

## Messe: Tombola für Solidarfonds und Frauenhaus

Für den Solidarfonds und das Castrop-Rauxeler Frauenhaus ist der Erlös der Tombola bestimmt, die am kommenden Wochenende im Rahmen der Wellness- und Gesundheitsmesse im Hotel Goldschmieding veranstaltet wird. Zum dritten Mal organisiert die Kosmetikerin Ingrid Herbrand (Institut für Schönheit und Gesundheit) die Beauty-Börse an der Dortmunder Straße. Mit zahlreichen Partnern präsentiert sie am Samstag und Sonntag, 3. und 4. November, jeweils von 11 bis 18 Uhr ein umfangreiches Ausstellungs-, Aktions- und Vortragsprogramm rund um Gesundheit und Wohlbefinden. Der Eintritt ist an beiden Tagen frei. Die Lose für den guten Zweck kosten 1 Euro. „Es winken attraktive Preise“, versprechen Ingrid Herbrand und die Messe-Teilnehmer.

## Angler informieren im Vereinsheim

Der Angelsportverein „Früh auf“ weist auf seinen nächsten Sprechtag hin. Am Donnerstag, 1. November, stehen die Experten von 19 bis 21 Uhr im Vereinsheim an der Suderwicher Straße 86 für Fragen rund um Angelfischerei und Hochseefahrten zur Verfügung.

## LESERECHO

### »AIDS-GALA Viel Arbeit vor dem Regenbogen-Tanz

„Ich habe heute Ihren Bericht über den ‚Tanz unterm Regenbogen‘ gelesen. Ich selber bin auch immer begeistert von der Organisation von Rita Obst und ihrem Team. Es steckt viel Arbeit dahinter. Ich bin einer der vielen Helfer im Hintergrund und weiß, dass diese finalen Tage vor der Veranstaltung (am 24. November in der Europahalle, die Red.) sehr stressig sind. Vor allem der Samstag, an dem von morgens bis Sonntag in der Frühe non-stop gearbeitet wird.“

Ich freue mich, auch in diesem Jahr wieder dabei zu sein. Als Ex-Castrop, der aber bald wieder zurück zieht aus Peine, werde ich dem Team auch bei der Gala 2008 helfen.

Ich drücke Rita Obst und ihrem Team auf diesem Wege die Daumen, damit die Veranstaltung ein großer Erfolg wird.“

Heiko Dreifeld  
Peine  
per E-Mail

## KONTAKT

**Redaktion: 9 21 81 - 31**  
Eva Arndt (EA) -36  
Rüdiger Hagenbuecher (rh) -35  
Christa Schriever (ver) -33  
Jürgen Stahl (js) -32  
Angelika Wölke (aw) -30

**Sport:**  
Ralf Schacht (RS) -34  
Stephan Falk (S.F.) -38  
Sport-FAX -22

**Foto:**  
Joseph-W. Reutter (jwr) -37  
**Sekretariat:**  
Ulrike Mrozewski -31

**Anschrift:**  
Münsterplatz 10  
44575 Castrop-Rauxel  
**E-Mail Lokalredaktion:**  
redaktion.castrop-rauxel@waz.de  
**E-Mail Sportredaktion:**  
sport.cr@waz.de

# Von Kohle gezeichnet



Eine Dunkelstelle hat der polnische Fotograf Dariusz Kantor (M.) beleuchtet: Mit klassischen Schwarz-Weiß-Bildern dokumentiert er die

Lebenswirklichkeit von Frauen im Bergbau. Bis zur Schließung der letzten Zeche in Neurode vor drei Jahren arbeiteten dort in der Kohle-

wäsche fast vornehmlich Frauen. Eine Arbeitsrealität, die den meisten Menschen bisher nicht bekannt war. Die Fotos, die zwischen 2002

und 2004 in elf Bergwerken entstanden sind, sind noch bis zum 4. Dezember im Dieze im Erinpark zu besichtigen. Foto: Joseph-W. Reutter

# Schmerzen verhindern

Etwa 80 Besucher informierten sich in der Kapelle des Evangelischen Krankenhauses über die neuesten Techniken bei der häuslichen Pflege

Von Sabine Latterner

Die Kinästhetik, die Lehre von den Bewegungsempfindungen, hat ihren Ursprung bereits in den 1970er Jahren. Die Pflege machte sich ihre Erkenntnisse allerdings erst relativ spät zu eigen. Lange erfolgte der Positionswechsel eines Patienten durch Heben und Ziehen. Heute passiert das wesentlich behutsamer – dank der Kinästhetik.

In der Kapelle des Evangelischen Krankenhauses (EvK) erklärten die Pflegekräfte des Hauses sowie Mitarbeiter der Diakoniestation Castrop-Rauxel Interessierten die Grundsätze dieser Bewegungslehre. Überdies informierten sie mit Präsentationen, Broschüren und im persönlichen Gespräch zum Thema Pflege.

„Wir möchten pflegenden Angehörigen und auch Kollegen Tipps geben“, sagte Caeci-

lia Ebel, stellvertretende Pflegedienstleiterin. Oftmals seien gerade die Angehörigen mit der häuslichen Betreuung überfordert.

„Heute geht es vor allem darum, zu zeigen, wie ich einen Patienten Kraft schonend, ohne ihn zu heben oder ihn zu tragen, zu bewegen“, erklärte die Kinästhetik-Trainerin, Andrea Kügler. Wichtig sei es, nur die Bewegungen auszuführen, die dem Menschen

auch eigen sind. „Nur so kann man mögliche Schmerzen des Patienten lindern oder gar verhindern“, betonte Andrea Kügler.

Etwa 80 Besucher informierten sich an diesem Aktionstag über die Techniken. Zudem erfuhren sie Wissenswertes über Handmassagen, Hautpflege und die eigene Reinlichkeit, die bei der Pflege kranker oder alter Menschen überaus wichtig ist.

## Kinästhetik

Die Kinästhetik – durch Sinne wahrgenommene Bewegung – ist ein Instrument zur Analyse von Bewegungsmustern, das in den USA entwickelt wurde. Es ist eine Kombination der griechischen Wörter „kinesis“ (Bewegung) und „aesthesie“ (Wahrnehmung).

## TIPPS & TREFFS IN CASTROP-RAUXEL

### Notdienste

**Apotheken-Notdienst:**  
Hansa-Apotheke, Biesenkamp 16,  
☎ 2 48 78.  
**Feuerwehr und Rettungsdienst:** ☎ 112

### Rat & Hilfe

**Arbeitslosenzentrum in der Zeche Ickern:** 8 bis 16 Uhr, Zechenstraße 2a, ☎ 8 43 08.  
**Ambulante Hospizhilfe:**  
☎ 44 20 16  
**Ambulanter Hospizdienst:**  
☎ 923 55 30  
**Stiftung Hospiz Frohlinde:**  
☎ 64 27

**Beratungs- und Infocenter Pflege (BIP):** Rathaus, Zimmer 188, ☎ 106 25 82.

**Evangelische Beratungsstelle für Ehe-, Partnerschafts- und Lebensfragen sowie Schwangerschaftskonfliktberatung:**  
Herne, Schäferstraße, ☎ 02323/5 30 48, von 8.30 bis 12.30 Uhr (mit Anmeldung).

**Frauenhaus:** ☎ 4 17 93  
**Gesundheitsamt, Bahnhofstraße 98:** 8.30 bis 10 Uhr, Sprechstunde der sozialpsychiatrischen Beratungsstelle.

**RWE-Kundencenter:** EUV,

Westring, von 8 bis 12 Uhr und 13 bis 18 Uhr geöffnet.

**Stadtteilbüro Deininghausen:**  
Dresdner Straße 14, von 10 bis 12 Uhr geöffnet.

**Vestische Arbeit:**  
Servicenummer ☎ 580-0

### Soziale Dienste

**DRK-Kleiderkammer:**  
9 bis 12 Uhr, Gesundheitsamt, Bahnhofstraße 98, Annahme.

### Bücherei

**Evangelisches Gemeindebücherei Castrop:** Wichernhaus, von 10.30 bis 12 Uhr geöffnet.  
**Stadtbücherei:** Im Ort, von 13.30 bis 18 Uhr geöffnet.

### Bürgerbüro

Von 8 bis 16 Uhr im Rathaus geöffnet. ☎ 106 23 33.

### Die Kurbel

**15 und 17.30 Uhr:** Ratatouille  
**15, 17.30 und 20 Uhr:** Lissi und der wilde Kaiser  
**20 Uhr:** Chuck und Larry – Wie Feuer und Flamme

### Recyclinghof

Pöppinghauser Straße, von



Die AWO Habinghorst lädt ab 14 Uhr in die Schule Am Busch.

13 bis 16 Uhr geöffnet.

### Musik & Gesang

**CVJM Bläserchor Ickern-Henrichenburg:** 19.30 bis 21 Uhr, Christuskirche, Probe.

**Gemischter Chor Alt-Castrop:** 19.30 Uhr, ASG-Aula, Probe.

### Kirchenchor Heilig Kreuz:

20 Uhr, Gemeindezentrum Wilhelmstraße, Probe.

**Kirchenchor St. Barbara:**  
19 Uhr, Pfarrheim in der Wanne, Probe.

**Kolpingchor Castrop-Rauxel Zentral:** 19.30 Uhr, Gemeindezentrum St. Lambertus Castrop, Probe.

### Senioren

**Awo Dingen:** 15 bis 18 Uhr, Schule Westheide, Treffen.

**Awo Habinghorst:** 14 Uhr, Schule Am Busch, Treffen.

### Seniorentanz

**Seniorentanz der Kulturgemeinde und VHS:** 14.30 bis 16 Uhr, Turnhalle an der Marktschule, Leitung: Erika Nizak;

17.30 bis 19 Uhr, Bürgerhaus, Leonhardstraße, Leitung: Irmgard Petersen; 16 bis 17.30 Uhr, Ernst-Barlach-Gymnasium an der Lunnstraße, Leitung: Ilse Kassner; 15 bis 16.30 Uhr, Janusz-Korczak-Gesamtschule an der Waldenburger Straße, Leitung: Gisela Klingbeil.

**Vereine & Verbände**  
**CVJM Castrop:** 18 bis 20 Uhr,

Sporthall, Bodelschwingher Straße, Jugendgruppe, Leitung: Nils Roepke, 20 bis 22 Uhr, Fußball, Leitung: Nils Roepke/Christian Hoffmann; 20 bis 22 Uhr, Sporthalle Harkortschule, Wittener Straße, Tischtennis, Leitung: Horst Stein.

### Ausstellungen

**Zentrum Frauen in Beruf und Technik,** Erinstraße 6: 8 bis 16 Uhr, „Von Kohle gezeichnet“.

### Politik

**CDU-Fraktion:** ☎ 54 95 95

**CDU-Stadtverband:**  
9 bis 13 Uhr, Wittener Straße 21, ☎ 44 04 81.

### FDP-Fraktionsbüro:

13 bis 16 Uhr, Rathaus, ☎ 35 84 65.

### SPD-Fraktionsbüro:

14 bis 17 Uhr, Rathaus, Zimmer 144, ☎ 3 30 13.

### SPD-Stadtverband:

9 bis 12 Uhr, Bürgerbüro Wilhelmstraße 1, ☎ 1 48 96.

### Wir gratulieren

**Gerda Anna Reinhart,** Wittener Straße 107, wird heute 85 Jahre alt.

## Herner Rapper bedanken sich bei ihren Fans

BoGi's verlost Karten für „BB Recordz“-Konzert

Ihren ersten großen Auftritt feierten sie im Mai bei der Sayno-Party in der Europahalle. Seither geht es für die Herner Rapper „BB Recordz“ bergauf. Das erste Album „Als wär's dein letzter Tag“ ist erschienen; ein Fernsehteam begleitet die Jungs ein Jahr lang.

Nach mehreren kleinen Gigs laden „BB Recordz“ zu ihrem ersten exklusiven Fan-Konzert ein. Am Samstag, 10. November, legen Bulic (Bülent Karabal), Ny-One (Nivan Ergüzel), Aries 4RCE (Mike Köhler) und Sylaz (Daniel Schimkat) in der Teutoburgia-Maschinenhalle an der Schadeburgstraße in Herne los.

Beginn ist um 20 Uhr. Der Eintritt ist zwar frei, die Besucherzahl aber auf 100 Personen beschränkt. Weil sich die Gruppe an dem Abend auch bei den Castrop-Rauxeler Fans bedanken will, hat sie dem BoGi's-Zentrum fünfmal zwei Karten zur Verfügung gestellt.

Wer dabei sein will, schreibt bis 8. November eine Postkarte mit dem Stichwort „BB-Recordz-Fan-Konzert“ an das BoGi's, Leonhardstraße 2 in 44575 Castrop-Rauxel, oder bringt sie während der Öffnungszeiten vorbei. Alle Gewinner werden benachrichtigt und können die Karten am 9. November im BoGi's abholen.

» www.bb-recordz.de

## „Se7en Cent“ rockt im Spektrum

Hammer-Show, tolle Kostüme, Verlosung und Party: Das Se7en-Cent-Konzert zu Halloween ist im Spektrum seit Jahren ein Spektakel. Am Mittwoch, 31. Oktober, ist es um 23.30 Uhr wieder soweit: Zur Geisternacht spielt die Cover-Rockband zahlreiche neue Party-Songs. Einlass am Westring ist um 22 Uhr.

Halloween-Partys steigen am Mittwochabend u.a. auch im Brauhaus Rüttershoff an der Schillerstraße und im IsiTanztreff an der Vinckestraße.

## CASTROP-RAUXEL

**Lokalredaktion:** Eva Arndt,  
Lokalsport: Ralf Schacht.

**Geschäftsstelle, Anzeigen und Redaktion:**  
Münsterplatz 10, 44575 Castrop-Rauxel.

**Druck:** Druck- und Verlagszentrum GmbH & Co. KG  
Hohensburgstraße 65-67, 58099 Hagen.

Erscheint täglich außer sonntags.

Für unverlangte Sendungen keine Gewähr. Bezugsänderungen sind nur zum Quartalsende möglich. Die Bezugsänderung ist schriftlich bis zum 5. des letzten Quartalsmonats an den Verlag zu richten.

Bei Nichtbelieferung im Falle höherer Gewalt, bei Störungen des Betriebsfriedens, Arbeitskämpfen (Streik, Aussperrung) bestehen keine Ansprüche gegen den Verlag.

**Redaktion** (Familie, Auto, Wohnung): 02305 92181-31

Lokalsport: 02305 92181-34

Fax: 02305 92181-55

E-Mail: redaktion.castrop-rauxel@waz.de

**Anzeigen**

E-Mail: anzeigen.dortmund@waz.de

Geschäftskunden

Ostenhellweg 42-48, 44135 Dortmund

Telefon: 0231 9573-1221

Fax: 0231 9573-3811

## LESERSERVICE

**Zustellung, Buchbestellung, Anzeigen** (Familie, Auto, Wohnung),

**und Adressänderung:**

Sie erreichen uns: Mo. bis Fr. von 6 - 20 Uhr,

Sa. 6 - 14 Uhr, So. 15 - 20 Uhr,

(Anzeigenannahme: Mo. bis Fr. 7.30-18 Uhr)

Telefon: 01802 4040-72\*

Fax: 01802 4040-82\*

E-Mail: leserservice@waz.de

**Anzeigenberatung**

Online Anzeigen aufgeben:

www.online-aufgeben.de

Telefon: 01802 4040-32\*

Sie erreichen uns: Mo. bis Fr. 7.30 - 18 Uhr

E-Mail: anzeigen.dortmund@waz.de

\*6 Cent pro Anruf/Fax a. d. Festnetz der Dt. Telekom

Nur Heute, zur Feier des Tages:

**20%** \* Rabatt nur auf diese Marken:

\* Nicht kombinierbar mit anderen Rabattaktionen.

Benvenuto.

B/A/S/L/E/R

Hudson

Lucia

GANT

CAMEL ACTIVE

Cawo

Feiern Sie mit uns 180 Jahre Baltz.

Mit vielen tollen Sonderangeboten in unserem Jubiläumsverkauf.

Auch im Ruhr-Park und bei Intersport Baltz.

180 Jahre

Baltz  
Made in Bochum