


FAUSTDICK HINTER DEN OHREN...



Harry sagt:
"Hab ich's sowieso, da brauch ich kein fettes Hörgerät für. Meine Neuen sind jetzt so klein und verschwinden im Ohr und ich hör trotzdem die Flöhe husten!"

sichtbar, hörbar, fühlbar

müller

... für die Sinne ...

www.mueller-fuerdiesinne.de | Hauptstraße 29 • 0202-473115

» **Liebe Leser**

Wem ist es schon gut ergangen in den letzten zwei Jahren?! Wer alles gemacht hat, wozu aufgerufen wurde/wird, den kann es schon zusätzlich zermürben, was aktuell passiert: Es gerät einfach kein Land in Sicht, dafür aber die Viertimpfung oder auch die sechste Welle im Herbst – oder kommt sie schon eher...?!

Das kann selbst die Überzeugtesten zermürben! Erst recht, wenn man ohnehin am Limit ist, wie Schulleiterinnen und Lehrer, ganz besonders an den Grundschulen. Was ihnen seit dieser Woche zugemutet wird, ist eine echte Zumutung: Bei positiven Pool-Tests dürfen die Schüler nun ins Klassenzimmer, um zur Kontrolle Antigentests durchzuführen – ketzerisch drängt sich da die Frage auf: Was ist fordernder, das Virus oder wie Politik aktuell damit umgeht?

Okay, PCR-Tests sind knapp, die Labore kommen nicht mehr hinterher. Dass aber diejenigen, die seit zwei Jahren mitziehen, das jetzt ausbaden müssen, noch dazu von heute auf morgen, das ist bestenfalls planlos. Spät abends oder erst früh morgens bekommen die GrundschulleiterInnen die Ergebnisse der Pool-Tests per Mail und müssen dann auf die Schnelle reagieren; von heute auf morgen mussten sie sich auf die NRW-Strategie 2.0 einstellen – so kann man mit Lehrern, aber auch mit Eltern nicht umgehen.

Da kann die kommende neue Impfkampagne noch so gut geraten, wer die Bereitwilligsten derart verprellt und in den Regen stellt, der muss sich nicht wundern über weiße Tücher, die aus den Schulfenstern hängen (mehr dazu auf Seite 9). Um die 400.000 PCR-Tests, so schreibt das NRW-Schulministerium, „blockieren“ die Grundschulen im Land jede Woche, das sei in der aktuellen Omikron-Welle nicht mehr leistbar. Hoppla: Österreichs Hauptstadt Wien allein soll täglich eine halbe Million schaffen, bald sogar 800.000 Tests pro Tag – wie machen die Wiener das, warum geht das nicht hier, und warum müssen das Eltern und Lehrer ausbaden?

Insofern sollte sich Politik zwar keinen „Lockdown“ verordnen, aber mal in Klausur gehen und die Weichen neu stellen – und mit allen Mitziehern an einem Strang ziehen. „Impfen hilft – auch allen, die du liebst“, soll ein Slogan der kommenden Kampagne lauten – ganz sicher wäre eine bessere Teststrategie allen Grundschul-Eltern und -Lehrern lieber! Ihnen ganz besonders ein gutes Wochenende zum Durchatmen,

Ihre Cronenberger Woche

Winter 2022 Graue Tristesse statt weißer Pracht



Nein, das ist kein Foto der Woche aus Griechenland, sondern das Januar-Bild des CW-Kalenders 2022. Schön viel Weiß, oder – Schnee-Fans kommen damit auf ihre Kosten! Vor einem Jahr war das nicht nur an der Wand so: „Runter vom Sofa und rauf auf die Schlitten“, lautete Ende Januar 2021 eine Überschrift auf unserer Online-Seite: Ein Schnee-Einbruch hatte das CW-Land über Nacht in ein Winter-Wunder-Land verwandelt – bei etwa 30 Zentimeter Neuschnee hieß es „Rodeln gut“. Der Winter 2022 kommt bislang ganz anders daher: Statt weißer Pracht ist graue Tristesse angesagt, „Rodeln gut“ hieß es in den letzten Tagen vielmehr in Griechenland oder auch der Türkei – verkehrte Welt! Und auch die Aussichten sind nicht gut für eine Schlittenfahrt: Stürmisch soll's werden, Schnee ist aber so recht nicht in Sicht, vielmehr könnte es sogar Mitte Februar zweistellige Grade geben – möglicherweise gerät der Winter komplett aufs Abstellgleis, verheißten Wetter-Vorherseher – nach dem Januar wird eventuell also auch der letzte volle Wintermonat eine volle Enttäuschung für alle Schnee-Fans. Gut also, wenn man sich ein bisschen Winter in Form des CW-Kalenders ins Haus geholt hat – und bei den aktuellen Energiepreisen wäre ein „unwintlicher“ Februar ja auch nicht das Schlechteste. So warm wie vor zwei Jahren muss es ja nicht unbedingt werden: Am 16. Februar 2020 gab's im Südwesten Deutschlands bis zu 21,3 Grad – dann ist ja auch der Schnee auf dem Januar-Bild der CW zwar nicht geschmolzen, aber umgeschlagen...

An „Problem-Insel“ wird „gerüttelt“

Auch wenn sich in der Vergangenheit dort – meist bei tiefstehender Sonne – einige Unfälle ereigneten, so wird nach Stadt-Angabe die „Problem“-Verkehrinsel auf der Berghäuser Straße zwischen Zanotelliweg und Rottsieper Höhe von der Polizei nicht als Unfallschwerpunkt geführt. Aus diesem Grund sieht die Verwaltung auch keinen Anlass, über einen anderen Standort nachzudenken.

Vielmehr soll die Verkehrsinsel „nachgerüstet“ werden. Auf der Fahrbahn soll eine sogenannte „Rüttelmarkierung“ Autofahrer beim Verlassen der Fahrspur auf die Gefahrenstelle aufmerksam machen. Darüber hinaus wird die Insel zusätzlich mit reflektierenden Materialien versehen.

www.twitter.com @cw_redaktion

SCHREINEREI **Rainer Mucha** 0171-21 62 064 MEISTERBETRIEB

BEI BIER & EICHMANN GmbH

- Maler ■ Ausbau ■ Fassade ■ Bodenbeschichtung ■ Abdichtungen
- Brandschutzbeschichtung ■ Brandschotts ■ Dachbeschichtung
- Wärmedämmverbundsysteme ■ Bodenbeläge ■ Betonsanierung

Bier & Eichmann GmbH Cronenfelder Straße 40 D-42349 Wuppertal Mobil 0171-36 78 586 s.eichmann@bier-eichmann.de www.bier-eichmann.de

WEIL UNS ERFAHRUNG UND VERTRAUEN WICHTIG IST!

IMMOBILIEN ERFOLGREICH VERKAUFEN, DAS IST UNSERE BERUFUNG.



IMMOBILIENFREUND
Verkauf | Vermietung | Wertermittlung

Von der kostenfreien Marktwerteinschätzung, über die Beschaffung von Unterlagen oder der Erstellung eines kompletten Aufmaßes, bis hin zur notariellen Beurkundung bieten wir Ihnen eine professionelle Vermittlung Ihrer Immobilie.

Hauptstraße 33 | 42349 Wuppertal
Tel.: 02 02 / 28 33 33 80
info@immobilienfreund.com
www.immobilienfreund.com Mitglied im **ivd**

ELEKTRO HALBACH

- Elektroinstallationen
- Satellitenanlagen • Wärmepumpen
- Photovoltaikanlagen

Verkauf • Kundendienst **Miele**

Tel. 02 02 / 46 40 41
Friedenshort 4 • 42369 Wuppertal

GANZ SCHÖN SCHRÄG
SCHRÄNKE FÜR DACHSCHRÄGEN

STEINBERG
Schreiner mit Ideen
Tel.: 0202 / 74 01 02
www.schraenke-nach-mass-steinberg.de

Steinmeier Malerfachbetrieb

Wir bringen Farbe in die Stadt III! (bzw. ins Dorf)

NEU: Wir renovieren Ihre Geschäftsräume, nach Geschäftsabschluss!!! Ohne Mehrkosten!!!

Wuppertal Cronenberg
Tel.: 0202 2472844
www.steinmeier-malerfachbetrieb.de



W&B RECHTSANWÄLTE

Hofkamp 86 • 42103 Wuppertal
Telefon: 2 48 22-0 • Telefax 2 48 22-20
eMail: kanzlei@rawub.de
www.rawub.de

ANWALTSSOZIOZETÄT

Stephan Ganssen
• Fachanwalt für Familienrecht
Schwerpunkt: Scheidung, Unterhalt, elterliche Sorge und Umgang

Sie möchten Ihre Immobilie verkaufen?

HESA Immobilien

Wir bieten Ihnen eine kostenfreie Wertermittlung sowie eine diskrete und professionelle Vermarktung Ihrer Immobilie!
Von der ersten Besichtigung bis zum Kaufvertragsabschluss und darüber hinaus!

Thomas Salz steht Ihnen sehr gerne für ein persönliches Gespräch zu Verfügung!

TEL. 02 02-45 01 45
info@hesa-immobilien.de

HESA-Immobilien Salz OHG
Ihr Partner, wenn es um Immobilien geht!



VOGEL GRUNDBESITZVERWALTUNG

Eine Firma der Vogel Unternehmensgruppe

Kniprodestraße 23
42369 Wuppertal
Tel.: 02 02 / 66 06 07
Mobil: 01 63 / 9 68 90 64
info@vogel-wuppertal.de
www.vogel-wuppertal.de

VERWALTUNG von Miet- u. Eigentumsanlagen

- ▲ Technische und kaufmännische Verwaltung Ihrer Immobilie
- ▲ Langjährige Erfahrung, kompetent und verantwortungsvoll
- ▲ Unser eigener Regiebetrieb ist schnell für Sie vor Ort
- ▲ Gerne beraten und entlasten wir Sie, sprechen Sie uns an

marcus mager BEDACHUNGEN

Tel. 47 70 30

42349 Wuppertal-Cronenberg
www.marcus-mager.de
service@marcus-mager.de

- Fassadenbekleidung
- Steildachsanierung
- Balkonabdichtung
- Energieeinsparung
- Flachdachtechnik
- Bauklempnerarbeit
- Reparaturen
- Dachfenster

Wir gehören dazu!
100 TOP
Dachdecker Deutschland

AKTUELLE TERMINE



Reformierte Kirche, Pfr. Hoppe/Diakon Dierich	So., 30.1., 10:00
Reformierte Kirche, Pfr'in Hamburger	So., 6.2., 10:00
Nikodemuskirche, Kirchenmäuse, Pfr. Hoppe + Team	So., 6.2., 10:30

Weitere Infos und Termine unter www.evangelisch-cronenberg.de

Bestattungen
Kotthaus
Friedrich Kotthaus GmbH
Beerdigungsinstitut seit 1902

Lindenallee 21, 42349 Wuppertal (Cronenberg)
Telefon **02 02 / 47 11 56**
www.bestattungen-kotthaus.de
info@bestattungen-kotthaus.de

Notdienste:

(Beginn und Ende jeweils 9.00 Uhr)

Sa. 29.01. Europa-Apotheke am Wall, Wall 1, Elberfeld	☎ 45 40 87
So. 30.01. Sonnen-Apotheke, Ascheweg 16, Ronsdorf	☎ 46 00 001
Mo. 31.01. Albert-Schweitzer-Apotheke, Staasstr. 19, Ronsdorf	☎ 46 25 25
Di. 01.01. Einhorn-Apotheke, Weststr. 25, Elberfeld	☎ 42 38 08
Mi. 02.01. Dorper Apotheke, Hauptstr. 12, Cronenberg	☎ 47 03 30
Do. 03.01. Delphin-Apotheke, Tannenberger Str. 58, Elberfeld	☎ 42 96 799-0
Fr. 04.01. Vitalis-Apotheke, Hammesberger Str. 5, RS	☎ (02191) 5 89 10 25

Ärztlicher Notdienst: 116 117
Zahnärztlicher Notdienst: 0180/598 67 00
Tierärztlicher Notdienst: 7 99 94 90

Bestattungen
Wehn
Seit 1948

Tag und Nacht dienstbereit

Tel. 0202 - 478 18 78
Hauptstr. 92, W. - Cronenberg

www.Bestattungen-Wehn.de

Rufen Sie uns an für eine kostenlose Bestattungsvorsorge.

Großes Sarglager & Verabschiedungsraum

Gewachsenes Vertrauen seit über 60 Jahren.

HERBERTS

BESTATTUNGEN

Hahnerberger Str. 262 · W.-Cronenberg
Telefon (0202) 47 36 34
www.bestattungen-herberts.de

Wer kämpft, kann verlieren,
wer nicht kämpft, hat schon verloren.

Unser großer Bruder hat gekämpft und doch verloren.

Andreas (Andy) Mumberg

* 17.03.1951 † 15.01.2022

In stiller Trauer:
**Volker & Regina
Biene & Micha
Drea & Manu
Tina
Anette
Neffen & Nichten**

Die Trauerfeier mit anschließender Urnenbeisetzung erfolgt am Montag, dem 31.01.2022, um 12 Uhr in der Kapelle des ev. Friedhofes Krummacher Str., Wuppertal-Varresbeck.
Zur Teilnahme an der Trauerfeier gilt die 3G-Regel mit Nachweis.

» Wort zum Sonntag

„Was meint ihr aber?“ (Mt 21,28a)

Liebe Leserinnen und Leser,

ein Mann hatte zwei Söhne. Er sagte zu dem einen: „Mein Sohn, geh hin und arbeite heute im Weinberg.“ Der hatte aber keine Lust und sagte ihm: „Nö.“ Ein wenig später hatte er ein schlechtes Gewissen und ging doch hin. Zu dem zweiten Sohn sagte der Mann: „Mein Sohn, geh hin und arbeite heute im Weinberg.“ Der sagte: „Jaja, klar, mach ich.“ Und, natürlich, ging er nicht hin!

Na, das kennen wir doch. Nicht umsonst sagt man, „Jaja“ heißt „Leck mich am A****“. Wie oft habe ich schon „Jaja“ gesagt, und es dann doch nicht getan? Ich glaube, ich will es gar nicht wissen.

Jona, ein Prophet der Bibel, der hat auch „Jaja“ gesagt, als Gott ihn wohin schickte, und ist dann in die genau andere Richtung losgelaufen. Wozu hat das bei ihm geführt? Er hat einen Umweg durch den Bauch eines großen

Fischs gemacht, um dann doch da zu landen, wo Gott ihn hinschickte.

Manche Dinge müssen einfach erledigt werden und es führt quasi kein Weg vorbei. Da gilt es zu erkennen, was dran ist und das dann auch zu tun.

Es geht darum, die Tora, das Gute, zu tun. Es geht nicht darum, „Jaja“ zu sagen, und es dann doch nicht zu tun. Nicht, weil am Ende aufgerechnet werden würde, wer wie viel Gutes getan hat. Das glaube ich nicht. Sondern, weil es aus dem Glauben folgt, auch das Gute tun zu wollen. Das, was richtig ist und dem Leben dienlich ist.

„Es tat ihm leid“, heißt es über den ersten Sohn in dem Gleichnis. Er hatte wohl ein schlechtes Gewissen. Das schlechte Gewissen meldet sich immer dann, wenn das, was wir gesagt oder getan haben, nicht mit unserer Vorstellung übereinstimmt, wie es eigentlich richtig gewesen wäre. Der, der zuerst „Nö“ sagt, hatte ein schlechtes Gewissen,

weil er erkannt hat, was dran ist. Und er hörte auf sein schlechtes Gewissen und tat, worum man ihn bat.

Der andere Sohn hat bestimmt auch erkannt, was dran gewesen wäre und hat es nicht getan. „Wer von den beiden hat des Vaters Willen getan? Sie sprachen: Der erste“ (Mt 21,31a).

Wie oft ich schon „Jaja“ gesagt habe, und meinte „Leck mich am A****“ will ich gar nicht wissen, aber ich will darauf achten, wenn ich „Nö“ sage, zu überprüfen, ob ich's nicht doch tun sollte.



Tim Germund ist Presbyter der Evangelischen Kirchengemeinde Elberfeld-Südstadt.

Tim Germund

Film zum Thema Missbrauch

Hl. Ewalde. Der Film „Gelobt sei Gott“ wird an diesem Montag, 31. Januar, im kleinen Pfarrsaal der Hl. Ewalde an der Hauptstraße 96 gezeigt. Der mit einem „Silbernen Bären“ bei der Berlinale 2019 ausgezeichnete französische Spielfilm von François Ozon behandelt das Schicksal dreier Männer, die als Pfadfinder von einem katholischen Geistlichen missbraucht wurden. Der Eintritt zu der Vorführung, die um 19 Uhr beginnt, ist frei.

Evangelische Kirchengemeinde Küllenhahn

Rektor Koch im „Portrait“

Küllenhahn. Im September wird sich Prof. Dr. Dr. h.c. Lambert T. Koch nach drei Amtszeiten und insgesamt 14 Jahren vom Amt als Rektor der Bergischen Universität Wuppertal (BUW) zurückziehen. Geboren im Juli 1965 in Hering, einem Ortsteil der Gemeinde Otzberg im südhessischen Landkreis Darmstadt-Dieburg, als Sohn eines katholischen Theologieprofessors, wuchs Koch in Würzburg auf. Dort und in Mainz studierte er Wirtschaftswissenschaften. Im Jahre 1999 wurde der diplomierte Volkswirt im Alter von erst 34 Jahren an die BUW berufen. Bis 2008 war Koch Inhaber des Lehrstuhls für Wirtschaftswissenschaft, bevor er von Oktober 2005 bis Juni 2008 Dekan der wirtschaftswissenschaftlichen Fakultät und schließlich am 1. September 2008 Rektor der Bergischen Universität mit ihren etwa 23.000 Studierenden in etwa einhundert Studiengängen und circa 260 Professoren an drei Standorten wurde.

Der Deutsche Hochschulverband kürte Lambert T. Koch in den Jahren 2011, 2014, 2017 und 2019 zum Rektor des Jahres. In den Jahren 2010, 2012, 2013,



2015 und 2016 landete er jeweils auf dem zweiten Platz. Im Dezember 2019 wurde ihm zudem die besondere Ehre des Titels „Rektor des Jahrzehnts“ zuteil.

Am nächsten Freitag, 4. Februar, begrüßen Prof. Dr. Martin Fleuß und Martin Probach im Rahmen der Reihe „Portrait“ Lambert Tobias Koch im Gemeindehaus der Evangelischen Gemeinde Küllenhahn, um dem Uni-Rektor die eine oder andere Anekdote zu seiner Vita sowie Eindrücke und Standpunkte zu Wuppertal zu entlocken. | Foto: privat

Anmeldung erforderlich!

Der Abend mit Uni-Rektor Lambert T. Koch am **4. Februar** im Rahmen der Reihe „Portrait“ beginnt um **19.30 Uhr** im Gemeindehaus an der **Nesselbergstraße 12** auf Küllenhahn. Der Eintritt ist frei, ein 2G-Nachweis sowie eine Anmeldung sind unbedingt erforderlich. Letzere kann via Mail an gemeindebuero@kirche-kuellenhahn.de oder aber telefonisch unter der Rufnummer **40 00 26** erfolgen.

„Spiegelbilder“ in Turm-Galerie

Südstadt. Die aktuelle Ausstellung des „Fotoforums Wuppertal“ ist mittwochs am 2., 9. und 16. Februar in der Zeit von 19 bis 21 Uhr in der Galerie im Turm der

Südstädter Christuskirche am Unterer Griffenberg 65 geöffnet. Die Hobby-Fotografen haben sich dieses Mal dem Thema „Spiegelbilder“ angenommen. Der Eintritt ist frei, der Zutritt nur unter 2G-Bedingungen möglich.

Letzte Hilfe lernen

Wuppertal. Der Hospizdienst „Die Pustebume“ bietet wieder einen Letzte-Hilfe-Kurs an. Dieser findet wegen der aktuellen Corona-Lage online statt und zeigt auf, was man für eine nahestehende Personen am Ende deren Lebens tun kann. Der von Palliativmediziner Dr. Georg Bollig entwickelte Kurs ermutigt, offen und anteilnehmend auf Menschen zuzugehen.

Der Letzte-Hilfe-Kurs findet am Montag von 10 bis 14 Uhr statt. Die Einwahldaten werden nach der Anmeldung unter Telefon 4 30 51 24 mitgeteilt. Die Teilnahme ist kostenfrei.

Thementage sind verschoben

Wuppertal. Aufgrund der aktuellen Corona-Situation haben sich die Organisations des Hospizdienstes „Die Pustebume“ der Diakonischen Altenhilfe Wuppertal dazu entschieden, die eigentlich für den 4. und 5. Februar geplanten Thementage „Unser Leben mit dem Tod“ auf den 14. und 15. Oktober zu verschieben. Dann sollen es Vorträge und Workshops rund um das Sterben und die Vorsorge hierfür geben. „Wir hoffen, dass wir dann in Präsenz zusammen sein können“, freut sich Hospizdienst-Leiterin Katharina Ruth.

Und immer sind da Spuren Deines Lebens,
Gedanken, Bilder und Augenblicke.
Sie werden uns an Dich erinnern,
uns glücklich und traurig machen
und Dich nie vergessen lassen.

In Liebe und Dankbarkeit nehmen wir Abschied von

Heribert Niggemann

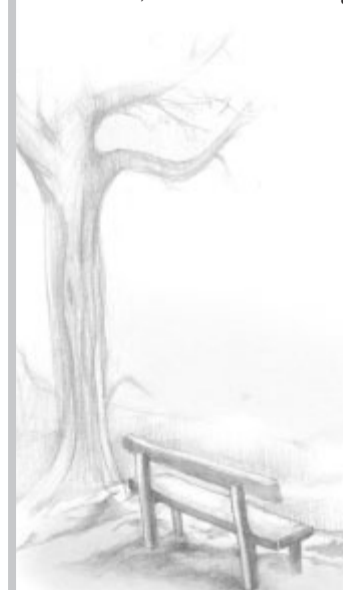
* 28. 12. 1934 † 19. 01. 2022

Du hast uns immer ein liebevolles Heim geschaffen
und bleibst in unseren Herzen bei uns:

**Rainer und Silvia
mit Vanessa
Matthias und Heike
mit Thomas und Nils**

Die Trauerfeier findet im engsten Familienkreis statt.

Ich möcht', dass einer mit mir geht,
der's Leben kennt, der mich versteht,
der mich zu allen Zeiten kann geleiten.
Ich möcht', dass einer mit mir geht.



Elke Pillat

geb. Mantz
* 26. 3. 1952 † 22. 1. 2022

Du wirst immer bei uns sein:

**Bernd Pillat
Tobias und Jurgita Pillat**

Traueranschrift:
Familie Pillat c/o Bestattungen Kotthaus,
Lindenallee 21, 42349 Wuppertal

Die Beerdigung findet am Dienstag, dem 1. Februar 2022, um 13.00 Uhr auf dem ev. Friedhof Solinger Straße in Wuppertal-Cronenberg statt.

Zur Teilnahme an der Trauerfeier gilt die 3G-Regelung.

Winterschlussverkauf! Lions-Pakete günstiger



„Es ist noch Suppe da“, so lautete vor einem halben Jahrhundert ein Karnevalsschlager. In Bezug auf die CW-Geschäftsstelle müsste es heute heißen „Es ist noch Glühwein da“ – denn wir haben noch Restexemplare der Lions-Pakete „Weihnachtsmarkt für Zuhause“ im Angebot. Weil ihr Kult-Glühweinstand auf dem Elberfelder Weihnachtsmarkt erneut ausfiel, packten die Wuppertaler Lions-Clubs – wie schon 2020 – erneut Pakete, damit man sich den leckersten Glühwein der Stadt daheim zubereiten kann.

Zumal kalendarisch noch sieben Wochen Winter ist, schmeckt eine Tasse Glühwein weiterhin, weshalb die Lions und die CW nun eine glühweinselige „Charme-Offensive“ starten: Ab sofort gibt es die Lions-Pakete bei der CW zum Winterschlussverkaufs-Preis von 14,90 Euro. Zumal der Reinerlös der Paket-Aktion für gute Zwecke gespendet wird, bekommen Sie da vielleicht wieder Glühweindurst. Wir leisten gerne Abhilfe: In der Kemmannstraße 6 ist zwar keine Suppe, aber Glühwein da!

Freitags ist Wochenmarkt

Ortsmitte. Immer freitags findet auf dem Parkplatz an der Herichhauser Straße der Cronenberger Wochenmarkt statt. In der Zeit von 7 bis 13 Uhr gibt es Käsespezialitäten, Back- und Brotwaren, Geflügel, Eier, Wild, Fleischwaren, Obst und Gemüse, Kartoffeln sowie alle zwei Wochen auch Fisch.

Hier kaufe ich gerne ein!
Cronenberger Wochenmarkt!

- Immer freitags von 7-13 Uhr**
auf dem Platz an der Herichhauser Straße
- **Edelfischräucherei:** Karsten Scheben (alle 2 Wochen)
 - **Käsespezialitäten:** Ralf Kretzer
 - **Geflügel, Eier, Wild:** Dirk Schwarzat
 - **Back- und Brotwaren:** Artur Müller
 - **Landmetzgerei:** Lattner
 - **Obst & Gemüse:** Niepenberg
 - **Kartoffeln:** Bytyqi

Ernährung und Kräuter

Mastweg. Akupunktur, Ernährungsberatung nach Traditioneller Chinesischer Medizin (TCM) oder auch Kräuter-Therapie bietet die Cronenberger Heilpraktikerin und Therapeutin Renate Barthel an. Termine werden nur nach telefonischer Vereinbarung unter 01 77 / 7280589 vergeben, Infos gibt es auch per E-Mail an renabarthel@icloud.com.

Anmeldungen an CFG & FBR

Küllenhahn. Wie in jedem Jahr beginnen Ende Januar die Anmeldungen für die weiterführenden Schulen: Am 29./31. Januar sowie am Dienstag, 1. Februar, starten zunächst die Gesamtschulen. Die Friedrich-Bayer-Realschule (FBR) und das Carl-Fuhlrott-Gymnasium (CFG) im Schulzentrum Süd auf Küllenhahn nehmen indes vom 21. bis 24. Februar aktuelle Viertklässler auf. Die genauen Termine gibt es online unter fbrs.de und cfg.wtal.de.

BV Weniger CO₂ durch eine schnellere Parkplatzsuche?



Cronenberg. Einigkeit bestand in der „inoffiziellen“ Online-„Beratung“ der Cronenberger Bezirksvertretung (BV) am 19. Januar darüber, dass der Radweg an der Hauptstraße nicht mehr verkehrssicher sei. Die am Straßenrand stehenden Bäume haben den Weg inzwischen so hochgedrückt, dass an ein sicheres Radeln nicht mehr zu denken ist.

Während die CDU-Fraktion darauf verwies, dass die parallel verlaufende Sambatrasse die frühere Funktion des Radweges, Schüler aus der Ortsmitte einen geschützten Verkehrsweg zum Schulzentrum Süd zu bieten, übernommen habe, bemängelte die SPD in der Dörper BV, dass das bislang guldete Gehwegparken durch eine Verwaltungsvorlage nun er-

laubt werden solle, um dem dort herrschenden „hohen Parkdruck“ entgegen zu können. Am 19. Februar 2015 habe das Stadtteilparlament die Verwaltung gebeten, die verkehrliche Situation zwischen Amboßstraße und Oberkamper Straße „neu und sicher zu gestalten“ – passiert sei in den fast sechs Jahren aber nichts. „Einzigartig dürfte daher die Einschätzung der Wuppertaler Verwaltung sein, wonach die zusätzliche Parkfläche dafür sorgt, dass Fahrzeuge weniger Strecke zurücklegen müssen, um freie Parkplätze zu finden“, monieren die Sozialdemokraten. Dadurch werde weniger CO₂ ausgestoßen, argumentiert die Stadt in ihrer Vorlage. Ein Beitrag zur Verkehrswende sei das nicht. | Foto: mm.

Neuralgischer Abschnitt? Erneut Unfall im Bereich Hl. Ewalde



Eine Häufung von Unfällen gab es im November im Bereich des katholischen Friedhofes auf der Hauptstraße: Innerhalb von weniger als zwei Wochen krachte es hier dreimal. Vergangene Woche musste die Polizei nun erneut zu dem neuralgischen Abschnitt ausrücken: Am letzten Freitag stießen an der Ecke Hauptstraße/Neukuchhausen gegen 15.50 Uhr zwei Pkw zusammen.

Nähere Einzelheiten zu dem Unfall waren auf CW-Nachfrage nicht zu erfahren. Laut Polizei soll es sich um einen Abbiegeunfall gehandelt haben, bei dem niemand verletzt wurde. Beide Fahrzeuge mussten abgeschleppt werden.



Hauptstraße 26 42349 Wuppertal
Tel.. 02 02 / 75 94 30 96
info@frischmarkt-cronenberg.de

Unsere Wochenangebote:

Gültig ab 1.2.2022 - solange der Vorrat reicht

Frische Bratwurst

grob 100 g € **0⁴⁹**

Rinderbraten aus der Keule

100 g € **1¹⁹**

Verzehrfertige Currywurst im Eimer

900 g € **6⁹⁹**

Bacon geschnitten

100 g-Paket € **2⁵⁹**

GOLD VERKAUFEN IN WUPPERTAL

DAS IST GOLD WERT.



MORIANSTRASSE
32

UNSERE ÖFFNUNGSZEITEN:
Montag - Freitag
10:00 - 18:00 Uhr
Samstag 10:00 - 16:00 Uhr



Auch Sie haben Kostbarkeiten in Haus. Vielleicht sogar mehr als Sie denken. Ein Paar alte Münzen, Banknoten oder ein Diamant zum Beispiel. Oder eine Schachtel mit Schmuck wie zum Beispiel eine Kette, einen Ring oder eine Uhr. Lassen Sie Ihre Kostbarkeiten kostenlos und unverbindlich schätzen von einem Goldwechselhaus Experten. So können Sie herausfinden ob Ihre Kostbarkeiten Gold wert sind. Falls Sie sich entscheiden diese zu verkaufen, zahlen wir Ihnen einen fairen Preis.

goldwechselhaus
Wuppertal



Vinyl- böden

Aktionszeitraum:
29.01. – 12.02.22
bzw. nur solange
Vorrat reicht!

jetzt stark reduziert!

Rigid-Vinyl
Der robuste und gar nicht wasserscheue Bodenbelag für alle Räume im Wohn- und Gewerbebereich. Dekor Eiche City (10437) mit einer Gesamtdicke von 4,3 mm und 0,2 mm Nutzschrift ist einfach und schnell zu verlegen. Nutzungsklasse 31, integrierte Dämmung und 10 Jahre Garantie. Format: 1.220 x 180 mm.

bisher bei uns, €/m² **33.99**
Fußleiste passend, unser Preis €/lfm. **3.75**
Alles zusammen: **37.74**
jetzt nur €/m² 24,99 einschließlich Dämmung und Fußleiste

Rigid-Vinyl
Dieser Designboden in authentischer Steinoptik überzeugt durch Qualität und Form. So kann er auch in Feuchträumen zum Einsatz kommen. Bergamo (10364) mit 5 mm Stärke, 0,3 mm Nutzschrift, Nutzungsklasse 31, integrierte Dämmung und 15 Jahre Garantie. Format: 610 x 305 mm.

bisher bei uns, €/m² **29.99**
Fußleiste passend, unser Preis €/lfm. **3.75**
Alles zusammen: **33.74**
jetzt nur €/m² 26,99 einschließlich Dämmung und Fußleiste

Rigid-Vinyl
Dieser Vinylboden überzeugt durch die innovative Technologie und hervorragende Qualität. Sie sind besonders stabil und feuchtigkeitsresistent. Das Breitdielenformat in authentischer Landhausdielenoptik liegt absolut im Trend und kann in allen Wohn- und Arbeitsbereichen zum Einsatz kommen. Toronto (10392) mit 5 mm Stärke, 0,3 mm Nutzschrift, Nutzungsklasse 31, integrierte Dämmung und 20 Jahre Garantie. Format: 1.220 x 229 mm.

bisher bei uns, €/m² **39.99**
Fußleiste passend, unser Preis €/lfm. **3.75**
Alles zusammen: **43.74**
jetzt nur €/m² 29,99 einschließlich Dämmung und Fußleiste

Ponza Smoky Oak

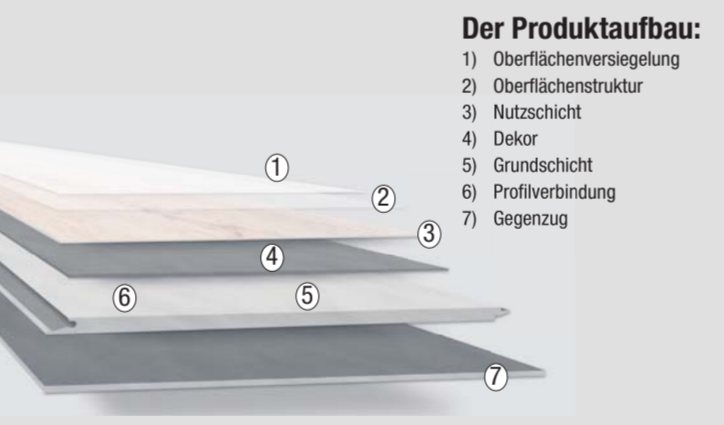
Klick-Vinyl
Die Serie Winéo 800 bietet ein Optimum an Qualität und Optik und erfüllt alle Anforderungen eines hochwertigen Bodenbelags. Das authentische Eiche-Dekor im XL-Format für den rustikalen Einrichtungsstil: Santorini Deep Oak, 5 mm Stärke, 0,55 mm Nutzschrift, Nutzungsklasse 42 und 25 Jahre Garantie. Format: 1.505 x 237 mm.

LVP des Herstellers €/m² **57.95**
Spezial-Dämmung 1,5 mm stark, unser Preis €/m² **7.95**
Fußleiste passend, unser Preis €/lfm. **3.75**
Alles zusammen: **69.65**
jetzt nur €/m² 32,99 einschließlich Dämmung und Fußleiste

Die praktischen Böden für alle Wohn- und Arbeitsbereiche

Grenzenlose Dekorvielfalt trifft auf Widerstandsfähigkeit. Vinylböden sind mit ihrer geringen Aufbauhöhe praktisch überall einsetzbar – ob in Feuchträumen oder Wohn- und Arbeitsbereichen. Sie sind einfach und schnell zu verlegen, dank ihres Klick-Systems.

- Vorteile von Vinylböden:**
- Strapazierfähig
 - Pflegeleicht
 - Geräuscharm
 - Fußwarm
 - Gelenkschonend
 - Feuchtraumgeeignet
 - Rutschfest
 - Fleckenunempfindlich
 - Antistatisch
 - Geeignet für Warmwasserfußbodenheizung



Ambition Oak Calm

Klick-Vinyl
Modern und vielseitig, mit authentischer Haptik und Optik im natürlichem Landhausstil. Die extra breiten und langen Dielen runden die Gestaltung perfekt ab. Dekor Wish Oak Smooth mit 4,5 mm Stärke, 0,3 mm Nutzschrift, Nutzungsklasse 31 und 15 Jahre Garantie. Format: 1.307 x 235 mm.

LVP des Herstellers €/m² **45.95**
Spezial-Dämmung 1,5 mm stark, unser Preis €/m² **7.95**
Fußleiste passend, unser Preis €/lfm. **3.75**
Alles zusammen: **57.65**
jetzt nur €/m² 27,99 einschließlich Dämmung und Fußleiste

Pyrenäen Eiche

Klick-Vinyl
Ein Vinylboden der Spitzenklasse aus dem Hause BoDomio. Die Optik und Haptik der Holzdekore sind täuschend echt. Dekor Flaumeiche (5718), 4,5 mm Stärke, 0,3 mm Nutzschrift, Nutzungsklasse 31 und 20 Jahre Garantie. Format: 1.461 x 242 mm.

bisher bei uns, €/m² **36.99**
Spezial-Dämmung 1,5 mm stark, unser Preis €/m² **7.95**
Fußleiste passend, unser Preis €/lfm. **3.75**
Alles zusammen: **48.69**
jetzt nur €/m² 28,99 einschließlich Dämmung und Fußleiste

Wish Oak Smooth

Klick-Vinyl
Designböden aus der Serie winéo 800 vermitteln purer Wohngefühl, sind feilsch, fußwarm gelenkschonend und sind einfach zu pflegen. Dekor Coppenhagen Frosted Pine eignet sich ideal für die helle Raumbestaltung. 5 mm Stärke, 0,55 mm Nutzschrift, Nutzungsklasse 42 und 25 Jahre Garantie. Format: 1.212 x 185 mm.

LVP des Herstellers €/m² **55.95**
Spezial-Dämmung 1,5 mm stark, unser Preis €/m² **7.95**
Fußleiste passend, unser Preis €/lfm. **3.75**
Alles zusammen: **67.65**
jetzt nur €/m² 29,99 einschließlich Dämmung und Fußleiste

Wish Oak Smooth

Klick-Vinyl
Trendsetter in authentischer Holzoptik, verschafft ein einzigartiges Raumgefühl. Oberfläche mit mattem Schimmer und natürlich Haptik vermitteln ein warmes Wohlfühlambiente. 4,5 mm Stärke, 0,3 mm Nutzschrift, Nutzungsklasse 31 und 10 Jahre Garantie. Format: 1.212 x 185 mm.

bisher bei uns, €/m² **39.99**
Spezial-Dämmung 1,5 mm stark, unser Preis €/m² **7.95**
Fußleiste passend, unser Preis €/lfm. **3.75**
Alles zusammen: **51.69**
jetzt nur €/m² 29,99 einschließlich Dämmung und Fußleiste

Laminat DEPOT

**NEUE Öffnungszeiten: Mo. bis Fr. 8 - 19 Uhr, Sa. 8 - 16 Uhr
Jeden Sonntag: Schautag 12 - 16 Uhr (keine Beratung, kein Verkauf)**

www.laminatdepot.de

BO-Wattenscheid
Verkaufsfläche 1800 m²
Im Steinhof 5a · 44866 Bo.-Wattenscheid, AS WAT-West · Tel. 02327-965285

Dortmund
Verkaufsfläche 1800 m²
Arminiusstr. 50 · 44149 Dortmund
Tel. 0231-9252390

Duisburg
Verkaufsfläche 3000 m²
Essen-Steeler-Str. 65 · 47138 Duisburg
Nähe Mercator-Center · Tel. 0203-41719204

Essen
Verkaufsfläche 1200 m²
Schederhofstr. 123 · 45145 Essen,
gegenüber ALDI · Tel. 0201-89945031

Gelsenkirchen
Verkaufsfläche 1400 m²
Lockhofstr. 5a · 45881 Gelsenkirchen,
AS GE-Zentrum · Tel. 0209-17744374

Iserlohn
Verkaufsfläche 2000 m²
Osemundstraße 5 · 58636 Iserlohn,
Tel. 02371-7791356

Mülheim a.d. Ruhr
Verkaufsfläche 800 m²
Friedr.-Ebert-Str. 200 an der B223 ·
45473 Mülheim/R. · Tel. 0208-74068910

Solingen
Verkaufsfläche 1800 m²
Landwehr 57 · 42697 Solingen, Nähe A3,
AS Solingen/Langenfeld · Tel. 0212-64578102

Velbert · TapetenHALLE
Verkaufsfläche 2000 m²
Am Buschberg 60 · 42549 Velbert,
A44 AS Velbert-Nord · Tel. 02051-57355

Wuppertal
Verkaufsfläche 1600 m²
Uellendahler Str. 408 · 42109 Wuppertal,
REWE-Gelände · Tel. 0202-2571770

Auch in Bielefeld, Lippstadt, Paderborn, Porta Westfalica und Hamburg

Ausgezeichnet:
Heimtex Star 2019
Fachhändler des Jahres
5TH Heimtex Hamburg
www.raumausstattung.de
Soziales Engagement

TEST Bild TOP SERVICE-QUALITÄT
AUSGABE 3/2021
Konsumentenbefragung
★★★★★ 2021/22
LaminatDEPOT
IN DER KATEGORIE LIFESTYLE & SHOPPING

Verwaltung: Peter & Schaffart GmbH · Rosenkamp 10 · 42549 Velbert



Vinyl- böden

Aktionszeitraum:
29.01. – 12.02.22
bzw. nur solange
Vorrat reicht!

jetzt stark reduziert!



Rigid-Vinyl
Der robuste und gar nicht wasserscheue Bodenbelag für alle Räume im Wohn- und Gewerbebereich. Dekor Eiche City (10437) mit einer Gesamtdicke von 4,3 mm und 0,2 mm Nutzschrift ist einfach und schnell zu verlegen. Nutzungsklasse 31, integrierte Dämmung und 10 Jahre Garantie. Format: 1.220 x 180 mm.

bisher bei uns, €/m² **33.99**
Fußleiste passend, unser Preis €/lfm. **3.75**
Alles zusammen: **37.74**
jetzt nur €/m²
24.99 einschließlich Dämmung und Fußleiste

Rigid-Vinyl
Dieser Designboden in authentischer Steinoptik überzeugt durch Qualität und Form. So kann er auch in Feuchträumen zum Einsatz kommen. Bergamo (10364) mit 5 mm Stärke, 0,3 mm Nutzschrift, Nutzungsklasse 31, integrierte Dämmung und 15 Jahre Garantie. Format: 610 x 305 mm.

bisher bei uns, €/m² **29.99**
Fußleiste passend, unser Preis €/lfm. **3.75**
Alles zusammen: **33.74**
jetzt nur €/m²
26.99 einschließlich Dämmung und Fußleiste

Klick-Vinyl
Modern und vielseitig, mit authentischer Haptik und Optik im natürlichem Landhausstil. Die extra breiten und langen Dielen runden die Gestaltung perfekt ab. Dekor Wish Oak Smooth mit 4,5 mm Stärke, 0,3 mm Nutzschrift, Nutzungsklasse 31 und 15 Jahre Garantie. Format: 1.307 x 235 mm.

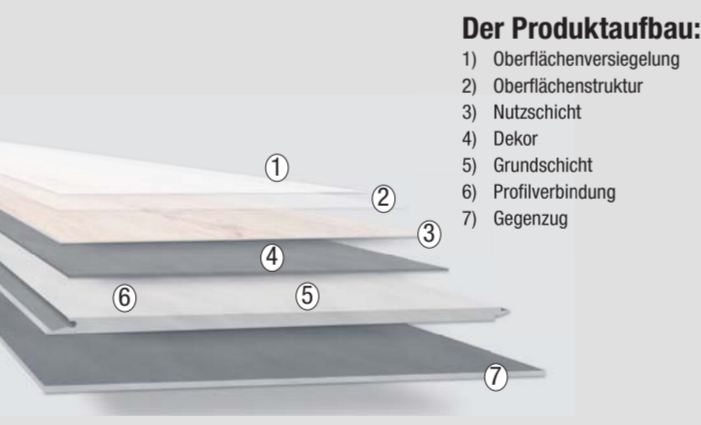
LVP des Herstellers €/m² **45.95**
Spezial-Dämmung 1,5 mm stark, unser Preis €/m² **7.95**
Fußleiste passend, unser Preis €/lfm. **3.75**
Alles zusammen: **57.65**
jetzt nur €/m²
27.99 einschließlich Dämmung und Fußleiste

Klick-Vinyl
Ein Vinylboden der Spitzenklasse aus dem Hause BoDomio. Die Optik und Haptik der Holzdekore sind täuschend echt. Dekor Flaumeiche (5718), 4,5 mm Stärke, 0,3 mm Nutzschrift, Nutzungsklasse 31 und 20 Jahre Garantie. Format: 1.461 x 242 mm.

bisher bei uns, €/m² **36.99**
Spezial-Dämmung 1,5 mm stark, unser Preis €/m² **7.95**
Fußleiste passend, unser Preis €/lfm. **3.75**
Alles zusammen: **48.69**
jetzt nur €/m²
28.99 einschließlich Dämmung und Fußleiste

Die praktischen Böden für alle Wohn- und Arbeitsbereiche
Grenzenlose Dekorvielfalt trifft auf Widerstandsfähigkeit. Vinylböden sind mit ihrer geringen Aufbauhöhe praktisch überall einsetzbar – ob in Feuchträumen oder Wohn- und Arbeitsbereichen. Sie sind einfach und schnell zu verlegen, dank ihres Klick-Systems.

- Vorteile von Vinylböden:**
- Strapazierfähig
 - Pflegeleicht
 - Geräuscharm
 - Fußwarm
 - Gelenkschonend
 - Feuchtraumgeeignet
 - Rutschfest
 - Fleckenunempfindlich
 - Antistatisch
 - Geeignet für Warmwasserfußbodenheizung



Rigid-Vinyl
Dieser Vinylboden überzeugt durch die innovative Technologie und hervorragende Qualität. Sie sind besonders stabil und feuchtigkeitsresistent. Das Breitdielenformat in authentischer Landhausdielenoptik liegt absolut im Trend und kann in allen Wohn- und Arbeitsbereichen zum Einsatz kommen. Toronto (10392) mit 5 mm Stärke, 0,3 mm Nutzschrift, Nutzungsklasse 31, integrierte Dämmung und 20 Jahre Garantie. Format: 1.220 x 229 mm.

bisher bei uns, €/m² **39.99**
Fußleiste passend, unser Preis €/lfm. **3.75**
Alles zusammen: **43.74**
jetzt nur €/m²
29.99 einschließlich Dämmung und Fußleiste

Klick-Vinyl
Die Serie Wineo 800 bietet ein Optimum an Qualität und Optik und erfüllt alle Anforderungen eines hochwertigen Bodenbelags. Das authentische Eiche-Dekor im XL-Format für den rustikalen Einrichtungsstil: Santorini Deep Oak, 5 mm Stärke, 0,55 mm Nutzschrift, Nutzungsklasse 42 und 25 Jahre Garantie. Format: 1.505 x 237 mm.

LVP des Herstellers €/m² **57.95**
Spezial-Dämmung 1,5 mm stark, unser Preis €/m² **7.95**
Fußleiste passend, unser Preis €/lfm. **3.75**
Alles zusammen: **69.65**
jetzt nur €/m²
32.99 einschließlich Dämmung und Fußleiste

Klick-Vinyl
Designböden aus der Serie wineo 800 vermitteln purer Wohngefühl, sind feilsch, fußwarm gelenkschonend und sind einfach zu pflegen. Dekor Coppenhagen Frosted Pine eignet sich ideal für die helle Raumbgestaltung. 5 mm Stärke, 0,55 mm Nutzschrift, Nutzungsklasse 42 und 25 Jahre Garantie. Format: 1.212 x 185 mm.

LVP des Herstellers €/m² **55.95**
Spezial-Dämmung 1,5 mm stark, unser Preis €/m² **7.95**
Fußleiste passend, unser Preis €/lfm. **3.75**
Alles zusammen: **67.65**
jetzt nur €/m²
29.99 einschließlich Dämmung und Fußleiste

Klick-Vinyl
Trendsetter in authentischer Holzoptik, verschafft ein einzigartiges Raumgefühl. Oberfläche mit mattem Schimmer und natürlich Haptik vermitteln ein warmes Wohlfühlambiente. 4,5 mm Stärke, 0,3 mm Nutzschrift, Nutzungsklasse 31 und 10 Jahre Garantie. Format: 1.212 x 185 mm.

bisher bei uns, €/m² **39.99**
Spezial-Dämmung 1,5 mm stark, unser Preis €/m² **7.95**
Fußleiste passend, unser Preis €/lfm. **3.75**
Alles zusammen: **51.69**
jetzt nur €/m²
29.99 einschließlich Dämmung und Fußleiste

Laminat DEPOT

**NEUE Öffnungszeiten: Mo. bis Fr. 8 - 19 Uhr, Sa. 8 - 16 Uhr
Jeden Sonntag: Schautag 12 - 16 Uhr (keine Beratung, kein Verkauf)**

www.laminatdepot.de

BO-Wattenscheid
Im Steinhof 5a · 44866 Bo.-Wattenscheid, AS WAT-West · Tel. 02327-965285
Verkaufsfläche **1800 m²**

Dortmund
Arminiusstr. 50 · 44149 Dortmund
Tel. 0231-9252390
Verkaufsfläche **1800 m²**

Duisburg
Essen-Steeler-Str. 65 · 47138 Duisburg
Nähe Mercator-Center · Tel. 0203-41719204
Verkaufsfläche **3000 m²**

Essen
Schederhofstr. 123 · 45145 Essen,
gegenüber ALDI · Tel. 0201-89945031
Verkaufsfläche **1200 m²**

Gelsenkirchen
Lockhofstr. 5a · 45881 Gelsenkirchen,
AS GE-Zentrum · Tel. 0209-17744374
Verkaufsfläche **1400 m²**

Iserlohn
Osemundstraße 5 · 58636 Iserlohn,
Tel. 02371-7791356
Verkaufsfläche **2000 m²**

Mülheim a.d. Ruhr
Friedr.-Ebert-Str. 200 an der B223 ·
45473 Mülheim/R. · Tel. 0208-74068910
Verkaufsfläche **800 m²**

Solingen
Landwehr 57 · 42697 Solingen, Nähe A3,
AS Solingen/Langenfeld · Tel. 0212-64578102
Verkaufsfläche **1800 m²**

Velbert · TapetenHALLE
Am Buschberg 60 · 42549 Velbert,
A44 AS Velbert-Nord · Tel. 02051-57355
Verkaufsfläche **2000 m²**

Wuppertal
Uellendahler Str. 408 · 42109 Wuppertal,
REWE-Gelände · Tel. 0202-2571770
Verkaufsfläche **1600 m²**

Auch in Bielefeld, Lippstadt, Paderborn, Porta Westfalica und Hamburg

Ausgezeichnet:
Heimtex Star 2019
Fachhändler des Jahres
5TH Heimtex Hamburg
www.raumausstattung.de
Soziales Engagement

TEST Bild
TOP SERVICE-QUALITÄT
AUSGABE 3/2021
Konsumentenbefragung
★★★★★ 2021/22
LaminatDEPOT
IN DER KATEGORIE LIFESTYLE & SHOPPING

Verwaltung: Peter & Schaffart GmbH · Rosenkamp 10 · 42549 Velbert

GASTRONOMIE-TIPP

Besondere Location mit Gewinnchance

ALEX heizt ein

Ein Winterspaziergang bei klirrender Kälte und knirschendem Schnee ist super! Rundum genießen kann man diesen aber nur, wenn man sich gut einpackt und danach wieder richtig aufwärmt. Noch bis März heizen die 40 deutschen ALEX-Gastronomiebetriebe ihren Gästen so richtig ein – mit fantasievollen Hot-Drinks-Kreationen mit und ohne Schuss, die den 08/15-Glühwein ziemlich alt aussehen lassen und mit magischer Wärme verführen.



Wie etwa der „Hot Havana“ auf Basis von weißem Rum infused mit Botanicals und Zitrus, dazu leckerer Zimtsirup sowie heißer Apfel- und Zitronensaft. Oder der „Vanilla Bramble“. Hier trifft Gin mit natürlichen Brombeer- und Himbeeraromen auf Vanillesirup, Zitronensaft, Maracujanektar und Ginger Ale. Ganz ohne Schuss wird der „Spicy Orange Spritz“ gemixt. Er lässt mit einer Komposition aus natürlichen Pflanzenextrakten, Bergamotte, ausgewogenen Gewürzen, frischer Limetensäure, lieblichem Mandelaroma, Orangensaft und Spicy Ginger Ale die Geschmacksnerven förmlich explodieren.

Zu den Highlights der Winter-Drinks zählt der „ALEX Winter-Punsch“ mit blutorangigem Martini Fiero, Zimtsirup, Zitronen-, Apfel- und Orangensaft und einer Zimtstange... just a punch of Hocus Pocus! Ob dieser neu interpretierte Hot Drink wohl auch Mozart geschmeckt hätte? Der soll nämlich ganz vernarrt in das im 17. Jahrhundert von Seefahrern von Indien nach Europa gebrachte „pantusch“-Heißgetränk gewesen sein, das seinerzeit wohl aus den fünf Zutaten Branntwein, Wasser, Zucker, Pomeranzensaft und Muskatnuss bestand. Die Sicherheit für Gäste und Mitarbeitende steht bei ALEX an erster Stelle und wird durch ein umfangreiches, professionelles Hygienekonzept sowie die Befolgung aller behördlichen Auflagen gewährleistet. Über die geltenden lokalen Corona-Regeln informiert www.dein-alex.de unter dem jeweiligen Betrieb.

Weitere Infos und aktuelle News unter www.dein-alex.de | www.facebook.com/alexgastro. Unter unseren Lesern vergeben wir 5 Verzehrgutscheine. Diese werden unter allen verlost, die sich bis Montag, 11 Uhr, bei der CW unter verlosung@cronenberger-woche.de melden (Namen, Telefonnummer und Stichwort nicht vergessen!) oder die am Montag, 31. Januar, in der Zeit von 11 bis 11.20 Uhr unter Telefon 478 11 02 bei der CW anrufen. Stichwort: Alex heizt ein

Bier & Eichmann GmbH

Malerarbeiten & vieles mehr

Cronenberg. Wenn es um fachgerechte Malerarbeiten und mehr geht, sollte man nichts dem Zufall überlassen. Denn Fachwissen und Kompetenz sind es, mit denen Sieghard Eichmann und Holger Bier aufgrund ihrer langen Berufstätigkeit punkten können. Und davon profitieren in erster Linie auch ihre Kunden. Seit kurzem bietet das Unternehmen mit Firmensitz in Ludwigsburg und Cronenberg auch hierzulande seine Dienste an. Ein unverbindliches Angebot gibt es unter:

Kontakt

Bier & Eichmann GmbH
Cronenfelder Straße 40
42349 Wuppertal
Tel.: 0171/3 67 85 86
s.eichmann@bier-eichmann.de
www.bier-eichmann.de

15% Rabatt
auf ein Produkt Ihrer Wahl*
bei Vorlage dieses Gutscheins bis zum 28.02.2022

* Ausgenommen sind Angebotsartikel und verschreibungspflichtige Arzneimittel. Nicht kombinierbar mit anderen Rabattaktionen und / oder weiteren Gutscheinen.



Cronenberger Straße 347, 42349 Wuppertal
Telefon: (02 02) 40 10 50, Web: www.hahnerberg-apotheke.de

Gesucht: Traumurlaub für Immobilie

Werbeagentur bietet Tausch des Lebens

Wuppertal. Ob zum Mieten, Kaufen oder zum Selberbauen, auf der Suche nach der passenden Immobilie hat eine Agentur einen ganz besonderen Weg eingeschlagen. Unter dem Motto: „Tausche Traumurlaub gegen Immobilie.“

Wer dem Kunden der Agentur den alles entscheidenden Tipp für eine passende Filial-Immobilie in Wuppertal gibt, bekommt einen Traumurlaub nach Wunsch für bis zu 10.000 Euro. Hierfür sind auf allen Video-Werbetafeln in Wuppertal bereits entsprechende Motive geschaltet worden.

Zum Hintergrund heißt es: „Unser Kunde lebt selbst in Wuppertal. Hier hat er mit seinem großen mittelständischen Unternehmen bereits eine Filiale - nur hier läuft in drei Jahren der Mietvertrag aus“. Die Suche nach einem Nachfolge-Objekt über Immobilienmakler blieb bis dato leider erfolglos. Aber trotzdem steht fest:



Ein Tipp, der sich lohnt: „Immobilie für mich – Ibiza für Dich“.

| Foto: schüngelschwarz GmbH

Wuppertal soll weiter Filialstandort bleiben. Weil es sich einfach betriebswirtschaftlich lohnt und weil natürlich das Herz an der Stadt hängt, wo der Kunde auch

zuhause ist. Und selbstverständlich gibt es auch eine begleitende Website dazu: www.immo-gegen-urlaub.de.



Junge, in Cronenberg verwurzelte Familie möchte endlich ins eigene Nest.

Wir suchen im Raum Kühlenhahn bis Sudberg ein Haus oder ein Baugrundstück.

Suchen Sie einen Käufer oder kennen Sie jemanden, der einen Käufer sucht?

Dann freuen wir uns sehr über Ihren Anruf.
Rufnummer 0163 719 79 76

Kleinanzeigen-Markt

Fon: **4 78 11 02**, Fax: **4 78 11 12**, Web: cronenberger-woche.de/kleinanzeigen

Ihre private Kleinanzeige für nur 5,- Euro (3 Zeilen), jede weitere Zeile 2,- Euro – gewerblich 2,- Euro pro Zeile, **Annahmeschluss** für die folgende Ausgabe ist immer mittwochs um 17 Uhr.

Malermeister
Ingo Danowski
Tel.: 01 75 / 5 2 000 90

Arbeitsmarkt

Cronenberger Versicherungsmakler sucht eine/n Mitarbeiter/in mit Erfahrung aus dem Versicherungs- und/oder Bankbereich. Weiterhin ist eine Stelle für leichtere Bürotätigkeiten zu besetzen.
Tel.: 0202/94606999

Digital Sales Manager (m/w/d) auch nebenberuflich gesucht. Mehr Infos: www.bergische-jobs.de/karriere

An- & Verkauf

MILITÄRMUSEUM kauft alles aus 1. und 2. Weltkrieg; Orden, Uniformen, Dokumente, Dolche, Helme, Fotos u.v.m. – coronagerechte Abwicklung. Vielen Dank! Tel.: 477884

Anzeigen online aufgeben
www.cronenberger-woche.de

Geschäftsanzeigen

UMZÜGE SCHNEPPE – Umzüge nah+fern seit 1990 – Tel.: 0202-7240821
www.umzuege-schneppe.de
Treppenhau- u. Fensterreinigung, Fa. H.G.S. Hausmann Wuppertal, Tel.: 0202-38487144

Kfz-Markt

Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen, Tel.: 03944-36160, www.wm-aw.de Fa.

Unfallschäden, Karosserie + Lackierarbeiten + lackschadensfreie Ausbeultechnik, eigene Lackierkabine.
Autohaus Stratmann, Tel.: 475118
Roller – Motorrad – Quad, Verkauf-Werkstatt-Service-Teile-Reifen, www.mototrend.de, Tel.: 450000

Wir kaufen Ihr Nutzfahrzeug! Lkw, Transporter, Baumaschinen.
Marius Bröcking, Zum Tal 53, Tel.: 7053367 od. 0172-9529601
Alles rund ums Auto: www.cronenberger-branchen.de

Dies und Das

Integration durch Sport im Verein beim SSV Germania 1900, www.ssv-germania1900.de, Tel.: 28368990

Kunterbunte Fußball-Hobbytruppe im Alter von 18 bis 73 Jahren freut sich über Verstärkung. Spielzeit: Immer mittwochs von 18.30-20 Uhr auf dem Gym (Friedrichsberg). Infos gerne unter Tel. 0163-4781100

Kurse/Unterricht

Privatlehrer erteilt Nachhilfe in Mathe., Englisch, Deutsch, komme ins Haus, Tel.: 29998281/82

Musikschule, Nachhilfe und mehr – wo kann man in Cronenberg lernen? www.cronenberger-branchen.de
Ashtanga Yoga für Jede + Jeden. Mit der Zehnerkarte die Kurse flexibel online buchen. PilatesPur, Rathausstrasse 28. Einstieg JEDERZEIT möglich. Schnupperstunde € 10. www.pilatespur.com + Tel. 7053416

GABRIELE HAARKAMP
Immobilien & Hausverwaltung

Schwabhausenfeld 1
42349 Wuppertal
Telefon (0202) 7475895
www.haarkamp.com

Mietgesuche

2 solide Cronenberger in beruflicher Festanstellung (Handwerk + öffentl. Dienst) mit einem gut erzogenen Hund suchen zeitnah ein schönes Zuhause - Wohnung oder Haus (zur Miete od. Kauf). Ab 2 Zimmer mit Balkon, Terrasse od. Garten.
Tel.: 0176/43173339

Vermietung

Oberdahl, 3Zi, 72qm, 1. Etg., komplett renoviert, Bad neu, großer Wohnbereich. 590,- Euro+ Nebenkosten
Tel. 0151 40093559

3 Zi.-Whg, 82 qm, ab 1.3., G-WC, Duschbad, kleine Küche, gr. Wohnzimmer ruhige Lage
Tel.: 0163/7298445

W.-Cro, Paulussenstr. 23, 2-Raum-Whg, 45,69 qm, KDB, ab sofort zu vermieten, ruhige Lage. WM 413,- + Kaut., Tel.: 015736544877

Immobilienangebote

Kleine Familie sucht Haus (groß oder klein) mit Garten im wunderschönen Cronenberg (& Umgebung)
Tel.: 017623975835 wir freuen uns!

Haus oder Grundstück in CB/und Umgebung in ruhiger Lage für privat gesucht! Tel. 70550609

Suche 3 Zimmer Wohnung zum Kauf von Privat Tel.: 0202-26157838

Dreiköpfige Familie sucht Haus, freistehend o. Doppelhaushälfte, in Cronenberg oder Umgebung Mobil.: 01728473492

Cronenberger Familie (Lehrer mit 3 Kindern) sucht dringend neue Bleibe! Haus oder Wohnung gerne zum Kauf! Tel.: 0202/28 39 623 oder 0179/568 53 32

Ferienwohnung

Cro., schöne, günstige FeWo für ihre Freunde, Familie oder Mitarbeiter, ob Kurzbesuch oder Zuhause auf Zeit. Infos gerne unter
Tel.: 0173-4161594

Cron., moderne und günstige FeWos in toller Lage – für Sie, Familie oder Mitarbeiter, individuell Kurzbesuch oder Zuhause auf Zeit, opt. Parkplatz in beh. Garage.
Infos gerne unter 0202-29 54 92 42 und 0176-63 75 92 70

Anzeigen online aufgeben
www.cronenberger-woche.de

Impressum

Verlagsleitung:
Kemmmanstraße 6, 42349 Wuppertal

Die „Cronenberger Woche“ erscheint wöchentlich freitags im Echo-Verlag. Die Verteilung erfolgt durch kostenlose Zustellung im Raum Cronenberg und der oberen Südstadt.

Vertrieb:
Echo Verlagsgesellschaft mbH
Postfach 120 368, 42333 Wuppertal

Redaktion: ☎ 47 81 100
Anzeigen: ☎ 47 81 102
Faxnummer: ☎ 47 81 112

E-Mail: info@cronenberger-woche.de • **Internet:** www.cronenberger-woche.de

Herausgeber & Redaktion: Oliver Grundhoff u. Meinhard Koke
Anzeigen & Vertrieb: Sonja Bungart, Margret u. Werner Grundhoff, Christine Koke
Druck: Druck- und Verlagszentrum GmbH
Hohensyburgstraße 65-67, 58099 Hagen

Es gilt die Anzeigenpreislise Nr. 7 vom 01.03.2020.

Annahmeschluss: immer mittwochs (17 Uhr) vor dem Erscheinungstermin

Notdienste:

(Beginn und Ende jeweils 9.00 Uhr)

Sa. 29.01.	Europa-Apotheke am Wall, Wall 1, Elberfeld	☎ 45 40 87
So. 30.01.	Sonnen-Apotheke, Ascheweg 16, Ronsdorf	☎ 46 00 001
Mo. 31.01.	Albert-Schweitzer-Apotheke, Staatsstr. 19, Ronsdorf	☎ 46 25 25
Di. 01.02.	Einhorn-Apotheke, Weststr. 25, Elberfeld	☎ 42 38 08
Mi. 02.02.	Dorper Apotheke, Hauptstr. 12, Cronenberg	☎ 47 03 30
Do. 03.02.	Delphin-Apotheke, Tannenberger Str. 58, Elberfeld	☎ 42 96 799-0
Fr. 04.02.	Vitalis-Apotheke, Hammesberger Str. 5, RS	☎ (02191) 5 89 10 25

Ärztlicher Notdienst: 116 117
Zahnärztlicher Notdienst: 0180/5 98 67 00
Tierärztlicher Notdienst: 7 99 94 90



Alten- und Altenpflegeheime

Die Alten- und Altenpflegeheime der Stadt Wuppertal betreiben sieben Einrichtungen der Altenpflege im Stadtgebiet Wuppertal mit Kompetenz und Erfahrung in den Bereichen stationäre Pflege, Pflege von Menschen mit Demenz und Kurzzeitpflege.

Wir suchen:

Pflegefachkräfte (m/w/d)
mit einer abgeschlossenen dreijährigen Ausbildung in der Alten- oder Krankenpflege

Pflegeassistent*innen (m/w/d)
mit einer einjährigen Ausbildung in der Alten- oder Krankenpflege

Auszubildende
zur Pflegefachfrau/ zum Pflegefachmann

Wir bieten Ihnen:

- einen zukunftssicheren Arbeitsplatz
- tarifliche Vergütung nach dem Tarifvertrag für den öffentlichen Dienst
- Weihnachtsgeld
- Leistungsprämie
- betriebliche Altersvorsorge
- eine kollegiale Arbeitsatmosphäre
- eine strukturierte Einarbeitung
- zahlreiche Möglichkeiten der beruflichen Fort- und Weiterbildung

Als familienfreundlicher Arbeitgeber nimmt die Stadt Wuppertal am Audit Beruf und Familie teil. Bewerbungen geeigneter Schwerbehinderter sind erwünscht.

Ausführliche Informationen über unsere Einrichtungen finden Sie auf unserer Homepage unter www.altenheime-wuppertal.de. Bei Fragen wenden Sie sich bitte an unsere Personalabteilung, Frau Körber oder Frau Kretzer, ☎ 0202 / 27 558-511 oder -519.

Wir freuen uns auf Ihre Bewerbungen an:
Alten- und Altenpflegeheime der Stadt Wuppertal,
Postfach 13 18 65, 42045 Wuppertal,
oder per E-Mail: aph.bewerbung@aph.wuppertal.de.

DREWS! Jalousien, Vorlächer, Fenster, Türen

Markisen- und Rolladenbau
Schlingensamer Str. 69a • 42633 Solingen
Tel. 0212/2490-0
www.drews-ss.de

ELEKTRO JOCKER

Licht- Kraft-, Steuer- & Informationstechnik
Antennen & Satellitentechnik
Photovoltaikanlagen und
Montage von Ladestationen für E-Autos

Moderne Techniken nach alter Handwerkstradition
Fon 02 02 / 40 08 44
www.elektro-joecker.de

MANFRED HERZBERGER
Wohn- und Gewerbevermietung

Wir vermieten

Büroflächen

Anmietung ab sofort möglich:
Tel.: (0202) 47 50 44 oder
Mail: Hauptstr88@herzberger-wtal.de



WUPPSERVICE

Die Profis rund um die Entrümpelung

Korzerter Straße 7 • 42349 W.-Cronenberg
Tel.: 02 02 / 725 213 – 90
info@wupp-service.de



Sanitär-Heizung Herzberger

Hauptstraße 88
42349 Wuppertal

Tel.: (0202) 47 50 44
Fax: (0202) 4 78 01 89
info@herzberger-shk.de

Online-Heizungsangebote unter:
www.herzberger-shk.de

die Raumausstatter.

Bodenbelag
Aufmaß - Beratung - Verlegung
alles aus einer Hand

Tapetenwechsel
Raum für neue Ideen

www.tapetenwechsel-rs.de
Tel. 02191 - 5 911 914
Hammesberger Str. 5 42855 Remscheid

die Raumausstatter.

Gardinenwäsche
abhängen - waschen - aufhängen

Tapetenwechsel
Raum für neue Ideen

www.tapetenwechsel-rs.de
Tel. 02191 - 5 911 914
Hammesberger Str. 5 42855 Remscheid

Heizöl
günstig bei
Ernst ZAPP

Fon 021 91/81 2 14
Fax 021 91/84 02 48

kompetent
fachkundig
zuverlässig

Versicherungsfachbüro
Paul-Heinz Münch
NEU: Kemmannstraße 6
Telefon 02 02 / 40 577
42349 W.- Cronenberg
Telefax 02 02 / 47 65 47

die Raumausstatter.

Gardinenwäsche
abhängen - waschen - aufhängen

Tapetenwechsel
Raum für neue Ideen

www.tapetenwechsel-rs.de
Tel. 02191 - 5 911 914
Hammesberger Str. 5 42855 Remscheid



»Nur Seifenblasen können wir nicht verpacken!«

BREER GmbH

Umzüge In- und Ausland
Möbellagerung
Möbelaußenauzug

(02 02) 47 53 33

Südstadt Ehestreit eskalierte dramatisch

Bei einer ehelichen Auseinandersetzung wurde am vergangenen Samstag eine Frau in der Augustastraße durch Messerstiche schwer verletzt.

Laut Polizei kam es zu dem dramatischen Streit gegen 8.15 Uhr: Der 46-jährige Tatverdächtige soll im Verlauf der Auseinandersetzung mit einem Messer mehrfach auf seine 40-jährige Ehefrau eingestochen haben. Die Frau erlitt dadurch zwar schwere Verletzungen am Kopf und einem Arm, konnte sich aber zu einem Nachbarn flüchten.

Lebensgefahr bestand laut Polizei nicht, die Südstädterin musste aber zur stationären Behandlung in ein Krankenhaus gebracht werden. Der Tatverdächtige wurde

derweil kurze Zeit später in Tatortnähe widerstandslos festgenommen. Der 46-jährige wurde auf Antrag der Staatsanwaltschaft einem Haftrichter vorgeführt, der Untersuchungshaft anordnete. Staatsanwaltschaft und Polizei ermitteln wegen eines versuchten Tötungsdeliktes.

Die gemeinsamen vier Kinder im Alter von zehn Monaten sowie 2, 6 und 8 Jahren wurden der Obhut des Jugendamtes übergeben.

Über den Friedrichsberg



Die NaturFreunde Cronenberg gehen wie gewohnt am kommenden Mittwoch auf Wanderschaft: Von der Bushaltestelle „Hahnerberg“ aus geht es am 2. Februar ab 10 Uhr über den Friedrichsberg nach Elberfeld. Dort ist zum Abschluss des Fußmarsches eine Einkehr geplant.

Schwimmoper vier Tage zu

Südstadt. Die Schwimmoper bleibt vom heutigen Freitagabend bis einschließlich 1. Februar für den öffentlichen Badebetrieb geschlossen: Ab 18 Uhr können in dem Südstädter Bad am Johannisberg keine Bahnen mehr gezogen werden.

Grund für die viertägige Schließung der Schwimmoper ist das Bundesfinale des Deutschen Jugend-Mannschaftswettbewerbs (DMSJ) und die anschließende Schwallwasserreinigung.

Oberheidt Grüne für mehr Klima-Aspekte

Oberheidt. Die Grünen-Fraktion in der Bezirksvertretung (BV) Cronenberg steht einer Umwidmung der bisherigen Gewerbefläche am Oberheidt in Wohnbebauung grundsätzlich positiv gegenüber. Wohnraum werde derzeit dringend benötigt und die Flächen am Oberheidt seien derzeit bereits versiegelt, deswegen biete sich eine Bebauung hier an. Allerdings schlägt die Fraktion vor, die Umwidmung für ambitioniertere Gestaltungsvorgaben an den potenziellen Investor zu nutzen, als dies bisher laut Planung der Fall ist. Neben einer genossenschaftlichen Trägerschaft der Wohnbebauung, sollten dabei aus Sicht der Grünen-Fraktion Klima-Aspekte wie eine hohe Wärmeeffizienz der Gebäude Berücksichtigung finden. Ähnliches hatte auch die SPD bereits gefordert.

Angesichts Juli-Hochwassers „sollte die Schwammfähigkeit der Siedlung eine Grundvoraussetzung sein“, fordert Grünen-Bezirksvertreterin Eva Miriam Fuchs. „Darüber hinaus halten wir ein modernes Mobilitätskonzept, in dem die Siedlungsgemeinschaft Fahrzeuge gemeinschaftlich nutzt und ein Energiekonzept zur Eigenversorgung der Siedlung mit lokal erzeugter und gemeinschaftlich genutzter Solarenergie für wirklichkeitsweisende Anforderungen an eine Neuentwicklung.“ | Red.

Burgschänke 5 Jahre „bei Niko“

Beliebter Gastronom aus der Südstadt feiert kleines Inhaber-Jubiläum in dem Traditionshaus in Elberfeld / Insgesamt gehört Niko Vuicic sogar 25 Jahre zum „Burgschänke“-Team.



Haben sich auch durch fünf schwere Jahre hindurch mit viel Herzblut, Service und Klasse ihre (Stamm-)Kundschaft bewahrt: Niko Vuicic sowie Mitarbeiterin Julia vom „Burgschänke“-Team. | Foto: mko.

Wuppertal. Die Burgschänke ist eine Institution in Elberfeld: Das Restaurant in der Burgstraße 3, einer Seitenstraße direkt am Vonder-Heydt-Museum, besteht seit über 70 Jahren – es ist damit eine der ältesten gastronomischen Adressen in der Innenstadt. Ebenso eine Institution ist Niko Vuicic: Nachdem er zuvor 20 Jahre lang als beliebter Kellner dort war, übernahm der Südstädter sehr zur Freude der Stammgäste das Restaurant – „Burgschänke bei Niko“ heißt das Traditionshaus seitdem offiziell.

Das ist nun fünf Jahre her, die wohl kaum schwieriger hätten ausfallen können: Dass er zwei Hochwasser-Schäden sowie die Widernisse der Corona-Pandemie überstanden hat, wäre allein ein Grund zum Feiern. Insofern hätte Niko Vuicic auf sein kleines Inhaber-Jubiläum am letzten Wochenende vielleicht umso größer gefeiert, zumal seine Live-Band „uPto-Date“ dazu groß aufgespielt hätte. Pandemiebedingt war eine Jubiläumsfete aber natürlich nicht möglich.

Insofern dankt der Südstädter Gastronom auf diese Weise seinen zahlreichen Stammkunden, darunter auch den vielen Gästen aus dem CW-Land („Ich merke, wenn Schnee liegt und die Gäste aus Cronenberg nicht runterkommen können“), für ihre Treue in den vergangenen fünf Jahren, besonders natürlich in den bald

zwei Jahren der Pandemie.

Ausdrücklich dankbar ist Niko Vuicic ebenfalls für die Unterstützung seiner Ehefrau Vera und seines Sohnes Ivo sowie des zehnköpfigen „Burgschänke“-Teams. „Ich sage aber auch ‚Danke‘ für die Coronahilfen des Staates“, betont der 58-Jährige: Ohne die staatlichen Hilfen wären sehr viel mehr Gastronomie-Betriebe in den zwei Corona-Jahren kaputtgegangen, unterstreicht der sympathische Südstädter – vielleicht gäbe es auch seine „Burgschänke“ nicht mehr...

Kommentar: „Wie mein Wohnzimmer – zum Wohlfühlen!“

Nicht ohne Grund konnte sich das Traditionshaus auch in den letzten beiden Jahren auf seine Stammkunden verlassen: Die „Burgschänke“ ist ein Restaurant „alter (deutscher) Schule“, hier kann man nicht nur zum Essen Platz nehmen, sondern auch noch auf ein frisch gezapftes Bierchen am Tresen sitzen und mit Herzblut-Wirt Niko plaudern – das gibt es nicht mehr allzu oft! Ausdruck dieser Verbundenheit ist ein Kommentar auf der Facebook-Seite des Restaurants: „Die Burgschänke ist und bleibt mein Wohnzimmer“, schreibt dort ein Gast zum Fünfjährigen: „Ein Ort einfach zum Wohlfühlen!“

Viele Stammgäste, weil lecker, gutbürgerlich, frisch & preiswert Ein bisschen „wie früher“ ist auch die Speisekarte: Gutbürgerliches wie Spiegelei mit Bratkartoffeln, Heringsstip, Pfannekuchen, gebratene Blutwurst, verschiedene Toasts oder auch Leber und Fisch

stehen auf der „Burgschänke“-Karte – nichts ist „von der Stange“, alles frisch zubereitet und noch dazu preiswert. Die Hits sind die Schnitzel-Variationen oder auch der Reibekuchen-Tag (montags). Eine solche Karte gibt's nicht mehr allzu oft, nach dazu in der „Burgschänke“-Qualität – „alles läuft“, kann Niko Vuicic daher mit Grund überaus zufrieden feststellen, umso mehr nach diesem schwierigen Jahrfünft.

Fünfjähriges wird mit „uPtoDate“ nachgefeiert

Insofern blickt der „Burgschänke“-Inhaber optimistisch in die Zukunft, auch hoffend, bald das Fünfjährige nachfeiern zu können. Und zwar krachend: Wenn es die Pandemie-Lage zulässt, spätestens zum nächsten Elberfelder City-Fest, möchte Niko Vuicic mit seiner Band „uPtoDate“ wieder Party machen – wie das Video vom letzten Stadtfest auf der Facebook-Seite der „Burgschänke“ beweist, wird das Restaurant und die gesamte Burgstraße dann bestimmt wieder zu einer einzigen Festmeile...!

Auch wieder bei der Werkzeugkiste 2022 dabei

Und auch die Cronenberger können sich freuen: Auf der 26. Werkzeugkiste am 13. August wird der Schlagzeuger, der übrigens auch bei der Hedwigskids-Band von St. Hedwig den Takt schlägt, mit „uPtoDate“ im Rahmenprogramm dabei sein – bis dahin kann man ja auf ein Wiedersehen bei Reibekuchen, Schnitzel oder auch Palatschinken, Strudel & Co. bei Niko in der Burgstraße reinschauen!

wir legen Euch flach
und Ihr genießt den Schlaf



Lassen Sie sich einfach fallen - in die Welt guter Betten

Möbelhaus WELTEKE

Das richtig gute Möbelhaus in Wuppertal-Langerfeld
Jesinghauser Str. • Tel. 0202 260 86 11 • www.welteke.de

Notdienst
01 73 - 6 21 25 89

Glaseri Biermann
24 Stunden Notdienst
est. 1998

- Glas
- Fenster u. Türen aus Holz, Alu od. Kunststoff
- Spiegel
- Duschtrennungen
- Bleiverglasung
- Rollläden • Einbruch-Schutz und vieles mehr

Termine nach Vereinbarung

Inh. Maurice Grassnick - Glasermeister Fachbetrieb
Cronenfelder Straße 23 • 42349 W.-Cronenberg
Büro: 02 02 / 40 14 77 • www.glaserei-biermann.de
Email: info@glaserei-biermann.de

Häusliche Krankenpflege
Pieper & Wagner GbR
seit 1985

Cronenberger Straße 383 • 42349 Wuppertal
Telefon: (0202) 4 09 90 69

Für Ihre häusliche Versorgung machen wir uns stark!

- ✓ Grund- und Behandlungspflege
- ✓ Hauswirtschaftliche Versorgung
- ✓ Hausnotruf
- ✓ 24 Stunden Bereitschaft
- ✓ stundenw. Betreuung
- ✓ Pflegeberatung

Mitglied in der AG freie ambulante Krankenpflege e.V.

Bürozeiten: Mo. - Fr. 8.30 - 12.30 Uhr
Mo. - Do. 15.00 - 17.00 Uhr

Reparaturen aller Fabrikate

KFZ-Meisterbetrieb

Jetzt Termin für Wintercheck vereinbaren!



Manfred Schwarz
Hauptstr. 88, 42349 Wuppertal
Telefon: (0202) 28 38 28 92
Telefax: (0202) 28 38 28 94
kfz-manfredschwarz@t-online.de

Ihr Renault-Partner in Wuppertal-Cronenberg

Horst Köllner GmbH
Renault und Dacia




Händlerstraße 47
42349 Wuppertal
Tel.: (0202) 47 18 81
Fax: (0202) 47 79 82
www.autohauskoellner.de

REPARATUREN ALLER FABRIKATE

Friedrich Tuschhoff seit 1945

Schlosserei • Schweißerei • Metallbau
Verkehrstechnik

Heidestraße 32, 42349 Wuppertal
Tel. (0202) 470 403
Fax (0202) 471 932
Inh. Axel Leiensiep

Wir verarbeiten Metall...
Zertifizierter Fachbetrieb nach DIN EN 1090



Ihr Hausgerätespezialist
Reparaturen aller Marken
Autorisierter Fachhändler für:

Miele
SIEMENS
LIEBHERR
EFF
BOSCH
Constructa
Quooker
NIVONA

Service-Hotline 02 02 / 51 98 66 25

mts
Toellner GbR
Hahnerberger Str. 246c
42349 Wuppertal
www.hausgeraete-wuppertal.de

Seit 80 Jahren Ihr Partner für Neubau und Reparaturen

STÖRTE
GmbH & Co. KG

Bauunternehmung

Am Heynberg 26 · Tel. 46 47 06 · www.stoerte-bau.de

Tierwelt Vollmer Futterbedarf & mehr

Öffnungszeiten:
Täglich außer dienstags:
9.00 - 19.00 Uhr - durchgehend
Di.: 9-13 Uhr - nachm. geschlossen
Samstag: 9.00 - 14.00 Uhr

Nager-Zubehör
bis zu
30 % Rabatt
solange der Vorrat reicht

Unterkirchen 23 • 42349 Wtal
(0202) 70 53 88 85

Sie suchen Räumlichkeiten für Ihre Festivität?

Cronenberger Festsaal

Für jeden Anlass das Richtige. Auf Wunsch mit Komplett-Service

Nähere INFOS unter **47 53 42**
www.cronenberger-festsaal.de

FRIEDRICHS BAUELEMENTE

NEU -> Hauptstraße 33
42349 Wuppertal

Tel.: (0202) 47 00 17
Fax: (0202) 47 70 61
office@friedrichsbaulemente.de

Öffnungszeiten der Ausstellung:
Mo. - Do. 8:00 bis 16:30 Uhr
Fr. 8:00 bis 14:00 Uhr
Sa. 10:00 bis 12:00 Uhr

Ihr Partner für:

- Türen + Fenster
- Vordächer
- Rollläden
- Markisen

Genießer aufgepasst!
2x genießen, 1x sparen!

Jetzt schnell zugreifen:
Cronenberger Woche
Kemmmanstr. 6 • Tel.: 47 81 100

21,90 € statt **39,90 €**
Sonderpreis

6099 x 2:1 GUTSCHEINE
IN 4 GASTRO & FREIZEIT-SEKTOREN
MIT 4 FOLGEBÜCHERN: TALK & MORE

Gutscheinbuch
SCHLEMMERBLOCK
Wuppertal & Umgebung

Solingen
Werderstraße 11
Tel. 02 12/224 15 66

Friedenstraße 64
Tel.: 02 12/253 46 30

W.-Steinbecker Meile
Tannenbergsstraße 58
Tel. 02 02/3 09 76 47

Remscheid
Hastener Straße 22
Tel. 0 21 91/84 05 68

FRESSNAPF

Besuchen Sie uns am Hasten!

Remscheid - Hastener Straße 22
große Auswahl auf knapp 800 qm - neben Netto

Öffnungszeiten: Mo.-Sa., 9.00 - 20.00 Uhr

Ihr Fressnapf-Team

Schulzentrum Süd Fallzahlen nehmen Fahrt auf

Küllenbahn. „Nicht dramatisch, aber sich verschärfend“, so beschreibt Sabine Drübert, die stellvertretende Leiterin des Carl-Fuhlrott-Gymnasiums (CFG) die Infektionslage an ihrem Gymnasium: „Es wird mehr und mehr.“ In Zahlen sind das täglich acht bis zehn Positiv-Tests unter den rund 1.700 Schülern – zum Vergleich: Vor Weihnachten, so erläutert Drübert weiter, seien bis zu zehn Fälle pro Woche gezählt worden.

Dennoch: Komplette Klassen habe man bislang (noch) nicht in den Distanz-Unterricht schicken müssen, es gebe Klassen mit bis zu sechs Positiv-Fällen, aber auch solche mit gar keinen – durch die Verkürzung der Quarantäne-Zeit herrsche sozusagen „ein Kommen und Gehen“ am CFG, berichtet Sabine Drübert.

An der Friedrich-Bayer-Realschule (FBR) hat die Infektionslage „extrem Fahrt aufgenommen“, berichtet Schulleiter Marcus Dätig: Aufgrund der Fallzahlen mussten vier der insgesamt 27 FBR-Klassen in den Distanz-Unterricht wechseln. Insgesamt war etwa ein Fünftel der 800 Schüler zählenden Realschule gestern entweder positiv getestet oder als Kontaktperson freiwillig in Quarantäne.

Unfall Pkw kippte auf die Seite



Zu einem Unfall wurde die Freiwillige Feuerwehr Hahnerberg (FFH) am Dienstag gerufen: Gegen 12.30 Uhr war eine Frau mit ihrer Mercedes A-Klasse auf der Straße Im Hagen am Oberdahl unterwegs, als sie nach rechts abkam. Die 84-Jährige fuhr gegen einen geparkten Pkw, wodurch ihr Mercedes auf die Seite kippte.

Die Autofahrerin blieb unverletzt, die FFH-Einsatzkräfte brachten den Mercedes wieder in die rechte Position. Der Pkw musste anschließend abgeschleppt werden.

Weihnachtszeit vorbei Mit der FFH abgetakelt



Während die Abfallwirtschaftsgesellschaft die heimischen Tannenbäume bereits Anfang der letzten Woche abgehängt hatte, konnten sich die Küllenbahn am Straßenrand noch ein paar Tage länger an ihrem schönsten Baum erfreuen: Erst am letzten Samstag wurde der Weihnachtsbaum des Küllenbahn Bürgervereins, in dessen Schatten „in normalen Zeiten“ der „Küllenbahn Advent“ stieg, abgetakelt. Dabei erwies sich einmal mehr die Freiwillige Feuerwehr Hahnerberg als Freund und Helfer: Kevin Scharrmann und Benedikt Wand rückten mit der Drehleiter an, tatkräftig unterstützt von Leonie war die Küllenbahn Weihnachtszeit 2021/22 in Rekordzeit Geschichte. In weniger als einer Stunde war abgetakelt – so geriet auch die Linie 633 nicht aus dem Takt! Der Bürgerverein dankt allen großen und kleinen Helfern sowie Blumen Balewski, die für den Abtransport des Tannengrüns sorgten. | Foto: mko.

Cronenberger Woche Flyer, Plakate, Banner & mehr



Wer neue Visitenkarten, Briefpapier, Plakate, Flyer oder gar Roll-ups oder Dropflags benötigt, der ist bei der CW an der Kemmannstraße 6 an der richtigen Adresse: Wir sorgen dafür, dass Sie gut aussehen!

Von uns erhalten Sie Drucksachen oder Werbeartikel frei Haus geliefert – eine Erstellung der nötigen Druckdaten ist auf Wunsch natürlich inklusive. Sprechen Sie uns an – telefonisch unter 4 78 11 00 oder per E-Mail an die Adresse info@cronenberger-woche.de.

WSW empfehlen FFP2-Masken

Wuppertal. Die Wuppertaler Stadtwerke (WSW) weisen ihre Fahrgäste angesichts steigender Infektionszahlen darauf hin, dass bei geringem Abstand zu anderen Personen in den Fahrzeugen des Nahverkehrs FFP2-Masken den besten Schutz gegen eine Corona-Infektion bieten. Medizinische Masken sind zwar auch erlaubt, bieten aber nicht den gleichen Schutz, weshalb die WSW den Gebrauch von FFP2-Masken empfehlen. Die WSW mobil kündigt zudem an, die Einhaltung der 3G-Regel und das Tragen der Masken in Bussen und Bahnen ab nächster Woche stärker zu kontrollieren. Alle Fahrgäste sind verpflichtet, entsprechende Nachweise stets mit sich zu führen.

Wochenbilanz Hat der Inzidenz-Anstieg den Scheitel erreicht?

Infektionszahlen stiegen weiter, aber nicht mehr so stark / Neun Todesfälle, seit Ausbruch nun 13 Prozent der Wuppertaler infiziert.

Wuppertal. Die fünfte (Omikron-) Welle hat die Wuppertaler Infektionszahlen weiter hochschnellen lassen: Im Laufe der Woche stieg die Gesamtzahl der Infizierten in Wuppertal von 4.219 am vergangenen Donnerstag bis zum gestrigen 27. Januar auf **4.574 Personen** – das ist ein **Plus von rund 8 Prozent** (Vorwoche: +20%). Die Sieben-Tage-Zahl der Neuinfektionen erhöhte sich laut Robert-Koch-Institut (RKI) von 3.419 Fällen (20.1.) auf **4.547 Neu-Fälle** – ein **Plus von 33 Prozent** (Vorwoche: +39%). Die Wuppertal-Inzidenz kletterte damit laut RKI von 1.006,2 auf gestern **1.280,8 Neuinfektionen** pro 100.000 Einwohner in sieben Tagen.

Über 13 Prozent der Wuppertaler seit Beginn infiziert

Die Quarantäne-Fälle in der Stadt verringerte sich derweil im Laufe der Woche von 6.458 Wuppertalern (20.1.) auf **4.975 Personen** – das ist ein **Minus von 23 Prozent** (+15%). Die Zahl aller bestätigten Corona-Infizierten seit Pandemie-Ausbruch in der Stadt kletterte auf **46.651 Wuppertaler**.

Wahrscheinlich im Laufe des gestrigen Donnerstages wurde die Marke von **13 Prozent der Wuppertaler Bevölkerung** (46.996) überschritten, die insgesamt seit Pandemie-Ausbruch im März 2020 mit dem Virus infiziert wurden. Die Schwelle von elf Prozent war erst Mitte Januar erreicht worden. Wieder genesen sind davon inzwischen **41.574 der betroffenen Wuppertaler**.

Neun weitere Todesfälle, weniger Intensivfälle
In den zurückliegenden Tagen gab

Unser Rundum-Service für Sie:

- Limousinen-, Kombi- und Großraumfahrzeuge
- Anschluss taxi an Bus und Schwebebahn
- Anruf-Sammeltaxi
- Flughafenfahrten zum Sondertarif
- Gepäckservice
- Arzt-, Besorgungs- und Kurierfahrten
- Akzeptanz von EC- und Kreditkarten

Taxi-Zentrale Wuppertal
Sie erreichen uns unter: 27 54 54
Fax: 27 54 51 06 E-Mail: info@taxi-wuppertal.de www.taxi-wuppertal.de

WAS WANN Wo „em Dorpe“

Kath. Gemeinde Hl. Ewalde

„Auszeit und Atem holen“

Zu einer kleinen „Auszeit“ lädt die Dörper Kirchengemeinde Hl. Ewalde am heutigen Freitagabend in die katholische Kirche an der Hauptstraße 96 ein. Ab 18 Uhr kann man dort nach dem ganzen Alltagsstress ein wenig zur Ruhe kommen und Kraft für kommende Aufgaben tanken.

Ev. Christuskirche

Improvisation zu Stummfilm

Musikalisch geht es am heutigen Freitagabend in der Christuskirche in der Südstadt zu. Ab 19 Uhr musiziert dort Johannes Gebler. Der Kantor aus Remscheid-Lennep wird am Unterer Griffenberg 65 an der Orgel zum Stummfilm „Sein letzter Befehl“ von Josef von Sternberg improvisieren. Der Eintritt ist frei.

Station Natur und Umwelt

Eulen-Kurs für Familien

Kinder ab acht Jahren und ihre Eltern können am morgigen Samstag in der „Station Natur und Umwelt“ (StNU) die heimischen Eulenarten kennenlernen. Darüber hinaus wird von 10 bis 12 Uhr auch das Gewölle der Waldohreule untersucht. Die Teilnahme kostet 5 Euro, Anmeldungen sind noch möglich via stnu.de.

Gartenhallenbad Cronenberg

Kinder-Schwimmkurse starten

Ob Wassergewöhnung (4 bis 6 Jahre, mittwochs um 14.30 Uhr) oder Brustschwimmen für Kinder von 6 bis 12 Jahren (mittwochs ab 15.15 Uhr) – gleich zwei neue Schwimmkurse für Kinder bietet das Sport- und Bäderamt ab dem 2. Februar im Gartenhallenbad Cronenberg an. Eine Anmeldung ist im Internet unter schwimmen.wuppertal.de erforderlich, Fragen werden unter der Rufnummer 5 63-26 74 beantwortet.

Testzentrum Cronenberg

Neu mit Antikörper-Test

Nicht nur kostenlose Corona-Bürgertests können im „Testzentrum Cronenberg“ im roten Container auf dem DIGASS-Gelände an der Hauptstraße 151a gemacht werden. Nun gibt's dort auch eine Antikörper-Testung, um den eigenen Immunstatus feststellen zu lassen. PCR-Tests sind in Kürze möglich. Geöffnet ist ab sofort montags bis freitags von 7 bis 20 Uhr sowie samstags, sonntags und feiertags von 8 bis 18 Uhr. Das gesamte Angebot auf einen Blick erhält man unter testzentrum-cronenberg.de.

Dreikönigssingen 2022

Spenden bis Anfang Februar

Wegen der Pandemie-Widernisse ist die diesjährige Sternsinger-Aktion bis zum 2. Februar verlängert worden. Spenden können bis dahin auf das Konto des Kindermissionswerkes „Die Sternsinger e.V.“ mit der IBAN DE95 3706 0193 0000 0010 31 der Pax-Bank eG eingezahlt werden. Weiterführende Infos gibt es online unter www.sternsinger.de.

Prof. Dr. Peter Henicke

Festschrift im Buchhandel

Das Buch „Bewegende Energie“ zum 80. Geburtstag des Cronenberger Energiewende-Visionärs und ehemaligen Wuppertal-Institut-Chefs Peter Henicke ist unter der ISBN 978-3-96238-358-9 erschienen und überall im Buchhandel erhältlich.

Vorwerk-Beraterin Sabine Zöllner

Thermomix, Kobold & Co.

Attraktive Angebote hält das Wuppertaler Unternehmen Vorwerk aktuell für seine Kobold-Staubsauger bereit. Wer weitere Infos – natürlich auch zum Thermomix und allen anderen Produkten – wünscht, der ist bei der Cronenberger Kundenberaterin Sabine Zöllner genau richtig. Sie ist telefonisch erreichbar unter der Nummer 01 79 / 66 66 123 oder aber per E-Mail an sabine.zoellner@kobold-kundenberater.de.

Gemeinschaft Cro. Unternehmen

Relaunch der GCU-Website

Etwas hat es nach der Jahreshauptversammlung der Gemeinschaft Cronenberger Unternehmen (GCU) noch gedauert, nun ist die dort vorgestellte neue GCU-Website allerdings online. Infos zur Vereinigung bekommt man unter gcu-ev.de.

www.dorfshoppen.de

Behne
rankenpflege

Mit der Erfahrung aus über 30 Jahren – Ihr ältester Pflegedienst vor Ort.

40 20 97

Sie finden uns am Rathausplatz 6 in Cronenberg

Das gefällt mir: Aktuelle News aus Cronenberg und Umgebung

www.facebook.com/CronenbergerWoche

Neue NRW-Testregeln Weiße-Tücher-Protest auch an allen Dörper Grundschulen

Cronenberg. Das hissen einer weißen Fahne gilt gemeinhin als Zeichen der Kapitulation. Sich ergeben wollen die Grundschulen indes nicht – zumindest noch nicht! Und ganz im Gegenteil: Die etwa 30 Grundschulen in Wuppertal, die am Mittwoch weiße Tücher aus ihren Fenstern hingen, gingen damit vielmehr auf die Barrikaden. Und zwar gegen die neue NRW-Teststrategie 2.0, welche die NRW-Landesregierung ihren Grundschulen verordnet hat.



Zum Zeichen des Protests gegen die neue Teststrategie 2.0 an den NRW-Grundschulen hingen auf Initiative der Gewerkschaft GEW auch an der Grundschule Küllenhahn weiße Tücher aus den Fenstern. | Foto: mko.

„Mit der weißen Fahne zeigen wir: Wir kapitulieren jetzt bald“, bezeichnete GEW-Geschäftsführer Michael Schulte die Aktion als einen Hilferuf nach kurzfristigen Lösungen.

„Wir sind kurz vor dem Durchdrehen...“

Auf CW-Nachfrage zeigte sich, dass sich alle vier Grundschulen in Cronenberg an der GEW-Aktion beteiligen. „Wir sind kurz vor dem Durchdrehen“, zeichnete Angela Sydow, die Leiterin der Grundschule Küllenhahn, ein dramatisches Bild der Belastung an ihrer Schule – zumal 50 Prozent ihres Kollegiums aktuell (nicht nur wegen Corona) ausfallen. Die bisherigen zwei Jahre seien herausfor-

dernd genug gewesen, nun von einem Tag auf den anderen zusätzlich auch noch Antigen-

Schnelltests durchführen, bei Positiv-Fällen die Kinder isoliert betreuen oder auch entsprechende Bescheinigungen ausfüllen zu müssen, „das schaffen wir nicht“, betont Angela Sydow.

„Wir sind keine Testzentren, wir möchten unterrichten“

„Wir sind aktuell Testzentren“, sagt die Küllenhahner Grundschul-Leiterin. Für die Pool-beziehungsweise Schnelltests und den damit zusammenhängenden „Rattenschwanz“ geht etwa eine Unterrichtsstunde drauf: „Wir brauchen diesen Unterricht aber für die Kinder“, diese seien in zwei Jahren Corona ohnehin im Rückstand, stellt sich Angela Sydow hinter die GEW-Forderung nach zusätzlichem Personal für die Testungen sowie eine Rückkehr zum alten Testregime in NRW.

| mko.

Rollhockey Im Doppelpack in der RSC-Halle

Löwen und Cats des RSC empfangen morgen Remscheid zu den bergischen Derbys.



Sowohl bei den Damen wie auch bei den Herren stehen für die Bundesliga-Teams des RSC Cronenberg am morgigen Samstag die bergischen Derbys auf dem Spielplan in der Alfred-Henckels-Halle. Zunächst laufen die RSC-Löwen um 15.30 Uhr gegen die IGR Remscheid auf. Im Anschluss um 18 Uhr kommt es dann an der Ringstraße in der Rollhockey-Bundesliga der Damen zu dem bergischen Nachbartschaftsduell.

Mit den RSC-Löwen und der IGR treffen der Tabellenvierte beziehungsweise Dritte der Herren-Bundesliga aufeinander. Für das Team von RSC-Trainer Jordi Molet steht dabei im Vordergrund, den 4. Platz zu behaupten, um damit die Qualifikation für die folgende Play-Off-Runde zu schaffen.

Die Cronenberger haben die „Quali“ noch nicht in der Tasche, da Rivale TuS Düsseldorf-Nord in der Vorwoche überraschend einen 1:2-Sieg in Remscheid einfuhr. Umso mehr Bedeutung kommt daher dem Derby zu. In

den bisherigen zwei Spielen der Saison fuhren beide Rivalen jeweils Auswärtssiege ein – keine besten Vorzeichen für die morgige Heimpartie also.

RSC-Cats empfangen den amtierenden Meister

Auf Spitzenspiel lauten zwar auf dem Papier die Vorzeichen für das bergische Damen-Derby: Meister IGR Remscheid rangiert in der Bundesliga-Tabelle jedoch abgeschlagen mit erst einem Sieg aus fünf Spielen nur auf dem vorletzten Platz. Umgekehrt sieht es beim Team Dörper Cats aus.

Die Mannschaft von Spielertrainerin Maren Wichardt führt die Bundesliga-Tabelle nach sieben Partien ungeschlagen an – erst recht nach dem Auswärtssieg bei Verfolger Calenberg (die CW berichtete) stehen die Zeichen gegen Titelverteidiger Remscheid also voll auf Heimsieg.

Ob die RSC-Cats ihrer Favoritenrolle gerecht werden, muss sich aber morgen Abend auf der RSC-Bahn erst noch beweisen.

| Red.

Immobilien verkaufen mit fmi
frank müller immobilien
Wir suchen Makler- und Einfamilienhäuser für vergewertete Rendite!
Tel.: 0202 / 40 00 55 | Mail: info@immobilien-wuppertal.de

Vorbereitung Testspiel-Erfolge für den Cronenberger SC und den SSV Sudberg

Cronenberg/Südstadt. Das neue Fußball-Jahr lässt sich für den Cronenberger SC (CSC) weiterhin gut an. Nach dem 3:0 gegen den Westfalen-Oberligisten TuS Ennepetal fuhr der CSC auch im zweiten Vorbereitungsspiel einen Sieg ein: Vom klassentiefen Landesligisten FSV Vohwinkel kehrte das Team von CSC-Trainer Ferdi Gülcenc am vergangenen Sonntag mit einem 5:2 zurück.

Ilyas Vöpel brachte die Cronenberger Gäste in der 16. Minute in Führung. Nachdem die Füchse in der 25. Minute egalisiert hatten, konnte Timo Leber unmittelbar vor dem Pausenpfiff für die Grün-Weißen wieder vorlegen. Dass Ferdi Gülcenc zum zweiten Abschnitt Furkan Tasdemir für Leber aufs Feld schickte, zahlte sich zehn Minuten nach Wiederanpfiff aus: Tasdemir war es nicht nur, der das 1:3 für die Gäste erzielte (56.). In der 69. Minute legte der CSC-Stürmer auch das 1:4 nach. Drei Minuten später konnte der FSV zwar verkürzen, weitere drei Minuten darauf stellte Tobias Orth jedoch den alten Abstand wieder her. Bei dem standesgemäß 2:5 blieb es dann bis zum Abpfiff.



Sudbergs Neu-Trainer Sven Steup (mi.), hier im CW-Bild bei seiner offiziellen Vorstellung im Dezember, hat weiter gut lachen: In den ersten beiden Testspielen gab sein SSV eine gute Figur ab. | Foto: mue.

nuar-Sonntag hat CSC-Trainer Ferdi Gülcenc ein Testspiel bei der U19 von Rot-Weiß Essen angesetzt. Die Partie auf der Bezirkssportanlage an der Seumannstraße in Essen wird um 13 Uhr angesetzt. Bereits am Donnerstag, 3. Februar, ist anschließend der nächste Test terminiert: Um 19.30 Uhr kommt dann Bezirksligist SSV Bergisch Born an die Hauptstraße. Der Jahresstart in der Oberliga wird für den CSC am

20. Februar (15 Uhr) die Heimpartie gegen die Sportfreunde Baumberg sein.

SSV Sudberg: Sieg bei der Heimpremiere 2022

Erfolgreich verlief das vergangene Wochenende auch für den SSV 07 Sudberg: Nachdem der Dörper A-Kreisligist sein erstes (Test-)Spiel des Jahres zwar mit 1:3 beim klassen höheren ASV Mettmann verloren, sich aber bei

RSC CRONENBERG
Bundesliga-Saison 2021/22

Alfred-Henckels-Halle
Ringstraße 13
Wuppertal-Cronenberg

TRAU DICH IN DIE HÖHLE DER LÖWEN!

Herren-Bundesliga:
Samstag - 29.01. 2022, 15.30 Uhr
RSC - IGR Remscheid

Damen-Bundesliga:
Samstag - 29.01. 2022, 18.00 Uhr
RSC - IGR Remscheid

Poschen & Giebel seit 1919
Rohr- & Kanalreinigung | Kanal TV | Entsorgung

www.poschen-giebel.de WUPPERTAL (0202) 25 00 25 *
*kostenlose Anrufweiterleitung zum Firmensitz in Haan

Ihr ŠKODA-Vertragspartner im Bergischen:

Tiemeyer automobile GmbH
Gerstau 18, 42857 Remscheid
www.autohaus-scheider.de
Tel.: 0 21 91 / 88 46-0 • info@autohaus-scheider.de

FRITZ NEBELING & SOHN
GmbH & Co. KG Remscheid

Kellerabdichtungen • Elastische Fugensanierung

Remscheider Straße 231c • 42855 Remscheid
Telefon: 0 21 91 / 2 74 62 • www.abdichtung-nebeling.de

- Kellerabdichtung und Rissverpressung
- Elastische Fugen im Hoch- und Tiefbau
- Fugen nach Kiwa/DIBT-Norm
- Structural-Glazing-Fugen
- Brandschutzfugen
- Schwimmbadabdichtungen
- Fugenbandverlegung
- PCB- und Asbestsanierung
- Beschichtungen und Hydrophobierung

Wohnungsaufösungen Raschke
NEU in Wuppertal Cronenberg

Kostenloses Angebot

Uwe Raschke
Tel. 0202 / 42970800
www.wohnungsaufloesungen-solingen.de

- Festpreisgarantie
- Gratisbesichtigung
- Haushaltsauflösungen
- Fachgerechte Auf- und Rückbauten
- Wertrechnung
- Entrümpelungen + Transporte
- Senioren-Umzüge
- Ankauf von Antiquitäten

Kontakt: E-Mail: eraschke@gmx.net | Mobil: 0172/2413348

Sanitär • Heizung • Solar
seit 1885

heuwoId.com
in 5. Generation — Inh. René Heuwold

Hipkendahl 15b, 42349 Wuppertal
(0202) 40 35 92

Dörper
Betreuungs Team

Haushaltsnahe Dienstleistungen.
Abrechnung mit allen Kassen möglich.

Ihre freundliche mobile Demenz- und Seniorenbetreuung in Cronenberg.

Tel. 02 02 - 247 86 60 | Mob. 015 20 - 439 83 70
Michaela Köhler-Kuberka | www.doerper-betreuung.de

Wohnprojekt Nun soll im Spätsommer 2023 alles fertig sein

Ortsmitte. „Cronenberger Projektgruppe rechnet mit der Fertigstellung für das nächste Jahr“, so berichtete die CW im Januar 2021 zum Mehrgenerationen-Wohnprojekt „Mittendrin in Cronenberg“. Damals hakte es noch an der Baugenehmigung für das Vorhaben im ehemaligen akzentra Cronenberg – die war Mitte letzten Jahres endlich da.

Ein Vertreter des Wohnprojektes befürchtete damals, dass es wegen der angespannten Lage im Bausektor noch Monate dauern könnte, bis die ersten Handwerker an der Hauptstraße 43 anrücken. Das hat sich bewahrheitet: Das Areal an der Ecke Hauptstraße / Am Ehrenmal liegt in winterlicher Ruhe. Stillstand herrscht aber nicht um das Wohnprojekt, dessen erste Anfänge vor bald zehn Jahren noch in der Schorfer Straße lagen und das vor rund vier Jahren die Schlüssel für das akzentra-Areal erhielt. „Es wird im Hintergrund sehr fleißig gearbeitet“, bekräftigt vielmehr Ulrich Fischer.

So liefern derzeit die notwendigen Baustatik-Prüfungen durch

einen vereidigten Sachverständigen – für den historischen Schieferbau, dem einstigen Kaiserlichen Postamt Cronenberg, seien diese geschaffen. Nun seien die Pläne für den Neubau längs der Straße Am Ehrenmal dran. Als Zeichen des Fortgangs benennt Fischer einige Container an der Rückseite: Für die Arbeiten im Schiefergebäude seien die ersten Aufträge vergeben – „der Baubeginn ist da“, sagt Fischer zur CW, dass die neuerlichen Verzögerungen sogar von Vorteil gewesen seien: Man sei nun nämlich in einen Fördertopf für die klimagerechte Sanierung der Fassade des historischen Postgebäudes hineingerutscht.

Tiefbau-Beginn im Frühjahr – Fertigstellung im Herbst 2023

Im Zuge dessen werde die Fassade nun nicht nur neu isoliert, sondern auch die bisherigen akzentra-Schaufenster sowie seitliche Fenster zum Zentrum Emmaus zurückgebaut. Sobald das Wetter offen sei, werde mit den Dacharbeiten begonnen. Zudem, so Fischer weiter, sei man sich

Arbeiten für das 6,3-Millionen-Projekt an der Hauptstraße sollen in Kürze durchstarten – jetzt aber wirklich!

mit den Wuppertaler Stadtwerken (WSW) bezüglich der Energieversorgung einig geworden. Demnach werde das Wohnprojekt eine Pellet-Heizung sowie eine Photovoltaik-Anlage inklusive Stromspeicher erhalten. In der

zukünftigen Tiefgarage seien vier Ladesäulen geplant.

Trotz der mehrfachen Verzögerungen sind die Interessierten zwar überwiegend bei der Stange geblieben. Von den insgesamt 17 Immobilien des Wohnprojektes



Nun soll es hier aber tatsächlich weitergehen: das ehemalige akzentra-Gebäude an der Hauptstraße von der Rückseite gesehen. | Foto: mko.

Freie Flächen & Kontakt

Von den 16 Wohneinheiten sind derzeit das Dachgeschoss und eine 60-Quadratmeter-Wohnung im Altbau frei. Im zukünftigen Neubau ist noch eine 90 Quadratmeter große Drei-Zimmer-Wohnung vakant. Zudem ist das Ladenlokal im Erdgeschoss zwischenzeitlich wieder freigeworden. Hier beträgt die Größe circa 110 Quadratmeter, Veränderungen sind jedoch in Anspruch mit dem Architekten aktuell noch möglich. Interessierte können sich online unter www.mittendrin-in-cronenberg.de informieren sowie per Mail unter interessenten@mittendrin-in-cronenberg.de oder per Telefon unter 01 52 / 343 975 24 Kontakt aufnehmen.

sind nach Worten von Ulrich Fischer allerdings nun wieder vier zu vergeben (siehe Infokasten). Mit dem Beginn der Tiefbau-Arbeiten für den seitlichen Neubau rechnet der Genossenschaftler jetzt für April/Mai – „das ist unser Wunsch“. Im ersten Quartal 2023 soll laut Fischer dann zunächst der Altbau fertig sein. Der Neubau wird laut neuem Zeitplan im dritten Quartal des nächsten Jahres stehen.

„Mittendrin in Cronenberg“: Das Wohnprojekt in Zahlen

Das Wohnprojekt „Mittendrin in Cronenberg“ zählt aktuell 17 Mitglieder sowie einen Bewerber. Die

Projekt-Gruppe hat die „Mehrgenerationen-Wohnprojekt GbR“ gegründet und ist Mitglied der Dachgenossenschaft Ko-Operativ eG NRW. Für rund 6,3 Millionen Euro werden an der Hauptstraße 43 insgesamt 16 Wohneinheiten mit unterschiedlichen Größen von 47 bis 115 Quadratmeter entstehen, einige davon sozial gefördert. Alle Wohnungen werden barrierefrei und mit Aufzug erreichbar sein. Zudem sind auf dem rund 1.800 Quadratmeter großen Grundstück auch ein Garten, Fahrradkeller, Wasch- und Hobbyräume sowie eine Dachterrasse zur gemeinschaftlichen Nutzung geplant. | mko.

Fit & Gesund

„ES GIBT IMMER DINGE, AN DENEN MAN ARBEITEN MUSS. DU BIST NIE FERTIG.“
© TIGER WOODS, AMERIK. GOLFER, * 30. DEZEMBER 1975

MRS.SPORY

ABNEHMEN

leicht

GEMACHT

Starte jetzt mit deinem individuellen 4-Wochen-Programm!

2022
1. MONAT
22€*

Mrs.Sporty Wuppertal-Cronenberg
 Hauptstr. 25-27, 42349 Wuppertal
 Tel.: 0202-2545375, www.mrssporty.de/club036

* Trainiere im ersten Monat für nur 22 Euro. Das Angebot gilt für die ersten 50 Neumitglieder bei Abschluss einer Mitgliedschaft. Zzgl. einmaliger Kosten für die Aktivierung der Mitgliedschaft (25 Euro) und unser Startpaket (max. 129 Euro). Je nach gewählter Mitgliedschaft fallen im Anschluss monatliche Kosten ab 55,99 Euro an.
 Nicht mit anderen Angeboten kombinierbar. Alle Preise inkl. der aktuell gültigen MwSt.
 Inhaber*in: Mrs.Sporty Wuppertal-Cronenberg Katharina Magiera, Hauptstr. 25-27, 42349 Wuppertal

Erfolgsgeschichte von unserem Mitglied Annelie

Ich bin seit 2006 Mitglied bei Mrs.Sporty – mit einer krankheitsbedingten Unterbrechung zwischen 2013 und 2015. In dieser Zeit habe ich besonders die familiäre und freundliche Atmosphäre schätzengelernet, für die sämtliche Mitarbeiterinnen sorgen. Das Trainingsprogramm wird individuell auf mich eingestellt. Ich kann wahlweise im Club an der Hauptstraße 25-27 oder zuhause mittels App trainieren. Die erweiterten Öffnungszeiten von 7 bis 22 Uhr tagtäglich machen den Sportclub noch attraktiver.

Im Sommer 2021 hatte ich eine Fuß-OP und durfte sechs Wochen den Fuß nicht belasten. Die Mitarbeiterinnen haben dann für mich ein spezielles Trainingsprogramm ausgearbeitet, damit ich zuhause im Sitzen trainieren konnte. Und es gibt nicht nur das Training im Club, sondern wir haben zusätzlich die Möglichkeit, auch outdoor zu trainieren. Während des Lockdowns habe ich das Engagement und die Hilfsbereitschaft des Clubs bewundert; über die App und auch telefonisch wurde die Gemeinsamkeit aufrechterhalten und es wurden Tipps für das Training gegeben: So zum Beispiel die Nutzungsmöglichkeit von Wasserflaschen, falls keine Handteln vorhanden sind, oder statt eines Terrabandes ein Handtuch zu benutzen.

Sehr schnell wurde in der Pandemiezeit die Möglichkeit eines Onlinetrainings umgesetzt, sowohl vom Club als auch von Mrs.Sporty at Home. Auf dieser Plattform habe ich unzählige Möglichkeiten, ein Training zu absolvieren. Es gibt einen großen Pool von Trainingseinheiten, bei denen ich entweder direkt online mitmachen kann oder die ich aus der Mediathek abrufe. Diese steht den Mitgliedern 24 Stunden täglich zur Verfügung; ich habe auch schon um 23 Uhr trainiert. Es existieren viele verschiedene Übungseinheiten, kurze Workshops, Faszientraining und Ernährungstipps. Alles kann ich nach meinen individuellen Wünschen abrufen.

Es ist zu wünschen, dass sich für das tolle Konzept auch andere interessieren.

Annelie B.

Das 30-Minuten-Trainingskonzept mit zertifizierten Trainern

2-3 Mal pro Woche 30 Minuten Training bei Mrs.Sporty reichen bereits aus, um Ihre individuellen Ziele zu erreichen. Die Kürze der Trainingseinheiten, die flexiblen Startzeiten und die persönliche Betreuung durch erfahrene und zertifizierte Trainer erleichtern es Ihnen, das Training erfolgreich in den Alltag zu integrieren.

Die individuelle Betreuung

Aktive Unterstützung motiviert! Darum begleiten wir Ihre Erfolge von Anfang an, Schritt für Schritt – und ganz nach Ihren individuellen Bedürfnissen.

Das alltagstaugliche und bewährte Ernährungskonzept ohne Jo-Jo-Effekt

Das Training wird um ein gesundes und ausgewogenes Ernährungskonzept ergänzt, damit Sie Ihr Gewicht nicht nur reduzieren, sondern es auch dauerhaft halten können. Darüber hinaus macht Bewegung bei Mrs.Sporty Spaß! Sie trainieren bei uns zu jeder Zeit in einer angenehmen und persönlichen Atmosphäre gemeinsam mit anderen Frauen.

Schöne und schlanke Beine mit Recovery Boots

Messbar reduzierter Beinumfang in nur 15 Minuten! Das innovative System massiert per Luftdruck Ihr Lymphsystem, während Sie sich entspannt zurücklehnen. Die Vorteile der Behandlung: Die Durchblutung und Regeneration werden gefördert, der Beinumfang wird messbar reduziert, Cellulite wird verringert und man hat anschließend spürbar leichtere und schlankere Beine.

Das Mrs.Sporty-Mitglied Angela Baier-Mostert wird hier durch die Trainerin Alena Mosbach angeleitet

Beratung und Anmeldung

Mo: 09-14 Uhr / 16-19 Uhr	Do: 09-14 Uhr / 16-20 Uhr
Di: 09-14 Uhr / 16-20 Uhr	Fr: 09-14 Uhr / 16-18 Uhr
Mi: 09-14 Uhr / 16-19 Uhr	Sa: 10-13 Uhr

Trainingszeiten: 07-22 Uhr, 7 Tage durchgehend geöffnet!

Schnell und einfach abnehmen mit easylife

Jetzt das Wunschgewicht erreichen

Solingen. Wenn man beginnt, seinem Passfoto ähnlich zu sehen, sollte man in den Urlaub fahren, heißt es. Dabei mögen sich die Gesichtszüge in der Sonne durchaus entspannen, aber der Rest des Körpers kann uns die Laune gleich wieder vermiesen. Denn der Badedress bringt die unverhüllte Wahrheit ans Licht: mehr oder weniger große Fettpolster, die wir uns im Stress des Alltags angefuttert haben.

Schlank sein, eine gute Figur machen, sich wohlfühlen in seiner Haut – gerade zu Beginn des neuen Jahres haben diese Wünsche Konjunktur. Zahllose Diäten versprechen ihre Erfüllung. Doch wer sie kennt, weiß, dass Hungern nicht funktioniert. Ganz im Gegenteil! Auf harte Zeiten reagiert unser Stoffwechsel mit einem Überlebenstrick: Er verbrennt auf Sparflamme – und das sogar über die Diät hinaus. Das Ergebnis ist unter dem Namen „Jo-Jo-Effekt“ bestens bekannt.

Die Methode der Abnehm-Experten von easylife ist seit mehr als 25 Jahren erfolgreich und beruht auf eingehenden Analysen des jeweiligen Stoffwechsels. Die Ergebnisse sind die Basis für eine überaus schmackhafte Lebens-



Silke Stock ist die Geschäftsleiterin des easylife-Zentrums in Solingen. | Foto: privat

mittelauswahl, die genau auf den Teilnehmer zugeschnitten und in jedem Supermarkt erhältlich ist. Durch sie baut der Körper Fett verblüffend schnell ab – und das ohne Hungerqualen, lästiges Kalorienzählen oder langweilige Ersatznahrung. Die Gewichtsreduktion nach dem easylife-Prinzip geschieht nicht aufs Geratewohl. Denn es sind unter anderem die Problemzo-

nen, denen zu Leibe gerückt wird. Der Grund: Die Methode bringt den Stoffwechsel dazu, zur Energiegewinnung auch die hartnäckigen Depotfette anzupapfen. Während das Gewicht sinkt, steigt die Vitalität und Lebensfreude.

Dass sich dieses Verhältnis wieder umkehren könnte, müssen die Teilnehmer nicht fürchten, wenn sie sich an die im Programm vermittelten Ernährungsregeln halten. Denn unter anderem durch die kundige, jederzeit abrufbare Betreuung stabilisieren sich Gewicht und Figur. So bleibt die Sommerfigur nicht nur ein Traum für einen Sommer!

Wer mehr über easylife erfahren möchte, findet mehr Informationen unter www.easylife.de und kann jederzeit einen kostenlosen, unverbindlichen Beratungstermin vereinbaren.

GUTSCHEIN

für eine kostenlose Stoffwechselmessung

Gemessen werden:

- Stoffwechselaktivität
- metabolisches Alter
- Körperfettanteil
- BMI

Private Krankenversicherungen

Trotz Kosten für so manchen sinnvoll

Cronenberg. Gerade wenn man krank ist, erträgt man zusätzliche finanzielle Belastungen nicht und möchte aus Gründen der baldigen Genesung es sich gut gehen lassen. Doch die Leistungen der gesetzlich Krankenversicherten (GKV) sind nach dem Sozialgesetzbuch und den Beschlüssen des Bundesausschusses auf das medizinisch Notwendige begrenzt. So muss man sich beispielsweise mit Mehrbettzimmern im Fall eines notwendigen Krankenhausaufenthaltes und einer medizinischen Regelbehandlung begnügen.

Doch private Zusatzkrankenversicherungen können diesem Umstand abhelfen. „Private Kranken-zusatzversicherungen eröffnen auch den GKV-Versicherten Möglichkeiten, die sonst nur den Privatversicherten offenstehen“, betont der Cronenberger Versicherungsmakler Paul-Heinz Münch, der Sprecher des Bezirks Wuppertal im Bundesverband Deutscher Versicherungskaufleute (BVK) ist.



Paul-Heinz Münch. | Foto: privat

„Man kann mit ihnen ergänzend zu den gesetzlichen Leistungen eigenen individuellen Krankenversicherungsschutz erwerben.“

Worauf sollte man achten?
Auf welchen Schutz man Wert legt, ist dabei jedem selbst überlassen. Aber die gewählte Versi-

cherung sollte einige wichtige Punkte umfassen. „Zum Beispiel ist es ratsam, dass der gewählte Versicherungstarif eine freie Arztwahl beinhaltet und auch Honorare von ärztlichen Spezialisten abdeckt“, erklärt Paul-Heinz Münch. „Hierbei ist es eher unerheblich, ob damit eine Chefarztbehandlung verbunden ist. Wichtig ist, dass die Versicherung die Behandlungskosten zu 100 Prozent trägt, die über den Höchstsatz der ärztlichen Gebührenordnung (GÖA) liegen, mindestens aber des Fünftachen der GÖA. Dabei sollten Leistungsbeschränkungen für bestimmte Krankheiten und Unfälle ausgeschlossen sein.“

Doch wie viel kostet eine private Krankenzusatzversicherung? Das variiert stark von den gewählten Leistungen, vom Alter des Versicherten und nicht zuletzt auch von seinem Gesundheitszustand. Zwischen 15 und 80 Euro im Monat liegt in der Regel die Spanne der Versicherungsprämien.



EMS-Studio „Fühlbar fit“ wartet mit Relax-Lounge auf

Tag der offenen Tür am 5. Februar

Ortsmitte. „Mit dem EMS-Training können Sie jetzt Ihre Ziele für den Winter einfach, schnell und effektiv in die Tat umsetzen und zeitgleich Ihr Immunsystem stärken“, erklärt Inhaber Sven Steup. „Wir geben Training Struktur“, lautet nämlich das Motto von „Fühlbar fit“ an der Hauptstraße 49.

EMS steht für Elektro-Muskel-Stimulation und ist nachweislich das effektivste und zeitsparendste Ganzkörpertraining. Kurze Trainingseinheiten, hoher Wirkungsgrad, keine Gelenkbelastung durch Zusatzgewichte, für jedes Alter geeignet – wer auf der Suche nach einem Ganzkörpertraining ist, der kommt an EMS nicht mehr vorbei. Einmal 20 Minuten EMS-Training pro Woche reicht dabei, um seine persönlichen Ziele zu erreichen. EMS ist besonders geeignet für Personen, die mit wenig Zeitaufwand viel erreichen wollen.

Seit dem Jahr 2013 kann man bei „Fühlbar fit“ in Cronenberg trainieren – etwas später wurde zudem eine Filiale in Remscheid-

Lenep eröffnet. „Mit unserem breit gefächerten Portfolio können wir gezielt auf Ihre Bedürfnisse eingehen und entwickeln gemeinsam mit Ihnen Maßnahmen, um Ihre Gesundheit nachhaltig zu fördern“, verspricht „Fühlbar fit“-Inhaber Sven Steup. „Bei uns erhalten Sie jederzeit eine individuelle und persönliche Betreuung. Denn nur so können wir Ihren Fortschritt garantieren.“ Aus diesem Grund besteht das Studio-Team aus ausgebildeten Personal-, Athletik-, Lauftrainern sowie Leistungsdiagnostikern und Ernährungsberatern.

Aber nicht nur mit bioelektrischen Impulsen kann man seinem Körper bei „Fühlbar fit“ etwas Gutes tun: Zudem lockt im Studio in der Dörper Ortsmitte eine Relax-Lounge. Rückenschmerzen gelten als die häufigste Erkrankung der Neuzeit. Diese Verspannungen – häufig ausgelöst durch berufsbedingtes Heben, Stehen oder Sitzen – sind durch gezielte Massagen und Wärme-



behandlungen therapierbar. „Unsere Wasserstrahl-Massage-Liege ist die Synthese drei bekannter und bewährter Behandlungsformen zu einem innovativen Ganzen“, berichtet Sven Steup. „Sie bietet kombiniert die stimulierenden Elemente der Unterwassermassage, der klassischen Massage als auch die wohltuende Wirkung der Wärme.“

Die Wasserstrahl-Massage-Liege massiert den Anwender, der auf einer 37 Grad warmen und flexiblen Naturkautschukmatte liegt, mittels Wasserdruckstrahlen. Die-

se werden von zwei Düsen erzeugt, die sich unter der Matte bewegen. Wie bei der klassischen manuellen Massage können dabei verschiedene Bewegungsabläufe gewählt werden.

Am 5. Februar lädt das EMS-Studio „Fühlbar fit“ von 10 bis 14 Uhr zu einem Tag der offenen Tür an die Hauptstraße 49. Darüber hinaus lockt an diesem Tag ein Neujahrsangebot, bei dem bis zu vier Wochen gratis trainiert werden kann. Weitere Infos gibt es im Internet unter www.fuehlbarfit.de.

yoga sahasrara

Individuelle Beratung
gern telefonisch:
01 73 1 78 49 55

E-Mail: om@yogasahasrara.de
Susanne Spottke
www.yogasahasrara.de
Kemmmanstr. 7, Cronenberg

Kleines Yogahaus Cronenberg

für Gesundheit und Lebensfreude - digital und vor Ort:

- Yoga Podcasts
- Videogestützte LiveZoom-Klassen,
- Einzel- u. Gruppenunterricht,
- KK-gefördert.

Probestunden und Kurseinstieg nach persönlicher Absprache.

Mit Kneipp fit und gesund ins neue Jahr!

Verein **Kneipp**
aktiv & gesund

Wuppertal e.V.



Programm und weitere Infos unter: info@kneippverein-wuppertal.de - www.kneippverein-wuppertal.de oder dem Infotelefon Tel.: 02 02 / 51 55 871

Das gefällt mir: Aktuelle News aus Cronenberg und Umgebung
www.facebook.com/CronenbergerWoche

+++ Meldungen +++

Fachakademie für Karate und Tai Ji

Es ist die Fachakademie für Karate und Tai Ji an der Hahnerberger Straße 240. Hier lernen Kinder und Erwachsene unter Anleitung von Fachtrainern alles, was man zur asiatischen Sportart und Selbstverteidigung wissen muss. Infos unter: Telefon 59 58 52 oder www.karate-wuppertal.de

Täglichen Energiebedarf berechnen

Es gibt verschiedene Möglichkeiten der Berechnung – eine einfache Faustformel lautet: Körpergewicht in Kilogramm mit 24 multiplizieren. Das Ergebnis mit 1,4 (bei wenig Bewegung, z.B. Büroarbeit) oder mit 1,8 (bei schwerer körperlicher Arbeit) multiplizieren. Ergibt den Energiebedarf in Kilokalorien (kcal) für Männer. Frauen ziehen davon 10 Prozent ab. | Red.

BMI berechnen

Formel: Körperröße in Metern mit sich selbst multiplizieren, dann das Körpergewicht durch das Ergebnis teilen. Bei einer Körpergröße von 1,70 Metern und einem Gewicht von 80 Kilogramm beispielsweise ergäbe sich der folgende Rechenweg: 1,70 x 1,70 = 2,89, 80 : 2,89 = 27,7. Der Body-Masss-Index (BMI) beträgt in diesem Fall also (rund) 28. | barmer.de/bmi-rechner.

Gesund wandern und joggen

Wer auch im neuen Jahr regelmäßig spazieren oder wandern geht, sollte auch seinem Körper etwas Gutes tun. Die Funktion einer orthopädischen Einlage kann sich positiv auf die Muskulatur, den Gang und die Körperhaltung auswirken. Außerdem schützt eine Orthese vor Überlastung, gibt Stabilität und sicheren Halt. Sie unterstützt bei sportlichen Aktivitäten die sprungintensiv sind. Das Sanitätshaus C. Beuthel hilft bei allen guten Vorsätzen für das Jahr 2022.

Aqua Fitness

Mit Aqua Fitness gut und fit in den Frühling zu starten ist möglich. Einfach unter Telefon 31 75 36 79 ein Probetraining vereinbaren und der Erfolg stellt sich schnell ein. Weitere Infos: www.erfolg-studio.de.

Helios-Universitätsklinikum Wuppertal

Ausgezeichneter Arbeitgeber



Wuppertal. Die Helios-Kliniken gehören deutschlandweit zu den engagiertesten Arbeitgebern im Bereich der Berufsankennung. Das Siegel „Wir fördern Anerkennung“ zeichnet Unternehmen aus, die auf herausragende Art und Weise Beschäftigte im Verfahren der Anerkennung ihrer ausländischen Berufsabschlüsse unterstützen, Vielfalt schätzen und die Mitarbeiterqualifizierung stetig vorantreiben. Im Helios-Universitätsklinikum Wuppertal (HUKW) sind bereits 78 neue Mitarbeiter, die aktiv im Ausland angeworben wurden und von Beginn an in allen Fragen der Anerkennung und

beim Umzug nach Deutschland aktiv unterstützt werden.

„Wir freuen uns mit unseren neuen Kolleg:innen, dass sie sich in ihrem Job bei uns hervorragen und beweisen und sich keinesfalls von Sprachbarrieren oder Heimweh aufhalten lassen“, freut sich Simone Hyun, Pflegedirektorin am HUKW (ganz rechts). „Sie sind mit Herzblut dabei und für uns sind sie ein Segen, da wir stets auf der Suche nach engagierten Fachkräften sind, natürlich auch aus Wuppertal und der Region. Wir unterstützen jeden, der sich bei uns beruflich entwickeln möchte.“ | Foto: Helios

PilatesPur

Training nun auch online

Cronenberg. Für alle, die sich in diesen Pandemie-Zeiten, im Präsenzunterricht in geschlossenen Räumen unwohl fühlen, geht es jetzt auch online zu einem gesunden Körper: Das Dörper Studio „PilatesPur“ hat ein Internet-Portal erstellt, mit dem man daheim oder unterwegs trainieren kann. Unter der Adresse www.pilatespurmedia.com finden sich kurze Videos für zwischendurch, die man etwa im Büro ohne Matte turnen kann. Für zu Hause gibt es Videos zwischen 20 und 30 Minuten mit Matte. Für eine sanfte Trainingssteuerung ist zu jedem Ganzkörpervideo eine leichte A-Variante sowie eine B-Variante

mit einem erhöhten Schwierigkeitsgrad vorhanden. Videos für den Schultergürtel und Bauch können individuell kombiniert werden oder sind einfach mal eine kurze Einheit für Zwischendurch. Alles ist dabei möglich, je nach persönlicher Tagesform und Zeitrahmen. Für Einsteiger, die sich neu auf das Videotraining einlassen, gibt es einen verständlichen Beginner-Leitfaden mit Einführungs- und leichten Trainingsvideos. Hier ist die Anleitung sehr ausführlich – mit vielen Tipps zur Unterstützung. Weitere Informationen gibt es bei Petra Meynen-Koerth unter Telefon 7 05 34 16. | Red.

Neu: Ashtanga-Yoga

Ashtanga-Yoga ist eine Synchronisation von Atmung und Bewegung und kann als Form von „Meditation in Bewegung“ betrachtet werden. Die Yoga-Positionen lassen sich in dieser dynamischen und sportlichen Form des Yoga modifizieren, sodass grundsätzlich jeder – auch ohne Vorkenntnisse – Ashtanga-Yoga praktizieren kann. Die Yoga-Stunde bei „PilatesPur“ dauert 70 Minuten. Neu ist auch das individuelle Buchungssystem: Die Stunden können an der Rathausstraße 28 individuell online lang- und kurzfristig gebucht werden. Weitere Infos gibt es unter www.pilatespur.com sowie telefonisch unter der Rufnummer 7 05 34 16.

Cronenberger Sportstudio Boxtraining mit Weltmeister

Cronenberg. Unter Anleitung des früheren WBFF-Weltmeisters im Mittelgewicht und IBF-Europameisters im Supermittelgewicht Cagri Ermis findet ab dem 2. Februar jeden Mittwoch um 19 Uhr ein Box-Training in der „Halle 2“ des „Cronenberger Sportstudios“ an der Hauptstraße 88 statt. Die Trainingseinheit richtet sich gleichermaßen an Anfänger oder erfahrene Boxer.

Weitere Informationen gibt es per E-Mail an die Adresse info@cronenberger-sportstudio.com.

Aqua Fitness Training in Einzelkabinen

Training und Hydromassage



Probetraining vereinbaren
Telefon: 0202 3175 3679
www.erfolg-studio.de

ERFOLG Cronenberger Str. 332
42349 Wuppertal



MIT SPASS GESUND WERDEN UND BLEIBEN!

Oberhütter Straße 30 · 42857 Remscheid · Tel.: 02191 80682 · info@tv-hasten.de

www.tv-hasten.de

HIER UNTERSTÜTZEN WIR SIE MIT FOLGENDEN SPORTANGEBOTEN:

- > Fitness- und Wirbelsäulengymnastik
- > Fit für den Alltag, „Pluspunkt Gesundheit“
- > JUMPING-Fitness
- > Parkour
- > Rücken-Fit und Cardio-Aktiv
- > Männerfitness Ü40
- > ZUMBA-Fitness

Wir freuen uns auf Sie

UNSER MENÜ FÜR 2022

FITNESS STUDIO

Ob Muskelaufbau, Gewichtsreduktion oder einfach nur das Immunsystem stärken, bei uns bist Du richtig. Individuelle Trainingspläne, so oft Du magst

KAMPFSPORT

Thai-/Kickboxen - Fitness Thaiboxen

Kampfsport und Selbstverteidigung richtig erlernen mit erfahrenen und top ausgebildeten Trainern

KURSE

Body Power, Bauch Express

alles auf Deinem Fitnesslevel, wir achten auf Dich und bringen Dich weiter

CRONENBERGER SPORTSTUDIO

0202 | 472707

info@cronenberger-sportstudio.com

VERSCHIEDENE ABLAUFZEITEN UND VARIANTEN, AUCH MONATLICH KÜNDBAR
Z.B. 13 MONATE TRAINIEREN- 12 ZAHLN
FÜR EIN SICHERES GEFÜHL LÜFTUNGSSYSTEM MIT RAUMLUFTREINIGUNG VORHANDEN

Fit & Gesund

Fachakademie für Karate und Tai Ji
Hahnerberger Str. 240, 42349 Wuppertal Cronenberg
www.karate-wuppertal.de

Karate für Kinder und Erwachsene
bitte Info unter: Tel.: (0202) 59 58 52

Online-Kurse
PILATES die Ganzkörpergymnastik für JEDE + JEDEN + UNSPORTLICHE
VIDEOS zwischen 10 + 30 Minuten, mit + ohne Matte, je nach Tagesform + Zeiträumen.
PREIS ab 14,00 € monatlich.

www.pilatespurmedia.com
Rathausstrasse 28 • Tel: 02 02 / 7 05 34 16

Neuenhauser Turnverein 1877 e.V.
... wir bewegen euch!

Die Sport-Angebote finden in der TH Cronenfelder Str. und der TH Berghäuser Str. statt.

- Kinder-Turnen
- Jugend-Turnen
- Gymnastik
- Fitness
- Breitensport
- Volleyball
- Sport mit Älteren
- Eltern-Kind-Turnen

Schauen Sie doch einfach mal bei einer Übungsstunde vorbei; Probetraining ist jederzeit kostenlos möglich (außer Kinderturnen).

Informationen unter www.neuenhauser-tv.de oder Tel. 471 471

Renate Barthel
Heilpraktikerin
Therapeutin für Traditionelle Chinesische Medizin (TCM)

THERAPIE-ANGEBOTE:

- Akupunktur
- Ernährungsberatung (nach TCM)
- Kräuter-Therapie

Termine nur nach telefonischer Vereinbarung
Praxis: Mastweg 8, 42349 Wuppertal
Mobil: 01 77 / 7 28 05 89
Mail: renabarthel@icloud.com

Tag der offenen Tür

05.02. 10-14 Uhr 2G+

EMS PERSONALTRAINING | WASSERSTRAHLMASSAGE

FÜHLBAR fit
DAS GESUNDHEITSTUDIO
Hauptstraße 49 • 42349 Wuppertal • www.fuehlbarfit.de

Neujahrsangebot*
am 5.2. im Studio ein Probetraining vereinbaren und **4 Wochen GRATIS** trainieren.
*Nur solange der Vorrat reicht.

Jasmin Fibeler
Anerkannte Beratungsstelle mit Pflegefachlicher Kompetenz nach § 37 Abs. 7, SGB XI
Termin n. tel. Absprache
01 57 / 87 60 58 41

HELIOS Deutsche Krebsgesellschaft empfiehlt das Leukämie- und Lymphomzentrum in Wuppertal

Wuppertal. Das Helios Universitätsklinikum Wuppertal bietet optimale Strukturen bei der Behandlung von Leukämien und Lymphomen, der viert häufigsten Krebsart. Im kürzlich zertifizierten Zentrum werden alle bösartigen Erkrankungen des Blutes, der Lymphknoten und des Knochenmarks behandelt. Das Zentrum arbeitet interdisziplinär, um jedem Patienten die individuell und nach dem neuesten Stand der Wissenschaft bestmögliche Therapie anbieten zu können. Medizinische Versorgung und begleitende Betreuung sind dabei eng ineinander verzahnt. Im Expertenteam arbeiten hochqualifizierte Ärzte und speziell ausgebildete onkologische Fachschwestern und -pfleger, Psychoonkologen, Physiotherapeuten, Musik- und Kunsttherapeuten, Ernährungsberaterinnen, Mitarbeiter der Sozialberatung und der Kolleginnen der Klinik für Strahlentherapie und Radio-Onkologie interprofessionell und interdisziplinär zusammen.

Das interdisziplinäre Team trifft sich regelmäßig zu Tumorkonferenzen, bei denen für jeden einzelnen Patienten unter Berücksichtigung des Alters, des Allgemeinzustandes,



Frau Dr. Silke Schostok leitet das Leukämie- und Lymphomzentrum gemeinsam mit Chefarzt Dr. Oliver Schmalz (re.) Die Pathologie spielt eine zentrale Rolle bei der universitären Krebsmedizin. Am Helios Universitätsklinikum untersuchen Pathologie-Chefarzt Prof. Hans Michael Kvasnicka und sein Team die Proben und führen Gen-Sequenzierungen durch.
(Foto: Helios/Michael Mutzberg)

kum Wuppertal gewährleistet Referenzpathologie Professor Dr. Hans Michael Kvasnicka die Klassifikation

der begutachteten Lymphome. Der Status einer Referenzpathologie auf dem Gebiet der Lymphopathologie wird vom Kompetenznetzwerk Maligne Lymphome (KML) verliehen und bestätigt. Mit zahlreichen klinischen Studien kann vielen Patienten der Zugang zu innovativen Therapien geboten werden, die Vernetzung mit anderen Universitätskliniken sorgt für die gemeinsame Organisation von Stammzelltransplantationen und adoptiven Zelltherapien.

Weitere Infos:

Leukämien und Lymphomegehören zu den bösartigen Erkrankungen des Blutes, der Blutbildung sowie des lymphatischen Systems. In Europa erkranken etwa 20 von 100.000 Einwohnern pro Jahr an einer bösartigen hämatologischen Neubildung. Diagnose und Therapie dieser Erkrankungen bilden die Schwerpunkte des Zentrums für Leukämien und Lymphome unter dem Dach des Onkologischen Zentrums Wuppertal.

Kneipp-Verein Wuppertal

Mit Kneipp gesund durchs Jahr 2022

Wuppertal. Gesundheit ist unser höchstes Gut, was uns in diesen Zeiten der Pandemie besonders bewusst wird. Doch was können wir aktiv für den Erhalt unserer Gesundheit machen? Hier bietet sich die Ganzheitliche Gesundheitslehre nach Sebastian Kneipp mit den fünf Elementen an: Hydrotherapie, Bewegungslehre, Ernährungstherapie, Heilkräuterlehre und Ordnungstherapie oder Balance sind heute aktueller denn je. Durch 120 verschiedene Kalt- und Warm-Wasseranwendungen mit Waschungen, Güssen, Fuß-, Voll- und Teilbädern, Wickeln und Packungen, wird das Immunsystem gestärkt, die Schleimhäute befeuchtet und die Psyche stabilisiert. Hier bietet der Kneipp-Verein Wuppertal hydrotherapeutische Anwendungen in Workshops für Kneipp-Interessierte, Firmen Kindergärten und Grundschulen an. Diese findet auf der Kneipp-Anlage im Garten des Krankenhauses St. Josef („Kapellchen“) in Elberfeld auf Anfrage statt. Für die jüngsten wird natürlich der Wasserstand angepasst.

Für die tägliche Bewegung bietet der Kneipp-Verein etwa von erfahrenen Trainerinnen geleitete Nordic-Walking-Kurse an. Für gesunde Ernährung gibt es zahlreiche Workshops (wie „Frühjahrs-müdigkeit adé“ am 12. März von 10 bis 13 Uhr im HeldenSaal der Hahnerberg-Apothek). Wer sein Leben ordnen möchte und durch eine gute Tagesplanung zu mehr

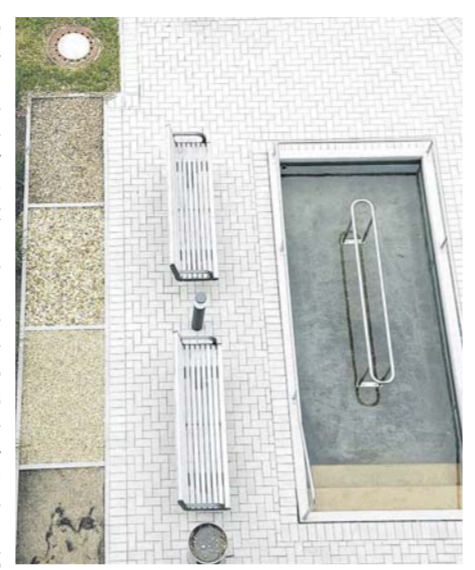


Foto: Hans Osterberg

www.citysport-solingen.de

Kampfsportkurse für Kinder und Erwachsene

Im Februar anmelden und Ausrüstung gratis erhalten!

Goerdelerstr. 57 | Telefon 0212 202966
www.citysport-solingen.de

Neu: Citysport jetzt auch mit Yoga

Solingen. Seit 39 Jahren ist Citysport die Nummer 1 im Kampfsport in Solingen. Taekwondo, Karate, Brasilian-Jiu-Jitsu, Kick- und Taiboxen sowie Thai Chi, Bogen, Shaolin Kung-Fu, MMA, Kickboxen für Mädchen und Mibudo (ab 4 Jahre) bilden das Programm. Sowohl Kinder als auch Erwachsene profitieren hier davon, dass mit den Kursen im Kampfsport als Selbstverteidigung auch das Selbstvertrauen gefördert wird.

Daneben bietet Citysport auch viele Fitnesskurse, wie zum Beispiel Fitnessboxen oder Funktional Training, die derzeit voll im Trend liegen. Der Inhaber und Diplomsportlehrer Stefan Kunz und seine Töchter Bianca und Leoni – beide sind Sportpädagoginnen – werden dabei von kompetenten Trainern unterstützt. „Jugendliche, Erwachsene und Kinder von 4 Jahren an halten sich bei uns fit. Neben Spiel und Spaß legen wir Wert auf Disziplin, Konzentration und Trainingsfleiß“, so Stefan Kunz im Gespräch mit der CW.

Die ausgebildete Yoga-Lehrerin, Malerin und Kunsttherapeutin Kamala Dasha Nehring vermittelt Hatha Yoga und Yin Yoga für Anfänger und Fortgeschrittene in der Tradition von Swami Sivananda. Ein kostenloses Probetraining ist jederzeit möglich. Sämtliche weitere Infos und ein attraktives Angebot findet man gleich nebenan in der Anzeige.

Das Team des Fachhändlers für E-Bikes ist ab sofort in der Büchelstraße 54-58 anzutreffen

Neueröffnung: e-motion e-Bike Welt in Remscheid

Remscheid. E-Bikes liegen hierzulande voll im Trend. Kein Wunder, denn schließlich sind mit einem modernen E-Bike auch Steigungen, wie man sie in Wuppertal und Umgebung vorfindet, leicht zu bewältigen. Aber E-Bikes können noch viel mehr und werden mittlerweile von Vielen dazu verwendet um das Auto im Alltag zu ersetzen.

Viel Auswahl und gute Qualität bietet nun seit kurzem die „e-motion e-bike Welt“ in Remscheid. Geschäftsführer Matthias Göltz feierte gemeinsam mit seinem Team in der letzten Woche die Eröffnung. Die neue E-Bike-Erlebniswelt hat mit einem 990 Quadratmeter großen Ladenlokal bezogen. Das Sortiment umfasst E-Bikes von über elf Premium-Marken: Von praktischen Lastenrädern des niederländischen Herstellers „Babboe“ über stilvolle City-E-Bikes der Firma „Riese & Müller“ bis hin zu Dreirädern für Erwachsene von „pfautec“ ist alles dabei.

„Ich freue mich, mit der Eröffnung des e-motion-Shops mehr Menschen in Remscheid und Umgebung von dieser grünen Mobilität und tollen E-Bike-Marken und Modellen zu begeistern“, erklärte Matthias Göltz im Gespräch mit der CW.

Gemeinsam mit seinem Team ist er davon überzeugt, dass den E-Bikes die Zukunft gehört.

Ein großes Plus der „e-motion e-Bike Welt“ ist die individuelle und persönliche Beratung. Hier findet man nicht nur kompetente Ansprechpartner, die gemeinsam mit dem Kunden in einer ausführlichen Bedarfsanalyse ermitteln, welches e-bike zu ihm passt. Kunden haben zudem die Möglichkeit, die E-Bikes vor Ort zu testen und auszuprobieren, ob die Ergonomie passt. „Bei allen Fragen rund um das Thema E-Bike sind wir der richtige Ansprechpartner“, so Matthias Göltz weiter. Dies bezieht auch den Service, Wartung und die Reparatur mit ein. Wer will, kann sich vor Ort auch über passende Finanzierungs- oder Leasing-Angebote informieren.

Die neue „e-motion e-Bike Welt“ in Remscheid findet man in der Büchelstraße 54-58. Telefonisch sind die Zweirad-Experten unter der Rufnummer 02191 437 25 15 und per E-Mail unter remscheid@emotion-technologies.de zu erreichen.

Weitere Infos und die Shopseite findet man im Netz: www.emotion-technologies.de/remscheid. Hier können Interessenten auch direkt einen Termin für eine E-Bike-Beratung vereinbaren.



Das Team der „e-motion e-Bike Welt“ steht mit Rat und Tat bei der Wahl des passenden E-Bikes zur Verfügung.

Endoprothesen und Versteifung im Vergleich

Künstliches Sprunggelenk: Was ist nach OP möglich?

Wuppertal. Es verbindet Wade und Fuß miteinander und sorgt dafür, dass der Fuß sich heben, senken und drehen lässt: das Sprunggelenk. Im menschlichen Körper ist es das am stärksten belastete Gelenk. Beim Gehen oder Springen trägt es teilweise mehr als das Fünffache des Körpergewichts. „Entstehen Verletzungen am Sprunggelenk, die sich nicht mit konservativen Therapieansätzen behandeln lassen, haben Patienten die Wahl zwischen einer Versteifung oder dem Einsatz einer Endoprothese“, erklärt Dr. Theodor Patsalis, Chefarzt für Orthopädie und Unfallchirurgie. Orthopädische Rheumatologie und spezielle orthopädische Chirurgie sowie Chefarzt der Klinik Gelenkchirurgie und Sporttraumatologie am Krankenhaus St. Josef, Klinikverbund St. Antonius und Dr. Josef GmbH. Er erklärt, wann eine Behandlung des Sprunggelenks notwendig wird, welche Vor- und Nachteile das künstliche Gelenk beziehungsweise die Versteifung haben und was nach den jeweiligen Operationen wieder möglich ist.

Erhalten. So lassen sich nach dem Eingriff häufig auch Sportarten wie Schwimmen, Wandern oder Radfahren ermöglichen“, so Dr. Patsalis.

Starke Belastung nach Versteifung möglich
Doch der Einsatz eines künstlichen Sprunggelenks eignet sich nicht für jeden. Wenn eine Patientin oder ein Patient nicht korrigierbare Fehlstellungen, erheblichen Knöchelschmerz, Bandinstabilitäten, Infektionskrankheiten und bestimmte neurologische Leiden hat oder durch den Beruf einer hohen körperlichen Belastung ausgesetzt ist, dann kommt eine Endoprothese meist nicht infrage. „Um die Schmerzen von Betroffenen mit einem kaputten oder arthrotischen Sprunggelenk trotzdem zu lindern, nehmen Ärzte dann meist eine Versteifung, die sogenannte Arthrodesis, vor“, sagt der Facharzt. Bei der Versteifung werden Restknorpel und kaputter Knochen entfernt und anschließend Sprung- und Schienbein mit Schrauben oder Platten fixiert. Allerdings verhindert der Eingriff das Abrollen des Fußes und verändert den Bewegungsablauf. Insbesondere beim schnellen Gehen und Laufen lässt sich das natürliche Gangbild dabei nicht erhalten. „Mit der Zeit führen die Faktoren dann mitunter zu Fehlbe- und Überbelastungen der umgebenden Gelenke in Fuß, Knie und Hüfte und zu Begleitarthrosen“, berichtet Dr. Patsalis und ergänzt abschließend: „Jeder Patient und jedes Gelenk sind anders. Welche Behandlungsmöglichkeiten infrage kommen, sollte immer bei einer individuellen Beratung durch einen oder mehrere Fachärzte abgeklärt werden.“



Dr. Theodor Patsalis, Chefarzt der Orthopädischen Rheumatologie im Krankenhaus St. Josef.

Beweglichkeit und Möglichkeit zum Abrollen bei Endoprothesen
Künstliche Sprunggelenke setzen Fachärzte in Deutschland noch verhältnismäßig selten ein. Während beispielsweise pro Jahr circa 200.000 Hüftgelenke eingesetzt werden, liegt die Zahl der Sprunggelenke nur bei etwa 1.500. Zwar nehmen Chirurgen bereits seit den 1970er-Jahren Operationen mit diesen Endoprothesen vor, doch die erste Generation lockerte sich zum Großteil nach wenigen Jahren und musste wieder entfernt werden. Das hat viele Operateure dazu bewegt, die Versteifung dem Gelenkersatz vorzuziehen.

Für das Laufen ist ein bewegliches Sprunggelenk jedoch wichtig. Wenn es versteift wird, übernehmen andere Gelenke zum Teil seine Funktion, was zur Entwicklung von sogenannten Anschluss-Arthrosen führt und weitere operative Eingriffe erforderlich macht. Umfassende Studien der Biomechanik

brachten allerdings neue Erkenntnisse, die die Entwicklung einer dritten Generation von Prothesen ermöglicht haben. Diese werden aus hochwertigen Metall- und Kunststoffkomponenten gefertigt, wodurch ein schnelles und festes Einwachsen in den Knochen zustande kommt. „Das Gelenk, das wir beispielsweise seit acht Jahren mit Erfolg einsetzen, besteht aus zwei Teilen: einer gerundeten Metallkappe, die unten auf das Sprungbein gesetzt wird, so wie einer Metallplatte mit rauher Oberfläche, die oben mit dem Schienbein verwächst und an der eine Polyethylen-scheibe angebracht wird, die ein reibungsarmes Gleiten ermöglicht“, erklärt der Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie.

Würden die Endoprothesen früher noch mit Zement befestigt, bewirkt eine Spezialbeschichtung bei der neuen Generation, dass sie fest und dennoch beweglich verwachsen – einer der Hauptgründe für die bessere Leistung moderner künstlicher Sprunggelenke. Besonders wichtig ist auch eine akkurate Operationstechnik, wodurch die Achse und die Stabilität wiederhergestellt werden. Durch eine spezielle Frästechnik erfolgt der Einsatz knochensparend, das heißt, nur wenige Millimeter der natürlichen Knochen-substanz müssen entfernt werden. Das ist nicht nur für die Kinematik von Bedeutung, sondern es erleichtert einen späteren Revisionseingriff, sollte er erforderlich sein. „Durch den modernen Gelenkersatz erlangen Patienten in der Regel nicht nur Schmerzfreiheit, auch die Beweglichkeit und die Möglichkeit zum Abrollen bleiben wie bei einem natürlichen Sprunggelenk

Testzentrum Cronenberg
Hauptstraße 151a
(Bahnübergang/DIGASS-Gelände)
42349 Wuppertal

Ab sofort bieten wir Ihnen:

- Antikörper-Testungen
- PCR-Test (in Kürze)

Verlängerte Öffnungszeiten
Mo.-Fr., 7-20 Uhr, Sa.+ So., 8-18 Uhr

Termin-Buchung:
online unter testzentrum-cronenberg.de
oder unter Telefon 430 484 44

C.Beuthel
Das Sanitätshaus

Wir unterstützen Sie bei Ihren guten Vorsätzen!

„Mehr Zeit an der frischen Luft verbringen!“

Tun Sie Ihrem Körper etwas Gutes und tragen Sie Einlagen beim regelmäßigen Spazierengehen oder Wandern. Die Funktionen einer orthopädischen Einlage können sich positiv auf die Muskulatur, den Gang und die Körperhaltung auswirken.

„Dieses Jahr mache ich mehr Sport!“

Eine Orthese schützt vor Überbelastung, gibt Stabilität und sicheren Halt. Sie unterstützt Sie bei sportlichen Aktivitäten die sprungintensiv sind wie beispielsweise Joggen.

www.beuthel.de • 0202-43046-800 • info@beuthel.de

Cronenberger Turngemeinde
von 1880 e.V.

Unser Fitnessangebot:

- ✓ After-Work-Fitness
- ✓ Er und Sie Gymnastik
- ✓ Rückenschule
- ✓ Functional Training und Fitnessboxen m/w
- ✓ Gymnastik für Frauen (verschiedene Angebote)
- ✓ Gymnastik für Senioren (verschiedene Angebote)
- ✓ Eltern und Kind Turnen
- ✓ Kleingruppen Turnen
- ✓ Wandern

Unser Ballsportangebot:

- ✓ Tischtennis
- ✓ Handball (Sen./Junioren)
- ✓ Hallenhockey
- ✓ Ballspielgruppe
- ✓ Hallenfußball
- ✓ Tchoukball

Informationen und Ansprechpartner unter:
www.cronenbergertg.de
od. telefonisch unter 02 02 40 00 73 (Christine Huß)

Figur-Analyse-Wochen bei easylife®
vom 28.1. bis 11.2.2022

Ich will abnehmen

- ✓ Ohne Sport
- ✓ Ohne Kalorienzählen
- ✓ Ohne Pillen & Pulver
- ✓ Ohne Hungerattacken
- ✓ Ohne Hormone
- ✓ Ohne Kälte
- ✓ Ohne Schweiß
- ✓ Ohne Hunger
- ✓ Ohne Mühe
- ✓ Ohne Stress
- ✓ Ohne Schmerzen
- ✓ Ohne Nebenwirkungen
- ✓ Ohne Diät
- ✓ Ohne Fast Food
- ✓ Ohne Hunger
- ✓ Ohne Mühe
- ✓ Ohne Stress
- ✓ Ohne Schmerzen
- ✓ Ohne Nebenwirkungen
- ✓ Ohne Diät
- ✓ Ohne Fast Food

Vergessen Sie all die Hungerkuren – Sie sehen dabei nur schlecht aus, sind gereizt und ruinieren Ihren Stoffwechsel!

Nutzen Sie jetzt Ihre Chance zur kostenlosen Figur-Analyse. Mit über 25 Jahren easylife®-Erfahrung können wir Ihnen sagen, ob es auch bei Ihnen realistisch ist, in nur 1 Monat über 10 Kilo abzunehmen.

Ernährungsmedizinische Daten präzise bestimmen zu können ist eine wichtige Grundlage der Original-easylife®-Therapie.

Kostenfreier Beratungstermin
☎ 02 12 / 26 04 99-0
easylife Beratungszentrum
Grünstraße 26 • 42697 Solingen

easylife
Abnehmen ist Teamwork.

kompetent • fachkundig • zuverlässig

Haben Sie auch das Gefühl, zu viel zu bezahlen?

Wir optimieren auch Ihren Versicherungsschutz z. B. für eine/n 30-jährige/n Versicherten

ZAHNZUSATZ Versicherungen

Zahnersatz ist teuer!
Aber die Auswahl einer guten Zusatzversicherung ist schwierig.

- Völlig unterschiedliche Zahnzusatztarife mit Zahnersatz - Einzahlungssätze zwischen 20% bis 100% sind möglich.
- Wurzel-, Parodontose-, Knirsch-Schienen-, Implantat-Behandlungen und Inlays oder KIG-Leistungen werden in unterschiedlicher Höhe meist nur anteilig miterstattet.
- Und monatliche Beträge von 2,- bis 50,- Euro machen die Auswahl mit und ohne privatärztliche Anteile nicht leichter
- Wir helfen Ihnen, sich von der Vielzahl den mehr als 200 verschiedenen Tarifen, den richtigen auszusuchen.
- So ist gewährleistet, dass Sie den besten Versicherungsschutz zum günstigsten Preis erhalten.

Versicherungsfachbüro Paul-Heinz Münch
Kemannstr. 6 • Telefon 02 02 / 40 577
42349 W.-Cronenberg • Fax 02 02 / 47 65 47
E-Mail: info@muench-versicherungen.de

Fit & Gesund

Fachakademie für Karate und Tai Ji
Hahnerberger Str. 240, 42349 Wuppertal Cronenberg
www.karate-wuppertal.de

Karate für Kinder und Erwachsene
bitte Info unter: Tel.: (0202) 59 58 52

Online-Kurse
PILATES die Ganzkörpergymnastik für JEDE + JEDEN + UNSPORTLICHE
VIDEOS zwischen 10 + 30 Minuten, mit + ohne Matte, je nach Tagesform + Zeiträumen.
PREIS ab 14,00 € monatlich.

www.pilatespurmedia.com
Rathausstrasse 28 • Tel: 02 02 / 7 05 34 16

Neuenhauser Turnverein 1877 e.V.
... wir bewegen euch!

Die Sport-Angebote finden in der TH Cronenfelder Str. und der TH Berghäuser Str. statt.

- Kinder-Turnen
- Jugend-Turnen
- Gymnastik
- Fitness
- Breitensport
- Volleyball
- Sport mit Älteren
- Eltern-Kind-Turnen

Schauen Sie doch einfach mal bei einer Übungsstunde vorbei; Probetraining ist jederzeit kostenlos möglich (außer Kinderturnen).

Informationen unter www.neuenhauser-tv.de oder Tel. 471 471

Renate Barthel
Heilpraktikerin
Therapeutin für Traditionelle Chinesische Medizin (TCM)

THERAPIE-ANGEBOTE:

- Akupunktur
- Ernährungsberatung (nach TCM)
- Kräuter-Therapie

Termine nur nach telefonischer Vereinbarung
Praxis: Mastweg 8, 42349 Wuppertal
Mobil: 01 77 / 7 28 05 89
Mail: renabarthel@icloud.com

Tag der offenen Tür

05.02. 10-14 Uhr 2G+

EMS PERSONALTRAINING | WASSERSTRAHLMASSAGE

FÜHLBAR fit
DAS GESUNDHEITSTUDIO
Hauptstraße 49 • 42349 Wuppertal • www.fuehlbarfit.de

Neujahrsangebot*
am 5.2. im Studio ein Probetraining vereinbaren und **4 Wochen GRATIS trainieren.**
*Nur solange der Vorrat reicht.

Kneipp-Verein Wuppertal

Mit Kneipp gesund durchs Jahr 2022

Wuppertal. Gesundheit ist unser höchstes Gut, was uns in diesen Zeiten der Pandemie besonders bewusst wird. Doch was können wir aktiv für den Erhalt unserer Gesundheit machen? Hier bietet sich die Ganzheitliche Gesundheitslehre nach Sebastian Kneipp mit den fünf Elementen an: Hydrotherapie, Bewegungslehre, Ernährungstherapie, Heilkräuterlehre und Ordnungstherapie oder Balance sind heute aktueller denn je.

Durch 120 verschiedene Kalt- und Warm-Wasseranwendungen mit Waschungen, Güssen, Fuß-, Voll- und Teilbädern, Wickeln und Packungen, wird das Immunsystem gestärkt, die Schleimhäute befeuchtet und die Psyche stabilisiert. Hier bietet der Kneipp-Verein Wuppertal hydrotherapeutische Anwendungen in Workshops für Kneipp-Interessierte, Firmen Kindergärten und Grundschulen an. Diese findet auf der Kneipp-Anlage im Garten des Krankenhauses St. Josef („Kapellchen“) in Elberfeld auf Anfrage statt. Für die jüngsten wird natürlich der Wasserstand angepasst.

Für die tägliche Bewegung bietet der Kneipp-Verein etwa von erfahrenen Trainerinnen geleitete Nordic-Walking-Kurse an. Für gesunde Ernährung gibt es zahlreiche Workshops (wie „Frühjahrs-müdigkeit adé“ am 12. März von 10 bis 13 Uhr im HeldenSaal der Hahnerberg-Apothek). Wer sein Leben ordnen möchte und durch eine gute Tagesplanung zu mehr Balance finden möchte, der sollte sich hingegen für den Kurs „Mentaltraining“ (am 13. Februar von 15 bis 17 Uhr) anmelden. Ob Yoga, Qi Gong, interessante Vorträge, Atemübungen oder Infos zur Kraft der Heilpflanzen – der Wuppertaler Kneipp-Verein hält trotz fortlaufender Pandemie auch in diesem Jahr wieder ein umfangreiches Programm bereit.

Das Programmheft 2022 ist unter anderem in der CW-Geschäftsstelle an der Kemmannstraße 6 erhältlich. Darüber hinaus gibt es alle aktuellen Termine online unter kneippverein-wuppertal.de sowie am Infotelefon 5 15 58 71 und via E-Mail an info@kneippverein-wuppertal.de.

| Foto: Hans Osterberg

Jasmin Fibeler
Anerkannte Beratungsstelle mit Pflegefachlicher Kompetenz nach § 37 Abs. 7, SGB XI
Termin n. tel. Absprache
01 57 / 87 60 58 41

www.citysport-solingen.de

Neu: Citysport jetzt auch mit Yoga

Kampfsportkurse für Kinder und Erwachsene
Im Februar anmelden und Ausrüstung gratis erhalten!

Solingen. Seit 39 Jahren ist Citysport die Nummer 1 im Kampfsport in Solingen. Taekwondo, Karate, Brasilian-Jiu-Jitsu, Kick- und Taiboxen sowie Thai Chi, Bogen, Shaolin Kung-Fu, MMA, Kickboxen für Mädchen und Mibudo (ab 4 Jahre) bilden das Programm. Sowohl Kinder als auch Erwachsene profitieren hier davon, dass mit den Kursen im Kampfsport als Selbstverteidigung auch das Selbstvertrauen gefördert wird.

Daneben bietet Citysport auch viele Fitnesskurse, wie zum Beispiel Fitnessboxen oder Funktional Training, die derzeit voll im Trend liegen. Der Inhaber und Diplomsportlehrer Stefan Kunz und seine Töchter Bianca und Leoni – beide sind Sportpädagoginnen – werden dabei von kompetenten Trainern unterstützt. „Jugendliche, Erwachsene und Kinder von 4 Jahren an halten sich bei uns fit. Neben Spiel und Spaß legen wir Wert auf Disziplin, Konzentration und Trainingsfleiß“, so Stefan Kunz im Gespräch mit der CW.

Neu hinzugekommen ist seit Anfang des Jahres Yoga mit Kamala Dasha Nehring. Die uralte indische Lehre bedeutet Harmonie, Einheit oder auch Verbindung. Durch Yoga lernt man nicht nur den Körper zu beherrschen, sondern es geht vor allem darum, den Geist zur Ruhe zu bringen. Durch verschiedene Körperstellungen, Atemübungen, Entspannung, Meditation und auch durch positives Denken sowie die richtige Ernährung ist Yoga ein wunderbares Instrument für physische und psychische Gesundheitsförderung.

Die ausgebildete Yoga-Lehrerin, Malerin und Kunsttherapeutin Kamala Dasha Nehring vermittelt Hatha Yoga und Yin Yoga für Anfänger und Fortgeschrittene in der Tradition von Swami Sivananda. Ein kostenloses Probetraining ist jederzeit möglich. Sämtliche weitere Infos und ein attraktives Angebot findet man gleich nebenan in der Anzeige.

Das Team des Fachhändlers für E-Bikes ist ab sofort in der Büchelstraße 54-58 anzutreffen

Neueröffnung: e-motion e-Bike Welt in Remscheid

Remscheid. E-Bikes liegen hierzulande voll im Trend. Kein Wunder, denn schließlich sind mit einem modernen E-Bike auch Steigungen, wie man sie in Wuppertal und Umgebung vorfindet, leicht zu bewältigen. Aber E-Bikes können noch viel mehr und werden mittlerweile von Vielen dazu verwendet um das Auto im Alltag zu ersetzen.

Viel Auswahl und gute Qualität bietet nun seit kurzem die „e-motion e-bike Welt“ in Remscheid. Geschäftsführer Matthias Göltz feierte gemeinsam mit seinem Team in der letzten Woche die Eröffnung. Die neue E-Bike-Erlebniswelt hat mit samt ihrer Werkstatt ein 990 Quadratmeter großes Ladenlokal bezogen. Das Sortiment umfasst E-Bikes von über elf Premium-Marken: Von praktischen Lastenrädern des niederländischen Herstellers „Babboe“ über stilvolle City-E-Bikes der Firma „Riese & Müller“ bis hin zu Dreirädern für Erwachsene von „pfautec“ ist alles dabei.

„Ich freue mich, mit der Eröffnung des e-motion-Shops mehr Menschen in Remscheid und Umgebung von dieser grünen Mobilität und tollen E-Bike-Marken und Modellen zu begeistern“, erklärte Matthias Göltz im Gespräch mit der CW.

Gemeinsam mit seinem Team ist er davon überzeugt, dass den E-Bikes die Zukunft gehört.

Ein großes Plus der „e-motion e-Bike Welt“ ist die individuelle und persönliche Beratung. Hier findet man nicht nur kompetente Ansprechpartner, die gemeinsam mit dem Kunden in einer ausführlichen Bedarfsanalyse ermitteln, welches e-bike zu ihm passt. Kunden haben zudem die Möglichkeit, die E-Bikes vor Ort zu testen und auszuprobieren, ob die Ergonomie passt. „Bei allen Fragen rund um das Thema E-Bike sind wir der richtige Ansprechpartner“, so Matthias Göltz weiter. Dies bezieht auch den Service, Wartung und die Reparatur mit ein. Wer will, kann sich vor Ort auch über passende Finanzierungs- oder Leasing-Angebote informieren.

Die neue „e-motion e-Bike Welt“ in Remscheid findet man in der Büchelstraße 54-58. Telefonisch sind die Zweirad-Experten unter der Rufnummer 02191 437 25 15 und per E-Mail unter remscheid@emotion-technologies.de zu erreichen.

Weitere Infos und die Shopseite findet man im Netz: www.emotion-technologies.de/remscheid. Hier können Interessenten auch direkt einen Termin für eine E-Bike-Beratung vereinbaren.

Endoprothesen und Versteifung im Vergleich

Künstliches Sprunggelenk: Was ist nach OP möglich?

Wuppertal. Es verbindet Wade und Fuß miteinander und sorgt dafür, dass der Fuß sich heben, senken und drehen lässt: das Sprunggelenk. Im menschlichen Körper ist es das am stärksten belastete Gelenk. Beim Gehen oder Springen trägt es teilweise mehr als das Fünffache des Körpergewichts. „Entstehen Verletzungen am Sprunggelenk, die sich nicht mit konservativen Therapieansätzen behandeln lassen, haben Patienten die Wahl zwischen einer Versteifung oder dem Einsatz einer Endoprothese“, erklärt Dr. Theodor Patsalis, Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie. Orthopädische Rheumatologie und spezielle orthopädische Chirurgie sowie Chefarzt der Klinik Gelenkchirurgie und Sporttraumatologie am Krankenhaus St. Josef, Klinikverbund St. Antonius und Dr. Josef GmbH. Er erklärt, wann eine Behandlung des Sprunggelenks notwendig wird, welche Vor- und Nachteile das künstliche Gelenk beziehungsweise die Versteifung haben und was nach den jeweiligen Operationen wieder möglich ist.

Wurden die Endoprothesen früher noch mit Zement befestigt, bewirkt eine Spezialbeschichtung bei der neuen Generation, dass sie fest und dennoch beweglich verwachsen – einer der Hauptgründe für die bessere Leistung moderner künstlicher Sprunggelenke. Besonders wichtig ist auch eine akkurate Operationstechnik, wodurch die Achse und die Stabilität wiederhergestellt werden. Durch eine spezielle Frästechnik erfolgt der Einsatz knochen-sparend, das heißt, nur wenige Millimeter der natürlichen Knochen-substanz müssen entfernt werden. Das ist nicht nur für die Kinematik von Bedeutung, sondern es erleichtert einen späteren Revisionseingriff, sollte er erforderlich sein. „Durch den modernen Gelenkersatz erlangen Patienten in der Regel nicht nur Schmerzfreiheit, auch die Beweglichkeit und die Möglichkeit zum Abrollen bleiben wie bei einem natürlichen Sprunggelenk erhalten. So lassen sich nach dem Eingriff häufig auch Sportarten wie Schwimmen, Wandern oder Radfahren ermöglichen“, so Dr. Patsalis.

Starke Belastung nach Versteifung möglich
Doch der Einsatz eines künstlichen Sprunggelenks eignet sich nicht für jeden. Wenn eine Patientin oder ein Patient nicht korrigierbare Fehlstellungen, erheblichen Knochen-schwund, Bandinstabilitäten, Infektionskrankheiten und bestimmte neurologische Leiden hat oder durch den Beruf einer hohen körperlichen Belastung ausgesetzt ist, dann kommt eine Endoprothese meist nicht infrage. „Um die Schmerzen von Betroffenen mit einem kaputten oder arthrotischen Sprunggelenk trotzdem zu lindern, nehmen Ärzte dann meist eine Versteifung, die sogenannte Arthrodesis, vor“, sagt der Facharzt. Bei der Versteifung werden Restknorpel und kaputter Knochen entfernt und anschließend Sprung- und Schienbein mit Schrauben oder Platten fixiert. Allerdings verhindert der Eingriff das Abrollen des Fußes und verändert den Bewegungsablauf. Insbesondere beim schnellen Gehen und Laufen lässt sich das natürliche Gangbild dabei nicht erhalten. „Mit der Zeit führen die Faktoren dann mitunter zu Fehlbe- und Überbelastungen der umgebenden Gelenke in Fuß, Knie und Hüfte und zu Begleitarthrosen“, berichtet Dr. Patsalis und ergänzt abschließend: „Jeder Patient und jedes Gelenk sind anders. Welche Behandlungsmöglichkeiten infrage kommen, sollte immer bei einer individuellen Beratung durch einen oder mehrere Fachärzte abgeklärt werden.“

Weitere Informationen unter www.krankenhaus-st-josef-wuppertal.de

Wann konservative Therapien nicht mehr helfen

Leiden Patientinnen und Patienten unter einem kaputten Sprunggelenk, steckt häufig eine Arthrose dahinter. Nicht immer lässt sich diese auf den natürlichen Alterungsprozess zurückführen. Oft stellen auch Fehlstellungen, Erkrankungen oder Verletzungen wie Bänderrisse Auslöser für Instabilitäten des Knöchels dar und führen direkt oder indirekt zu einer Zerstörung des Knorpelgewebes. Zudem entstehen Verletzungen durch Umknicken oder Brüche infolge von Sportunfällen. „Typische Symptome für diese Verletzungen sind anlauf- und belastungsabhängige Schmerzen, manchmal auch eine zunehmende Verformung des Ge-

lechts. Erfolgt keine Behandlung, nimmt die Beweglichkeit des Fußes immer weiter ab und das Laufen wird zu einer Qual“, berichtet Dr. Patsalis, berichtet Dr. Patsalis und ergänzt: „In der Regel setzen Ärzte zunächst auf konservative Therapieansätze wie Orthesen, Medikamente, Physiotherapie oder Wärmebehandlungen. Sprechen diese nicht an oder verschlimmern sich die Beschwerden, kommt Gelenkersatz oder eine Versteifung infrage.“

Beweglichkeit und Möglichkeit zum Abrollen bei Endoprothesen
Künstliche Sprunggelenke setzen Fachärzte in Deutschland noch verhältnismäßig selten ein. Während beispielsweise pro Jahr circa 200.000 Hüftgelenke eingesetzt werden, liegt die Zahl der Sprunggelenke nur bei etwa 1.500. Zwar nehmen Chirurgen bereits seit den 1970er-Jahren Operationen mit diesen Endoprothesen vor, doch die erste Generation lockerte sich zum Großteil nach wenigen Jahren und musste wieder entfernt werden. Das hat viele Operateure dazu bewegt, die Versteifung dem Gelenkersatz vorzuziehen.

Für das Laufen ist ein bewegliches Sprunggelenk jedoch wichtig. Wenn es versteift wird, übernehmen andere Gelenke zum Teil seine Funktion, was zur Entwicklung von sogenannten Anschluss-Arthrosen führt und weitere operative Eingriffe erforderlich macht. Umfassende Studien der Biomechanik

kompetent • fachkundig • zuverlässig

Haben Sie auch das Gefühl, zu viel zu bezahlen?
Wir optimieren auch Ihren Versicherungsschutz z. B. für eine/n 30-jährige/n Versicherten

ZAHNZUSATZ Versicherungen

Zahnersatz ist teuer!
Aber die Auswahl einer guten Zusatzversicherung ist schwierig.

- Völlig unterschiedliche Zahnzusatztarife mit Zahnersatz - Einzahlungssätze zwischen 20% bis 100% sind möglich.
- Wurzel-, Parodontose-, Knirsch-Schienen-, Implantat-Behandlungen und Inlays oder KIG-Leistungen werden in unterschiedlicher Höhe meist nur anteilig mitersstattet.
- Und monatliche Beträge von 2,- bis 50,- Euro machen die Auswahl mit und ohne privatärztliche Anteile nicht leichter
- Wir helfen Ihnen, sich von der Vielzahl den mehr als 200 verschiedenen Tarifen, den richtigen auszusuchen.
- So ist gewährleistet, dass Sie den besten Versicherungsschutz zum günstigsten Preis erhalten.

Versicherungsfachbüro Paul-Heinz Münch
Kemmannstr. 6 • Telefon 02 02 / 40 577
42349 W.-Cronenberg • Fax 02 02 / 47 65 47
E-Mail: info@muench-versicherungen.de

HELIOS Deutsche Krebsgesellschaft empfiehlt das Leukämie- und Lymphomzentrum in Wuppertal

Wuppertal. Das Helios Universitätsklinikum Wuppertal bietet optimale Strukturen bei der Behandlung von Leukämien und Lymphomen, der vierthäufigsten Krebsart. Im kürzlich zertifizierten Zentrum werden alle bösartigen Erkrankungen des Blutes, der Lymphknoten und des Knochenmarks behandelt. Das Zentrum arbeitet interdisziplinär, um jedem Patienten die individuell und nach dem neuesten Stand der Wissenschaft bestmögliche Therapie anbieten zu können. Medizinische Versorgung und begleitende Betreuung sind dabei eng ineinander verzahnt. Im Expertenteam arbeiten hochqualifizierte Ärzte und speziell ausgebildete onkologische Fachschwestern und -pfleger, Psychoonkologen, Physiotherapeuten, Musik- und Kunsttherapeuten, Ernährungsberaterinnen, Mitarbeiter der Sozialberatung und die Kolleginnen der Klinik für Strahlentherapie und Radio-Onkologie interprofessionell und interdisziplinär zusammen.

Das interdisziplinäre Team trifft sich regelmäßig zu Tumorkonferenzen, bei denen für jeden einzelnen Patienten unter Berücksichtigung des Alters, des Allgemeinzustandes, der Begleiterkrankungen und des Patientenwunsches gemeinsam das optimale Behandlungskonzept besprochen wird. Für externe Kolleginnen und Kollegen besteht die Möglichkeit, Patienten in Tumorkonferenzen vorzustellen und/oder an den Konferenzen teilzunehmen. „Wir freuen uns sehr, dass am Leukämie- und Lymphom-Zentrum den Menschen im Bergischen Land die von der Deutschen Krebsgesellschaft verbrieft Qualität auf höchstem Niveau wohnortnah zur Verfügung steht.“ erklärte Dr. med. Oliver Schmalz, Leiter des Onkologischen Zentrums und Chefarzt der Hämatologie am Helios Universitätsklinikum Wuppertal. Essenziell für eine adäquate Therapie ist bei Blut- und Lymphdrüsenkrebs die richtige Diagnostik inklusive molekularer Marker. Im Hämatologischen Speziallabor unter der Leitung von Frau Dr. Silke Schostok werden alle modernen Verfahren der Diagnostik angeboten. Neben der konventionellen Morphologie stehen spezielle Untersuchungen (Immunhistochemie) und molekulargenetische Analysen zur Verfügung. Am Helios Universitätsklinikum Wuppertal gewährleistet Referenzpathologie Professor Dr. Hans Michael Kvasnicka die Klassifikation

Frau Dr. Silke Schostok leitet das Leukämie- und Lymphomzentrum gemeinsam mit Chefarzt Dr. Oliver Schmalz (re.) Die Pathologie spielt eine zentrale Rolle bei der universitären Krebsmedizin. Am Helios Universitätsklinikum untersuchen Pathologie-Chefärzt Prof. Hans Michael Kvasnicka und sein Team die Proben und führen Gen-Sequenzierungen durch. (Foto: Helios/Michael Mutzberg)

Testzentrum Cronenberg
Hauptstraße 151a
(Bahnübergang/DIGASS-Gelände)
42349 Wuppertal

Ab sofort bieten wir Ihnen:

- Antikörper-Testungen
- PCR-Test (in Kürze)

Verlängerte Öffnungszeiten
Mo.-Fr., 7-20 Uhr, Sa.+ So., 8-18 Uhr

Termin-Buchung:
online unter testzentrum-cronenberg.de oder unter Telefon 430 484 44

C.Beuthel
Das Sanitätshaus

Wir unterstützen Sie bei Ihren guten Vorsätzen!

„Mehr Zeit an der frischen Luft verbringen!“

Tun Sie Ihrem Körper etwas Gutes und tragen Sie Einlagen beim regelmäßigen Spazierengehen oder Wandern. Die Funktionen einer orthopädischen Einlage können sich positiv auf die Muskulatur, den Gang und die Körperhaltung auswirken.

„Dieses Jahr mache ich mehr Sport!“

Eine Orthese schützt vor Überbelastung, gibt Stabilität und sicheren Halt. Sie unterstützt Sie bei sportlichen Aktivitäten die sprungintensiv sind wie beispielsweise Joggen.

www.beuthel.de • 0202-43046-800 • info@beuthel.de

Cronenberger Turngemeinde
von 1880 e.V.

- Turnen
- Gymnastik
- Handball
- Tischtennis

Unser Fitnessangebot:

- ✓ After-Work-Fitness
- ✓ Er und Sie Gymnastik
- ✓ Rückenschule
- ✓ Funktionales Training und Fitnessboxen m/w
- ✓ Gymnastik für Frauen (verschiedene Angebote)
- ✓ Gymnastik für Senioren (verschiedene Angebote)
- ✓ Eltern und Kind Turnen
- ✓ Kleingruppen Turnen
- ✓ Wandern

Unser Ballsportangebot:

- ✓ Tischtennis
- ✓ Handball (Sen./Junioren)
- ✓ Hallenhockey
- ✓ Ballspielgruppe
- ✓ Hallenfußball
- ✓ Tchoukball

Informationen und Ansprechpartner unter:
www.cronenbergertg.de
od. telefonisch unter 02 02 40 00 73 (Christine Huß)

Figur-Analyse-Wochen bei easylife®
vom 28.1. bis 11.2.2022

Ich will abnehmen

- ✓ Ohne Sport
- ✓ Ohne Kalorienzählen
- ✓ Ohne Pillen & Pulver
- ✓ Ohne Hungerattacken
- ✓ Ohne Hormone
- ✓ Ohne Kälte
- ✓ Ohne Hunger

Vergessen Sie all die Hungerkuren – Sie sehen dabei nur schlecht aus, sind gereizt und ruinieren Ihren Stoffwechsel!

Nutzen Sie jetzt Ihre Chance zur kostenlosen Figur-Analyse. Mit über 25 Jahren easylife®-Erfahrung können wir Ihnen sagen, ob es auch bei Ihnen realistisch ist, in nur 1 Monat über 10 Kilo abzunehmen.

Ernährungsmedizinische Daten präzise bestimmen zu können ist eine wichtige Grundlage der Original-easylife®-Therapie.

Kostenfreier Beratungstermin
☎ 02 12 / 26 04 99-0
easylife Beratungszentrum
Grünstraße 26 • 42697 Solingen

easylife
Abnehmen ist Teamwork.

akzenta

Rundum gelungen!

DER NEU GESTALTETE
AKZENTA MARKT IN
WUPPERTAL BARMEN.

DER UMBAU IST GESCHAFFT

... WIR SAGEN „DANKE“!

Es ist soweit:

Der akzenta Markt in Barmen ist fertiggestellt.

Jetzt heißt es für Sie: Vorbeikommen und staunen!

WILLKOMMEN BEI AKZENTA IN BARMEN

Alles neu macht der ... Februar! Viel Mühe und Zeit hat's gebraucht, aber wir finden es hat sich gelohnt: Die aufwändigen und umfangreichen Umbauarbeiten im akzenta Barmen sind abgeschlossen. Ein Leuchtturm unter den Supermärkten ist entstanden, in dem unsere Produkte bedarfsgerecht sortiert sind und den angemessenen Gestaltungsrahmen finden. In modernen Regalen und Gourmettheken präsentieren wir Ihnen allerlei Raffinessen mit viel Herzblut und Liebe zum Detail. Der Obst- und Gemüsebereich bietet eine enorme Warenvialt und vermittelt das emotionale Einkaufserlebnis

der Wochenmärkte. Die Waren an den Gourmettheken sprechen förmlich zu den Kund:innen. Hier werden Lebens- und Genussmittel regelrecht zelebriert! Das Snack-Angebot trifft den Nerv der Zeit und das Bedürfnis unserer Kund:innen nach schnellen und gleichzeitig gesunden Produkten. Die Verschmelzung von Handel und Gastronomie bricht sich Bahn in der modernen Supermarktlanschaft. So findet unser akzenta Restaurant FUCHSWINKEL ebenso einen Platz in dem großzügig gestalteten Markt wie die Eis-manufaktur VITO, deren Eis vielen von Ihnen ein Begriff sein dürfte.



DARF'S EIN BISSCHEN MEHR SEIN?

akzenta



SO SCHÖN IST ES

IN BARMEN

WEIN ODER NICHT WEIN

Die besondere Weinabteilung, die an einen Winzerkeller erinnert (mit integrierter Weinbar), weckt auch bei Liebhaber:innen qualitativ hochwertiger Weine den Wunsch nach Weinproben und Wein-Events. Hier können Sie nach Lust und Laune verweilen und sich bei einem Glas Wein auch kulinarisch (Wurst-/Käsespezialitäten) verwöhnen lassen. Das hält unseren Markt spannend und die Kund:innen neugierig. Neben den vielen Highlights im neuen Barmer Markt, zu denen sicher auch die eindrucksvolle Käsetheke zählt, die sich wie eine Insel in die Umgebung einfügt, haben auch unsere Untermieter Ghorban und EatHappy neue Verkaufsbereiche bekommen. Der beliebte Kiosk Lotto/Tabak Broja findet ebenfalls weiterhin einen Platz in Barmen.

BEAUTY LOUNGE



SO „COOL“!



FISCHFEINKOST, BÄCKER UND BLUMEN

Steht Ihnen der Sinn nach einem frischen Lachs oder Kabeljaufilet? Fischfeinkost Dair wird Sie in Barmen gerne beraten. Zu der neuen Filiale der Bäckerei Borggräfe, die unser Angebot in Barmen abrundet, gehört eine Schaubäckerei! Dort können Sie zusehen, wie vor Ihren Augen herrlich frische Backwaren entstehen. Das beste daran: Sie können sich sogar Ihr eigenes Brot backen lassen! Nennen Sie dem Team der

Bäckerei Borggräfe einfach Ihre persönliche Zutatenliste und lassen Sie sich Ihr individuelles Brot herstellen! So frisch und einfach geht Brot backen.

Florale Highlights bietet zudem unser Untermieter Winterberg, den Sie in seinem Glaspavillon ab sofort auf dem Parkplatz des akzenta Barmen finden können. Rosen, Tulpen, Nelken ... hier finden Sie für jede Gelegenheit das passende Mitbringsel.

WAS GIBT ES SONST NOCH ZU SAGEN?

Nun gilt es noch einen ganz besonderen Dank auszusprechen und dieser gilt unseren tollen Mitarbeiter:innen und Ihnen, unseren treuen Kund:innen, die uns durch die anspruchsvolle Zeit der Umbaumaßnahmen geholfen und uns immer unterstützt haben. Wir sagen: **DANKE!** ♥

VORBEIKOMMEN UND STAUNEN



akzenta

Geöffnet: Montag – Samstag 7.30 – 21 Uhr (City-Arkaden 8 – 20 Uhr) | akzenta GmbH & Co. KG | Unterdörnen 61 - 63 | 42283 Wuppertal Barmen, Unterdörnen, Tel. 551260 | Elberfeld, City-Arkaden, Tel. 459660 | Steinbeck, Tannenbergr., Tel. 371320 Vohwinkel, Am Stationsgarten, Tel. 265620 | E-Mail: info@akzenta-wuppertal.de | www.rundum-akzenta.de | www.facebook.com/akzenta.wuppertal Für Druckfehler keine Haftung.

Metzgerei

Frisches argentinisches Rinderfilet
mit einzigartigem Geschmack und besonderer Zartheit
je 100 g
4.99

Kikok Hähnchenfilet „Das besondere Maishähnchen“
Für Genießer mit Anspruch!
HKL A, je 100 g
1.49

Frische Ochsenbäckchen „Gourmet Naturel“
ideal zum Schmoren
je 100 g
1.69

Bergischer Zwiebel-Senf-Braten
aus dem Schweinenacken mit Zwiebeln und Speckwürfeln, von unseren Metzgern gewürzt
je 100 g
27 % gespart
-.88

Französischer Tafelspitz „Gourmet Naturel“
geschmackvoll, zart, feinfaserig
Qualität, die man schmeckt
je 100 g
1.39

Rinder Roastbeef
gegart, **Rinderhüftbraten** oder **Kalbsbraten**
aus der Oberschale zart, saftig und zartrosa
je 100 g
3.99

Original Schwarzwälder Kernschinken
mit Rauchnoten von Fichtenholz und Wacholderzweigen, ein mildes, würziges Aroma
je 100 g
1.69

Polnischer Kesselkochschinken
mit feinem Geschmack und reich an Aroma
je 100 g
1.99

Rügenwalder Pommersche Gutsleberwurst
über Buchenholz geräuchert
diverse Sorten
je 100 g
25 % gespart
1.49

Der Neuburger
österreichische Aufschnitt-Spezialität aus 2/3 Rind- und 1/3 Schweinefleisch
je 100 g
25 % gespart
1.49

Das Käseland

Beemster mittelalt
holländischer Schnittkäse
48 % Fett i. Tr.
am Stück, je 100 g
38 % gespart
-.99

Kaltbach cremig-würzig oder Gruyère
schweizer Hartkäse
56 % / 49 % Fett i. Tr.
am Stück, je 100 g
bis 34 % gespart
2.29

Landfrischkäse „Schnittlauch“
deutscher Frischkäse mit eigener Verfeinerung
70 % Fett i. Tr.
je 100 g
1.49

Obst & Gemüse
Feldsalat
aus Frankreich
feine Spitzenqualität, leicht nussiges Aroma
Klasse I
je 150 g Schale (100 g 1.-)
1.49

Kohlrabi
aus Italien
Klasse I
je Stück
-.69

Aus der Kühlung

Zott Sahnejoghurt
diverse Sorten
je 140 g - 150 g Becher
(100 g ab -.22)
52 % gespart
-.33

Buko Frischkäse
diverse Sorten und Fettstufen
je 200 g Schale (100 g -.44)
37 % gespart
-.88

Arla Bio-Weidemilch
haltbar
1.5 % oder 3.8 % Fett
je 1 l Packung
bis 26 % gespart
1.11

Wagner Steinofen-Pizza oder Flammkuchen
diverse Sorten
tiefgefroren
je 360 g Packung (1 kg 3.58)
1.29

Langnese Cremissimo
diverse Sorten
je 900 ml - 1.300 ml Packung (1 l ab 1.38)
46 % gespart
1.79

Verschiedenes

Dallmayr prodomo, naturmild, entcoffeiert oder ganze Bohne
je 500 g Packung (1 kg 9.98)
29 % gespart
4.99

Lavazza Crema e Aroma
und weitere Sorten
je 1.000 g Bohne
27 % gespart
10.99

Maggi Fix, Herzensküche oder Food Travel Würzpaste
diverse Sorten
je 26 g - 92 g Beutel (100 g ab -.48)
51 % gespart
-.44

Pfanni Mini-Knödel
diverse Sorten
je 320 g - 400 g Packung (1 kg ab 4.03)
35 % gespart
1.29

Erasco Suppen oder Eintöpfe
je 390 ml / 400 g Dose (1 l 2.85 / 1 kg 2.78)
bis 34 % gespart
1.11

Miracoli Spaghetti
3 Portionen
diverse Sorten
je 377 g - 397 g Packung (1 kg ab 4.01)
31 % gespart
1.59

Kinder Bueno
je 6er + 2 (Stück -.25), **Kinder Country**
je 9er + 1 (Stück -.17) oder **Kinder Cards**
je 5er (Stück -.30)
bis 38 % gespart
1.49

Pringles
diverse Sorten
je 180 g - 200 g Dose (100 g ab -.70)
46 % gespart
1.39

Ariel Waschmittel
diverse Sorten
je 14 WL - 20 WL Packung / Flasche (WL ab -.20)
27 % gespart
3.99

Sheba Katzenfutter
diverse Sorten
je 85 g Schale (100 g -.46)
-.39

Getränkecenter

Krombacher
diverse Sorten
je Kasten 20 x 0.5 l (1 l 1.10 / 3.10 Pfd.) oder 24 x 0.33 l Flaschen (1 l 1.36 / 3.42 Pfd.)
26 % gespart
10.99

Beck's Bier
diverse Sorten
je Kasten 20 x 0.5 l Flaschen (1 l 1.20 / 3.10 Pfd.)
29 % gespart
11.99

Landpark Bio Wasser oder Lemon
diverse Sorten
je Kasten 12 x 0.75 l Glasflaschen (1 l -.44 / 3.30 Pfd.)
3.99

Bergische Waldquelle
je Sixpack 6 x 1.5 l PET-Flaschen (1 l -.37 / 1.50 Pfd.)
26 % gespart
3.33

Pepsi Cola
koffeinhaltige Limonade und weitere Sorten
je 1.5 l PET-Flasche (1 l -.43 / -.25 Pfd.)
34 % gespart
-.65

Rockstar Energy Drink
diverse Sorten
je 0.5 l Dose (1 l 1.70 / -.25 Pfd.)
50 % gespart
-.85

Granini Trinkgenuss, Sensation oder Selection
diverse Sorten
je 0.75 l - 1 l PET-Flasche (1 l ab -.99 / -.25 Pfd.)
bis 50 % gespart
-.99

Wodka Gorbatschow oder Citron
37.5 % vol.
je 0.7 l Flasche (1 l 8.27)
32 % gespart
5.79

Campari italienischer Bitter
25 % vol.
je 0.7 l Flasche (1 l 12.84)
25 % gespart
8.99

Lorch Weine
aus der Pfalz
diverse Sorten
je 1 l Flasche
3.33