Typoliner Media GmbH, Recklinghausen | **Termine:** Vivien Baxmann, Jennifer von Glahn | **Redaktionsassistent:** RDN Verlags GmbH • Birgit Ridderskamp • 02361 490491-15 • b.ridderskamp@rdn-online.de | **Druck:** newsmedia, 45768 Marl | **Ihre Herausgeber:** Sparkasse Vest Recklinghausen, www.sparkasse-re.de • Hertener Stadtwerke GmbH, www.hertener-stadtwerke.de • Diakonie im Kirchenkreis Recklinghausen, www.diakonie-kreis-re.de | **Kooperationspartner:** AGR mbH • EmscherGenossenschaft und Lippeverband

 Sparkasse Vest Recklinghausen

Hertener Stadtwerke 

Diakonie  im Kirchenkreis Recklinghausen



50

### Gefragte Positionen

Warum und wie man Kursleiterin oder Kursleiter der Familienbildungsstätte wird.

### Kein Schwein gehabt

Der Tofu-Club beweist: Vegan muss nicht nach Verzicht klingen.



60

### Perfektes Mahl

Von der Eventküche mit Pia-Engel Nixon (Foto) bis zum VHS-Kurs – wo und wie das perfekte Menü gelingt.



34



54

### Ein Schnitt Menschlichkeit

Engel kommen in Kutten: Ein frischer Schnitt, ein offenes Ohr, ein Moment Normalität.



## Freude ist keine Altersfrage

Pflegende Angehörige werden entlastet, weil sie ihre Eltern oder Partner in der Tagespflege bestens versorgt wissen. Auch wenn viele der Besucherinnen und Besucher mit gesundheitlichen Einschränkungen leben, soll die Lebensfreude nicht leiden. Dafür sorgt das Team von Haus Abendsonne – inklusive hauseigener Küche und Konditorei. Ein großer Garten mit Vogelvoliere ergänzt das Angebot, das auch tageweise gebucht werden kann. Am Spätnachmittag werden die Gäste dann zurück in ihr vertrautes Zuhause gebracht.

— INFO —

### Haus Abendsonne

Diakonisches Werk im Kirchenkreis Recklinghausen  
Auf dem Graben 8, 45657 Recklinghausen  
Montags bis freitags, 8–16 Uhr

Fotos: Stefan Prott, Alexandra Vollgrebe, Rupert Oberhäuser/EGLV



Die Holzwurm-Urgesteine Klaus Withöft, Prof. Dr. Erich Behrendt und Frank Stach haben die Stadtzeitung online wiederbelebt.

— INFO —

[holzwurm-recklinghausen.de](http://holzwurm-recklinghausen.de)

## 50 Jahre Holzwurm

Was 1976 als Idee im Jugend-Info-Treff begann, wurde zur Recklinghäuser Mediengeschichte: Jugendpfleger Peter Patzke schlug Jugendlichen damals vor, eine eigene Zeitschrift zu machen. Daraus entstand der „Holzwurm“, der bis 1989 erschien, später eigene Redaktionsräume bezog, einen Verlag samt Druckerei gründete und mit elf Ausgaben im Jahr zur festen Stadtzeitschrift wurde. Mehr als 100 Ehrenamtliche wirkten mit. Zum 50. Geburtstag wird am Freitag, 18. September, um 17 Uhr in der Altstadtschmiede gefeiert und diskutiert. Unter dem Titel „Deliberative Demokratie und lokale Öffentlichkeit im Zeitalter von KI, Social Media und Rechtsextremismus“ geht es um Austausch, Gegenwart und Lösungsmodelle.





## Grau zu blau

Zehn Jahre abwasserfrei: Im Mai 2016 wurde der Hellbach in Recklinghausen vom Schmutzwasser getrennt – einer der wichtigsten Meilensteine des Emscher-Umbaus. Seitdem fließt das Abwasser durch einen unterirdischen Kanal, während der Bach und der Breuskes Mühlenbach renaturiert wurden. Rund 122 Millionen Euro investierte die Emschergenossenschaft in Kanäle, Rückhaltebecken, ökologische Verbesserungen und neue Wege. Denn der Wandel endet nicht am Ufer: Mit dem Hellbach-Weg entstand eine neue Fuß- und Radverbindung von der nördlichen Innenstadt bis zur Mündung in die Emscher in Recklinghausen-Süd. Nur rund 130 Meter Betonsohle erinnern noch an den alten Schmutzwasserlauf. Der Rest ist heute blaugrün, naturnah und ein sichtbares Stück Strukturwandel.

eglv.de



## Am Körnerplatz wird wieder gekocht

Im Bürgerhaus Süd zieht wieder Gastronomie ein: Im Sommer eröffnet Manuel Vitacca am Körnerplatz sein „Antica Roma by Manuel“ und bringt damit einen lange verwaisten Standort zurück auf die kulinarische Karte. Dafür wird aktuell kräftig umgebaut: Küche und Gastraum bekommen neue Technik, frische Böden, Theke und Bestuhlung, ohne den alten Charme des Hauses glattzubügeln. Auch draußen soll es gemütlicher werden: Die Außengastronomie wird vergrößert und neu gestaltet, am Ende ist Platz für rund 100 Gäste geplant. Veranstaltungen versorgt das Antica-Roma-Team bereits per Catering. Ende August feiert es Premiere bei „Zu Gast in Recklinghausen“.

— INFO —  
**Antica Roma bei Manuel**

Körnerplatz 2, 45661 Recklinghausen

## Salute, Pasquale

Nach rund 20 Jahren hat Pasquale Simeoli seine Vinothek in Recklinghausen übergeben. Seit dem 3. Juni führen Melissa und Ralf Giesa die „Vinoteca da Pasquale“ an der Schaumburgstraße weiter – zwei Stammgäste und Freunde, die den besonderen Geist des Ortes längst kennen. Am Konzept möchten sie kaum rütteln: Die Vinoteca bleibt Treffpunkt, Lieblingsplatz und zweites Wohnzimmer für Stammgäste, Alleinkommer und Antipasti-Freunde. Neu geplant ist ein kleines alkoholfreies Angebot. Geöffnet ist künftig mittwochs bis samstags.

— INFO —

**Vinoteca da Pasquale**  
Schaumburgstr. 5  
45657 Recklinghausen



# Helfen ohne Helm

Bekommen wir wieder eine Wehrpflicht, und wenn ja, wie lange wird der Dienst dauern? Noch ist vieles in der Diskussion. Wer nicht zum Bund möchte und nach einer Alternative sucht, kann sich ab sofort von Lars Herden, Referent für Freiwilligendienst bei der Diakonie im Kirchenkreis Recklinghausen, beraten lassen. Der Experte ist immer auf dem gesetzlich aktuellen Stand und weiß, was zu tun ist, um eine ggf. notwendige Verweigerung des Wehrdienstes wirksam werden zu lassen. Die schriftliche Begründung muss in der Regel bei der Personalstelle der Bundeswehr eingereicht werden und Lars Herden hilft bei der Formulierung. Sein Tipp: „Wer jetzt schon sichergehen will, dass sein Ersatzdienst auch später als solcher anerkannt wird, sollte einen Freiwilligendienst über 12 Monate absolvieren, dann kann er auch nach Einführung eines Wehrdienstes nicht mehr eingezogen werden.“ Aber auch ohne Wehrpflicht ist ein Freiwilliges Soziales Jahr oder ein Bundesfreiwilligendienst eine Bereicherung.



**Diakonie**   
im Kirchenkreis  
Recklinghauser

— INFO —

Lars Herden, 02361 9301-326  
l.herden@diakonie-kreis-re.de



## Neue Firma für neue Energie

Mit der Gründung der Hertener Batterie-speicher Ewald GmbH (HBE) ist im März ein Meilenstein für die Energieversorgung der Zukunft in Herten erreicht worden. Das neue Unternehmen entsteht als Gemeinschaftsprojekt der Hertener Energie-handelsgesellschaft mbH, einer Tochter der Hertener Stadtwerke, und der W Power Storage GmbH. Die Partner bündeln ihre Kompetenzen für den Ausbau moderner Energiespeicher-lösungen. Auf dem Gelände der Zeche Ewald soll noch 2026 ein Großbatterie-speicher mit einer Kapazität von mehr als 20 Megawattstunden entstehen. Ziel ist es, die Stabilität der öffentlichen Strom-versorgung zu stärken und zugleich neue Möglichkeiten im Bereich der Vermarktung flexibler Speicherkapazitäten zu schaffen. Das Investitionsvolumen beträgt rund 6,1 Millionen Euro. Die Projektpartner sehen darin ein klares Bekenntnis zur Energie-wende und zur technologischen Weiter-entwicklung des Standorts. Mit dem Vorhaben entwickelt sich das ehemalige Zechengelände Ewald erneut zu einem Symbol für gelungenen Strukturwandel und zukunftsorientierte Energieprojekte in der Region.

Hertener   
Stadtwerke

— INFO —

[hertener-stadtwerke.de](http://hertener-stadtwerke.de)

## Hertener Sommerkino startet im August

Drei Sommerabende, große Leinwand und echtes Open-Air-Feeling: Vom 19. bis 21. August verwandelt sich der Doncaster Platz auf Ewald wieder in ein Freiluftkino. Gemeinsam mit der AGR laden die Hertener Stadtwerke zum diesmal 11. Hertener Sommerkino ein. Mit „Extrawurst“, „Der Teufel trägt Prada 2“ und „Michael“ warten drei ganz unterschiedliche Filmhighlights auf die Besucherinnen und Besucher. Los geht es jeweils um 21 Uhr. Die besondere Atmosphäre unter freiem Himmel, günstige Eintrittspreise von 5 Euro pro Vorstellung und ein abwechslungsreiches Programm machen das Sommerkino zu einem der beliebtesten Sommerevents in Herten. Der Kartenvorverkauf startet am 1. Juli.

AGR GRUPPE  
**RUHR**

Hertener  
Stadtwerke



— INFO —

[hertener-sommerkino.de](http://hertener-sommerkino.de)

## Gebrauchtes E-Auto finanzieren

Der Markt für gebrauchte Elektroautos bietet derzeit gute Rahmenbedingungen. Für Käufer ist eine frühzeitige Finanzierungsplanung wichtig, um Budget und Fahrzeugwahl realistisch festzulegen. Ein zentraler Baustein ist der Klimakredit, mit dem die Sparkasse Vest nachhaltige Investitionen finanziert.

Er zeichnet sich durch günstige oder feste Zinssätze aus, die eine planbare Finanzierung ermöglichen. Damit soll der Umstieg auf klimafreundliche Technologien erleichtert und der Klimaschutz im Mobilitätsbereich gestärkt werden. Für Käufer bedeutet das, dass ein E-Auto gezielt als Teil nachhaltiger Entwicklung finanziert werden kann und nicht ausschließlich über herkömmliche Kreditmodelle läuft. Besondere Aufmerksamkeit sollte beim Kauf eines gebrauchten E-Autos der Batterie gelten, da sie das teuerste Bauteil des Fahrzeugs ist und maßgeblich Reichweite sowie Wert beeinflusst. Zusätzlich sollten Käufer auf bestehende Herstellergarantien achten, die häufig bis zu acht Jahre oder 160.000 Kilometer reichen und eine

Mindestkapazität von  
etwa 70 bis 80  
Prozent absichern.

 Sparkasse  
Vest Recklinghausen

[sparkasse-re.de/klimakredit](http://sparkasse-re.de/klimakredit)

— INFO —





# Lecker!

Essen ist nie nur Essen: Es ist Heimat und Sehnsucht, Gemeinschaft, Genuss und Gesundheit – manchmal, aber nicht immer. Wir besuchen Restaurants, Hofläden und Haftanstalten, Kantinen und Küchen im Vest besucht. Unser Schwerpunkt zu einem Thema, das ganz persönlich ist, aber alle verbindet.

# Pho real

Klebreis, Kräuter, Fischsoße, Familie: Beim Tết-Fest bringt die vietnamesische Community ein Stück Heimat nach Recklinghausen. Für viele Vietnamesen ist das Neujahrsfest so wichtig wie bei uns Weihnachten.

**D**as kennt auch Van Khoa Nguyen. Er arbeitet bei der Stadt Recklinghausen. Mittags muss es bei ihm oft schnell gehen: kurz in die Stadt, Döner, Pommes oder Currywurst auf die Hand und zurück an den Schreibtisch. Praktisch, ja. Aber mit vietnamesischer Esskultur hat das wenig zu tun. „In Vietnam gibt es normalerweise drei warme Mahlzeiten am Tag“, erzählt er. Seine Großmutter hatte dafür eine einfache Regel: „Eine gute Mahlzeit besteht aus Gemüse, Fleisch und Fisch.“ Gegessen wird mit Familie und Freunden, es wird erzählt, gelacht, probiert, geteilt. In Vietnam geht Fürsorge durch den Magen. Statt „Wie geht es dir?“ fragt man: „Hast du schon gegessen?“ Eine scheinbar kleine Frage, in der ziemlich viel steckt: Wer isst, ist versorgt. Zu den bekanntesten Gerichten gehört „Phở“, die aromatische Reismudelsuppe, die längst auch in Deutschland viele Fans hat. Oder „Bún chả“: gegrilltes Schweinefleisch und kleine Hackbällchen mit Reismudeln und Fischsoße.

## Tết in Recklinghausen

Khoa lebt seit vielen Jahren in Deutschland. Als Kind war er oft in deutschen Familien zu Gast, hat viel kennengelernt, vieles übernommen. Doch sein Herz hängt an der Heimat: an Erinnerungen, Werten und Traditionen. Jeden Februar lebt diese Kultur beim vietnamesischen Neujahrs- beziehungsweise Tết-Fest im Bürgerhaus Süd auf. Dann duftet es nach vietnamesischen Spezialitäten. Eine typische Speise ist „Bánh chưng“: ein quadratischer Klebreiskuchen mit Schweinefleisch und Mungbohnen, eingewickelt in Blätter. Dazu gibt es ein Bühnenprogramm mit Drachentanz, vietnamesischen Gewändern und Musik. Auch wenn Tết tief in der vietnamesischen Kultur verwurzelt ist, ist das Fest kein geschlossener Kreis. Willkommen sind alle, die neugierig sind, mitfeiern und mitessen möchten. Die Resonanz ist groß. „Beim letzten Fest waren über tausend Menschen vor Ort“, erzählt Nguyen. Und er sagt noch etwas, das Recklinghausen durchaus mit Stolz hören darf: „Es ist ein Fest, das in keiner Großstadt so groß gefeiert wird wie hier.“

**Vivien Baxmann**

Foto: Marco Stepniak

— INFO —

**Das nächste vietnamesische Neujahrsfest**  
13. Februar 2027 im Bürgerhaus Süd.

# Warum wir unseren Markt lieben

Wer auf den Wochenmarkt geht, kommt nicht nur zum Einkaufen, sondern um Menschen zu treffen. Wir haben Stammkunden um die ultimative Lobhudelei für ihre Lieblingshändler gebeten.

## — INFO —

**Wochenmarkt am Rathaus:**  
mittwochs & samstags 7-13 Uhr,  
Helene-Kuhlmann-Platz

**Wochenmarkt Recklinghausen Süd:**  
dienstags & freitags 7-13 Uhr, Neumarkt



Die Zwei haben sich gefunden: „Das ist der Stand, an dem ich Qualität wie aus der Fromagerie, nicht aus dem Supermarkt erhalte“, sagt Franck Génie über den Coesfelder Käsehändler Michael Hericks. Der französische Ingenieur stammt aus Franche Comté, der Region des berühmten Hartkäses. Auf dem Markt kauft er auch gerne Langres, den milden Rotschmierkäse aus seiner Heimat. „Oder ich folge der Empfehlung von Michael – das ist immer gut!“

„Ich bin wohl ein bisschen Gourmet“, lacht Sabine Welke – und bei Düpmann wird sie stets fündig. „Das Zitronen-Brathähnchen im Schlauch ist einfach genial“, sagt die Recklinghäuserin, „ebenso toll wie die frische, ofenfertig marinierte Lammkeule“. Am Stand schätzt sie den Rat von Verkäuferin Simone und die Fleisch-Spezialitäten – von Wild aus eigener Jagd über Kaninchen oder Lamm bis zum hochwertigen Entrecôte.



Er heißt Bernd und verkauft Brot. Nicht irgendeins, sondern die handgemachten Sorten von Bäcker Terjung aus Lüdinghausen. Tobias Schäfer kommt gerne für den Rosinenstuten, das Rote-Bete-Brot und die kultigen „Schwarzen Kumpel“ – gebacken mit Liebe und Lebensmittelkohle.





Qualität vom Bauernhof – das schätzt Axel Schroeder am Stand von Karin und Paul Aertken. „Alles ist frisch: das Fleisch ist spitze, Eier und Geflügel top, bis hin zu Äpfeln, Erdbeeren, Aufschnitt und Käse“, sagt der Arzt. So frisch die Ware, so lang die Historie: Familie Aertken aus Dülmen gehört zu den Urgesteinen – ihre Vorfahren kamen schon in den 1940-er Jahren zum Markt nach Recklinghausen.



◀ Am Café-Mobil von Claudia Durchholz ist Emma Schroeder Stammgast: „Wenn ich kann, bin ich samstags hier“, sagt die 19-Jährige. Sie liebt den Vanille-Cappuccino oder im Sommer den Homemade-Iced Tea, ein Brötchen mit Mett oder Fleischwurst – und trifft sich mit Freunden und Familie.

Ein Trio für Bio: Kerstin Arensmeyer kommt mit ihrer Mutter Helga aus Oer-Erkenschwick auf den Recklinghäuser Markt – allein schon für den Gemüsestand von Christina Janssen (M.), an dem Fans schon morgens um 7 Uhr Schlange stehen. „Hier gibt es das allerbeste, frischeste Bio-Gemüse“, sagt die Psychotherapeutin.

▼ „Ich liebe einfach diesen Stand!“



Er ist ein Original (sie aber auch): Uwe Serafin ist seit 1979 auf dem Markt. Mit besten Kartoffeln, Zwiebeln, Schalotten, Knofi und Eiern. „Ich find's top, wenn das Sortiment klein ist, wie im guten Restaurant. Dann ist es Qualität“, sagt Tina Vogel-Portale, bestens bekannt als Star und Stimme des Duos Das Portal. „Wir essen gern und lassen auch gerne für uns kochen“, sagt Tina – zum Beispiel, wenn ihr Sohn aus Uwes Kartoffeln frische Pommies im Airfryer zubereitet.

Fotos: Stefan Prott

# Scharf, aber fair

Vier Läden, vier Döner, vier Connaissure: Mit David Knospe vom Zentrenmanagement Süd, Omar, Mustafa und Tain vom Neumarkt ging es auf kulinarischen Stadtteilspaziergang über die Bochumer Straße.



Ali's Steak-Döner:  
Kiez-Vibe im Fladen.

**G**ewidmet wurde sich dem Kultessen schlechthin: Döner. Vier Döner-Gastros, von Imbiss über Kiez-Bude bis Restaurant. Angeschaut, probiert und fachkundig bequatscht wurden Brot, Fleisch, Füllung, Soße, Preis und Bauchgefühl. Das Ergebnis: Döner ist nicht gleich Döner. Warum Döner? Weil er wie kaum ein anderes Essen Alltag, Herkunft, Preisgefühl und Stadtteilkultur verbindet. Für das Zentrenmanagement Süd ist die Bochumer Straße zwischen Marienstraße und Ruhrstraße ein zentraler Ort lokaler Ökonomie. Süd, sagt David Knospe, sei bunt, vor allem aber lebendig.

## Der Klassiker

Bei Musti's Döner King steht der klassische Döner für Imbiss in Reinform: Theke, Spieß, ein paar Tische, Getränke- külschrank. Kein Schickimicki, kein



Mister Steak Döner: Underdog mit Biss



Omar, David, Tain und Mustafa (v. l. n. r.) beim Praxisteil: Döner essen, fachsimpeln, weiterziehen

Konzept, aber alles da, was es braucht. Für 7,90 Euro gibt es den unkomplizierten Döner: direkt, vertraut, ohne Umwege. Bei Öz Boğaziçi Ocakbasi verschiebt sich der Rahmen. Auch hier gibt es klassischen Döner, für 8 Euro, aber als Teil eines türkischen Restaurants. Auf der Karte stehen Mittagstisch, Suppen und Grillgerichte, hinten gibt es einen zusätzlichen Gasträum, in dem die Bochumer Straße ein bisschen leiser wird. Das Fleisch kommt vom Metzger aus Dortmund, der Spieß wird selbst gesteckt, Gemüse und Soßen werden im Haus vorbereitet. Für einen Spieß braucht das Team rund vier Stunden. Die Basis ist schnell geklärt: „Trocken darf es auf keinen Fall sein.“ Soße gehört dazu, aber bitte keine Flutkatastrophe im Fladenbrot. Ein guter Döner muss saftig schmecken und stabil bleiben, bis unten alles zusammenläuft. Der letzte Biss, da sind sich die Fachleute einig, ist der beste.



Öz Boğaziçi  
Ocakbasi:  
Restaurant-Döner  
mit Handwerk



### Der Hipster

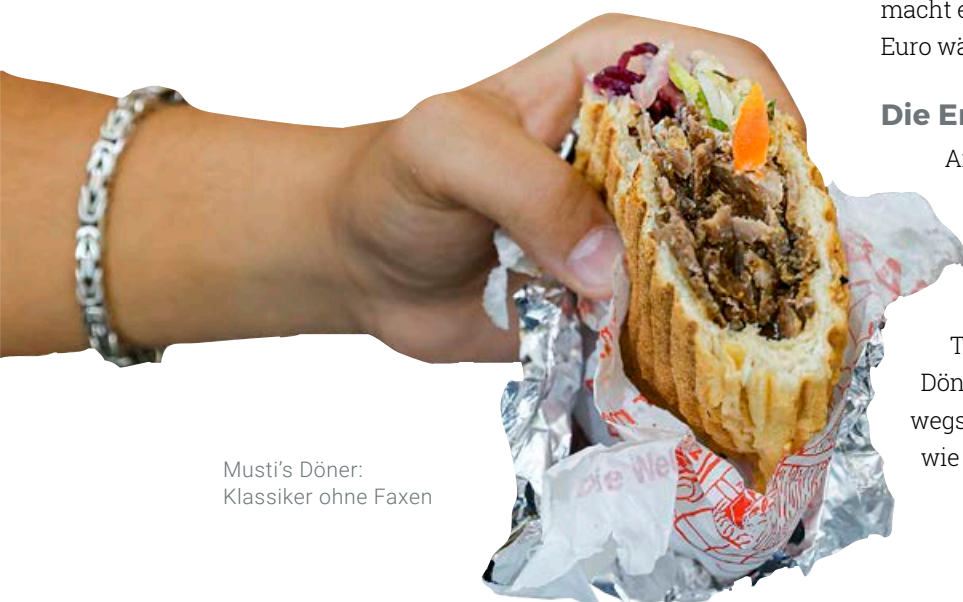
Bei Ali's Steak-Döner wird es hipper. Der Laden wirkt wie Berliner Kiez im Miniaturformat: kleiner Raum, fast Fensterverkauf, ein paar Plätze, laute Musik, Hip-Hop, R'n'B und ein klarer Look. Hier ist Döner nicht nur Imbiss, sondern fotogener, urbaner Auftritt für 8,50 Euro. Auch inhaltlich wird aufgefahren: eingelegter Rotkohl, Limette, hauseigene Soßen, auf Wunsch sogar Vollkornbrot. „Das Brot finde ich super“, heißt es am Tisch. Beim Rotkohl scheiden sich die Geister. „Schmeckt nicht falsch, aber weiter weg vom klassischen Dönergefühl.“

Mister Steak Döner ist der Gegenentwurf: von außen fast Barbershop, innen junge Verkäufer, digitale Displays, moderne Sitzmöbel, wenig Selbstinszenierung, eher Underdog. Der Steak-Döner kostet 9,50 Euro. Bei der Preisfrage sind sich alle einig: Zehn Euro ist die Grenze, zwölf gehen gar nicht. Gleichzeitig macht ein zu billiger Döner misstrauisch: „Bei vier oder fünf Euro wäre der erste Gedanke: Da stimmt was nicht.“

### Die Erkenntnis

Am Ende hatten alle vier ihren eigenen Lieblingsdöner des Tages. Genau darin liegt die schönste Erkenntnis: Das Angebot rund um den Neumarkt ist nicht eintönig, sondern erstaunlich vielstimmig. Klassischer Imbiss, Restaurantküche, Kiez-Konzept, Underdog-Theke – alles auf wenigen Metern Bochumer Straße. Döner wird hier zur kleinen Sozialstudie. Er zeigt, wer unterwegs ist, was bezahlbar bleiben muss, wo man sich trifft und wie das Quartier tickt.

**Karoline Jankowski**



Musti's Döner:  
Klassiker ohne Faxen

### INFO

**Musti's Döner King, Bochumer Str. 129**  
**Ali's Steak-Döner, Bochumer Str. 140**  
**Mister Steak Döner, Bochumer Str. 162**  
**Öz Boğaziçi Ocakbasi, Bochumer Str. 192**



# Liebe, Lifestyle, Lieferkette

Sie versorgen Zehntausende Menschen im Vest mit frischen Lebensmitteln – und das wird immer anspruchsvoller: Julia Schlotmann-Honsel (Edeka) und Marcus Engelhardt (REWE) sprechen über Einkaufstrends zwischen Genuss, Gesundheitskult, Insta-Hypes und knallhartem Preisdruck.

**In der Corona-Zeit haben viele den Einkauf im Supermarkt neu zu schätzen gelernt. Hält diese Faszination an?**

**Marcus Engelhardt:** Ja, damals war der Einkauf manchmal das einzige Highlight der Woche. Das ist zum Glück vorbei. Geblieben ist, dass Kunden nicht nur ihre Einkaufsliste abarbeiten: Man genießt es mehr, shoppen zu gehen und am Wochenende schön zu kochen.

**Julia Schlotmann-Honsel:** Kann ich bestätigen: Es geht heute um Erlebniskauf, der sich mit Gastro und Events im Markt vermengt.

**Ihr habt 2025 große Märkte in Recklinghausen bzw. Dorsten-Hardt eröffnet. Was gibt's dort Neues?**

**Marcus:** Wir haben hier mit 4.000 qm schon eine Wahnsinnsfläche, die bespielt werden will. Unser Konzept ist, dass wir die Ware ganz in den Vordergrund stellen und Highlight-Abteilungen als Shop im Shop herausarbeiten. Am Ende ist Service unsere Stärke: Das spürt man an der Frischetheke mit 28 Metern für Fleisch, Wurst und Käse.

**Julia:** In Dorsten-Hardt haben wir keinen Riesenmarkt, sondern „nur“



**Marcus Engelhardt**  
Inhaber von drei REWE-Märkten  
und Aufsichtsrat der  
REWE Dortmund

**Menschen definieren sich heute viel mehr darüber, was sie essen, um die eigene Personality darzustellen.**

**Julia Schlotmann-Honsel**  
Ihre Familie betreibt seit  
75 Jahren Lebensmittelmärkte,  
aktuell fünf Edeka in Dorsten



1.700 qm. Da setzen wir voll auf Frische, auf große Theken u.a. für Fisch und eine große Obst- und Gemüse-Abteilung mit gutem Überblick.

**Die Vielfalt wächst – wie viele Artikel sind im Sortiment?**

**Marcus:** Aus dem Bauch heraus würde ich sagen: rund 35.000!

**Welche neuen Ernährungstrends zeichnen sich ab?**

**Marcus:** Vor allem die Ernährungsalternativen – also vegan, ohne Milch, laktosefrei, glutenfrei... da ist das Sortiment extrem gewachsen. Auch bei den Getränken gab es viele Innovationen, mit Refreschern, Matcha Latte, Wasser mit Infusions, wenig Kalorien, dafür mit Proteinen und Vitaminen. Auch Koffein-Drinks sind ein Thema.

**Julia:** Darauf steige ich ein: Im Moment verkauft sich alles, wo Protein draufsteht. Supplements, Sportlernahrung in riesigen Bechern, da spielt der Preis kaum eine Rolle. Das ist ein Wachstumsmarkt ...

**Marcus:** ... und ein regelrechter Hype um proteinreiche Ernährung.

**Julia:** Bewusst ernähren, gesund ernähren – das wird immer größer. Wir haben inzwischen in unseren Märkten eine eigene Ecke für Nahrungsergänzung und frei verkäufliche Arzneimittel eingerichtet.

**Woran liegt das?**

**Julia:** Ich glaube, Menschen definieren sich heute nicht mehr so über Mode, sondern auch darüber, was sie essen und zu sich nehmen – um so die eigene Personality nach außen darzustellen. Und dann gibt es natürlich die Trends und Hypes aus den sozialen Medien. Das Gesundheitsbewusstsein zeigt sich auch darin, dass immer weniger Alkohol getrunken wird, gerade von jungen Menschen.

Dafür boomen neue alkoholfreie Drinks. Das wächst, läuft – und schmeckt.

**Was ist mit Bio und Nachhaltigkeit?**

**Marcus:** Das war nie unwichtig und nimmt gerade richtig Fahrt auf, weil Kunden nachfragen und nachkucken: Wo kommt das her?

**Und welche Rolle spielt der Preis?**

**Julia:** Die Inflation spielt eine Riesenrolle! Wir sind ja von einer Krise in die nächste gerutscht – das macht sich in Absatzwegen und Lieferketten bemerkbar, und bei jedem Glied kommt eine Schippe drauf. Kunden werden immer preissensibler:

Die eine Hälfte spart an Lebensmitteln,

weil sie auf die Haushaltskasse schauen muss, die andere spart, obwohl sie nicht müsste.

**Marcus:** Der Preis spielt eine immer größere Rolle. Das merkt man auch an dem höheren Absatz unserer Eigenmarken: Das ist beste Qualität zu knallhart kalkulierten Preisen.

**Wie interessieren sich junge Menschen für gutes Essen?**

**Julia:** Gerade junge Leute, die sich mit gesunder Ernährung beschäftigen, kochen gerne – nur nicht mehr so aufwändig wie die klassische Hausfrau, die drei Stunden in der Küche stand, um das Essen vorzubereiten. Es muss schnell gehen, leicht und einfach sein.

**Marcus:** Wir haben vier Söhne zu Hause und sind positiv überrascht, wie oft sie für Freunde kochen. Junge Leute sind meist kleinteiliger unterwegs und kaufen gezielt für ein Kochevent oder Gericht ein.

**Julia:** Dann ist natürlich wichtig, dass sie alle Zutaten in einem gut sortierten Supermarkt finden – bis hin zu extremen Gewürzen, die es beim Discounter eben nicht gibt. Der asiatische Trend hält seit Jahren an, Südamerika ist im Kommen, Indisch ist auch hip.

**Was macht Euch am meisten Spaß an eurem Job?**

**Julia:** Frisches Obst und Gemüse. Sieht gut aus, macht was her und ist gesund – egal, wie viel man davon isst.

**Marcus:** Ich gebe zu: Ich mag gutes Fleisch und könnte jeden Tag grillen. Aber eins ist klar: Wir lieben beide Lebensmittel!

— INFO —

[honselfood.de](http://honselfood.de)  
[rewe-engelhardt.de](http://rewe-engelhardt.de)

# Was vom Hype bleibt

High Protein, Detox, Superfood – im Regal und im Feed wird Essen zur Weltanschauung. Alina Bettin, Ökotrophologin im Geschäftsfeld Wohnen beim Diakonischen Werk im Kirchenkreis Recklinghausen, ordnet für uns Marketingclaims, Hypes und Influencer-Trends ein.

## Kartoffeln auf die Eins

Chia, Açaí, Matcha: Klingt nach Wellness-Retreat, ist aber vor allem Marketing. „Superfoods werden oft eine besondere Wirkung zugesprochen.“ Gute Inhaltsstoffe haben sie, „problematisch ist, wenn daraus ein Heilversprechen gemacht wird“. Gerade der Vergleich von Chia- und Leinsamen zeigt, wie sehr das Image mitisst: Ernährungsphysiologisch sind beide sehr ähnlich. Nur hat Chia Bali-Vibes, Leinsamen die von Omas Müsli. Dabei ist die heimische Variante nicht nur deutlich günstiger, sondern kommt oft aus kürzeren Lieferketten, während Chia meist aus Lateinamerika importiert wird. Auch sonst stehen die regionalen Doubles direkt vor der Nase: schwarze Johannisbeeren statt Açaí, Hagebutte statt Goji, Grünkohl oder Brokkoli statt Spirulina. Alinas persönliches Allround-Lebensmittel ist ohnehin nicht exotisch, sondern bodenständig: die Kartoffel. Günstig, sättigend, vielseitig. Es fehlt nur die PR.

## Protein und Contra

Protein ist überall. Im Riegel, Pudding, Brot oder Shake. Das wirkt im ersten Moment sportlich. Aber: „Bei einer ausgewogenen Ernährung muss ich mir keine Sorgen um einen Proteinmangel machen.“ Wer also ins Fitnessstudio geht und keine Bodybuilding-Karriere anstrebt, ist mit Spiegelei, Quark oder Hülsenfrüchten meist besser bedient als mit Proteinriegeln und Pulver. Der Bizeps wächst nicht vom Health-Claim, sondern durch Trainingsreiz, ausreichend Protein über den Tag und Regeneration. In nicht verarbeiteten Lebensmitteln kommt Protein im Nährstoffpaket, bei hochverarbeiteten Produkten isoliert und mit Aromen, Süß- oder Füllstoffen. Ein Proteinriegel zwischendurch kann zwar ein praktischer Energielieferant sein, bleibt unterm Strich aber eine Zuckerbombe, die sich sportlich gibt.

## Jurassic Quark

Kinderprodukte sind strategisch eingesetzte emotionale Trigger. Vorne lacht ein Dino, daneben steht „mit Calcium“ oder „ohne Zuckerzusatz“. In den Inhaltsstoffen beginnt die Realität. „Abgesehen von spezieller Säuglingsnahrung brauchen Kinder im Grunde keine eigene Lebensmittelindustrie“, weiß Alina. Kinderjoghurt ist selten besser als Naturjoghurt mit Obst, dafür aber süßer, stärker verarbeitet und so gebaut, dass Kinder ihn wiederhaben wollen. Da liegt das Problem: „Wenn süß schon früh zum Standard wird, schmeckt normal irgendwann falsch.“ Na klar, pragmatische Lösungen wie Quetschies sind okay, solange sie Obst nicht dauerhaft ersetzen. Kinder sollten kauen, schmecken und Lebensmittel kennenlernen.

## Absoluter Saftladen

Ein paar Säfte, etwas Fasten oder Entschlacken, und der Körper soll auf Werkeinstellung fahren. Klingt gut, nur funktioniert der Körper so leider nicht. Mit Leber, Nieren und Stoffwechsel ist das haus-eigene Reinigungssystem bereits vorhanden. Begriffe wie „Schlacken“ sind wissenschaftlich außerdem nicht belegt. Dass Menschen sich nach einer Kur besser fühlen, liegt an den Rahmenbedingungen. Kein Alkohol, weniger Zucker, dafür mehr Wasser und Bewegung führen automatisch zu mehr Schlaf und Wohlbefinden. Bei Saftkuren kommt viel Obst in konzentrierter, flüssiger Form zusammen. Der Fruchtzucker gelangt schnell ins Blut, der Blutzucker steigt steil an, Insulin wird ausgeschüttet, dann folgt das Tief aus Müdigkeit und Hunger. Gleichzeitig fehlen Kauen, Textur und Magenfüllung als Signale für Verdauung und Sättigung.

KJ



Alina Bettin sondiert zwischen Marketing und Mehrwert.

Diakonie   
im Kirchenkreis  
Recklinghauser

[diakonie-kreis-re.de](http://diakonie-kreis-re.de)

— INFO —

# Aufgetischt!

Am Herwig-Blankertz-Berufskolleg lernen Jugendliche, was gute Küche wirklich braucht: Handwerk, Teamgeist und starke Nerven. Zwischen Schulmensa, Großküche und Wettbewerb wird Ausbildung richtig praktisch.



Wenn es am Herwig-Blankertz-Berufskolleg in Recklinghausen nach frischen Brötchen duftet oder mittags Lasagne auf dem Plan steht, steckt dahinter mehr als nur Schulverpflegung. Die Bildungsgänge für Ernährungs- und Versorgungsmanagement übersetzen Theorie direkt in die Praxis – und das ziemlich lecker. In der Berufsfachschule lernen Schülerinnen und Schüler unter Leitung von Jens Lewandowicz nicht nur berufliche Grundlagen, sondern können auch Abschlüsse vom Hauptschulabschluss bis zur Fachoberschulreife erreichen. Gleichzeitig versorgen sie die Schulgemeinschaft mit Backwaren und Mittagessen. „Zwei Fliegen mit einer Klappe“, nennt Lewandowicz das Prinzip: Die Schule wird versorgt, während unter echten Bedingungen ausgebildet wird. Hygienevorschriften, Teamarbeit, Planung und Kostenbewusstsein gehören dabei genauso dazu wie Abwechslung auf dem Teller. Montags wird meist vegetarisch gekocht – auch wenn die Lasagne vermutlich jeden Tag ausverkauft



Als Lehrer zurückgekehrt: Michael de Bruyn

wäre. Noch handwerklicher wird es in der dualen Ausbildung für Köchinnen, Köche und Fachkräfte Küche. Michael de Bruyn, der 1996 selbst an der Schule ausgebildet wurde und heute als Lehrer zurückgekehrt ist, setzt auf echtes Können statt Fertigprodukte. Convenience? Fehlanzeige. Hier werden Grundsauces selbst angesetzt, ganze Fleischstücke verarbeitet, und auch Edelfische, Krustentiere oder Weinkunde stehen auf dem Plan. Der Ton in der Küche ist direkt, die Maschinen sind laut, der Anspruch hoch. Besonders wichtig ist das Berufskolleg auch für die Region: Es ist der einzige IHK-Stützpunkt im Kreis Recklinghausen, an dem Kochprüfungen abgenommen werden. Mit Kühlhaus und Profiküchen ist die Schule bestens ausgestattet. Beim Herwig-Blankertz-Pokal zeigen die Auszubildenden schließlich jedes Jahr, was sie draufhaben – vor Gästen, Sponsoren und manchmal sogar dem Bürgermeister. **LTH**

— INFO —  
hb-bk.de

# Woanders is' auch lecker

**W**er kulinarisch mal kurz abhauen will, muss nicht gleich den Koffer packen. Für diese Seite haben wir Restaurants gesucht, die nicht die üblichen Verdächtigen auftischen, sondern das, was im Vest eher unter Seltenheitswert läuft. Mal regional verwurzelt, mal von weit her geprägt. Eine kleine Reise durch Länderküchen, Lieblingsgerichte und Konzepte, die zeigen, dass man zwischen Datteln, Dorsten und Dunstabzugshaube ziemlich weit rumkommt.



## Borschtsch, Baby

Wer bei Fayno in Datteln isst, bekommt nicht nur ukrainische Küche, sondern direkt auch einen kleinen Abstecher in die Karpaten. Und die hat mit dem, was man hierzulande oft so unter „osteuropäisch“ wegsortiert, ungefähr so viel zu tun wie ein Wochenmarkt mit einer Tankstellenbockwurst. Hier geht es um Pilze aus den Wäldern, Buchweizen, Bohnen, Sauerkraut, Maisgrütze, Bryndza, ums Fermentieren, Räuchern, Schmoren, ums langsame Kochen und um Gerichte, die nach Familienfest, Wintervorrat und sehr vielen klugen Großmüttern schmecken. Betreiberin Valeria Humeniuk beschreibt diese Küche als warm, bodenständig und großzügig. Essen als Einladung, nicht als schnelle Kalorienabwicklung. Für ukrainische Gäste ist es ein Stück Heimat, für alle anderen die erfreuliche Erkenntnis, dass zwischen Borschtsch und Wareniki noch ein ganzer Bergkamm liegt.

**Castroper Str. 88, 45711 Datteln**  
**fayno-restaurant.eatbu.de**  
**Instagram: @fayno\_restaurant**



## Kein Schweinkram

Nicht jede kulinarische Besonderheit muss gleich aus einem fernen Land kommen. Cookies Veggie's in Dorsten zeigt, dass auch ein Restaurant mit rein vegetarischer und veganer Küche im Vest noch immer etwas Besonderes ist. Iris Koczwara macht daraus zum Glück kein großes Dogma. Sie kocht einfach das, was gerade passt und von der Natur angeboten wird. Auf den Teller kommt, was vorher selbst getestet und für schmackhaft befunden wurde: Vom Bratling mit Aioli über Sauerkraut bis zu Käsekuchen und selbst gebackenem Brot. Saisonal, kreativ und ohne anstrengende Öko-Ernsthaftigkeit, die vegetarischem Essen manchmal noch angedichtet wird. Vieles kommt von der Mühle Mense oder von Höfen aus der Region, erst danach geht der Blick weiter. Hafermilch wächst schließlich auch in Dorsten nicht auf Bäumen.

**Halterner Str. 93, 46284 Dorsten**  
**cookies-veggies.de**  
**Instagram: @cookiesveggies**



## Castrop-Rauxel, mon amour

Wer bei einer französischen Brasserie an präventiv servierte Lebensart und latent einschüchternde Speisekarten denkt, kann sich im Leuthold's 1910 recht entspannt zurücklehnen. Am Marktplatz in Castrop-Rauxel wird das Brasserie-Prinzip erfreulich entspannt ausgelegt: frisch gezapftes Bier und eine Karte, auf der Rindertatar, Bouillabaisse oder Steak frites genauso selbstverständlich stehen wie Burger oder saisonaler Spargel. Das ist nicht die ganz große Pariser Inszenierung, sondern eher die alltagstaugliche, westfälisch geerdete Variante davon. Die Leutholds sind keine Franzosen. Aber manchmal reicht es ja schon, sich früh und gründlich in ein Land verliebt zu haben. Bei Lilli Leuthold war das offenbar Frankreich – oder genauer: die französische Art, Essen nicht bloß als Nahrungsaufnahme, sondern als Teil des guten Lebens zu begreifen. „Eine Brasserie zeichnet sich durch eine einfache Einrichtung, viel Holz und eine durchgehende Küche aus“, sagt sie. Also keine große Paris-Kulisse, sondern authentischer Genuss mit vernünftigen Fonds, selbstgemachten Saucen und gutem Wein. „In Frankreich ist Essen Lebensqualität“. Am Castroper Markt auch.

**Am Markt 12, 44574 Castrop-Rauxel**

**leutholds-1910.de / Instagram: @leutholds\_1910**



## Pures Spießbürgertum

Beckspieße gehört samstags auf den Parkplatz vom Getränkeparadies Kulling wie anderswo der Kirchgang zum Sonntag. Dass ausgerechnet dort irgendwann Schaschlik verkauft wurde, war erst mal Zufall: Viktor Beck besuchte an gleicher Stelle einen alten Freund, der dort Weihnachtsbäume verkaufte. Aus Besuch wurde Idee, aus Idee Ritual. Geboren in Kasachstan, bringt er ein Gericht ins Vest, das zwischen Osteuropa und Zentralasien zur kulinarischen Grundausstattung gehört: Fleisch am Spieß. „Schaschlik ist ein Klassiker, den es in mehr als 1.000 Variationen gibt – und die 1.001. habe ich“, freut sich Viktor. Entscheidend sind keine großen Küchenphilosophien, sondern das Fundament: Fleischauswahl, Marinade, richtige Hitze, gleichmäßiges Grillen. Und selbstverständlich der Geschmack: „Nach russischer Art bedeutet, wenn der Geschmack dich an deine Kindheit erinnert.“

**Dortmunder Str. 206, 45665 Recklinghausen**

**beckspiesse.de / Instagram: @beckspiesse**



## Maple meets Malocher

Sommer, Sonne, ein gepflegtes kühles Radler – so würde man es in Scherlebeck wohl machen. Cole Denton hält dagegen: Bier, statt mit Sprite mit Clamato, also würzigem Tomatensaft mit Muschelsud. Klingt schräg, ist in Kanada aber völlig normal – und schmeckt, sagt er, „besser, als man denkt“. Man ahnt schnell, von kulinarischer Langeweile hat er keine Ahnung. Der Kanadier aus Edmonton ist 2011 ins Vest gekommen und serviert in seiner Scherlebecker Gastro Pott & Ahorn heute das, was passiert, wenn Ahornsirup auf Ruhrpott trifft: Pulled Pork, Currywurst, kanadische Poutine. Und wenn Sepp von nebenan befindet: „Dat is' doch nur Pommes Spezial auf Weltreise“, antwortet Cole: „Na, eher die etwas ambitioniertere Cousine mit frischem Atem. Keine rohen Zwiebeln, dafür Käsebruch und – das Alleinstellungsmerkmal – Bratensoße.“ Die eigentliche Völkerverständigung findet ohnehin an der Bar statt: Kanadischer Schnaps trifft auf Ruhrpott-Whisky von Schlägel & Eisen. Überhaupt soll der Laden beides sein: kulinarische Verführung und gleichzeitig eine ehrliche Kneipe für das obligatorische Feierabendbier. Kegelbahn inklusive.

**Scherlebecker Straße 265, 45701 Herten**

**Instagram: @pott.und.ahorn\_herten**



# „Die Mahlzeiten sind Highlights“

Im Gefängnis spielt das gemeinsame Essen eine wichtige Rolle. Wir waren in Küche und Kantine der JVA Castrop-Rauxel zu Gast.

**D**ienstagvormittag, 11:15 Uhr, in der Justizvollzugsanstalt Castrop-Rauxel: Vorm Eingang der Kantine im Zentrum des weitläufigen früheren Knappenheims hat sich bereits eine lange Schlange gebildet. Nudeln mit Lauch-Käse-Sauce stehen heute auf dem Speiseplan. „Das ist immer beliebt“, sagt Küchenchef Markus Schulz. Überhaupt seien die Mahlzeiten ein Highlight im Tagesablauf der derzeit 335 Insassen, „ähnlich wie im Krankenhaus“. Umso wichtiger, dass es schmeckt und ausgewogen ist. „Wenn das ein paar Tage hintereinander anders ist, haben Sie ein Problem; dann gibt es schlechte Stimmung“, so Schulz. Gemeinsam mit seinem Stellvertreter Michael Maczynski entwirft der Vollzugsbeamte wöchentlich den Speiseplan, bestellt die Zutaten und bestimmt die Nährwerte pro Mahlzeit. „Bis auf Trockenwaren wie Nudeln bestellen wir wöchentlich frisch“, so Schulz. Speiseplan und Nährwertberechnung legt er dem Anstaltsarzt zur Genehmigung vor, der auch werktäglich den Geschmack testet; am Wochenende übernimmt dies der Dienstälteste. Zudem werden Proben jeder Mahlzeit eine Woche lang eingefroren – um bei Magen-Darm-Problemen das Essen als Ursache auszuschließen. In seiner über 30-jährigen Dienstzeit habe es nie Beanstandungen gegeben, sagt Schulz nicht ohne Stolz.

## Seit 5 Uhr in der Küche

Bei der Zubereitung hilft ihm ein rund 20-köpfiges Küchenteam aus Insassen der JVA. Ihr Dienst startet über eineinhalb Stunden früher als der der Übrigen in Schreinerei, Schlosserei oder Kfz-Werkstatt. Frühstück für 6 Uhr vorbereiten, anschließend Kochen fürs Mittagessen – die einzige Mahlzeit, die die meisten Insassen gemeinsam in der Kantine einnehmen. Bis zu 196 finden gleichzeitig hier Platz – und Raum für Gespräche außerhalb der Wohn- oder Arbeitsgruppe. Das Essen in einer großen Gruppe wie hier sei eine Besonderheit des offenen Vollzugs, wie ihn die JVA Castrop-Rauxel praktiziert, bemerkt JVA-





Sinnvolle Arbeit im Knast:  
Insasse und Koch Hans-Joachim Schorn (r.)  
mit Küchenchef Markus Schulz.

Sprecher Marc Marin: „In geschlossenen Einrichtungen essen die Insassen – anders als man es aus Filmen kennt – in der Regel auf ihrer Zelle.“ Neben an in der Küche rührt der 69-jährige Hans-Joachim Schorn in zwei Töpfen mit vegetarischer und glutenfreier Sauce. Eine dritte mit Rindfleisch wartet bereits vorne in der Ausgabe. „Damit ist gewährleistet, dass die Verpflegung auch für muslimische Gefangene passend ist“, erklärt Küchenleiter Schulz. Schorn sitzt seit einem Jahr eine dreijährige Haftstrafe wegen Hehlerei im Kfz-Bereich ab. Er ist froh, in seinem erlernten Beruf als Koch arbeiten zu können. Wegen ähnlicher Delikte war er früher bereits in geschlossenen Abteilungen. Zwar konnte er sich auch dort schon in der Küche betätigen, hier darf er das Gelände aber bis zu zehn Stunden wöchentlich verlassen. Immer montags nutzt der Dortmunder das, um sich bei der Tafel und beim Tierheim in Castrop-Rauxel zu engagieren. Am Wochenende kann er zudem seine Partnerin treffen.

Der offene oder teiloffene Vollzug ist eine Besonderheit der JVA am Meisenweg. „Die meisten sitzen hier wegen kleinerer Delikte Haftstrafen von unter 30 Monaten ab“, erklärt Marin. Eignung und jede Haftlockerung würden dennoch immer individuell geprüft und beschlossen, betont der JVA-Leiter, der vorher lange im geschlossenen Vollzug arbeitete. Regelverstöße führten zu Aberkennung der Privilegien oder sogar zur Rücküberweisung in den geschlossenen Vollzug. Neben Straffreiheit zählen zu den Regeln auch Pünktlichkeit, Handy- sowie striktes Alkohol- und Drogenverbot.

### Vorbereitung auf ein freies Leben

In zwei Häusern sind Häftlinge untergebracht, die schon lange im Gefängnis sind. „Sie müssen wieder lernen, draußen zu leben“, sagt Marin. Die meisten kommen wieder raus. Sie müssten wieder lernen, ihren Alltag selbst zu meistern. Hans-Joachim Schorn sagt: „Man kann während des Ausgangs vieles klären.“ Er will nach seiner Entlassung im August 2028 mit seiner Partnerin ein straffreies Leben führen, vielleicht wegziehen aus dem Ruhrgebiet. Denn die alten Kontakte hätten ihn früher immer wieder zur Straffälligkeit verleitet. Kochen will der Rentner dann möglichst nur noch in seiner Freizeit.

**Jörn-Jakob Surkemper**

# Heimat à la carte

Wie schmeckt Heimat, wenn sie nicht mehr vor der eigenen Haustür liegt? Martin Dienberg, Integrationshelfer beim Diakonischen Werk im Kirchenkreis Recklinghausen, bat drei Familien mit Fluchtgeschichte, jeweils einen Gang aus ihrer Herkunftsküche in Eritrea, im Libanon und in Aserbaidtschan zuzubereiten.



## Libanon: Gastfreundschaft galore

Für den libanesischen Gang gab es die marinierten Hähnchenspieße Schisch Tawouk mit zweierlei Schafskäsesalat: kalt und pur sowie gebacken mit ordentlich Knoblauch. Ein kleines Detail, das viel erzählt, denn Knoblauch ist in der libanesischen Küche kulinarische Essenz. Essen ist hier ohnehin mehr als der Teller vor der Nase. Es ist Teilen, Nachreichen, Zusammensitzen. „Bei uns heißt es: Allein zu essen, macht die Seele traurig“, sagt Adnan Kassim. Gastfreundschaft sei fast ein Wettbewerb. Bei Besuch wird der Tisch im Superlativ gedeckt, Fleisch gilt als wertige Geste. Natürlich halal, also den islamischen Speiseregeln entsprechend. Erlaubt sind etwa pflanzenfressende Paarhufer und Fische mit Schuppen. Haram, also verboten, sind

unter anderem Schwein, Pferd, Wildschwein und Amphibien. Vom Tier wird möglichst viel verwertet, Hühnerfüße zum Einkochen von Suppe etwa. Was hierzulande kurios klingt, ist dort Respekt vor dem Lebensmittel. Kritisch sieht Adnan allerdings das Übermaß. Dass in Deutschland meist knapper geplant und weniger weggeworfen wird, findet er deshalb gut.

## Aserbaidtschan: Gar nicht so anders

Winzig klein, aber großer Aufwand: Dushbara gehört zu den Gerichten, die Geduld verlangen. Familie Jafarov servierte kleine, mit Hackfleisch gefüllte Teigtaschen in Rinderbrühe. Die Lage am Kaspischen Meer prägt die aserbaidtschanische Küche: türkische, persische und zentralasiatische Einflüsse treffen auf



Von Dushbara bis Himbasha: Auf den Tellern zeigte sich, wie viel Heimat, Handarbeit und Familiengeschichte in traditionellen Gerichten stecken.



Küche als Erzählraum: Zwischen kleinen Teigtaschen, Festtagsbrot und frisch geröstetem Kaffee wurde Herkunft ganz handfest.

## Halal wird immer auf „kein Schwein“ reduziert, dabei ist es viel komplexer.

Adnan Kassim,  
kochte libanesischen Schisch Tawouk

Lamm, Rind, Geflügel, Reis und Gemüse. Ausgefallen gewürzt muss es gar nicht sein. „Wir benutzen nicht so viele Gewürze“, sagt Melhahet Jafarov. Salz, schwarzer Pfeffer, Kurkuma, Koriander, Minze, das reicht schon. In Deutschland hat die Familie ihren Speiseplan angepasst. Die Kinder sind in der OGS mit deutschem Essen groß geworden; Toast oder Nudeln mit Soße stehen hoch im Kurs. „Meine Tochter isst nicht so gerne aserbaidshanschisch“, erzählt Melhahet. Traditionelle Gerichte kocht die Familie bei besonderen Anlässen.

### Eritrea: Bohne appetit

Familie Gebrehiwet aus Eritrea bereitete Himbasha vor – ein süßliches Festtagsbrot, oft kunstvoll eingeschnitten und schon

optisch mehr als eine Beilage. Dazu gab es eritreischen Kaffee. In Eritrea gehört die Kaffeezeremonie fest zum sozialen Leben. Das Ritual zeigt Respekt, besonders gegenüber Älteren, und schafft Zeit für Gespräche, Familie und Zusammensein statt Eile. Traditionell rösten die Gastgeber die Bohnen vor den Gästen, mahlen sie und brühen sie in einer Jebena, einer kleinen Tonkanne, auf. Schon der Duft der gerösteten Bohnen gehört dazu. Ruth, die Tochter der Familie Gebrehiwet, erzählt, dass sie meistens mittags eritreisch essen. Anders als in Deutschland stehe in Eritrea aber nicht immer eine große Auswahl gleichzeitig auf dem Tisch.

Diakonie   
im Kirchenkreis  
Recklinghauser

— INFO —

KJ & LTH

diakonie-kreis-re.de



# VEST ERLEBEN

Veranstungstipps und Termine für das Vest im Sommer 2026

 Sparkasse  
Vest Recklinghausen

Hertener  
Stadtwerke 

Diakonie   
im Kirchenkreis  
Recklinghausen



Foto: Volker Beushausen

## Kultivierter Genuss

Wer durch den Weinberg im Emscherland geht, spürt die Vorfreude: „Wir können hier heute Wein in guter Qualität anbauen“, sagt Dr. Mario Sommerhäuser. 2024 wurden im Emscherland die ersten zarten Reben gepflanzt. Der Biologe und ehemalige Abteilungsleiter für Fluss und Landschaft war viele Jahre bei der Emschergenossenschaft-Lippeverband im Einsatz. Schon die ersten Weinberge am Dortmunder Phoenix-See hat er mit auf den Weg gebracht, 2011 wurden dort die ersten Reben gesetzt, 2018 kam Tina Krachten, Diplom-Ingenieurin für Weinbau und Önologie, dazu. Gemeinsam begleiten sie ein Projekt, das kaum besser zum Wandel der Region passen könnte: ein Weinberg an der Emscher. Die Emscher steht dabei für Wandel und den Übergang von Industrie zur Kulturlandschaft. Wo früher Kohle und Stahl dominierten, wachsen heute Weiß- und Grauburgunder, Chardonnay und Spätburgunder, ergänzt durch robuste, pilzwiderstandsfähige Sorten wie Cabaret Noir, Sauvignier Gris oder Cabernet Blanc. „Diese Reben helfen uns, mit deutlich reduziertem Pflanzenschutz charaktervolle Weine zu erzeugen“, erklärt Winzerin Tina Krachten. Gerade vor dem Hintergrund europäischer Bestrebungen, den Einsatz von Pflanzenschutzmitteln zu halbieren, werde die Vielfalt zur Stärke, auch auf der Anbaufläche im Emscherland mit rund 1,3 Hektar.

Dort ist vieles noch Handarbeit. Junge Triebe werden angebunden, Seitentriebe entfernt, jeder Rebstock sorgfältig erzogen. „Die ersten ein bis zwei Jahre legen das Fundament für alles, was später kommt“, so Krachten. Zwischen den Reben bleibt bewusst Raum für Kräuter, Insekten und Biodiversität. Weinbau zeigt sich hier nicht nur als Landwirtschaft, sondern als nachhaltige Kulturform. Das spiegelt auch das Credo der Allmende Emscher-Lippe eG wider, bei der Winzerin Krachten und Biologe Dr. Sommerhäuser im Vorstand sind. Die Mitglieder der Allmende hegen und pflegen den Weinberg an der Emscher gemeinschaftlich. Und wie wird er schmecken, der Emscherwein? Die Erwartungen sind vielversprechend. Das wärmere Klima bringe beste Voraussetzungen für fruchtige, frische Weißweine. Circa 1,5 Liter Wein pro Rebe sind langfristig angestrebt, der erste sogenannte Einstiegswein ist bereits in Sicht, so Krachten. „Ein Cuvée aus Cabernet Blanc und Sauvignac, sehr lebendig und fruchtig“. Was früher nur in südlicheren Regionen möglich war, wächst nun auch im Ruhrgebiet. Bis zur ersten Lese ist es noch ein paar Jahre hin. Solange kann man zur Aussichtsplattform am Weinberg im Emscherland auch eine eigene Flasche im Picknickkorb mitbringen und ein Gläschen mit Blick auf die Emscher trinken. „Ein Glas Wein zu genießen, das steht für Lifestyle, Genusskultur und Lebensqualität“, so Dr. Sommerhäuser.

**Jennifer von Glahn**

[allmende-emscherlippe.de](http://allmende-emscherlippe.de)  
[eglv.de](http://eglv.de)



8

# Einmal alles, bitte!

Der Sommer im Vest ist kein stilles Wasser. Er schmeckt nach Grillrauch, kühlem Wein, frisch gezapftem Craftbier und Eis in klebrigen Kinderhänden. Zwischen Juli und September wird gefeiert und serviert. Möglich wird vieles davon durch Vereine, Initiativen, Veranstalter und Partner wie die Sparkasse Vest.

## 1 Zu Gast in Recklinghausen

Bei „Zu Gast in Recklinghausen“ wird der Rathausplatz wieder zur großen Freiluftküche. Acht Gastronomen sind dabei, darunter drei Neuzugänge: Tapado und Mutter Wehner aus Oer-Erkenschwick, Die Gute Stube im Parkhotel aus Herne, Haus Hölter aus Castrop-Rauxel, sowie Antica Roma, Boente, Vangos und das Nero aus Recklinghausen. Auf die Teller kommt ein bunter Mix: Tapas, italienische Küche, Brauhaus-Spezialitäten, internationale Gerichte und regionale Klassiker. Kurz gesagt: einmal durchprobieren ist ausdrücklich erlaubt.

**26. bis 30. August, Rathausplatz Recklinghausen**

## 2 Sparkassen-Familientag Dorsten

Der Bürgerpark Maria Lindenhof wird beim Sparkassen-Familientag wieder zum Abenteuerspielplatz mit Großaufgebot und der wohl leckersten Vereinsrunde der Stadt: Riesenrutschen,

Wasserspiele, Mitmachaktionen und alles, was Kinder zuverlässig beeindruckt. Dazu bringen Initiativen Selbstgemachtes mit, Flammlachs, internationale Klassiker und Spezialitäten aus den eigenen Communities. Das ist keine anonyme Foodmeile, sondern kulinarische Vielfalt mit Handarbeit, Herz und Menschen dahinter.

**5. Juli, Bürgerpark Maria Lindenhof, Dorsten**

## 3 Sommerfest Hof Prott

Wenn eine Landfleischerei und Spanferkelbraterei Sommerfest feiert, riecht der Tag nicht nach Fingerfood, sondern nach Feuer, Kruste und ehrlichem Handwerk. Bei Hof Prott kommt Spanferkel vom Grill auf den Teller, regional und bodenständig. Dazu gibt es Familienprogramm, Spaßangebote und Live-Musik aus dem Sparkassen-Clubraum.

**4. Juli, Hof Prott, An der Dillenburg 89, 45739 Oer-Erkenschwick**



1



2



VEST ERLEBEN

7



5



Foto: Hof Prött

3



Foto: pexels-nano-erdozain

4

#### 4 Hertener Weinmarkt

Dirk Lasarz und Frank Südfeld wissen, was gut ist: Rund ums Antoniusdenkmal wird Hertener wieder zum exquisiten Weindorf mit Winzern, Weinhändlern und Gastronomie aus der Region. Kulinarisch geht es nicht nur um Riesling und Rotwein, sondern auch um Galletto-Grill, Gambas, Calamaris, Flammkuchen und Crêpes.

12. bis 14. September, Innenstadt Herten

#### 5 Kulinarische Schnitzeljagd Castrop-Rauxel

Hier wird Castrop-Rauxel nicht erlaufen, sondern erschmeckt. In bis zu zwölf Restaurants, Cafés und Feinkostläden warten kleine Kostproben, immer auch mit vegetarischer und alkoholfreier Alternative. Unter anderem mit dabei: 360° Lækker, Hitzefrei Eiskreationen, Haus Hölter, Hof Menken, Leuthold's 1910, Milchhof Billmann und Vivamos Alpaka. Stadtführung, nur deutlich leckerer.

12. September, Castrop-Rauxel

#### 6 Guidos Weinfest in Alt-Marl

Beim Weinfest in Alt-Marl wird das Guido-Heiland-Bad zur Sommeradresse für alle, die lieber am Glas als am Beckenrand hängen. Ausgeschenkt werden Weine aus der Pfalz, Rheinhessen und Baden, dazu ist das Guido-Heiland-Bad mit einem alternativen Getränkeangebot dabei.

14. bis 16. August, Marktplatz Alt-Marl

#### 7 Dorstener Bierbörse

Drei Tage, viele Gläser, noch mehr Gusto: Die Dorstener Bierbörse zieht 2026 erstmals aufs Zechengelände Fürst Leopold und macht das CreativQuartier zum größten Biergarten der Stadt. Auf den Tisch kommen mehrere hundert Biersorten von über 30 Ausstellern aus aller Welt: vom Wiegenbräu aus Sprockhövel über Allgäuer Büble bis Desperados. Dazu Spezialitätenstände, Musik und Unterhaltung.

14. bis 16. August, CreativQuartier Fürst Leopold, Dorsten

#### 8 Street Food & Music Festival RE

Einmal Weltreise mit Serviette: Beim Street Food & Music Festival wird der Rathausplatz zur offenen Küche. Foodtrucks servieren Burger, BBQ, Pasta, Asia, Latin Flavours, süße Highlights und Street Classics. Mit dabei sind unter anderem Crepes in!, Juicy Burger, My Poffertjes, Madesweets, Loukou-Loukou, Meatfreaks, Epale und Loslocos Mexicano. Dazu liefern DJs den passenden Beat zum Bissen.

31. Juli bis 2. August, Rathausplatz Recklinghausen

# Regional? Aber richtig!

Ein Einkauf kann auch ein Ausflug sein – zumindest, wenn er auf einem Hof endet. Quer durchs Vest gibt es Läden, die Käse, Kartoffeln, Kürbisse, Wein, Eis und Eier nicht nur verkaufen, sondern ihre Herkunft gleich mitliefern. Mal mit Streichelzoo, mal mit Market Garden, mal mit Kartoffelsorten, die klingen wie Indie-Bands.

## 1 Kuhdamm

Der Berliner Ku'damm ist Großstadtboulevard für die Bourgeoisie, der Waltroper Kuhdamm ist die Erlebnishütte auf dem Milchhof Billmann: ein kleiner Hofstopp für Kinder, Familien und alle, die sehen wollen, dass Milch nicht im Supermarktregal wächst. Hier wird nicht nur verkauft, sondern Herkunft erlebbar gemacht. Zwischen Kühen im Stall, Gänsen auf der Weide und seit Mai auch Ziegen im Streichelzoo wird aus dem Einkauf ein kleiner Ausflug. Mitnehmen kann man hofeigene Milch, Joghurt, Eier und natürlich Eis, von Klassikern bis Eierlikör, Dubai-Schokolade und Kinder-Konfetti.

**Bauer Billmann, Friedhofstr. 90, 45731 Waltrop**

## 2 Biolandhof Heidbauer

Auf dem Biolandhof Heidbauer in Ickern haben die Ziegen die Hauptrolle. Aus ihrer Milch entstehen Käse, Frischkäse, Joghurt und Quark aus eigener Herstellung, passende Rezeptideen inklusive. Wer es herzhafter mag, findet Ziegenfleisch, Ziegensalami und Rindfleisch vom Hof. Dazu kommen Eier, Honig, Aufstriche, Konfitüren und Präsentkörbe. Kleiner Tipp für alle, die mit Kuhmilch auf Kriegsfuß stehen: Ziegenmilch enthält ebenfalls Laktose, wird aber häufig besser vertragen.

**Biolandhof Heidbauer, Voerstestr. 37a, 44581 Castrop-Rauxel**

## 3 Schultes Hof

Auf Schultes Hof in Rhade geht es ziemlich feldfrisch zu. Im Bauernladen gibt es allerlei Buntes aus eigenem Anbau, dazu Bioeier von den hofeigenen „Mädels“ im mobilen Hühnerstall. Im Garten FAIRBEET wachsen Gemüsekulturen auf kleiner Fläche: ohne Pestizide und künstliche Düngemittel, dafür mit kurzen Wegen und viel Handarbeit. Im Herbst übernehmen die Kürbisse: Neben Hokkaido, Butternut und Spaghettikürbis gibt es am letzten Samstag vor Halloween ein kleines Kürbisfest mit Schnitzen, Stockbrot und Kürbissuppe.

**Schultes Hof, Schützenstr. 2, 46286 Dorsten**

## 4 Weinhof Molitor

Manche Wege führen nach Rom, andere zu Molitor – zumindest, wenn es um guten Wein geht. Nach 100 Jahren Weinhandlung in Recklinghausen richtet Ingeborg Molitor den Blick stärker nach Marl. Auf dem Weinhof wird umgestaltet, geplant und probiert: mit Sommerfest im August, Indoor-Veranstaltungen, Weinproben und Formaten rund ums Weinwissen. Der Sommer dürfte damit deutlich voller werden im Molitor-Kalender.

**Weinhof Molitor, Imenkampstraße 7, 45770 Marl**

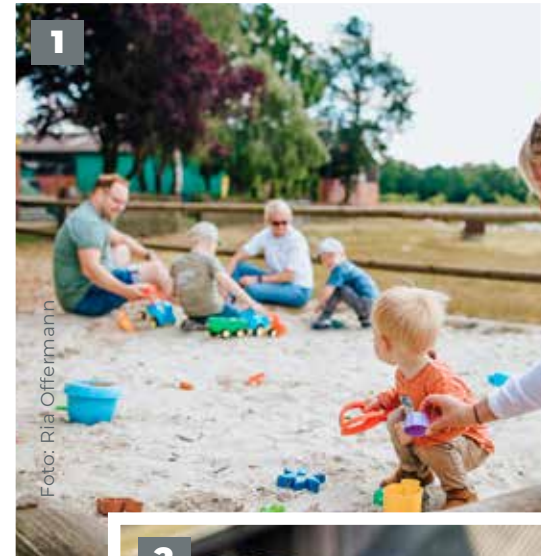


Foto: Rita Offermann

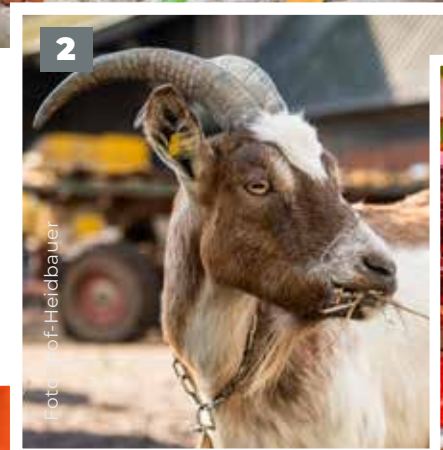


Foto: Biolandhof Heidbauer



Foto: Pexels-Planika

3



Foto: Marco Stepniak

5

### 5 Hofcafé Feugmann

Hof Feugmann in Speckhorn steht seit Jahrzehnten für Direktvermarktung: Kartoffeln und Spargel aus eigenem Anbau, saisonale Produkte, der klassische Einkauf direkt beim Erzeuger. Katrin Baumeister führt diesen Gedanken jetzt weiter und macht daraus keinen hippen Landlust-Abziehaufkleber, sondern einen echten Ort zum Bleiben. Gegenüber vom Hofladen ist ein Outdoor-Café mit Sitzecke, Naturspielplatz, Zwergkaninchen und Seidenhühnern entstanden. Während Erwachsene Kaffee, Kuchen und Eis bekommen, gibt es für Kinder eigene Kuchenportionen und Kinder-Cappuccino mit Streuseln. Der Hof wird damit nicht neu erfunden, aber klug erweitert: vom Einkaufsort zum kleinen Treffpunkt für Speckhorn.

**Kühlstraße 3, 45659 Recklinghausen**

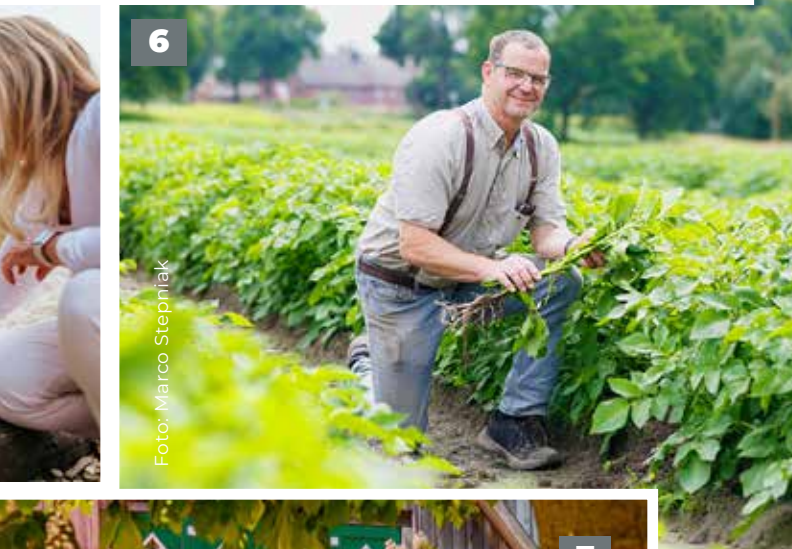


Foto: Marco Stepniak

6

### 6 Hof Engelkamp, Datteln

Bei Hof Engelkamp in Datteln bekommt die Kartoffel endlich die Bühne, die sie verdient. Neben Klassikern aus eigenem Anbau liegen hier Sorten mit Namen, die klingen wie Indie-Bands: Blauer Schwede, Rote Emma, Bamberger Hörnchen oder Vitelotte, auch Trüffelkartoffel genannt. Einheitsknolle war gestern, hier steckt Vielfalt in der Erde. Unterschiedliche Farben, Formen, Konsistenzen und Aromen. Dazu gibt es Erdbeeren und Himbeeren zum Selbstpflücken, Eier, Eingemachtes sowie Fleisch und Wurst von eigenen Tieren.

**Friedrich-Ebert-Straße 251, 45711 Datteln**



7

### 7 Spargeldorf Scherlebeck

Scherlebeck und Spargel gehören zusammen, wie Döner und scharf. Auch, wenn die Hollandaise-Hochzeit, hat die bäuerliche Dreifaltigkeit der Ried einiges zu bieten. Der Heine Hof lagert auf Wunsch die persönliche Kartoffelkiste für den Winter ein und fährt ab September über 250 Zier- und Speisekürbisse auf, quasi die Scherlebecker Fashion Week für Hokkaido, Butternut und Co.. Bauer Südfeld ist Hofladen, Bauernhofcafé, Frühstücksort, Mittagsküche, Blechkuchenstation und Feieradresse für bis zu 200 Personen in einem. Und beim Spargelhof Schulte-Scherlebeck darf man nicht nur Obst, sondern sogar Kartoffeln selbst ernten. Kurz: Spargel ist hier der alte Ruhm, aber die Ried fährt auch von Juli bis März grandios auf.

**Heine Hof, Kampstr. 16, 45701 Herten**

**Bauer Südfeld, Backumer Str. 416, 45701 Herten**

**Spargelhof Schulte-Scherlebeck, Scherlebecker Str. 435, 45701 Herten**



Foto: Randolf Levk

4

Texte: Karoline Jankowski & Laura Tirier-Hontoy



# Schlemmen und

Zwischen Freibadpommes und Loungegefühl im Copa Ca Backum

**E**in Sommertag im Copa Ca Backum hat viele feste Rituale. Dazu gehört das Treffen mit Freunden und für viele auch eine Portion Pommes vom Freibadkiosk. Wer genauer hinschaut, entdeckt aber noch mehr. Neben dem Klassiker aus der Fritteuse gibt es jetzt einen neuen Ort zum Verweilen. Die Copa Lounge verbindet entspanntes Genießen mit modernem Ambiente und erweitert das Angebot im Backumer Tal.

Die Jungs lachen und versuchen, sich gegenseitig die Pommes wegzuschnappen. Mal landet eine Fritze im eigenen Mund, mal wird sie einem Freund zugesteckt. „Mit Freunden schmecken Pommes einfach besser“, sagt der 15-jährige Leo Krems. Sein Freund Daymion Mehne nickt. „Man verbindet das mit gutem Wetter und guter Stimmung. Wenn man sich im Freibad trifft, gehören Pommes irgendwie dazu.“ Tatsächlich scheint es ein eigenes Gesetz des Sommers zu geben. Freibadpommes

schmecken anders. Vielleicht liegt es am Hunger nach dem Schwimmen, vielleicht am Duft der Fritteuse. Oder an der besonderen Mischung aus Sonne, Freizeit und Gemeinschaft. „Das ist ein Lebensgefühl, das sich über Generationen weiterträgt“, sagt Alexandra Germann, Leiterin Service im Copa Ca Backum. „Viele Gäste erzählen, dass Freibadpommes schon in ihrer Jugend dazugehört haben.“

Die Zahlen zeigen, wie beliebt der Klassiker ist. Bei rund 18.000 Freibadbesuchern wurden in der vergangenen Saison mehrere Tausend Portionen Pommes verkauft. Vom Grundschulkind bis zum Senior greifen Gäste gerne zu. „Pommes müssen frisch und knusprig sein“, sagt Germann. „Dann werden sie zum festen Bestandteil eines Freibadtages.“

Für Max Eigenfeld, ebenfalls 15 Jahre alt, gehört das Treffen mit Freunden fast genauso dazu wie das Essen. „Man verabredet sich mit Leuten aus der Klasse oder aus der Stufe und sieht



In der neuen Copa Lounge kann man sich auch ohne vorherigen Schwimmbesuch aufhalten. Alexandra Germann, Leitung Service und Pascal Prüter, kaufmännische Leitung fühlen sich wohl.

Alexandra Germann (Foto u.) erklärt den Gästen, Familie Lohre das neue, einfache Bestell-Display.



Für die Schüler Leo Kreams, (v.l.), Daymion Mehne und Max Eigenfeld gehören Pommes zum Freibad-Feeling einfach dazu.



# chillen

immer jemanden, den man kennt.“ Die Pommes werden dabei oft geteilt. Manchmal freiwillig, manchmal weniger freiwillig. „Pommes klauen geht eigentlich gar nicht“, sagt er und lacht.

## Chillen in der neuen Copa Lounge

Wenn sich der Tag langsam dem Ende nähert und Eltern ihre Kinder abholen oder auf das Ende eines Schwimmkurses warten, bietet das Copa inzwischen einen weiteren Treffpunkt. Anfang des Jahres wurde die neue Copa Lounge eröffnet. Auf rund 30 Quadratmetern entstand ein moderner Aufenthaltsbereich mit grünen Wänden, gemütlichen Sitzgelegenheiten und einem unkomplizierten gastronomischen Angebot.

„Wir wollten unseren Gästen einen Ort bieten, der zum Verweilen einlädt“, erklärt der kaufmännische Leiter Pascal Prüter. Die Lounge richtet sich nicht nur an Badegäste. Auch Besucher des Backumer Tals können hier einkehren, einen Kaffee

trinken, Kuchen genießen oder sich eine Portion Pommes bestellen. „Man muss weder das Hallenbad noch das Freibad besucht haben, um die Lounge zu nutzen“, betont Prüter. Bestellt wird bequem über ein digitales Terminal, das direkt mit der Küche verbunden ist. Das Angebot reicht von Snacks über Salate bis zu vegetarischen und veganen Speisen. Für viele Badegäste liegt der größte Vorteil jedoch woanders. „Die Wasserzeit ist kostbar“, sagt Prüter. „Jetzt muss niemand mehr einen Teil seiner Schwimmzeit fürs Essen opfern.“ Stattdessen kann der Freibadtag entspannt ausklingen.

**Jennifer von Glahn**

# Kochen ist Freundschaft

Wer kochen lernt, entdeckt oft weit mehr als neue Rezepte. In den Koch- und Volkshochschulen im Vest entstehen Begegnungen, Gemeinschaft und Einblicke in andere Kulturen. Expertin Pia Engel Nixon und Drei Kursleiterinnen zeigen, wie vielfältig Lernen am Herd sein kann.

Texte: Jennifer von Glahn

## Küche mit Erlebnischarakter

Pia Engel Nixon ist als TV- und Eventköchin sowie Kochexpertin bekannt und gilt als eine der erfolgreichsten Köchinnen der Region. Sie verbindet kulinarisches Können mit Erlebnischarakter. In ihrer Eventküche in Recklinghausen entwickelt sie Formate zwischen Kochkurs, Workshop und Küchenparty. Ob Private Cooking, Tasting oder Team-Event, im Mittelpunkt steht das gemeinsame Kochen als intensives Erlebnis. „Kochen beginnt nicht am Herd, sondern im Moment, in dem Menschen zusammenkommen“, sagt sie. Ihre Angebote setzen auf kreative, internationale Küche und überraschende Kombinationen, die Teilnehmende aktiv einbinden. Ihre kreative, internationale Küche, lädt zum Mitmachen ein und lässt Raum für Austausch. Bei Pia gehören Lernen und Genießen ganz selbstverständlich zusammen.

[piaengelnixon.de](http://piaengelnixon.de)

## Schnippeln und genießen

Seit 18 Jahren begleitet Monika Reuter in der VHS Oer-Erkenschwick Kochbegeisterte und solche, die es werden wollen. In ihren Kursen treffen junge Menschen auf ältere Anfänger, die sich erstmals an den Herd wagen. Gemeinsam wird Gemüse geputzt, gebraten und ausprobiert. „Es geht gar nicht nur darum, das Kochen zu lernen, es geht auch um das Zusammensein“. Viele Teilnehmende kommen seit Jahren wieder, um neue Rezepte und praktische Küchentricks mitzunehmen. Saisonales Gemüse, frische Kräuter und gesunde Gerichte stehen dabei im Mittelpunkt. „Das Schnibbeln ist die meiste Arbeit“, sagt sie lachend. Am Ende zählt vor allem die Freude, gemeinsam etwas Leckeres auf den Tisch zu bringen.

[vhs-oe.de](http://vhs-oe.de)



Pia Engel Nixon ist eine bekannte Event-Köchin. Bei ihr ist Kochen nicht nur kulinarisch, sondern auch optisch ein Genuss.



## VHS OER-ERKENSCHWICK

Monika Reuter zeigt bei der VHS Oer-Erkenschwick so manchen Küchentrick. und zaubert gemeinsam leckere Gerichte.





**PIA ENGEL NIXON**



**VHS DATTELN**

Gabriele Siegel (l.) gibt Kochkurse bei der VHS Datteln. Mitspracherecht beim Kochen ist ihr wichtig.



### Rezepte für jeden Geschmack

Im Kochclub von Gabriele Siegel der VHS Datteln steht das Miteinander im Mittelpunkt. Vorkenntnisse braucht keiner. Ob jung oder alt, alle arbeiten gemeinsam an den Gerichten, unterstützen sich gegenseitig und lernen voneinander. „Das Besondere ist das Mitspracherecht. „Die Teilnehmenden entscheiden selbst, welche Gerichte in den nächsten Kursen gekocht werden“, so Siegel. Mal stehen Tapas auf dem Programm, mal leichte Saisonküche oder Klassiker vergangener Jahrzehnte. Auf Fertigprodukte wird bewusst verzichtet. Stattdessen geht es um frische Zutaten, Teamgeist und die Freude am Genuss. Nicht selten entstehen dabei Kontakte, die weit über den Kochkurs hinaus bestehen bleiben.  
[vhs-datteln.de](http://vhs-datteln.de)

### Kochen ist Kultur

Für Azadeh Alami der VHS Castrop-Rauxel ist Kochen weit mehr als die Zubereitung von Speisen. In ihren Kursen vermittelt sie auch Einblicke in die persische Kultur. Viele Gerichte haben dort einen ähnlich hohen Stellenwert wie traditionelle Festtagsessen in Deutschland. Die Teilnehmenden erfahren, welche Gewürze verwendet werden und welche Bedeutung einzelne Zutaten haben. „Kochen ist wie eine Therapie“, sagt Alami. Es bringe Ruhe und belohne unmittelbar mit Geschmack und Genuss. Viele ihrer meist vegetarischen Gerichte überraschen durch ihre Vielfalt und ihre gesundheitlichen Vorteile. Besonders wichtig sind ihr Harmonie, gute Vorbereitung und die Freude daran, gemeinsam neue kulinarische Welten zu entdecken.  
[vhs-castrop-rauxel.de](http://vhs-castrop-rauxel.de)



**VHS CASTROP-RAUXEL**



Azadeh Alami (l.) lehrt bei der VHS Castrop-Rauxel die persische Küche. Bei ihr gibt es nicht nur kulinarisches Wissen, sondern auch kulturelles.

### Weitere Angebote unter

[vhs-recklinghausen.de](http://vhs-recklinghausen.de) · [vhs-waltrop.de](http://vhs-waltrop.de)  
[vhs-herten.de](http://vhs-herten.de) · [vhs-dorsten.de](http://vhs-dorsten.de) · [vhs-marl.de](http://vhs-marl.de)



Foto: Haardchor



5

Foto: Patrick Schulze



9

Foto: Lukas Flörsdorf



14

Foto: Privat

# HIGHLIGHTS

## 1 Haardchor in Concert

Der Haardchor lädt zum Konzertabend in seinen neuen Proberaum im Begegnungszentrum Kreuzkirche in Marl-Sinsen ein.

**Samstag, 11.07., 19 Uhr, Kreuzkirche Marl-Sinsen**

## 2 Tag der lebendigen Lippe

Erfahren Sie mehr über die Tiere und Pflanzen an unseren Gewässern an Informationsständen, bei kleinen Entdeckungsführungen oder Mitmach-Aktionen.

**Sonntag, 12.07., 11 Uhr, Haus Vogelsang Datteln**

## 3 Sommer im Park

Live-Musik unter freiem Himmel: Der Willy-Brandt-Park wird zur Freiluftbühne.

**Freitag, 17., 24. und 31.07., 19.30 Uhr, Willy-Brandt-Park Recklinghausen**

## 4 Copa-Olympiade

Tauchen, Poolnudel-Reiten und Schwimmen auf Zeit: Die Olympiade verspricht Action!

**Samstag, 18.07., 15 Uhr, Copa Ca Backum Herten**

## 5 Red Balloon Festival

Zwei Tage zwischen Pop und Punk unterm Förderturm.

**Freitag & Samstag, 31.07– 01.08., 17 Uhr, Zeche Fürst Leopold Dorsten**

## 6 The Path of Genesis

Eine musikalische Reise in die faszinierende Frühzeit von mythischen Geschichten, exzentrischen Charakteren und des Progressive Rock.

**Samstag, 08.08., 20 Uhr, Backyard Club Recklinghausen**

## 7 Jah Culture & Friends (Roots-Reggae)

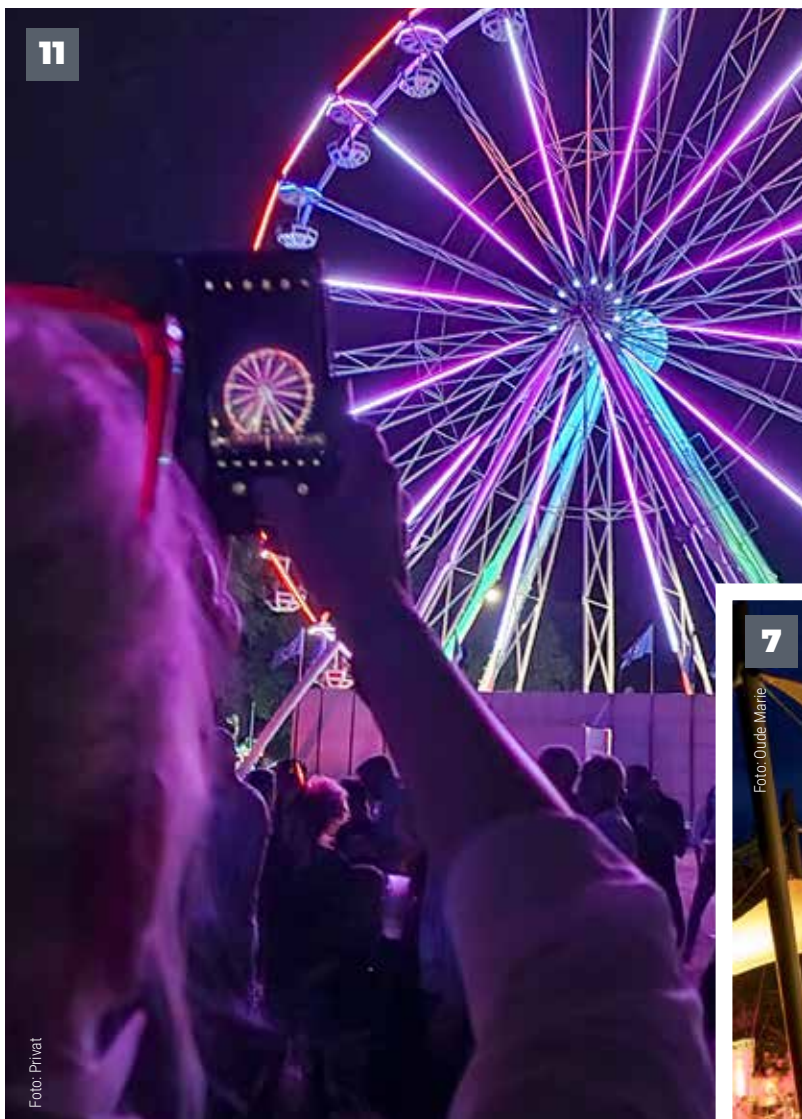
Die Band Jah Culture bringen den Geist von Reggae direkt auf die Bühne.

**Samstag, 08.08., 19 Uhr, Oude Marie Dorsten**

## 8 Irischer Abend

Ein Abend voller irischer Dauerbrenner: Irish Folk Songs, Rock- und Pop- Klassiker und echte Geheimtipps.

**Samstag, 15.08., 19.30 Uhr, JOE's Oer-Erkenschwick**



11

Foto: Tom Hagemeyer

Foto: Privat



15

Foto: Volker Beushausen



7

Foto: Oude Marie

### 9 Rathausfest im Licht

Das große Sommerfest mit kulinarischen Highlights, Live-Musik, Licht-Shows und künstlerischen Bonbons.

**Donnerstag – Samstag, 20.08. – 22.08., Rathausvorplatz Datteln**

### 10 ABBA bitte mit Sahne

Ein Abend voller Nostalgie, guter Laune und Mitsing-Momenten zu den größten Hits der schwedischen Kultband.

**Freitag, 28.08., 15 Uhr, Forum Oer-Erkenschwick**

### 11 Waltroper Parkfest

Vier Bühnen, drei Tage, Live-Musik, Familienprogramm, Kunst, Kultur, Kulinarik und Drinks.

**Freitag, 28.8., bis Sonntag, 30.08., Moselbachpark Waltrop**

### 12 Sommer Rock Festival

Rockmusik für den guten Zweck beim Sommer Rock Festival.

**Samstag, 22.08., 17 Uhr, Hof Vortmann Marl**

### 13 5. Castropiade

Bühnenprogramm, Livemusik, sportliche Challenges und jede Menge Überraschungen verspricht die fünfte Castropiade. Das Motto: American Sports.

**Samstag, 05.09., 14 Uhr, Marktplatz Castrop-Rauxel**

### 14 Worthebework Poetryslam

Fünf Ausnahmetalente prägen den Abend mit ihren Texten.

**Samstag, 05.09., 20 Uhr, Yahoo Jugendcafé Waltrop**

### 15 Die drei ??? Kids- Zirkus der Rätsel

Justus, Peter und Bob brauchen deine Hilfe: Ein Fall und 1.000 Spuren – welche davon ist wichtig, welche führt in die Irre?

**Sonntag, 06.09., 15 Uhr, Stadthalle Castrop-Rauxel**

### 16 Recklinghäuser Musiknacht

Zahlreiche Bands und Künstler verwandeln bei dem beliebten Flanier-Abend die gesamte Innenstadt in eine große Live-Bühne.

**Samstag, 19.09., 21 Uhr, Innenstadt Recklinghausen**

# TERMINE

## MITTWOCH | 01.07.

-  **CASTROP-RAUXEL | 18:00**  
**DIY-Workshop Nähen**  
Familienbüro
-  **DORSTEN | 17:00**  
**Dolce Vita im Bürgerpark**  
Bürgerpark Maria Lindenhof
-  **RECKLINGHAUSEN | 18:45**  
**Klassenvorspiel Klavier**  
Musikschule Recklinghausen

## DONNERSTAG | 02.07.

-  **RECKLINGHAUSEN | 10:00**  
**Museum Mobil**  
Altstadtmarkt
-  **HERTEN | 18:00**  
**Waldbühne Westerholt: Kultur auf Zeche**  
Neue Zeche Westerholt
-  **DORSTEN | 20:00**  
**Der Froschkönig**  
Ein Märchen für Erwachsene  
Schloss Lemneck

## Freitag | 03.07.

-  **WALTROP | 17:30**  
**Kulinarische Abendführung**  
LWL-Museum Schiffshebewerk  
Henrichenburg
-  **RECKLINGHAUSEN | 18:00**  
**Afternoon Club**  
Chez AMA
-  **DORSTEN | 19:00**  
**Marianne Goldbach**  
**Druckgrafik und Papierobjekte**  
Vernissage  
franz\* Kultur-Mitte Dorsten
-  **DORSTEN | 19:00**  
**Big Band Dorsten**  
Oude Marie

## SAMSTAG | 04.07.


-  **RECKLINGHAUSEN | 14:00**  
**Sommerfest**  
Musikschule Recklinghausen


-  **HERTEN | 14:00**  
**Repair Café**  
Thomaskirche Westerholt

-  **WALTROP | 14:00**  
**Straßenfest: Quartier meets One World Party**  
am Alter Graben

-  **CASTROP-RAUXEL | 16:00**  
**Habinghorster Schlagernacht**  
Postplatz/Lange Straße

-  **WALTROP | 16:00**  
**Kohle, Kunst, Kommerz – Waltrops Zeche einst & jetzt**  
Zecheneingang Sydowstraße


-  **RECKLINGHAUSEN | 17:00**  
**Grillabend im WissensCafé**  
im WissensWerk, Alte Grenzstr.

-  **MARL | 19:00**  
**Oratorienkonzert 3**  
Sinfoniekonzert  
Theater Marl

-  **DORSTEN | 19:00**  
**Macondito (Salsa-Abend)**  
Oude Marie

-  **MARL | 20:00**  
**Open-Air Haldenglühen mit dem Rock Orchester Ruhrgebeat**  
Biker Vogeltreff

## SONNTAG | 05.07.

-  **WALTROP | 11:00**  
**Mundharmonika-Workshop**  
HBBK - Raum 21

-  **DORSTEN | 11:00**  
**Sparkassen-Familientag**  
Bürgerpark Maria Lindenhof

-  **WALTROP | 14:00**  
**Von hier nach dort. Unterwegs mit Kompass und Navil!**  
LWL-Museum Schiffshebewerk  
Henrichenburg

-  **RECKLINGHAUSEN | 15:00**  
**Unser Stromnetz - offene Führung**  
Zeitreise Strom

-  **HERTEN | 15:30**  
**Ewaldführung**  
RVR-Besucherzentrum  
Hoheward


## MONTAG | 06.07.

-  **RECKLINGHAUSEN | 19:30**  
**Interstellare Reisen für echte Astronauten**  
Sternwarte

-  **DATTELN | 19:00**  
**The Prom - Das Musical**  
KATIELLi Theater

## DIENSTAG | 07.07.

-  **RECKLINGHAUSEN | 19:00**  
**9. Sinfoniekonzert - Dämonen**  
Ruhfestspielhaus

-  **CASTROP-RAUXEL | 15:00**  
**Kreativnachmittag für Familien**  
Familienbüro

-  **CASTROP-RAUXEL | 17:00**  
**Offenes Sportangebot**  
Hof Emscherauen


## MITTWOCH | 08.07.


-  **RECKLINGHAUSEN | 17:00**  
**Reise durch unser Sonnensystem**  
Volkssternwarte

-  **RECKLINGHAUSEN | 19:30**  
**Gold! Gold! Gold!**  
Volkssternwarte

-  **HERTEN | 19:30**  
**Training für Kraft, Stabilität und Körperbewusstsein**  
Willy-Brandt-Realschule


## DONNERSTAG | 09.07.


-  **DORSTEN | 15:00**  
**Seniorencafé**  
Bibi am See

-  **DORSTEN | 15:00**  
**Frauen Café**  
Treffpunkt Altstadt

-  **CASTROP-RAUXEL | 18:00**  
**Naschmarkt**  
Altstadt Marktplatz

-  **RECKLINGHAUSEN | 18:00**  
**Klassenvorspiel Klavier**  
Musikschule Recklinghausen

-  **DORSTEN | 19:00**  
**Acoustic Open Stage**  
Vinylcafé Schwarzes Gold

-  **CASTROP-RAUXEL | 20:00**  
**Comedy im Becken**  
Parkbad Süd

## Freitag | 10.07.

-  **OER-ERKENSCHWICK | 11:00**  
**Feuer, Wasser, Erde, Luft**  
Ausstellung Fotogruppe Schacht 5 e.V. Herten  
Matthias-Claudius-Zentrum

-  **MARL | 14:00**  
**Tag der offenen Tür: Die Evangelische Familienbildung wird 70** Mitmachen, Entdecken und Genießen  
Ev. Familienbildung, Bachstr. 22

-  **DORSTEN | 16:00**  
**24-Stunden-Lauf**  
Bürgerpark Maria Lindenhof  
bis Samstag 11.07.

-  **WALTROP | 17:00**  
**Fototur am Schiffshebewerk**  
LWL-Museum Schiffshebewerk  
Henrichenburg

-  **DORSTEN | 17:00**  
**Feierabendmarkt**  
Altstadt

-  **DATTELN | 19:30**  
**Reise zum Mittelpunkt der Erde**  
Vhs im Dorfschulthenhof

## SAMSTAG | 11.07.

-  **WALTROP | 07:00**  
**Fototur am Morgen**  
LWL-Museum Schiffshebewerk  
Henrichenburg

-  **HERTEN | 09:00**  
**Spiel- und Sportfest**  
Ausprobieren, austoben  
Backumer Tal

-  **DORSTEN | 10:00**  
**Bildhauerworkshop**  
Bürgerpark Maria Lindenhof  
bis Sonntag 12.07.

-  **HERTEN | 10:00**  
**Familiensauna**  
Copa Ca Backum

-  **CASTROP-RAUXEL | 11:00**  
**Sportfest für Familien**  
Spiel- und Sportpark,  
Castroper Holz

-  **CASTROP-RAUXEL | 14:30**  
**Zirkus Kinderplanet**  
Kinderplanet

-  **DORSTEN | 15:00**  
**Radtour – Bäume**  
Platz der Deutschen Einheit



## Kultursommer Odyssee

Globale Sounds, urbane Rhythmen und Musik aus den Metropolen der Welt: Die Reihe „Odyssee“ bringt internationale Klangfarben in den Stadtgarten und macht den Sommer ein bisschen größer als den eigenen Vorgarten.

**Donnerstag, 23.07. und 06.08., Stadtgarten Recklinghausen**



Foto: Anne Pohmert

## Offene Tür zum Geburtstag

Die Evangelische Familienbildung wird 70 und lädt Familien zum Mitmachen, Entdecken und Genießen ein.

**Freitag, 10.07., 14 Uhr**  
**Tag der offenen Tür, Ev. Familienbildung, Bachstraße 22, Marl**

**CASTROP-RAUXEL | 15:30**  
**Sommer Open Air - Rock Café Q**  
 Christuskirche Ickern

**DATTELN | 16:00**  
**Alice im Wunderland**  
 Stadthalle Datteln

**MARL | 19:00**  
**HaardChor im Vest**  
 Kreuzkirche Marl-Sinsen

**HERTEN | 19:30**  
**Konzert der Partnerstädte**  
 Doncaster meets Herten  
 Glashaus Herten

**MARL | 19:30**  
**SCHNEEWITTCHEN**  
 Theater Marl

**HERTEN | 22:00**  
**NIGHT SHIFT PARTY**  
 Schwarzkaue

### SONNTAG | 12.07.

**MARL | 10:00**  
**Tufting Workshop**  
 Fadenzoo

**DATTELN | 11:00**  
**Tag der lebendigen Lippe**  
 Haus Vogelsang

**CASTROP-RAUXEL | 10:00**  
**50 Jahre Grün-Weiße Frohlinde**  
 Tennisclub Grünweiß-Frohlinde

**WALTROP | 14:00**  
**Wo die Schiffe Aufzug fahren**  
 Familienführung  
 LWL-Museum Schiffshebewerk  
 Henrichenburg

**DATTELN | 14:00**  
**Fest der Kulturen**  
 Stadtmitte

**DORSTEN | 19:00**  
**Pindakaas Saxophon Quartett**  
 Schloss Lembeck

**DORSTEN | 15:00**  
**Die Jazzis spielen Swing, Latin und Funk**  
 Garten der Gnadenkirche  
 Wulfen, sonst im Kirchsaa

**CASTROP-RAUXEL 16:00**  
**Für euch soll's rote Rosen regnen**  
 Ev. Paulus-Kirchengemeinde  
 Wichernhaus

### MONTAG | 13.07.

**CASTROP-RAUXEL | 09:00**  
**CAS zeigt Gesicht**  
 Stadion Bahnhofstraße

**HERTEN | 16:00**  
**Kreativ werden mit 3D-Druck**  
 Quartierbüro Hertens-Süd

### DIENSTAG | 14.07.

**CASTROP-RAUXEL | 17:00**  
**Offenes Sportangebot**  
 Hof Emscherauen

**DORSTEN | 18:30**  
**Puppentheater für Kinder**  
 Treffpunkt Altstadt

### MITTWOCH | 15.07.

**WALTROP | 16:00**  
**Offener Treff**  
 Kulturwohnzimmer

**WALTROP | 19:00**  
**Lesung: Drache Kokosnuss**  
 Ziegelmeisterstraße, Raum 4

**DORSTEN | 17:00**  
**Dolce Vita im Bürgerpark**  
 Bürgerpark Maria Lindenhof

**WALTROP | 19:00**  
**Sunset Sounds - Live-Musik**  
 Lese- und Kreativgarten 3. Ort

### DONNERSTAG | 16.07.

**CASTROP-RAUXEL | 10:00**  
**150-Jahr-Feier des BKCR**  
 Berufskolleg Castrop-Rauxel

### FREITAG | 17.07.

**CASTROP-RAUXEL | 12:00**  
**Grenzenlos Bunt**  
 KunstAnneBude

**WALTROP | 17:30**  
**Kulinarische Abendführung**  
 LWL-Museum Schiffshebewerk  
 Henrichenburg

**DORSTEN | 19:00**  
**Philip Lassiter (Funk, Soul)**  
 Oude Marie

### SAMSTAG | 18.07.

**CASTROP-RAUXEL | 09:00**  
**VHS-Fest**  
 Altstadt Marktplatz

**HERTEN | 15:00**  
**Copa-Olympiade**  
 Copa Ca Backum

**DORSTEN | 16:00**  
**Sunset Groove**  
 Oude Marie

**MARL | 17:00**  
**Klassik im Park (EFH)**  
 Europäisches Friedenshaus

**DORSTEN | 18:00**  
**Auf den Spuren des Genießers Goethe**  
 franz\* Kultur Mitte

**DATTELN | 20:00**  
**Sommerkonzert 2026**  
 Villa Kundalini

### SONNTAG | 19.07.

**WALTROP | 14:00**  
**Von Nixe, Ostara und Cerberus**  
 LWL-Museum Schiffshebewerk

**DORSTEN | 15:00**  
**Offenes Singen**  
 Treffpunkt Altstadt

### MONTAG | 20.07.

**CASTROP-RAUXEL | 09:30**  
**Casterixchen-Ferienprogramm**  
 Für Kinder von 1-3 Jahren  
 Familienbüro  
 bis Mittwoch, 22.07

### DIENSTAG | 21.07.

**WALTROP | 10:00**  
**Auf eigener Spur: Karte, Kompass, Abenteuer**  
 LWL-Museum Schiffshebewerk  
 Henrichenburg  
 bis Mittwoch, 22.07

**CASTROP-RAUXEL | 17:00**  
**Offenes Sportangebot**  
 Hof Emscherauen

### MITTWOCH | 22.07.

**HERTEN | 10:00**  
**Kleine Mosaikkunstwerke**  
 Kulturucksack NRW  
 RaumZeit

**HERTEN | 15:00**  
**Wasserflöhe-Wasserdisco**  
 Copa Ca Backum

**RECKLINGHAUSEN | 18:00**  
**Yoga am Förderturm**  
 Zeche Recklinghausen II

### DONNERSTAG | 23.07.

**DORSTEN | 19:00**  
**Acoustic Open Stage**  
 Vinylcafé Schwarzes Gold

### FREITAG | 24.07.

**DORSTEN | 19:00**  
**New Wave, Disco**  
 Oude Marie

### SAMSTAG | 25.07.

**WALTROP | 14:00**  
**Von hier nach dort. Unterwegs mit Kompass und Navi!**  
 LWL-Museum Schiffshebewerk  
 Henrichenburg

### SONNTAG | 26.07.

**MARL | 10:00**  
**Tufting Workshop**  
 Fadenzoo

**DORSTEN | 15:00**  
**Singer - Songwriter Rainer Migenda**  
 Gnadenkirche Wulfen

### DIENSTAG | 28.07.

**WALTROP | 10:00**  
**Schiff ahoi**  
 Workshop für Kinder von 7-12 J.,  
 LWL-Museum Schiffshebewerk  
 Henrichenburg, bis Freitag, 31.07

**DORSTEN | 16:00**  
**Einführung in die Ölmalerei**  
 franz\* Kultur Mitte  
 bis Mittwoch, 29.07

**CASTROP-RAUXEL | 17:00**  
**Offenes Sportangebot**  
 Hof Emscherauen

### MITTWOCH | 29.07.

**CASTROP-RAUXEL | 10:00**  
**Spielplatz-Picknick**  
 Spielplatz Vinckestraße

**HERTEN | 15:00**  
**Wasserflöhe-Wasserdisco**  
 Copa Ca Backum

**OER-ERKENSCHWICK | 15:30:00**  
**Flesung mit Brigitte Vollenberg**  
 Matthias-Claudius-Zentrum

### FREITAG | 31.07.

**CASTROP-RAUXEL | 12:00**  
**Grenzenlos Bunt**  
 KunstAnneBude

**CASTROP-RAUXEL**  
**Rock am Raum**  
 Von-Hoffmann-Straße 27

**DORSTEN | 16:30**  
**Red-Balloon Festival**  
 Das LEO

### SAMSTAG | 01.08.

**DORSTEN | 14:00**  
**Red-Balloon Festival**  
 Das LEO

**CASTROP-RAUXEL**  
**Rock am Raum**  
 Von-Hoffmann-Straße 27

**WALTROP | 14:00**  
**Wo die Schiffe Aufzug fahren**  
 LWL-Museum Schiffshebewerk  
 Henrichenburg

**RECKLINGHAUSEN | 20:00**  
**Apewords / Slutrocker**  
 Backyard-Club e.V.



## Schiff ahoi - Ferien zwischen Deck und Dock

Gemeinsam mit dem Museumsteam tauchen die Kinder in die spannende Welt des Schiffshebewerks Henrichenburg ein. Es wird gebaut, geforscht, gebastelt und gespielt.

**Dienstag, 28.07. bis Freitag, 31.07., 10 Uhr, LWL-Museum Schiffshebewerk Henrichenburg Waltrop**



## Ja! zu Nachrichtendosierung. Nein! zu Nachrichtenvermeidung.

Wie bleiben wir gesund und fit und „mitten im Leben“?

Zu Recht werden von vielen Menschen eine gesunde Ernährung genannt, dazu Bewegung, soziale Kontakte und als Ausgleich zum Alltagsstress: Auszeiten einplanen. Gehört gut informiert zu sein ebenfalls zu einem „gesunden Leben“? Diese ungewöhnliche Frage stelle ich mir, da so viele Menschen in Interviews, Umfragen oder in persönlichen Gesprächen erzählen, dass sie keine Nachrichten mehr schauen, lesen, hören und bewusst Nachrichten vermeiden (engl. „News Avoidance“). Es ist schwer dagegen zu argumentieren, wenn auf eine schlechte Nachricht die nächste folgt: Kriege, Klimaveränderung, Preiserhöhungen... (Es fällt bestimmt jedem leicht, diese Liste weiterzuführen.) Und doch meine ich, sich vor Nachrichten zu verschließen, heißt sich vor der Welt zu verschließen. Keine Nachrichten mehr aufzunehmen, bedeutet auch, nicht mehr aktiv an Gesprächen und Entscheidungen teilnehmen zu können – in großen, wie in kleinen Kreisen. Wer möchte schon mit schlecht informierten Menschen diskutieren? Ich ehrlich gesagt nicht so gerne.

Mein Tipp ist: die kluge Dosierung – so wie es auch für Essen, Trinken, Schlafen, Feiern gilt.

**Aycha Riffi**  
Leitung Grimme-Akademie



Foto: privat

Wie kann ich also gut informiert sein, ohne mich dadurch selbst zu belasten? Vielleicht hilft es mir darüber klar zu werden, wo und wie Nachrichten mich erreichen: als dauerhafte Push-News auf dem Handy oder ganz bewusst zu einer selbstgewählten Uhrzeit am Tag? Lass ich mich von Personen auf Social Media minutenlang – ohne Pause – „anquatschen“ oder nehme ich mir mal wieder vor, eine gut recherchierte Reportage anzuschauen? Lese ich statt vieler Überschriften doch lieber einen langen Artikel? Warum nicht mal ausprobieren, ob es sich sogar besser anfühlt, statt ständig mit allem und jedem konfrontiert zu werden, eine Auswahl zu treffen und sich die Zeit zu nehmen, die einem zum Beispiel das Handyscrollen stiehlt. Natürlich wird eine schlimme Nachricht dadurch nicht zu einer guten Nachricht, aber wer sich auf Recherchen und Hintergründe einlässt, kann Ereignisse besser einordnen und eher verstehen. In der „langen Form“ (Reportagen, ausführliche Artikel, Dokumentationen etc.) gibt es auch Lösungsansätze zu entdecken.

Mein Tipp also ist: die kluge Dosierung – so wie es auch für Essen, Trinken, Schlafen, Feiern gilt. Im nächsten Schritt können wir darüber nachdenken, was gute Nachrichten-Quellen sind. Das ist dann wirklich gelebte Nachrichten- und Informationskompetenz. Viel Spaß dabei!

### SONNTAG | 02.08.

**CASTROP-RAUXEL | 11:00**  
**Spielzeugmarkt**  
Europahalle

**HERTEN | 15:30**  
**Ewaldführung**  
RVR-Besucherzentrum Hoheward

### MONTAG | 03.08.

**RECKLINGHAUSEN | 20:00**  
**Kai-El (Norwegen)**  
Backyard-Club e.V.

### DIENSTAG 04.08.

**CASTROP-RAUXEL | 17:00**  
**Offenes Sportangebot**  
Hof Emscherauen

### MITTWOCH | 05.08.

**CASTROP-RAUXEL | 14:00**  
**Spielplatz-Picknick**  
Spielplatz Franz-/Marienstraße

**HERTEN | 15:00**  
**Wasserflöhe-Wasserdisco**  
Copa Ca Backum

**DORSTEN | 17:00**  
**Dolce Vita im Bürgerpark**  
Bürgerpark Maria Lindenhof

**HERTEN | 18:00**  
**Einführungskurs Taichi Chuan**  
VHS

### DONNERSTAG | 06.08.

**HERTEN | 15:00**  
**Interkultureller Frauengarten**  
BUND-Naturerlebnisdien

**DORSTEN | 19:00**  
**Acoustic Open Stage**  
Vinylcafé Schwarzes Gold

### FREITAG | 07.08.

**CASTROP-RAUXEL | 12:00**  
**Grenzenlos Bunt**  
KunstAnneBude

**DORSTEN | 19:00**  
**DKV-Jahresausstellung**  
franz\* Kultur-Mitte Dorsten

**RECKLINGHAUSEN | 20:00**  
**The Spacelords**  
Backyard-Club

### SAMSTAG 08.08.

**HERTEN | 10:00**  
**Familiensauna**  
Copa Ca Backum

**WALTROP | 14:00**  
**Leinen angelegt**  
LWL-Museum Schiffshebewerk Henrichenburg

**DORSTEN | 19:00**  
**Reggae-Abend**  
Oude Marie

**WALTROP | 20:00**  
**Nachts im Museum**  
LWL-Museum Schiffshebewerk Henrichenburg

**RECKLINGHAUSEN | 20:00**  
**The Path of Genesis**  
Backyard-Club

### SONNTAG | 09.08.

**WALTROP | 14:00**  
**Wo die Schiffe Aufzug fahren**  
LWL-Museum Schiffshebewerk Henrichenburg

**RECKLINGHAUSEN | 15:00**  
**Allgemeine offene Führung**  
Zeitreise Strom

**DORSTEN | 15:00**  
**Blue Bench**  
Gnadenkirche Wulfen

### MONTAG | 10.08.

**CASTROP-RAUXEL | 15:30**  
**Alleinerziehenden Café**  
Begegnungszentrum Harkortschule Merklinde

**RECKLINGHAUSEN | 18:00**  
**Queerer Stammtisch**  
Altstadtschmiede

### DIENSTAG 11.08.

**CASTROP-RAUXEL | 17:00**  
**Offenes Sportangebot**  
Hof Emscherauen

### MITTWOCH | 12.08.

**CASTROP-RAUXEL | 10:00**  
**Spielplatz-Picknick**  
Spielplatz Hannemannstraße

**HERTEN | 15:00**  
**Wasserflöhe-Wasserdisco**  
Copa Ca Backum

**RECKLINGHAUSEN | 18:00**  
**Yoga am Förderturm**  
Zeche Recklinghausen II

### DONNERSTAG | 13.08.

**CASTROP-RAUXEL | 18:00**  
**Naschmarkt**  
Altstadt Marktplatz

### FREITAG | 14.08.

**DORSTEN | 15:00**  
**15. Dorstener Bierbörse** bis  
Sonntag 16.08.  
CreativQuartier Fürst Leopold

**WALTROP | 17:00**  
**Abendliche Fototour**  
LWL-Museum Schiffshebewerk Henrichenburg

**DORSTEN | 17:00**  
**Feierabendmarkt**  
Altstadt

**RECKLINGHAUSEN | 20:00**  
**Daily Thompson**  
Backyard-Club

### SAMSTAG | 15.08.

**CASTROP-RAUXEL | 10:00**  
**Koreanischer Feiertag**  
Europahalle

**WALTROP | 14:00**  
**Wo die Schiffe Aufzug fahren**  
LWL-Museum Schiffshebewerk Henrichenburg

**WALTROP | 14:00**  
**Fototour am Schiffshebewerk**  
LWL-Museum Schiffshebewerk Henrichenburg

**DORSTEN | 16:00**  
**Sunset Groove mit DJ Simon Blake**  
Oude Marie

**DATTELN | 18:30**  
**TwoTixxFaster live**  
Biergarten Hafenrestaurant

**OER-ERKENSCHWICK | 19:30**  
**Irischer Abend**  
JOE's

- RECKLINGHAUSEN | 20:00**  
Dogfield, Ride the Bullet  
Backyard-Club
- DATTELN | 20:00**  
Neue Deutsche Welle mit  
Neonwelle - Zurück in die 80er  
Zum Wadenkrampf

### SONNTAG | 16.08.

- WALTROP | 14:00**  
Von Nixe, Ostara und Cerberus  
LWL-Museum Schiffshebewerk  
Henrichenburg

### DIENSTAG | 18.08.

- WALTROP | 10:00**  
Schiff ahoi - Ferien zwischen  
Deck und Dock  
Workshop für Kinder von 7 - 12  
Jahren, LWL-Museum  
Schiffshebewerk Henrichenburg  
bis Freitag 21.08.

- CASTROP-RAUXEL | 17:00**  
Offenes Sportangebot  
Hof Emscherauen

### MITTWOCH | 19.08.

- CASTROP-RAUXEL | 10:00**  
Spielplatz-Picknick  
Spielplatz Stadtgarten

- HERTEN | 15:00**  
Wasserflöhe-Wasserdisco  
Copa Ca Backum

- DORSTEN | 17:00**  
Dolce Vita im Bürgerpark  
Bürgerpark Maria Lindenhof

- HERTEN | 21:00**  
Hertener Sommerkino  
Extrawurst  
Zeche Ewald

### DONNERSTAG | 20.08.

- DATTELN | 17:00**  
Rathausfest im Licht  
Rathausvorplatz  
bis Samstag 22.08.

- DORSTEN | 19:00**  
Acoustic Open Stage  
Vinylcafé Schwarzes Gold

- RECKLINGHAUSEN | 20:00**  
Sean Webster & Band  
Backyard-Club

- HERTEN | 21:00**  
Hertener Sommerkino  
Der Teufel trägt Prada 2  
Zeche Ewald

### FREITAG | 21.08.

- CASTROP-RAUXEL | 12:00**  
Grenzenlos Bunt  
KunstAnneBude

- RECKLINGHAUSEN | 20:00**  
Tier & Läute  
Backyard-Club

- HERTEN | 21:00**  
Hertener Sommerkino  
Michael  
Zeche Ewald

### SAMSTAG | 22.08.

- WALTROP | 14:00**  
Von hier nach dort. Unterwegs  
mit Kompass und Navi!  
LWL-Museum Schiffshebewerk  
Henrichenburg

- HERTEN | 15:00**  
Wasserflöhe-Sommerfest  
Copa Ca Backum

- HERTEN | 17:00**  
Wandern für die Seele  
RVR-Besucherzentrum  
Hoheward

- MARL | 17:00**  
Sommer Rock Festival  
Hof Vortmann

## Ickern | Feste | Feiern

Ein Wochenende volles Programm: Bürgerpicknick mit Open-Air-Theater am Freitag, „Ickern rockt“ am Samstag und Familienstraßenfest und offene Geschäfte am Sonntag.

**Freitag, 28.08. – Sonntag, 30.08., Marktplatz Ickern, Castrop-Rauxel**



## Hertener Sommerkino

Popcorn und Kino unter freiem Himmel – mit neuen Film-Klassikern.  
19.08. bis 21.08., 21:00, Doncaster Platz der Zeche Ewald, Herten

- RECKLINGHAUSEN | 20:00**  
Shaky Brothers, Mohito Royal  
Backyard-Club

- RECKLINGHAUSEN | 20:00**  
Freiluft-Kino  
Stufen am Willy-Brandt-Haus

- CASTROP-RAUXEL | 20:00**  
Heimsuchung  
Stadthalle

### SONNTAG | 23.08.

- RECKLINGHAUSEN | 11:00**  
Frühstücksweine und Sinfonie  
der Kräuter  
Chez AMA

- HERTEN | 11:00**  
Yoga am Förderturm  
RVR-Besucherzentrum  
Hoheward

### MONTAG | 24.08.

- HERTEN | 10:00**  
Theaterprojekt  
CreativWerkstatt

### DIENSTAG 25.08.

- CASTROP-RAUXEL | 17:00**  
Offenes Sportangebot  
Hof Emscherauen

### MITTWOCH | 26.08.

- CASTROP-RAUXEL | 10:00**  
Spielplatz-Picknick  
Sportpark Castroper Holz

- HERTEN | 15:00**  
Wasserflöhe-Wasserdisco  
Copa Ca Backum

### FREITAG | 28.08.

- CASTROP-RAUXEL**  
Ickern. Feste. Feiern.  
Bürgerpicknick mit Open-Air-Auf-  
führung  
Marktplatz Ickern

- OER-ERKENSCHWICK | 15:00**  
ABBA bitte mit Sahne  
Forum

- WALTROP | 16:00**  
Waltroper Parkfest  
Vier Bühnen mit Live-Musik,  
Familienprogramm, Riesenrad,  
Kunst, Kultur, 150 Stände  
Moselbachpark Waltrop

- DORSTEN | 19:00**  
Small Town Big Band Datteln  
Oude Marie

- WALTROP | 19:30**  
Nachts im Museum  
LWL-Museum Schiffshebewerk  
Henrichenburg

### SAMSTAG | 29.08.

- DORSTEN | 10:00**  
Fine Arts Kunstmarkt  
Schloss Lembeck  
bis Sonntag, 30.08.

- CASTROP-RAUXEL | 14:00**  
Ickern. Feste. Feiern.  
Ickern rockt  
Marktplatz Ickern

- HERTEN | 14:00**  
Fühlbar! Führung für  
Seheingeschränkte  
RVR-Besucherzentrum  
Hoheward

- WALTROP | 14:00**  
Waltroper Parkfest  
Vier Bühnen mit Live-Musik,  
Familienprogramm, Riesenrad,  
Kunst, Kultur, 150 Stände  
Moselbachpark Waltrop

- OER-ERKENSCHWICK | 15:30**  
Lesung mit Brigitte Vollenberg  
(Ibiza-Krimi) Kultur-Café  
Matthias-Claudius-Zentrum

- RECKLINGHAUSEN | 20:00**  
Rouven Cameron,  
Unicorn Rodeo  
Backyard-Club

- OER-ERKENSCHWICK | 20:00**  
Hellfire. Tribute to AC/DC  
Stadthalle Oer-Erkenschwick

### SONNTAG | 30.08.

- CASTROP-RAUXEL | 13:00**  
Castrop-Rauxel  
Ickern. Feste. Feiern.  
Marktplatz Ickern

- CASTROP-RAUXEL | 14:00**  
Open Air Dayparty  
Parkbad Süd

- WALTROP | 11:00**  
Waltroper Parkfest  
Live-Musik, Familienprogramm  
Moselbachpark Waltrop

- WALTROP | 14:00**  
Wo die Schiffe Aufzug fahren  
LWL-Museum Schiffshebewerk  
Henrichenburg



Foto: Volker Beushausen

### Der zerbrochne Krug

Kleists Lustspiel gilt seit Jahrhunderten als deutsche Komödie par excellence. Doch in Zeiten der »alternativen Fakten«, »Fake News« und skrupellosen Kämpfen um Einfluss, Macht und Deutungshoheiten rücken ganz neue Aspekte in den Vordergrund

Mittwoch, 23.09., Theater Marl

#### MONTAG | 31.08.

**DATTELN | 19:00**  
Mondscheinkino  
Rathauspark

**MARL | 19:00**  
Sommerkino  
Die leisen und die lauten Töne  
Europäisches Friedenshaus

#### DIENSTAG 01.09.

**CASTROP-RAUXEL | 17:00**  
Offenes Sportangebot  
Hof Emscherauen

#### MITTWOCH | 02.09.

**DORSTEN | 17:00**  
Dolce Vita im Bürgerpark  
Bürgerpark Maria Lindenhof

**RECKLINGHAUSEN | 18:30**  
Discofox für Anfänger\*innen  
Altstadtschmiede

#### DONNERSTAG | 03.09.

**DORSTEN | 19:00**  
Acoustic Open Stage  
Vinylcafé Schwarzes Gold

#### FREITAG | 04.09.

**DATTELN | 16:00**  
Datteln karibisch  
Neumarkt

**CASTROP-RAUXEL | 17:00**  
100 Jahre - Familiennacht  
Marcel-Callo-Haus

**DORSTEN | 19:00**  
Vernissage  
franz\* Kultur-Mitte

**CASTROP-RAUXEL | 17:00**  
Irish Folk Nightshopping  
Altstadt

**RECKLINGHAUSEN | 20:00**  
Open-Air-Konzert - Neue  
Philharmonie Westfalen  
Rathausplatz

**RECKLINGHAUSEN | 20:00**  
Hilden Duo  
Backyard-Club e.V.

#### SAMSTAG | 05.09.

**HERTEN | 10:00**  
Oldtimer-Tag  
Theodor-Fliegener-Haus

**HERTEN | 14:00**  
Repair Café  
Thomaskirche Westerholt

**CASTROP-RAUXEL | 14:00**  
Castropiade  
Marktplatz

**DATTELN 16:00**  
Datteln karibisch  
Neumarkt

**RECKLINGHAUSEN | 19:00**  
Pawel Popolski: PolkaMania!  
Ruhrfestspielhaus

**WALTROP | 19:00**  
Das Ruhrical  
Stadthalle

**WALTROP | 20:00**  
Worthebewerk  
Der Poetryslam  
Yahoo Jugendcafé

#### SONNTAG | 06.09.

**HERTEN | 11:00**  
Carlos Cortizo - Vernissage  
Zeche Scherlebeck

**HERTEN | 11:00**  
Tag der offenen Tür  
Glück-auf-Werkstatt

**MARL | 14:30**  
Spielesachmittag  
Europäisches Friedenshaus

**DORSTEN | 15:00**  
Stadtführung  
Altes Rathaus

**CASTROP-RAUXEL | 15:00**  
Die drei ??? Kids - Zirkus der  
Rätsel  
Stadthalle

**DATTELN 16:00**  
Datteln karibisch  
Neumarkt Datteln

#### DIENSTAG 08.09.

**CASTROP-RAUXEL | 17:00**  
Offenes Sportangebot  
Hof Emscherauen

#### MITTWOCH | 09.09.

**HERTEN | 18:00**  
Yoga am Förderturm  
Zeche Recklinghausen II

#### DONNERSTAG | 10.09.

**CASTROP-RAUXEL | 17:00**  
Naschmarkt  
Altstadt Marktplatz

**DATTELN | 19:30**  
Waren Sie nicht mal Lilo  
Wanders?  
KATIELLi Theater

**MARL | 20:00**  
Lisa Feller: Schön für dich!  
Theater Marl

**RECKLINGHAUSEN | 18:30**  
Mantra: Mitsingkonzert  
Friedhofskapelle

#### FREITAG | 11.09.

**DORSTEN | 17:00**  
Mitsingkonzert mit dem  
Schantychor  
Heimatverein Dorf-Hervest

**RECKLINGHAUSEN | 20:00**  
Lord Bishop, Christina Haze &  
the Starshokers  
Backyard-Club

**DORSTEN | 17:00**  
Feierabendmarkt  
Altstadt

**CASTROP-RAUXEL |**  
Jubiläumswochenende:  
Kino Open Air auf der Wiese  
Parkbad Süd

#### SAMSTAG | 12.09.

**DORSTEN | 06:00**  
Blaugrüne Wandertour  
Ausdaueroute  
Bürgerpark Maria Lindenhof

**DORSTEN | 08:00**  
Blaugrüne Wandertour  
Sportroute  
Bürgerpark Maria Lindenhof

**DORSTEN | 09:00**  
Blaugrüne Wandertour  
Einstiegsroute  
Bürgerpark Maria Lindenhof

**DORSTEN | 06:00**  
Blaugrüne Wandertour  
Familienroute  
Bürgerpark Maria Lindenhof

**CASTROP-RAUXEL |**  
Jubiläumswochenende:  
Konzertabend  
Parkbad Süd

**CASTROP-RAUXEL | 10:00**  
Toypllosion 4  
Europahalle

**HERTEN | 10:00**  
Familiensauna  
Copa Ca Backum

**HERTEN | 11:00**  
Hertener Familienfest  
Hertener Innenstadt

**DORSTEN | 14:00**  
Flohmarkt  
Gemeinschaftshaus Wulfen

**MARL | 14:00**  
Rundgang: Rund ums Rathaus  
Rathaus

**DATTELN | 16:00**  
Heimatshoppen  
vom Neumarkt bis zumTigg

**DORSTEN | 19:00**  
Benefizkonzert  
Bürgerpark Maria Lindenhof

**OER-ERKENSCHWICK |**  
19:00  
Punkrock Trallafitti  
JOE's

**DATTELN | 19:30**  
Höchste Zeit - Jetzt wird  
geheiratet!  
KATIELLi Theater

**MARL | 19:30**  
Peer Gynt - Das Rockmusical  
Theater Marl

**HERTEN | 20:00**  
Udomat & die Panikgenossen  
Schwarzkaue

**RECKLINGHAUSEN | 20:00**  
Tier, The Oldmoon Madness  
Backyard-Club

#### SONNTAG | 13.09.

**DATTELN | 09:00**  
62. Historische Radio- und  
Grammophonbörse  
Stadthalle Datteln

**CASTROP-RAUXEL |**  
14:00 | 15:00 | 16:00  
Gesund an der Emscher:  
Kurzworkshops im blauen  
Klassenzimmer.  
Hof Emscherauen

#### MONTAG | 14.09.

**RECKLINGHAUSEN | 18:00**  
Queerer Stammtisch  
Altstadtschmiede

#### DIENSTAG 15.09.

**CASTROP-RAUXEL | 17:00**  
Offenes Sportangebot  
Hof Emscherauen

#### MITTWOCH | 16.09.

**OER-ERKENSCHWICK |**  
19:00 Meditative Lesung mit  
Harfe  
Matthias-Claudius-Zentrum

#### DONNERSTAG | 17.09.

**OER-ERKENSCHWICK**  
15:00 Trauer-Café,  
Matthias-Claudius-Zentrum

#### FREITAG | 18.09.

**RECKLINGHAUSEN | 20:00**  
The Pighounds, Tommy &  
the Teleboys  
Backyard-Club

**DORSTEN | 20:00**  
TAK Ensemble  
Aller guten Dinge: Dry!  
Gemeinschaftshaus Wulfen

**CASTROP-RAUXEL | 15:00**  
Castroper Herbstkirmes  
(bis 21.09.)  
Altstadt

#### DIENSTAG 22.09.

**CASTROP-RAUXEL |**  
09:00 | 12:00  
Heimsuchung  
Stadthalle

**CASTROP-RAUXEL | 16:00**  
Die drei ??? Kids -  
Zirkus der Rätsel  
Dorsten Realschule

**CASTROP-RAUXEL | 17:00**  
Offenes Sportangebot  
Hof Emscherauen

#### SAMSTAG | 19.09.

**HERTEN | 18:00**  
Jubiläumsparty: 50 Jahre Rosa  
Parks Gesamtschule  
Rosa Parks Gesamtschule

**RECKLINGHAUSEN | 20:00**  
The Black Cats Eye / Nazca  
Spacefox  
Backyard-Club

**HERTEN | 20:00**  
Weitersagen -  
Die Westerhagen Tributeshow  
Schwarzkaue

#### FREITAG | 25.09.

**DORSTEN | 18:00**  
Whyski Flash - Treffpunkt  
feiner Geister  
Gemeinschaftshaus Wulfen

**RECKLINGHAUSEN | 20:00**  
Outworn  
Backyard-Club

#### SAMSTAG | 26.09.

**RECKLINGHAUSEN | 20:00**  
Electric VoodooLand  
Backyard-Club

#### SONNTAG | 27.09.

**RECKLINGHAUSEN | 18:00**  
Whiteshake, Sustained Fire  
Backyard-Club

# Kulinarisch unterwegs im Vest und nachhaltig genießen

Auf [regiofreizeit.de](https://regiofreizeit.de) finden Entdeckerinnen und Entdecker in unserer Region nicht nur schöne Touren, sondern auch genussvolle Ziele für unterwegs. Zwischen Natur, Industriekultur und lebendigen Städten laden **Hofläden**, **Wochenmärkte**, **Cafés** und **Restaurants** dazu ein, die Region kulinarisch zu erleben. Wer nachhaltig genießen möchte, entdeckt vielerorts **regionale Produkte**, saisonale Zutaten und Angebote mit kurzen Wegen direkt aus der Region und der Umgebung.

Ob ein **frischer Snack** nach der Radtour, ein gemütlicher **Zwischenstopp** beim Spaziergang oder ein **ausgiebiges Essen** mit Freunden: Kulinarik gehört in der Freizeitregion Nördliches Ruhrgebiet einfach dazu. So verbindet [regiofreizeit.de](https://regiofreizeit.de) **Bewegung**, **Entdeckung** und **Genuss** zu einem stimmigen Erlebnis für alle, die unsere Region bewusst und mit Appetit erkunden möchten.



Klimaschutz zeigt sich oft in den kleinen Entscheidungen des Alltages, zum Beispiel beim Essen. Wer **regional** und **saisonal** einkauft, **vermeidet** lange Transportwege, reduziert CO<sub>2</sub>-Emissionen und **unterstützt** gleichzeitig lokale Betriebe. Ob frisches Gemüse der Saison, regionale Spezialitäten oder klimafreundliche Gerichte: **Bewusste** Ernährung verbindet Genuss mit Verantwortung. Schon kleine Veränderungen, wie der Einkauf vor Ort oder der Griff zu saisonalen Lebensmitteln, leisten einen wichtigen **Beitrag** zum Schutz von Klima und Ressourcen.

Wie **nachhaltiger** Konsum, Klimaschutz und regionale Angebote in unserer Region **zusammenwirken**, zeigt euch [regioklima.de](https://regioklima.de). Das Portal **informiert** über Projekte, Aktionen und praktische Tipps für einen klimafreundlichen Alltag, auch rund um Genuss und Ernährung.



[regiofreizeit.de](https://regiofreizeit.de)

Mehr erleben in deiner Freizeit



[regioklima.de](https://regioklima.de)

Entdecke spannende Klimathemen



# Junge Meinungen

Wie läuft eine Ausbildung bei der Diakonie ab? Darf man Kritik äußern? Wie stehen die Chancen auf eine Übernahme? Auszubildende Giuliana Kariger hat bei Geschäftsführerin Christa Stüve nachgefragt.

## Giuliana: Warum sollten sich junge Leute bei der Diakonie bewerben?

**Christa Stüve:** Weil wir unglaublich vielfältig sind. Bei uns gibt es nicht nur soziale Berufe, sondern auch kaufmännische Bereiche. Man kann mit Kindern arbeiten, mit älteren Personen oder Menschen mit Beeinträchtigungen.

## Was unterscheidet die Diakonie von anderen Unternehmen?

Dass wir sehr auf den Menschen schauen. Uns interessiert, wo die Stärken einer Person liegen und wie wir sie unterstützen können. Außerdem erleben wir bei uns einen starken Zusammenhalt. Niemand muss hier alles alleine schaffen.

## Was erwarten Sie von Azubis, die neu anfangen?

Vor allem Interesse und Freude an der Arbeit. Ich finde auch wichtig, dass junge Menschen kritisch sind und uns sagen, wenn etwas nicht gut läuft. Wenn jemand neu

in ein Unternehmen kommt und fragt:

„Warum macht ihr das eigentlich so?“, dann ist das eine riesige Chance für uns. Junge Menschen bringen neue Perspektiven mit, und die brauchen wir.

## Also darf man auch kritisch sein?

Unbedingt. Wir wollen eine offene Kultur. Fehler dürfen angesprochen werden und Verbesserungsvorschläge auch.

## Viele junge Leute fragen sich, wie sicher der Job ist.

Die Chancen auf Übernahme sind bei uns sehr gut. In vielen Bereichen suchen wir dringend Nachwuchs, besonders in sozialen Berufen wie der Heilerziehungs- oder Altenpflege. Wir möchten unsere Auszubildenden gerne halten und gemeinsam den Bereich finden, in dem sie sich wohlfühlen. Ob Kita, Wohneinrichtung, Altenheim, ambulante Pflege oder Werkstatt, es gibt viele Möglichkeiten.

## Was beeindruckt Sie an jungen Leuten besonders?

Dass viele trotz schwieriger Zeiten positiv bleiben. Diese Gelassenheit und gleichzeitig diese Ernsthaftigkeit finde ich beeindruckend. Ich erlebe viel Offenheit gegenüber Menschen mit unterschiedlichen Hintergründen und Fähigkeiten.

Das tut unserer Gesellschaft und auch unserem Unternehmen gut.

## Was möchten Sie jungen Menschen mitgeben?

Neugierig bleiben. Fragen stellen. Dinge ausprobieren. Eine gute Ausbildung und Fachwissen sind wichtig, aber genauso wichtig ist Teamgeist.

Wir wollen gemeinsam etwas bewegen.

Und dabei sollen Azubis genauso fair behandelt werden wie alle anderen Mitarbeitenden auch.

Jennifer von Glahn



Die langen Versionen der Interviews finden Sie auf [vest-erleben.de](https://vest-erleben.de)

**Diakonie**   
im Kirchenkreis  
Recklinghauser

— INFO —

[diakonie-kreis-re.de/unsere-diakonie/jobs-karriere/ausbildung](https://diakonie-kreis-re.de/unsere-diakonie/jobs-karriere/ausbildung)

# Eine Bank, viele Wege

Laurens Gehse hat seine Ausbildung zum Bankkaufmann bei der Sparkasse Vest absolviert. Er möchte hier bleiben – und fragte den Vorstandsvorsitzenden Dr. Michael Schulte nach Entwicklungsmöglichkeiten.



Foto: Volker Beushausen

## Herr Dr. Schulte, wie kann mein Weg nach der Ausbildung weitergehen?

**Dr. Michael Schulte:** Das liegt ganz bei Ihnen: Sparkassenakademie, Zertifikatslehrgänge, die Hochschule der S-Finanzgruppe mit Bachelor- und Master-Studiengängen ... das Lernen hört nie auf. Viel wichtiger ist mir aber: Wofür brennt Ihr Herz? Wollen Sie nah am Kunden arbeiten, reizt Sie die digitale Transformation, vielleicht das Thema KI? Wir bieten Ihnen hier im Haus alle Karrierepfade – vom Berater bis zur Bereichsleitung. Mein Rat lautet, Ihr Fachwissen zu vertiefen. Setzen Sie sich ehrliche, messbare Ziele für dieses Jahr und zeigen Sie uns, wohin Ihre Reise gehen soll. Wir ebnen Ihnen dann den Weg.

## Sie sind seit 1993 bei der Sparkasse, seit 2004 Vorstandsvorsitzender. War Ihr Weg schon immer so klar?

Wenn Sie mich das damals gefragt hätten, hätte ich vermutlich geschmunzelt. Nein, das war kein ausgetüftelter Plan. Was mich aber von Anfang an fasziniert hat und bis heute antreibt, ist der öffentlich-rechtliche Auftrag und die mittelständisch-unternehmerische Prägung. Wir sind keine anonyme Großbank, die nur für den Shareholder

Value arbeitet. Was wir tun, tun wir für die Menschen und die Wirtschaft in der Region. Wir stehen mit beiden Beinen fest im Vest.

## Wie schafft man es in den Vorstand?

Dafür gibt es kein Geheimrezept. Entscheidend waren für mich: Neugier, die Bereitschaft, Verantwortung zu übernehmen, in Vorleistung zu gehen – auch, wenn es unbequem wird. Man schafft es nur, indem man an den Aufgaben wächst, die Veränderung nicht als Bedrohung, sondern als Chance begreift und sich selbst treu bleibt.

## Wie wird man als junger Mensch im Unternehmen wahrgenommen?

Indem Sie den Laden aufmischen: Wer Engagement zeigt, wer proaktiv in Projekten anpackt und zeigt, dass er verlässlich ist, fällt sofort auf. Sichtbarkeit entsteht nicht durch Abwarten, sondern durch Initiative. Wer Lösungen anbietet und die Werte unseres Hauses lebt, dessen Potenzial wird gesehen und gezielt gefördert.

## Wie gehen Sie mit Fehlern um?

Ganz pragmatisch: Eine moderne Sparkasse braucht eine offene Fehlerkultur, sonst stirbt jede Innovation im Keim. Wenn wir

Fehler aus Angst vor Bestrafung vertuschen, haben wir als Unternehmen verloren. Also: Offen auf den Tisch damit, und zwar schnell. Dann analysieren wir das sachlich. Wenn ein junger Mitarbeiter Verantwortung für einen Patzer übernimmt und konstruktiv an der Lösung mitarbeitet, stärkt das mein Vertrauen in seine Fähigkeiten oft mehr, als wenn immer alles glattgelaufen wäre.

## Dürfen Azubis auch kritisch sein?

Sie dürfen nicht nur, sie müssen! Ich erwarte das. Wenn wir als Sparkasse jünger, agiler, digitaler werden wollen, ist die kritische Stimme eines Auszubildenden herzlich willkommen. Aber es gibt eine Spielregel: Kritik rein um des Kritisierens willen bringt uns nicht weiter. Sie muss respektvoll, fundiert und lösungsorientiert sein. Sagen Sie am besten direkt, wie wir es besser machen können. Untermauern Sie Ihre Idee mit Fakten. Wenn Sie diesen Mut aufbringen, verspreche ich Ihnen: Sie werden gehört und Sie können hier im Haus viel bewegen.



— INFO —

[sparkasse-re.de/karriere](https://sparkasse-re.de/karriere)  
[ausbildung-sparkasse-re.de](https://ausbildung-sparkasse-re.de)

# Mehr als Ausbildung

Wie sieht eine Ausbildung bei der AGR Gruppe aus, was erwartet die AGR von Nachwuchskräften, und wie werden Azubis unterstützt? Leoni Müller, Auszubildende zur Umwelttechnologin im 1. Ausbildungsjahr, hat bei Mustafa Yaman, Bereichsleitung Human Resources, nachgefragt.

Foto: AGR Gruppe



## Leoni Müller: Warum sollten sich junge Leute bei der AGR Gruppe bewerben?

**Mustafa Yaman:** Wer eine Ausbildung sucht, die Sinn stiftet, ist bei uns richtig. Themen wie Kreislaufwirtschaft, Klimaschutz, Nachhaltigkeit und verantwortungsvoller Ressourceneinsatz prägen unser Handeln. Genau dieses Umfeld macht die AGR Gruppe für viele junge Menschen attraktiv, weil man merkt: Die eigene Arbeit hat Wirkung.

## Was unterscheidet die AGR von anderen Betrieben?

Zum einen die Breite: Wir bilden in zwölf Ausbildungsberufen aus und haben aktuell 55 Auszubildende. Zum anderen unsere Kultur: Wir wollen, dass Auszubildende von Beginn an selbstständig und verantwortungsvoll handeln, natürlich begleitet und sicher.

## Was erwarten Sie von Azubis?

Vor allem Neugier, Verlässlichkeit und die Bereitschaft dazulernen. Uns ist wichtig, dass Azubis Fragen stellen, Verantwortung Schritt für Schritt übernehmen und sich ins Team einbringen.

## Wie unterstützen Sie Azubis?

Wir legen Wert darauf, dass Ausbilderinnen und Ausbilder ein offenes Ohr haben und aktiv unterstützen, fachlich und persönlich.

## Dürfen Azubis ihre Meinung sagen?

Unbedingt. Wir brauchen Feedback, auch kritisches. Eine offene und transparente Kommunikation ist wichtig, damit Zusammenarbeit funktioniert und wir besser werden. Gerade Azubis sehen Dinge manchmal mit frischem Blick. Das ist wertvoll.

## Wie hoch sind die Chancen, nach der Ausbildung übernommen zu werden?

Wir setzen seit vier Jahrzehnten auf die Ausbildung eigener Fachkräfte, weil wir uns damit langfristig Mitarbeitende sichern, die gut zu uns passen und unsere Anforderungen kennen. Unser Ziel ist, Perspektiven zu bieten.

## Welche Vorteile haben Azubis bei der AGR?

Drei Dinge werden uns häufig widergespiegelt: erstens ein wertschätzendes Umfeld, zweitens die Chance, früh Verantwortung zu übernehmen, und drittens eine Ausbildung in einem Unternehmen, das regional verwurzelt ist und sinnstiftende Aufgaben hat. Zudem gehören zu unserer Arbeitgeberattraktivität auch wettbewerbsfähige Vergütung und attraktive Sozialleistungen.

## Was würden Sie Ihrem jüngeren Ich heute vor der Ausbildung raten?

Trau dich zu fragen. Such dir Menschen, von denen du lernen kannst. Und hab keine Angst vor Fehlern. Ausbildung ist kein Test, den man „perfekt bestehen“ muss, sondern ein Weg, auf dem man wächst.

AGR GRUPPE  
RUHR

— INFO —

[agr.de/berufswelt/ausbildung](http://agr.de/berufswelt/ausbildung)



Die langen  
Versionen der  
Interviews  
finden Sie auf  
[vest-erleben.de](http://vest-erleben.de)



Foto: André Chrost

# Sinnstiftende Aussichten

Firmen müssen sich heutzutage bei Azubis bewerben. Die Stadtwerke-Azubis Sarah Marie Toelle (Kauffrau für Büromanagement) und Jonas Bilsing (Geomatiker) stellen Geschäftsführer Thorsten Rattmann ein paar typische Bewerbungsfragen.

## Jonas: Warum sollten sich junge Leute bei den Hertener Stadtwerken bewerben?

**Thorsten Rattmann:** Wir bieten insgesamt neun Ausbildungsberufe im kaufmännischen, technischen und IT-Bereich an. Die Möglichkeiten, nach der Schule bei uns ins Berufsleben einzusteigen, sind also groß. Wir sind ein sicherer Arbeitgeber mit einer ordentlichen Vergütung und klarer Zukunftsperspektive. Zudem ist die Arbeit hier sehr sinnstiftend. Was war für euch denn ausschlaggebend?

**Sarah:** Mir waren vor allem die Sicherheit und die Perspektive wichtig. Wenn man im Internet sucht, findet man oft sehr kleine Betriebe, bei denen man nicht weiß, ob sie in zwei Jahren noch existieren. Da kann ich bei den Hertener Stadtwerken schon sicherer sein; die gibt es immerhin schon seit 125 Jahren.

## Was erwarten Sie von den Auszubildenden?

**T. R.:** Dass sie sich Gedanken gemacht

haben, was sie machen möchten und dass sie eine ungefähre Vorstellung von ihrem zukünftigen Arbeitsfeld haben. Wenn es dann losgeht, sind Interesse und Neugier, die Bereitschaft, sich einzubringen, und eine gewisse Stringenz wichtig. Dafür können sie verlangen, dass wir uns maximal gut organisiert um sie kümmern. Ich hoffe, das ist auch so?

**Sarah:** Auf jeden Fall! Die Ausbildung ist sehr gut strukturiert, jeder weiß, was er zu tun hat. Die Ausbilder sind bei Fragen immer zügig für einen da. Auch finanziell stehen wir gut da, verglichen mit anderen in meiner Berufsschulklasse.

**Jonas:** Ein großer Vorteil ist, dass wir eine Jugend- und Auszubildendenvertretung sowie einen Betriebsrat haben. Viele meiner Mitschüler haben solche Ansprechpartner nicht.

## Ist Kritik erwünscht, um für Verbesserungen im Betrieb beizutragen?

**T. R.:** Unbedingt! Kritisch zu sein ist im Leben immer gut und essenziell, um Dinge zu

verändern. Das Thema ‚Lehrjahre sind keine Herrenjahre‘ ist vorbei. Wenn ihr unzufrieden seid oder Verbesserungspotenzial seht, solltet ihr das unbedingt ansprechen. Dafür gibt es die verschiedenen Ansprechpartner.

## Jonas: Welche langfristigen Perspektiven bietet das Unternehmen?

**T. R.:** Es gibt für jeden einen Karriereweg. Wer sich einbringt, kann es vom Azubi bis zum Abteilungs- oder Bereichsleiter bringen.

**Jonas:** Man hört von anderen Azubis, dass man bei einer guten Abschlussprüfung in der Regel sehr gute Übernahmechancen hat.

**T. R.:** Das stimmt. Unser Ziel ist es, für den eigenen Bedarf auszubilden, um euch langfristig als Fachkräfte zu gewinnen.

JJS

Hertener  
Stadtwerke 

— INFO —

Team Personalabteilung  
02366 307-227 · [wirsuchendich@herten.de](mailto:wirsuchendich@herten.de)  
[hertener-stadtwerke.de/ausbildung](http://hertener-stadtwerke.de/ausbildung)

# Geld ist Frauensache

Teilzeit, Kinder, Pflege, weniger Gehalt: Für viele Frauen wird die Rente später knapp. Melanie Gummersbach, Beratungcenterleiterin der Sparkasse Vest Recklinghausen, zeigt, warum finanzielle Vorsorge früher anfangen muss.

## Warum ist Female Finance ein eigenes Thema?

**Melanie Gummersbach:** Weil Frauen oft eine andere Erwerbsbiografie haben als Männer. Viele arbeiten in Teilzeit, unterbrechen ihre Berufstätigkeit für Kinder oder übernehmen Pflegearbeit. Dazu kommt der Gender Pay Gap: Frauen verdienen im Schnitt weniger und bauen dadurch geringere Rentenansprüche auf. Und dazu entsteht durch Teilzeit, Elternzeit und Pflege ein Flickenteppich in der Erwerbsbiografie. Rentenpunkte fehlen später und lassen sich nur schwer wieder aufholen. Gleichzeitig geben manche Frauen

Finanzthemen an den Partner ab. So entsteht eine Abhängigkeit, die gar nicht nötig wäre.

## Wie sind Sie auf das Thema aufmerksam geworden?

Aus meinem privaten Umfeld. Eine Freundin sagte mir während ihrer Scheidung: „Ich weiß jetzt schon, dass meine Rente später nicht reichen wird.“ Da merkt man, wie real das Thema ist. Leider wird oft erst daran gedacht, wenn etwas schief läuft.

## Was sollten Paare bedenken?

Wenn beide sich für Familie entscheiden, sollten auch beide über die finanziellen Folgen sprechen. Häufig reduziert die Frau ihre Arbeitszeit, weil der Mann mehr verdient. Dann sollte aber auch geklärt werden, wie diese Lücke ausgeglichen wird. Es ist sinnvoll, bewusst Vorsorge für die Person aufzubauen, die wegen der Familie zurücksteckt.

## Wann sollte man mit der Vorsorge anfangen?

Am besten so früh wie möglich. Sonst ist der beste Zeitpunkt, bevor große Lebensentscheidungen getroffen werden: vor der Familiengründung, vor längerer Teilzeit oder wenn Pflege von Angehörigen absehbar wird.

## Was ist der erste Schritt?

Die eigenen Zahlen kennen. Wie will ich eine gute Entscheidung treffen, wenn ich gar nicht weiß, womit ich rechnen kann?

## Was wird häufig vergessen?

Zum Beispiel Kindererziehungszeiten. Dafür gibt es Rentenpunkte, aber sie müssen beantragt werden. Auch dass nach dem Tod des Partners nicht das gleiche Geld übrig bleibt, selbst mit Witwenrente.

Foto: Fritz Philipp



## Expertinnen-Tipps

Dr. Gabriele Widmann, Volkswirtin und Spezialistin für Frauen und Finanzen bei der DekaBank

## So kommt Bewegung ins eigene Geld:

### 1. Eigenes Geld

Frauen sollten Geld haben, das nur ihnen gehört – und ein Wertpapierdepot auf den eigenen Namen anlegen.

### 2. Erst Sicherheit, dann Vermögensaufbau

Eine Liquiditätsreserve von etwa drei Nettomonatseinnahmen schafft Sicherheit für Notfälle.

### 3. Regelmäßig investieren

Schon 25 oder 50 Euro im Monat können ein Anfang sein.

### 4. Breit streuen und global denken

Breit gestreute Geldanlagen statt einzelner riskanter Investments.

### 5. Aktien nicht vergessen!

Langfristig können Aktien höhere Renditechancen bieten. Wichtig ist eine Mischung, die zum eigenen Anlegertyp passt.

**Ihr wichtigster Tipp?**

Jede Frau sollte wissen, welche finanziellen Konsequenzen ihre persönlichen Lebensentscheidungen haben. Finanzielle Vorsorge ist kein Luxus, sondern Teil der eigenen Lebensplanung.

**Das Interview führte  
Laura Tirier-Hontoy**

**S** Sparkasse  
Vest Recklinghausen

INFO

[sparkasse-re.de/selbstvorsorgerin](http://sparkasse-re.de/selbstvorsorgerin)

Foto: Marco Stepniak



Gut informiert: Melanie Gummersbach berät Frauen zur richtigen Zukunftsplanung.

**DIE ERSTE EIGENE KREDITKARTE**

Die Sparkasse Vest unterstützt junge Menschen beim Karrierestart mit speziellen Angeboten rund um Girokonto und Karten. Das Girokonto ist für Schüler, Auszubildende und Studierende bis 30 Jahre oder bis zum 16. Semester kostenfrei. Auch wer Wehrdienst, Bundesfreiwilligendienst oder ein Freiwilliges Soziales Jahr leistet, profitiert von der kostenlosen Kontoführung. Zusätzlich sind kontaktloses Bezahlen sowie kostenlose Bargeldauszahlungen an rund 20.000 Geldautomaten der Sparkassen in Deutschland möglich.

[www.sparkasse-re.de/durchstarten](http://www.sparkasse-re.de/durchstarten)

**UNTERWEGS IMMER FLÜSSIG**

Wer viel reist, kann mit einer Kreditkarte inklusive Versicherungs- und Servicepaket sowie weltweiter Zahlungsfunktion und kostenfreien Bargeldabhebungen im Ausland easy unterwegs sein. Das passende Paket dafür bietet die Sparkasse Vest. Außerdem können Reisende Fremdwährungen online bestellen und bei der Sparkasse vor Ort abholen, um für die ersten Urlaubstage vorbereitet zu sein.

[www.sparkasse-re.de/fernweh](http://www.sparkasse-re.de/fernweh)

**IM URLAUB ABGESICHERT**

Die Sparkasse Vest bietet mit der Union Reiseversicherung URV flexible Versicherungen an. Abgesichert sind Reiserücktritt, Reiseabbruch, Umbuchung, verspätete Rückreise und medizinische Notfälle im Ausland. Je nach Bedarf gibt es Einzelschutz oder Jahresschutz inklusive weltweiter Absicherung mit Auslandsreisekrankenversicherung. Die Tarife sind ohne Selbstbeteiligung und beinhalten einen 24 Stunden-Notruf-Service. Einfach online abschließen.

[www.sparkasse-re.de/reiseruecktritt](http://www.sparkasse-re.de/reiseruecktritt)

# Freude in der Gemeinschaft

Familienbildung macht Spaß. Die Kurse werden geleitet von Menschen, die mit Herz und Freude weitergeben, wofür sie brennen.

**A**ls Silvia Wagner (61) vor neun Jahren als Kursteilnehmerin plötzlich einen eigenen Nähkurs leiten sollte, fragte sich die gelernte Raumausstatterin: „Kann ich das überhaupt?“ Ein Blick in die Runde ihrer begeisterten Schülerinnen zeigt: Ja, sie kann. Nicht nur, weil die Tochter einer Schneiderin von klein auf näht, sondern weil sie eine Gemeinschaft schafft, in der sich alle Teilnehmende wohlfühlen. „Beim gemeinsamen Nähen öffnet man sich, teilt Freude und Sorgen“, sagt Sigrid. Schon ihre Mutter hat bei der Evangelischen Familienbildung der Diakonie im Kirchenkreis Recklinghausen genäht, und in einem Kochkurs ist vor 56 Jahren das Festessen für Sigrids Konfirmation entstanden. Viele Teilnehmer und Kursleiter sind seit Jahren dabei, andere finden neu den Weg zu den vielseitigen Angeboten, die das Team um Leiterin Sabine Stein in Marl zusammenstellt. Kurse für Eltern und



Das Angebot der Familienbildung ist vielfältig: Es reicht von Kursen rund um Kreativität über Gesundheit und Bewegung oder Eltern und Kinder bis hin zu Fort- und Weiterbildung. Das Besondere: Jeder kann selbst Kursleiterin oder Kursleiter werden und wird dabei unterstützt. Haben Sie Interesse? Melden Sie sich gerne in der Ev. Familienbildung.

**SELBSTSTÄNDIG ZU HAUSE**

Die ambulante Pflege der Diakonie unterstützt Menschen dabei, möglichst lange selbstbestimmt in den eigenen vier Wänden zu leben. Pflegekräfte kommen dafür direkt nach Hause und übernehmen je nach Bedarf Grundpflege, Behandlungspflege sowie hauswirtschaftliche Hilfe. Für Angehörige gibt es Beratungsangebote.

**Ulrike Arentz**

**Tel.: 02361 9301-801**

**[u.arentz@diakonie-kreis-re.de](mailto:u.arentz@diakonie-kreis-re.de)**

**WEGE AUS DER SUCHT**

Die Fachstelle Sucht bietet kostenlose und anonyme Beratung für Menschen mit Suchterkrankungen und deren Angehörige in ihrer Beratungsstelle in der Ewaldstr. 72 in Herten-Süd an. Unterstützt werden Betroffene durch Einzel- und Gruppengespräche sowie durch Vermittlung in Selbsthilfegruppen und Entwöhnungsmaßnahmen. Auch nach einer Therapie begleitet die Fachstelle.

**[diakonie-kreis-re.de](http://diakonie-kreis-re.de)**

**AKTIV ENTLASTEN**

Die Tagespflege der Diakonie bietet Seniorinnen und Senioren die Möglichkeit, den Tag in Gemeinschaft zu verbringen und dabei professionell betreut zu werden. Ziel ist es, Struktur, Aktivität und soziale Kontakte zu fördern, während Angehörige im Alltag entlastet werden.

**Kontakt Tagespflege:**

Vanessa Berens-Schnorrenberg  
[v.berens@diakonie-kreis-re.de](mailto:v.berens@diakonie-kreis-re.de)  
 02361 953717



Fotos: Marco Stepniak

Kinder, Nähen, Kochen, Gesundheit und Bewegung finden sich schon im ersten Programmheft von 1956. Doch in 70 Jahren ist vieles hinzugekommen. Auf aktuelle Bedürfnisse, Interessen und Vorlieben wird immer wieder eingegangen und mit Kooperationspartnern zusammengearbeitet. „Dafür brauchen wir Menschen mit Ideen, Hobbys, Fähigkeiten und Fachkenntnissen aus den unterschiedlichsten Bereichen, die dies mit anderen teilen und mit viel Empathie an andere weitergeben möchten.“

**Sinnvolles tun**

Im Fokus des bunten Straußes an Angeboten steht, allen Teilhabe an Gemeinschaft zu ermöglichen. Sabine Stein: „Gibt es Barrieren durch Sprache, Alter, Herkunft, Behinderung, schauen wir, wie wir sie überwinden können.“ Für viele Kursleiter ist genau dieses Gefühl, etwas Sinnvolles für andere Menschen und die Gesellschaft zu tun, ein wichtiger Grund, sich zu engagieren. Und das in einer flexiblen Tätigkeit, die sich gut mit Familie, Beruf oder Ruhestand verbinden lässt. So wie bei Christina Michl, die im Beisein ihrer fast zweijährigen Tochter den Krabbelkurs für null- bis einjährige Kinder leitet.

Sprachdozentin Emine Kavalci bietet allmorgendlich in der Bachstraße in Marl ein Sprachcafé für Teilnehmende u. a. aus der Ukraine, Usbekistan, Indien und Marokko an – alle Nationalitäten sind hier erwünscht und vertreten. Neben Kommunikation und Gemeinschaft gibt es praktische Lebenshilfe und Orientierung gleich mit. Larysa Legostaieva, Kunstlehrerin aus der Ukraine und Teilnehmerin des Sprachcafés, konnte vor ein paar Monaten für das Angebot der interkulturellen Malwerkstatt gewonnen werden. „Es macht riesigen Spaß. Eine Ausstellung hatten wir schon.“ Eine weitere der teilnehmenden Jugendlichen in den Räumen der Familienbildung sei in Vorbereitung. So profitieren Kursleitende auch persönlich von der Familienbildung: Sie gewinnen Selbstvertrauen, lernen, Gruppen anzuleiten, und knüpfen neue Kontakte – und alles mit Herz und Freude.

**Sabine Raupach-Strohmann**

**Diakonie**   
 im Kirchenkreis  
 Recklinghauser

— INFO —

**[diakonie-kreis-re.de](http://diakonie-kreis-re.de)**  
**[familienbildung-kreis-re.de](http://familienbildung-kreis-re.de)**



# Energiepreise – stabil oder flexibel?

In Zeiten stark schwankender und zumeist steigender Energiepreise suchen viele Kunden Verlässlichkeit. Wer Verbräuche steuern kann, kann hingegen von dynamischen Tarifen profitieren.

**E**in Großteil der Energiepreise können wir nicht beeinflussen“, beschreibt Sarah Burkert, Vertriebsleiterin bei den Hertener Stadtwerken, eine zentrale Herausforderung der Preisgestaltung. 53 Prozent des Strompreises machten Netzentgelte, Steuern und Umlagen aus. Nur noch knapp die Hälfte entfallen auf die eigentliche Energie, rechnet Burkert am Bildschirm vor. Die Energiepreise schwankten zudem stark. „Da reichen manchmal schon einzelne politische Aussagen, um die Preise an den Börsen purzeln oder durch die Decke gehen zu lassen.“

Dem steuern die Hertener Stadtwerke entgegen, indem sie mittel- und langfristige Lieferverträge abschließen, etwa mit der Abfallentsorgungsgesellschaft Ruhrgebiet (AGR), die klimafreundlichen Strom aus ihrem Abfallheizkraftwerk liefert. Davon profitierten dann auch die Kunden, so Burkert: Aktuell liegt der Strompreis in Herten bei 30,78 ct pro Kilowattstunde in den

Tarifen „hertenstrom ‚fix“ und „online“ und damit unterhalb des Durchschnittspreises von 31,64 ct für Neukundentarife – garantiert für zwölf Monate (Quelle: Verivox).

## Verlässlichkeit vs. Dynamik

Wer seinen Verbrauch über den Tag flexibel steuern kann, für den seien

eventuell auch dynamische Stromtarife interessant, ergänzt Marcel Waselewski, stellvertretender Vertriebsleiter. Solche Kunden könnten dann netzdienlich Strom verbrauchen, wenn er reichlich vorhanden und entsprechend günstig ist und so die Abriegelung von Wind- und/oder Sonnenkraftwerken verhindern. Für den Otto-Normal-Verbraucher mit Nine-to-Five-Job und ohne Smart Home



Die Energiepreisentwicklung ist hochkomplex. Sarah Burkert, Marcel Waselewski und ihr Vertriebsteam beraten Kunden u. a. dabei, ob sie mit konventionellen oder dynamischen Tarifen besser fahren.



Ob Wärmepumpe, Fernwärme oder effiziente Gasbrennwertheizung – wir beraten jeden Kunden individuell.

Sarah Burkert, Vertriebsleiterin Hertener Stadtwerke

lohne sich das oft nicht, so Waselewski. „Man muss sich dann etwas mit den Preisen beschäftigen und die Möglichkeit haben, etwa das E-Auto über die Mittagszeit zu laden.“ Insbesondere für Gewerbetkunden mit hohen steuerbaren Verbräuchen könnten solche Tarife aber interessant sein.

### Erdgaspreise hochvolatil

Beim Erdgas sieht die Entwicklung ähnlich aus, wobei die Preise nach Beginn des Ukraine-Krieges

deutlich stärker gestiegen sind als beim Strom: von durchschnittlich 6,56 ct pro Kilowattstunde im Jahr 2021 auf 16,03 ct 2022 (Quelle: Verivox). Derzeit liegt er bei den Hertener Stadtwerken in Herten bei 10,79 ct/kWh (je bei 20 MWh Jahresverbrauch). Wie dieser sich zukünftig entwickelt, auch durch die im neuen Gebäudemodernisierungsgesetz (GMG) vorgesehene „Bio-Treppe“, lasse sich nicht seriös vorhersagen, so Burkert. Nur so viel: „Biogastarife sind derzeit rund 25 Prozent teurer als Erdgastarife.“ Preissteigerungen dürften sich ab 2028 auch der CO<sub>2</sub>-Zertifikatehandel auswirken. Andererseits könnte eine sinkende Nachfrage den Erdgaspreis wieder senken.

Pauschale Lösungen gebe es ohnehin nicht, so Burkert: „Ob Wärmepumpe, Fernwärme oder effiziente Gasbrennwertheizung – wir beraten jeden Kunden individuell. Das ist neben verlässlichen Preisen unser eigentliches Alleinstellungsmerkmal.“

JJS

Hertener  
Stadtwerke 

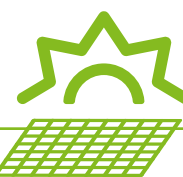
INFO

02366 307-666  
vertrieb@herten.de

### SPAREN MIT DER HERTENER STADTWERKE-CARD

Mit der kostenlosen Hertener Stadtwerke-Card profitieren Kunden von einer kostenlosen Vorteilskarte, die Rabatte bei zahlreichen Freizeit-, Kultur- und Shoppingpartnern bietet. Alle Angebote der HSW-Card gibt es auch in der Vorteilsapp, die digitale Karte fürs Smartphone. Zu finden sind hier rund 3.000 Sparangebote, Angebote zum Online-Shopping und Energie sparen sowie Gewinnspiele.

[hertener-stadtwerke.de/hsw-card](https://hertener-stadtwerke.de/hsw-card)



### DEN EIGENEN STROM PRODUZIEREN

Die Hertener Stadtwerke bieten ein Photovoltaik-Paket an, mit dem Hausbesitzer eigenen Strom aus Sonnenenergie erzeugen können. Das Rundum-sorglos-Paket umfasst Planung, Installation und Wartung und soll langfristig Stromkosten senken sowie mehr Unabhängigkeit vom Energieversorger ermöglichen. Sowohl Pachten als auch Kaufen ist möglich.

[hertener-stadtwerke.de/sonnenenergie](https://hertener-stadtwerke.de/sonnenenergie)

### WÄRMEPUMPENSERVICE

Hausbesitzer erhalten beim Umstieg auf eine Wärmepumpe als klimafreundliches Heizsystem Unterstützung von den Hertener Stadtwerken. Beratung, Planung, Installation sowie Wartung kommt dann aus einer Hand und soll den Austausch alter Öl- oder Gasheizungen erleichtern.

[hertener-stadtwerke.de/waermepumpe](https://hertener-stadtwerke.de/waermepumpe)



# Haare schneiden, Seele streicheln

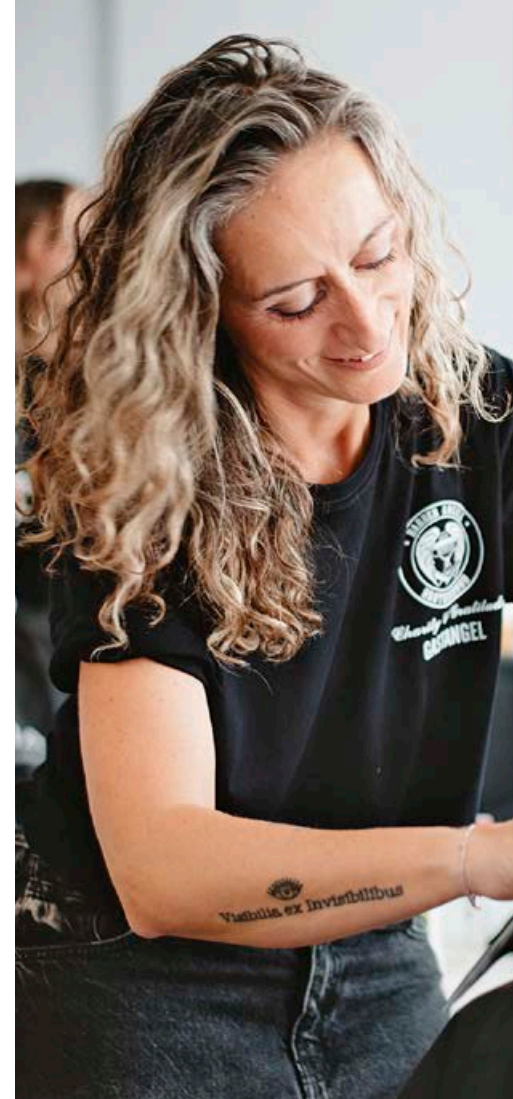
Die Barber Angels sehen aus wie ein Motorradclub und sind doch eine rollende Friseurmission. In Recklinghausen ist Ute Ganser-Koll dabei, wenn im Gasthaus der Gastkirche aus einem Haarschnitt ein Moment von Würde wird.

**A**uf den ersten Blick könnte man sie für einen Motorradclub halten: schwarze Kutten und ein gemeinsames Emblem. Doch die Barber Angels Brotherhood ist kein Rockerclub, sondern ein Verein von Friseurinnen und Frisuren, die sich ehrenamtlich für Menschen in schwierigen Lebenssituationen engagieren. In sozialen Einrichtungen in ganz Deutschland und darüber hinaus greifen sie zu Kamm und Schere und bieten kostenlose Friseurdienstleistungen an. Auch in Recklinghausen sind die Barber Angels regelmäßig zu Gast – im Gasthaus der Gastkirche in der Innenstadt. Dort hatte man die Angels vor zwei Jahren kontaktiert und eingeladen. Mittlerweile waren sie zum fünften Mal in der Heilige-Geist-Straße im Einsatz. Eine von ihnen ist Ute Ganser-Koll. „Das sind besondere Begegnungen“, sagt die Recklinghäuser Friseurmeisterin. „Sehr emotional. Man muss da mit einer gewissen Sensibilität rangehen.“ Zu jenen, die das Angebot nutzen, gehören unter anderem wohnungslose Menschen, Menschen mit Suchterkrankungen oder, die aus anderen Gründen keinen Zugang zu regulären Friseurdienstleistungen haben. Bei den Barber Angels heißen sie bewusst nicht Kundschaft, sondern Gäste. Das habe mit Haltung, Respekt und Begegnung auf Augenhöhe zu tun, erzählt sie. Deshalb geht man sehr vorsichtig miteinander um. „Wenn wir die Kopfhaut massieren, machen unsere Gäste gern die Augen zu und genießen einfach nur.“ Für manche ist der neue Haarschnitt mehr als eine äußere Veränderung. Es geht auch darum, sich wieder gesehen und gepflegt zu fühlen. Die Dankbarkeit



Schere, Kamm, offenes Ohr: Die Barber Angels schneiden kostenlos und begegnen Menschen auf Augenhöhe.

ist oft groß. Neulich spielte einer der Gäste für Ute Gitarre. Das Erkennungszeichen der Barber Angels sind ihre schwarzen Kutten. Sie sind ihr Zeichen der Gemeinschaft. „So werden wir sofort erkannt“, sagt Ute. „Viele sagen, dass sie uns schon im Fernsehen oder auf Social Media gesehen haben. Das senkt die Hemmschwelle.“ Grundvoraussetzungen, um bei den Barber Angels mitzumachen, sind also weder ein Motorradführerschein noch besondere Coolness. Gefragt sind vielmehr eine positive Haltung und soziale Offenheit für Menschen, deren Lebenswege oft von Brüchen, Krisen oder Ausgrenzung geprägt sind. „Auch die bewegenden Lebensgeschichten, die wir hören, kann nicht jeder verkraften.“ Manche Kolleginnen und Kollegen merkten mit der Zeit, dass dieser Einsatz nicht der richtige für sie ist. Viele engagieren sich nun an anderer Stelle weiter.



Wir sind oft die  
einzigen, die sie  
so nah an sich  
heranlassen.

Ute Ganser-Koll,  
Barber Angels



### „Das muss man können, und das muss man wollen.“

Ute jedenfalls liebt die Frisierkunst als Ehrenamtliche genauso wie als Geschäftsfrau im eigenen Salon. Und das auch nach mehreren Jahrzehnten noch – nach Berufsalltag in Friseurgeschäften und als Haarkünstlerin in Sternehotels. An ihren freien Tagen regelmäßig für Menschen da zu sein, die sich einen Friseurbesuch oft nicht leisten können, hat sie nie bereut. Angefangen hat ihr Engagement 2015. Damals wollte sie geflüchteten Menschen kostenlos die Haare schneiden. So lernte sie die kurz zuvor gegründeten Barber Angels kennen, bei denen sie inzwischen schon lange aktiv und auch im Vorstand tätig ist. Momentan planen die Barber Angels ihre nächsten Einsätze. Dabei gibt es viel zu koordinieren, zumal immer mehr Anfragen eingehen. „Wir kommen kaum noch hinterher und wünschen uns noch mehr Unterstützer. Sei es Friseurinnen und Friseure, ehrenamtliche Fotografen oder Organisationshelfer.“

Angelika Herstell

INFO

b-a-b.club

Instagram: @barberangelsbortherhood

Fotos: Arte Di Tre Studio



# Kochen, liefern, lernen

Bei der Diakonie im Kirchenkreis Recklinghausen dreht es sich um Teilhabe, Inklusion, Menschlichkeit – und manchmal auch um gutes Essen. Im Bistro am Elper Weg und im WissensWerk wird geschnibbelt, gekocht, gespült, serviert und ausgeliefert. Dabei entstehen täglich frische Mahlzeiten und Arbeitsroutinen. Hier wird sichtbar, wie viel Handwerk, Verantwortung und Herz in jedem Teller stecken.

## Frühschicht im WissensWerk

Morgens um 7.45 Uhr beginnt im WissensWerk der Diakonie im Kirchenkreis Recklinghausen der Arbeitstag. Erst einmal heißt es: umziehen, Arbeitskleidung an, Hygiene beachten. „Ich zieh mich erst um“, erzählt Bianca über ihre tägliche Routine. Denn im Berufsbildungsbereich der Recklinghäuser Werkstätten wird nicht nur geübt – hier läuft der Alltag wie in einem professionellen Küchen- und Servicebetrieb. Täglich entstehen hier rund 100 bis 160 Essen. Brötchen werden vorbereitet, Gäste bedient, Geschirr gespült und frische Gerichte gekocht. Justin ist seit fast einem Jahr dabei und mag besonders die Abwechslung: „Ich wechsele auch die Bereiche, also Küche, Service und eben halt Spülküche.“

Was ihm im Service gefällt? „Mit Leuten zu reden und das Essen rauszugeben.“ Und auch kulinarisch ist er zufrieden: „Eigentlich schmeckt immer alles.“ Nach einem dreimonatigen Eingangsverfahren wechseln die Teilnehmenden für 24 Monate ins WissensWerk. Dort lernen sie verschiedene Berufsfelder kennen, stärken ihre Fähigkeiten und entwickeln Perspektiven für das weitere Arbeitsleben. Dabei geht es um Verantwortung: Hygiene, Kundenkontakt, Teamarbeit und den Umgang mit großen Küchengeräten.

Bianca hat dabei einen klaren Favoriten: „Die Schwenkpfanne.“ Leon arbeitet besonders gern in der Spülküche. Besonders die Industriespülmaschine findet er „richtig klasse“. Für ihn geht es bald weiter: „Das ist jetzt mein letztes Jahr im Berufsbildungsbereich“, danach steht ein Praktikum im Förderturm 2 in Datteln an. So wird im WissensWerk berufliche Bildung zu gelebter Teilhabe: praktisch, strukturiert und mitten im Alltag.



Jeder Arbeitsschritt ist Teamarbeit. Im WissensWerk gehören eingespielte Abläufe dazu.



Foto: André Chrost



## Gerichte fürs Gericht vom Bistro

Der Duft von frisch gekochtem Gemüsecurry zieht an diesem Mittag durch das Bistro der Diakonie am Elper Weg. In großen Töpfen wird das Gemüse schonend gegart, Gewürze entfalten ihr Aroma, konzentrierte Handgriffe sitzen. Das Kochen dient hier nicht nur der reinen Verpflegung, es ist gelebtes Handwerk. Jeden Tag gibt es etwas anderes, frisch zubereitet und mit viel Sorgfalt gekocht. Mal steht ein herzhaftes Schnitzel auf der Karte, an anderen Tagen vegetarische oder vegane Gerichte, knackige Salatbowls oder in der Saison frischer Spargel vom Bauern, zum Beispiel aus Hertent. „Unsere Speisekarte wechselt regelmäßig und setzt auf Qualität, Frische und regionale Zutaten“, sagt Florian Grundmann, Teamleiter des Hausservice des Diakonischen Werks im Kirchenkreis Recklinghausen. Kulinarik bedeutet im Bistro eben noch echtes Handwerk. Gemüse wird von Hand geschnitten, Salate frisch angerichtet. „Am liebsten bin ich zum Kochen eingeteilt, da kann man so schön schnibbeln“, sagt die Beschäftigte Sophie Leih.

Rund 120 Essen werden hier täglich vorbereitet. Ein wichtiger Teil davon ist für das Amtsgericht bestimmt, denn dort betreibt die Diakonie die Kantine. Gegen 11.15 Uhr werden die frisch gekochten Speisen in spezielle, beheizbare Thermoboxen gefüllt, sicher verschlossen und auf ein Lastenrad mit Anhänger geladen. Dann machen sich die Beschäftigten auf den Weg. Die Strecke dauert nur zwei Minuten, doch jeder Handgriff sitzt, damit die Gerichte heiß und pünktlich ankommen. Im Amtsgericht werden die Mahlzeiten ausgegeben, Richterinnen, Richter und Mitarbeitende essen dort regelmäßig. Auch bei Veranstaltungen liefert das Bistro Catering direkt ins Haus. „Unser Bistro ist ein Ort, an dem Genuss und Teilhabe selbstverständlich zusammengehören“, sagt Grundmann. An den beiden Standorten arbeiten 21 Beschäftigte mit sichtbarem Stolz. Sie kochen, schneiden, liefern aus, helfen einander und sorgen gemeinsam dafür, dass gutes Essen zuverlässig dort ankommt, wo es geschätzt wird. **LTH / JVG**

**Diakonie**   
im Kirchenkreis  
Recklinghauser

— INFO —

[recklinghaeuser-werkstaetten.de/wissenswerk](https://recklinghaeuser-werkstaetten.de/wissenswerk)  
[recklinghaeuser-werkstaetten.de/projekte/bistro-elper-weg](https://recklinghaeuser-werkstaetten.de/projekte/bistro-elper-weg)  
[diakonie-kreis-re.de](https://diakonie-kreis-re.de)



Foto: Volker Beushausen

Die leckeren Gerichte vom Bistro am Elper Weg werden auch für das Amtsgericht ausgeliefert.



Zwischen Handwerk und Reizthema: Bei Bert Hobbold gehört Pferdefleisch seit Generationen zur Familientradition und Stadtgeschichte.

**D**er heute „tatsächliche“ Pferdemetzger heißt Bert Hobbold. Der 57-Jährige führt den Familienbetrieb seit 1989 in vierter Generation. Sein Urgroßvater Bernhard Hobbold gründete 1906 die Ross-Schlachtereie und Speisewirtschaft an der Brandstraße in der Recklinghäuser Innenstadt. Als frischgebackener Fleischergeselle sieht es für den Junior Leon (19) aktuell so aus, dass er die Familientradition fortsetzt, die der Papa mit Ehefrau Marina pflegt.

### Hochwertiges Fleisch

Zweifelsfrei: Pferdefleisch gilt als eine emotional umstrittene Delikatesse. Zwischen den meist privaten Pferdebesitzern und ihren Vierbeinern besteht

häufig eine enge partnerschaftliche Bindung. Gemeinsame Lebenswege vereiteln Gedanken an eine Schlachtung oder gar an den Verzehr. Wobei, das gehört zur Wahrheit: Pferdefleisch gilt als sehr hochwertig. Es enthält deutlich weniger Fett als Rind- oder Schweinefleisch. Aufgrund des hohen Eisengehalts wird es sogar bei Eisenmangel oder Blutarmut empfohlen. Pferde stammen übrigens nicht aus der Massentierhaltung. Zuchtbetriebe wie für Schweine, Rinder und

Geflügel gibt es in Deutschland nämlich nicht. In der Gaststätte mit ihren 60 Plätzen werden bevorzugt Sauerbraten und Klopse bestellt. Für manche Gäste

kommen dort Kindheitserinnerungen oder Heimatgefühle auf die Teller. Die gebürtige Recklinghäuserin und Wahl-Allgäuerin Andrea Herper: „Bei jedem Besuch in der alten

Heimat ist Hobbold Pflicht.“ Und Bettina Kovarik: „Meine Urgroßmutter war schon Hobbold-Kundin.“ Petra Maus weiß zu berichten, dass vor Jahren jeweils am

**Perds Karl bleibt für uns weiterhin ein Phantom.**

**Bert Hobbold,  
Inhaber**

# Ross ohne Reiter

Perds Karl? „Der Pferdemetzger!“ Für viele Festspielstädter ist die Sache klar. Sein Name steht bis heute für die Ross-Schlachtereier an der Brandstraße. Der Mann dahinter aber bleibt ein Phantom.

Geldtag der Besuch des Pferdemetzgers angesagt war. Klaus Scharf erinnert sich: „Als mein Vater in den Fünfzigerjahren in der Knappschaft lag, mussten wir immer zwei Klopse mitbringen. Er war seinerzeit Schlosser auf der Zeche Ewald.“

## Verschiedene Versionen

Bleibt noch die Frage, was es mit diesem legendären Perds Karl auf sich hat. In Recklinghausen kursieren verschiedene Versionen. Einige meinen, dass er bei Hobbold gearbeitet hat. Andere verorten ihn in der Pferdegaststätte Stöwe. Die gab es ebenfalls auf der Brandstraße. Bert Hobbold zuckt mit den Schultern und sagt: „Er soll bei uns beschäftigt gewesen sein. Das ist keineswegs sicher. Unsere Chronik gibt das jedenfalls nicht

her. Mir ist natürlich auch bekannt, dass besagter Karl beim Nachbarn Stöwe gearbeitet haben soll.“ Überliefert ist lediglich: Perds Karl wurde als großgewachsener Mann beschrieben, der offenbar bei einem der beiden Pferdemetzger beschäftigt war. Er soll ein rauflustiger Kerl gewesen sein. Bert Hobbold: „Ist doch prima. Perds Karl bleibt für uns weiterhin ein Phantom. Da bleibt Raum für Fantasie und Anekdoten.“

**Michael Polubinski**

— INFO —  
haushobbold.de



Ein Bissen Lokalgeschichte: Pferd ist bei Hobbold Delikatesse.



# Wurst Case Scenario

How to Schnitzel und Kuchen: Nina frittiert, Daniel paniert (oben rechts), Lukas ist der Mann für den Kuchen und Dominik formt alles zu einer schmackhaften Mahlzeit (unten von links).



Der Tofuclub im Alternativen Kulturzentrum (AKZ) in Süd ist ein Ort, an dem man sehr schnell merkt, wie unerquicklich die üblichen Veganismus-Debatten sind. Dominik Otremba, einer der Ehrenamtlichen, kennt das Spiel: Kaum fällt das Wort „vegan“, fühlen sich manche sofort, als würde man ihnen beim Grillfest das Nackensteak gewaltsam aus der Hand reißen. Dominik beschreibt dieses Szenario als recht verlässlich: Nicht, weil Veganer dauernd missionieren würden, sondern weil schon ihre bloße Existenz bei manchen als Provokation durchgeht. Dabei geht es niemandem um erhobene Zeigefinger, sondern um etwas viel Solidarischeres. Das AKZ will keinem das Schnitzel ausreden, sondern einfach gutes Essen auf den Tisch stellen. Jeden Mittwoch findet dort der Tofuclub statt: Man kocht ehrenamtlich, für alle. Haupt- und Nachspeise für fünf Euro. Und zwar im Rahmen einer KūfA – Küche für alle. Früher sprach man in linken Zusammenhängen oft von VoKū, also Volksküche. Der Tofuclub hat den Begriff ein wenig entkernt und alltagstauglicher gemacht. „KūfA ist politisch ein bisschen unaufgeladener“, sagt Dominik. Gleichzeitig ist es

Instagram: @Tofuclub\_RE

ein Ort gelebter Solidarität. Angesprochen sind ausdrücklich auch Menschen, die sich Restaurantbesuche sonst eher verkneifen müssen. Für fünf Euro gibt es hier nicht nur ein warmes, ausgewogenes Essen, sondern auch einen Platz am Tisch. Gerade für junge Leute funktioniert das gut, sagt Dominik: „Für viele ist das eine Möglichkeit, überhaupt mal halbwegs entspannt auswärts zu essen.“ Auch der Bildungsanspruch kommt nicht zu kurz: Vorurteile abbauen, Ernährungsmythen zerlegen, zeigen, dass vegan nicht teuer, asketisch oder proteinfrei sein muss. Gekocht wird saisonal, möglichst wenig verarbeitet und mit durchaus lustvoller Hingabe zum kulinarischen Nachbau: Rouladen, Gulasch, Burger, Flammkuchen – geht alles.

Fotos: Vanessa Jung/@blegh.v



# Hertener Sommerkino

19. bis 21. August 2026

Doncaster Platz | Zeche Ewald

## Kartenvorverkauf in Herten:

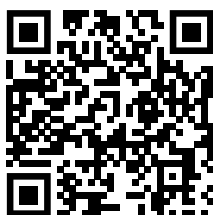
- Kundenzentrum der Hertener Stadtwerke (Jakobstraße 6)
- Glashaus (Hermannstr. 16)
- RVR-Besucherzentrum Hoheward auf Ewald (Werner-Heisenberg-Str. 14)

<b>Mittwoch, 19. August:</b>	21 Uhr:	Extrawurst (FSK 12)
<b>Donnerstag, 20. August:</b>	21 Uhr:	Der Teufel trägt Prada 2 (FSK 0)
<b>Freitag, 21. August:</b>	21 Uhr:	Michael (FSK 6)

**Eintrittspreis:** 5,00 € pro Person

Es gelten die allgemeinen Geschäftsbedingungen des Hertener Sommerkinos. In Kooperation mit Bähr Filmtheaterbetriebe e.K. ([www.mobil-kino.de](http://www.mobil-kino.de))

Mehr Infos unter:  
[www.hertener-sommerkino.de](http://www.hertener-sommerkino.de)



Eine Aktion von

Hertener  
Stadtwerke   
Energie, die Heimat schafft

AGR GRUPPE  
RUHR 



**E**ssen ist nie nur Essen. Es ist Energielieferant, tröstet nach miesen Tagen, macht Feiern gesellig und wird auf Social Media von Menschen mit Ringlicht, stabiler Darmflora und viel Meinung erklärt. Iss mehr Protein. Weniger Zucker. Clean. Intuitiv. Geregelt. Dabei beginnt unser Verhältnis dazu viel früher: in Routinen, im Teilen, im Beisammensein. Wer lernt, dass Essen Nähe, Genuss und Versorgung sein darf, startet anders als jemand, für den es Mittel zum Zweck oder Ventil ist. Judith Oenning kennt beides. Sie hat 70 Kilo abgenommen, ohne Eingriff oder Spritze, sondern mit Kalorienzählen, Defizit und Disziplin. Theoretisch sauber, praktisch ziemlich tückisch. „Du siehst nicht mehr den Apfel oder die Scheibe Käse. Du siehst 60 Kalorien, 130 Kalorien und denkst: Shit, es ist erst Mittag, und ich hab schon 500 drin.“ Aus Struktur wurde Dogma, aus Genuss Risiko, aus Restaurantbesuchen Mathematik. Der Körper wurde leichter, das Leben enger. „Rational war ich erfolgreich. Aber ich war so unglücklich.“ Kontrolle trägt gesellschaftlich gern das Kostüm von Disziplin, Übergewicht das von Faulheit. Beides ruft nach Hilfe. Spritzen oder Magen-OPs sieht sie kritisch, wenn Kopf, Ernährungswissen und Therapie fehlen. Der Körper lässt sich regulieren, das Mindset nicht. Zurück in eine Normalität kam Judith über Menschen und Lernen. Freundinnen aßen mit ihr Pizza, vor der sie „richtig Angst“ hatte, weil die Kalorienzahl eingebrennt war. Ihr Partner etablierte feste gemeinsame Mahlzeiten. Heute zählt sie nicht mehr, wiegt sich nicht. Sie hört hin: Habe ich Hunger oder Stress? Brauche ich Pizza oder Ruhe? Sie achtet auf Ballaststoffe, Gemüse und Wertigkeit. Bowls machen sie glücklich, ihr Körper auch. Er ist kein Gegner mehr sondern Sparringspartner. „Ich bin absolut pro Gesundheit, nicht pro Aussehen.“

KJ

— INFO —

Instagram: @jus\_gusto

Foto: Privat

# An apple a day

**ERFAHRUNGEN  
STEHEN  
DIR GUT!**

**DEIN  
ENGAGIERTES  
JA!**

**STARTE – EGAL WANN – MIT DEINEM FSJ!**

- ✓ **Freiwilliges Soziales Jahr als Berufserfahrung**
- ✓ **Glow-Up für den Lebenslauf**
- ✓ **Unterstütze Menschen in unseren sozialen Einrichtungen**
- ✓ **Berufe im sozialen Bereich erleben**
- ✓ **Monatliches Taschengeld**
- ✓ **Weiterhin Kindergeld**
- ✓ **30 Tage Urlaub**
- ✓ **25 Tage Weiterbildung**



# Recklinghausen

## sammelt ...

### Entdeckt Recklinghausen mit der REh Web-App!

Erlebt unsere Stadt auf eine ganz neue Art und Weise – mit der interaktiven REh Web-App! Findet die 15 einzigartigen REhe, sammelt sie digital und nehmt an einem Gewinnspiel mit attraktiven Preisen teil!

**REh**  
finden, QR-Code  
scannen &  
tolle Preise  
gewinnen!

### Die Preise für 15 REhe



**Weinprobe**  
im Fasskeller der  
Weinhandlung  
Molitor für  
8 Personen mit  
Weinen & Häppchen



**Übernachtung  
mit Frühstück**  
im PLAZA INN  
für 2 Personen  
mit privater  
Stadtführung



**Private  
Erlebnissführung**  
im TBW für  
max. 10 Personen  
mit Currywurst

### Die Kleinpreise für REhe zur Auswahl



Baumwolltasche



Postkarten &  
Bleistift-Set



Schlüssel-  
anhänger

