

# RUNDBLICK

## l i f e s t y l e



Kamener Str. 37 · 59425 Unna-Königsborn  
Tel. 0 23 03 - 77 14 90 · Fax 0 23 03 - 77 14 91 · Mail: [info@edeka-harhoff.de](mailto:info@edeka-harhoff.de)  
Geschäftszeiten: Montag - Samstag 7.00 bis 21.00 Uhr



**Lassen Sie sich überraschen  
und freuen Sie sich auf frische  
Vielfalt und tolle Angebote!**

#### **DAS NEUE EINKAUFSERLEBNIS:**

- neue Marktgestaltung
- neue Bedientheken Fleisch/ Wurst, Käse und Fisch
- neue Obst- und Gemüseabteilung
- umweltschonende Kühltechnik
- energiesparende LED- Beleuchtung

**Erleben Sie unübertroffenen Grillgenuss  
mit Produkten von Edeka Harhoff!**

# EDITORIAL

## IMPRESSUM

Herausgeber (V.i.s.d.P.)

Rundblick Kommunikation GmbH  
Geschäftsführer:  
Frank Kuhlmann  
Katharina Nehlmeyer  
Akazienweg 2, 59423 Unna

Verleger  
Rundblick Kommunikation GmbH  
Akazienweg 2, 59423 Unna

Redaktion dieser Ausgabe  
Frank Kuhlmann, FK  
Sebastian Suttrop

Grafik & Layout  
Rundblick Kommunikation GmbH

Druck  
mediaprint solutions GmbH  
Eggertstraße 28, 33100 Paderborn

Mediadaten  
Erscheinung 2x im Jahr  
Die Auslage erfolgt zur kostenlosen Mitnahme für den Leser an frequentierten Orten in Unna, Kamen, Kamen-Herren, Bönen, Fröndenberg, Holzwickede.

Es gilt die Anzeigenpreisliste  
Nr.2 von 01.01.2019

Fotoquellen:  
Titelbild: by FK  
Bild Seite 2: by freepik  
Bild Seite 5 rechts: by marymarke  
vich on freepik

## Liebe Leserinnen, Liebe Leser,

endlich ist wieder Sommer! Tage mit wärmenden Sonnenstrahlen sorgen für gute Laune und die Freude auf „Outdoor“ steigt entsprechend. Ob ausgiebige Spaziergänge, Radtouren, unterhaltsame Grillabende mit Freunden oder im Kreise der Familie, vergessen ist die Zeit der Kälte und Dunkelheit. Natürlich stehen auch wieder tolle Urlaube vor der Tür, sei es zu Hause oder in anderen Ländern. Für Beides halten wir Beispiele in diesem Magazin für Sie bereit.

Für diejenigen, die ihr Geld lieber in schöne Dinge investieren wollen, haben wir auch Optionen parat. Sei es Kunst, sportliche Automobile oder aber doch lieber ein Bike, wir stellen Ihnen Produkte vor, die dafür Sorge tragen sollen, dass Spaß und Freude groß geschrieben werden.

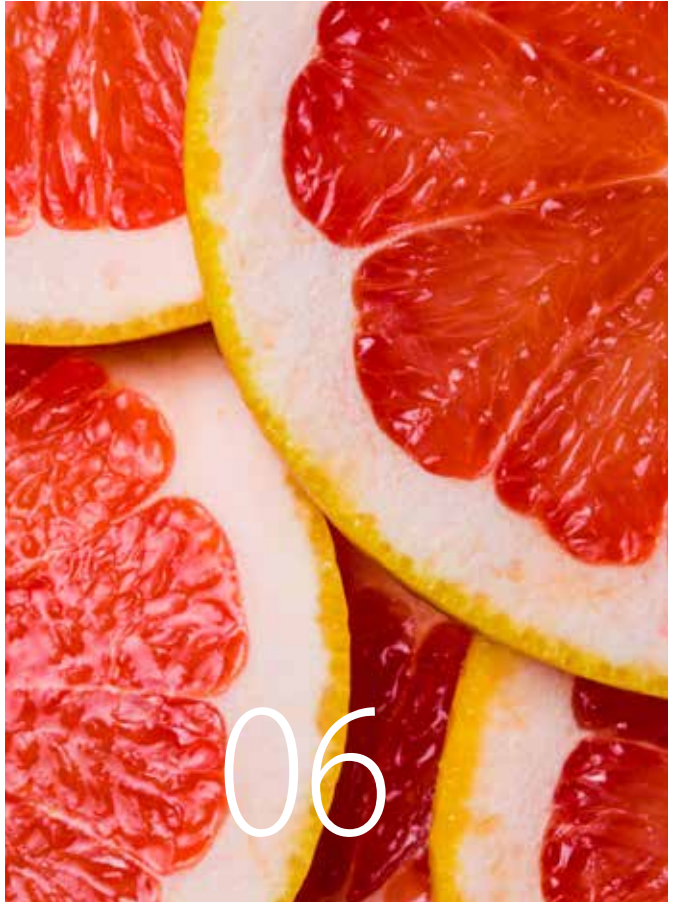
Wie gewohnt gibt es selbstverständlich auch wieder Wissenswertes zu den Themen Gesundheit, Recht, Steuern, sowie Wirtschaft & Immobilien.

Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Lesen!

Ihr Team vom Rundblick Lifestyle

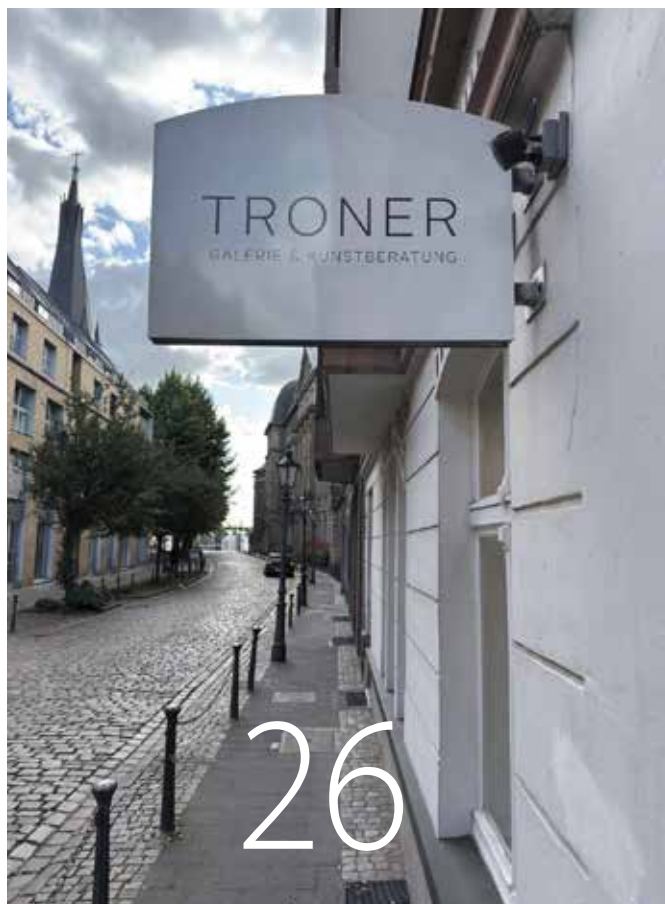


# IN HA LT



## GESUNDHEIT

- 06 Ganzheitliche Orthopädie -  
Dr. Ghiassi
- 08 Wichtiges zum Thema Implantate-  
Dr. Nehlmeyer
- 10 RINGANA CAPS: Hochwertige Vitalstoffe für  
gezielte Bedürfnisse
- 12 Pflegedienst Busch
- 14 Fettleber



## LIFESTYLE

- 20 Troner
- 24 Fahrbericht Porsche Macan
- 26 Radhaus Gerhardt
- 28 Walentowski- Galerien
- 31 Unser beliebtes Senfladen- Rezept
- 32 Die Kunst des Kaffee-Röstens
- 34 Urlaub in Budapest
- 36 Relaxen im „Gräflichen Park Health & Balance Resort“
- 40 Die Mille Miglia 2025

## RECHT, FINANZEN & WIRTSCHAFT

- 42 Homeoffice vs. Arbeitszimmer (Teil I)- René Zeps
- 43 Rechtstipp- Udo Speer
- 45 Die richtige Beratung- Immomas
- 46 Ausblicke
- 47 Einzige Stimme für Autofahrer: FDP Unna startet durch – mit klarer Linie bei Mobilität, Bildung und Wirtschaft
- 48 Auch mit dem Guten rechnen- Oliver Böhmer
- 49 Die ganze Welt in einer Tasse- Schirmer





# GANZHEITLICHE ORTHOPÄDIE

„Im CENTRUM VITAE betrachten wir die Orthopädie ganzheitlich.“

Dr. med. A. Ghiassi

Das Wort „ganzheitlich“ hat im Verlaufe der letzten 10 bis 15 Jahre auf dem Gebiet der Schulmedizin einen neuen Stellenwert bekommen.

Um es zu vereinfachen, bedeutet „ganzheitlich“, bezogen auf den Stütz- und Bewegungsapparat des Menschen, dass alle Knochen, Gelenke, Bindegewebe und Muskelstrukturen in Ketten- und Regelkreisen sowie neuronalen Strukturen miteinander verbunden sind und somit auch miteinander interagieren.

Bestimmte Gelenk- und Muskelstrukturen werden dabei als Systemeinheiten betrachtet, die wiederum kettenförmig mit darüber oder darunter gelegenen Regelkreissystemen in Verbindung stehen.

So bedeutet die ganzheitliche Betrachtung dieser Systeme, dass z.B. ein Knieproblem (z. B. ein Kniegelenksverschleiß) durch Minder- oder Fehlbelastung ebenfalls eine Störung im darüber gelegenen System, dem Becken/unteren Lendenwirbelsäule und dem unteren Gelenk, dem Sprunggelenk hervorrufen kann.

Ein Problem der unteren Lendenwirbelsäule wiederum kann ebenso Auswirkungen bis in die obere Halswirbelsäule und Kiefergelenke haben.

Wir unterscheiden grundsätzlich zwischen zwei verschiedenen Störarten in diesen Systemen. Zum einen kann es sich um strukturelle Störungen handeln, d. h. der Muskel oder das Gelenk ist von der Struktur her geschädigt.

Es weist einen irreversiblen Schaden, z.B. eine Narbe im Falle eines Muskelfaserrisses oder einen Knorpelschaden im Falle eines Gelenkverschleißes auf.

Die andere große Gruppe von Störungen bezieht sich auf die Funktion der betroffenen Struktur (funktionelle Störungen).

Hierunter kann man z. B. Gelenkblockierungen und muskuläre Fehlansteuerungen zählen. Die funktionellen Störungen sind weitaus häufiger anzutreffen, vor allem im noch jüngeren Patientenalter. Man kann auch sagen, dass eine kontinuierliche Störung der Funktion über viele Jahre letztendlich zu einem Verschleiß der entsprechenden Struktur führt.

Störungen der Funktion in einer Struktureinheit (z. B. einem Muskel oder einem Gelenk) müssen nicht zwangsläufig mit Schmerzen oder anderen Symptomen einhergehen. Man nennt diesen schmerzfreien Zustand der gestörten Funktion auch kompensierten Zustand. Erst wenn das System dekomponiert wird, wird der Patient an der betroffenen Stelle Schmerzen empfinden.

Um die Betrachtungsweise ganzheitlich fortzuführen, muss man folgendes in Betracht ziehen: Jede kleine Einheit versucht Störungen an andere Einheiten weiterzugeben, um sich selbst zu entlasten. Es entstehen somit Kettenphänomene, die entweder aufsteigend oder absteigend durch den Körper ziehen und die zur Folge haben, dass der Ort der Ursache nicht gleichbedeutend mit dem Ort der Schmerzentstehung sein muss.

Im Falle einer Arthrose reagiert der Körper an allen Gelenken gleich, nach einer Zeit der Überbelastung, die den Knorpel schädigt, wird Knochen angebaut, der den Druck pro Fläche verringert. Folgen davon sind weitere Störungen der Gelenkmechanik.

Ein arthrosegeschädigtes Gelenk muß nicht zwangsläufig Schmer-

zen verursachen. Viel Bewegung, ein gesundes Gewicht und die Vermeidung von einseitigen Belastungen und Stressfaktoren können ein solches Gelenk noch lange gut funktionieren lassen.

Im Rahmen der ganzheitlichen Orthopädie sollten die inneren Organe ebenfalls in Betracht gezogen werden.

Bei Kniegelenksbeschwerden sollte der Dickdarm ebenfalls in Betracht gezogen werden, da sowohl die muskuläre Ansteuerung des Kniegelenkes und die nervale Versorgung des Dickdarmes in den gleichen Segmenten der Lendenwirbelsäule verschaltet werden. Lungenerkrankungen, wie chronische Bronchitiden oder lang dauernde Infekte der tiefen Atemwege können zu schmerzhaften Funktionsstörungen der dazugehörigen Brustwirbelsäulensegmente führen.

Hormonelle Störungen, vorangegangene Bauch-Operationen, Menstruationsbeschwerden, Prostataprobleme oder Gebärmutterentzündungen können wiederum schmerzhafte Funktionseinschränkungen im Bereich des Beckens (Kreuzbeinblockierungen) mit entsprechenden Symptomen hervorrufen.

Bei Schulterschmerzen rechtsseitig sollte man an die Gallenblase, bei Schulterschmerzen linksseitig hingegen an die Leber denken. Die Diagnose und Therapie von orthopädischen Erkrankungen im ganzheitlichen Sinne bedeutet, eine möglichst genaue Differenzierung der Symptome in Bezug auf die Ursachen.

Denn wenn man die Ursachen bekämpft, die unter Umständen in einem völlig anderen Organ oder Skelettgebiet liegen, kann eine nachhaltige Symptommfreiheit am Ort der Schmerzentstehung erfolgen.



**CENTRUM VITAE**  
Medizinisches Versorgungszentrum GmbH  
Dr. Ghiassi & Kollegen

Brackeler Hellweg 121 · 44309 Dortmund  
Tel. 0231-590756 · [www.centrum-vitae.de](http://www.centrum-vitae.de)

centrum vitae

centrum vitae

# DR. NEHLMeyer

Der Inhaber der  
Zahnärztlichen  
Tagesklinik in  
Unna-Massen  
Dr. Ulrich Nehlmeyer  
blickt auf  
jahrezehntelange  
Erfahrung in der  
Zahnbehandlung und  
Zahn-Implantat-  
Versorgung zurück.

 Zahnärztliche Tagesklinik  
Dr. Nehlmeyer & Kollegen

Kleistraße 63 ·  
59427 Unna-Massen  
Tel. 02303-53322 oder 986850  
[www.zahnarzt-nehlmeyer.de](http://www.zahnarzt-nehlmeyer.de)

Sprechzeiten: Mo.-Fr. 6.00 - 18.00  
Uhr · Sa. nach Vereinbarung





# Wichtiges zum Thema Implantate

Sehr häufig liest man in der Zahnmedizin etwas über Implantate, die als Ersatz für verloren gegangene Zähne dienen sollen und von vielen Zahnärzten favorisiert werden. Grund genug für uns, dazu mit Herrn Dr. Ulrich Nehlmeyer von der Zahnärztlichen Tagesklinik in Unna Massen zu sprechen.

Herr Dr. Nehlmeyer, was genau ist eigentlich ein Implantat?

Dr. Nehlmeyer: Ein Implantat ist ein ca. 2 cm schraubenähnlicher Stift aus Titan oder Zirkon, der nach Extraktion eines Zahnes die Zahnwurzel ersetzt.

Wie die Zahnwurzel wird das Implantat im Kieferknochen verankert um im Anschluss nach Einheilung dann einen beliebigen Zahnersatz darauf aufzubauen.

Wird das Implantat direkt im Anschluss an die Zahnextraktion eingesetzt?

Dr. Nehlmeyer: Manchmal ist das

möglich aber in der Regel muss erst einmal die entstandene Wunde vernünftig verheilen und es muss natürlich ebenfalls anhand eines Röntgenbildes genau geklärt werden, ob überhaupt genug Knochen vorhanden ist, in den das Implantat eingesetzt werden soll. Ist das nicht der Fall, und diese Situation ist häufig weil sich der Knochen zurückgebildet und entsprechend für den Zahnverlust gesorgt hat, muss der geschädigte Knochen künstlich aufgebaut werden. Das braucht natürlich seine Zeit, ist aber notwendig, damit am Ende alles perfekt zusammenwirkt und der Patient glücklich ist.

Kommen wir zu den Kosten, werden diese von den gesetzlichen Krankenkassen getragen?

Dr. Nehlmeyer: Diese Frage muss ich leider verneinen, denn nur in Ausnahmesituationen - wie beispielsweise einer Krebserkrankung des Patienten - werden die Kosten von den Kassen nach Prüfung des Einzelfalles übernommen.

Aus diesem Grunde empfehle ich auch jedem gesetzlich Ver-

sicherten grundsätzlich eine entsprechende Krankenzusatzversicherung abzuschließen, in der Implantate eingeschlossen sind. Natürlich muss diese Versicherung rechtzeitig abgeschlossen werden.

Sind diese Zusatzversicherungen denn nicht teuer?

Dr. Nehlmeyer: Ich bin kein Versicherungsfachmann, aber meines Wissens gibt es diese Zusatzversicherung auch schon ab 20,- Euro im Monat.

Man bedenke aber, dass man sich so ein wichtiges Stück Lebensqualität durch modernen Zahnersatz sichert.



Erfahren Sie  
hier mehr!



Katharina Nehlmeyer,  
Telefon: 0151 14980816  
E-Mail: Katharina.nehl-  
meyer@yahoo.com

## RINGANA CAPS: Hochwertige Vitalstoffe für gezielte Bedürfnisse

RINGANA ist bekannt für seine Frische-Revolution im Bereich der Nahrungsergänzung und bietet eine Serie hochwertiger CAPS, die auf unterschiedliche Bedürfnisse abgestimmt sind. Die CAPS von RINGANA basieren auf natürlichen, hochwertigen Inhaltsstoffen und sind frei von künstlichen Zusatzstoffen. Besonders hervorzuheben sind dabei die CAPS Omega und die CAPS Beauty & Hair, die gezielt die Haut und die Haare unterstützen und die perfekte Ergänzung zu einem gesundheitsbewussten Lifestyle darstellen.

**CAPS Omega: Unterstützung für das Herz und Gehirn**  
Die CAPS Omega enthalten essentielle Omega-Fettsäuren, die aus pflanzlichen Quellen stammen und das Herz-Kreislauf-System sowie die Gehirnfunktion unterstützen. Sie bieten eine pflanzliche Alternative zu herkömmlichen Omega-3-Quellen und tragen dazu bei, die Gesundheit zu fördern und das Wohlbefinden zu steigern. Zudem enthalten sie u.a. Vitamin D, K2 und E, Lutein und Astaxanthin.

**CAPS Beauty & Hair: Für strahlende Haut und kräftiges Haar**

Mit einer speziellen Formel aus Antioxidantien, Vitaminen und Mineralstoffen sind die CAPS Beauty & Hair darauf ausgerichtet, die Haut von innen zu stärken und das Haar kräftiger und glänzender erscheinen zu lassen. Die sorgfältig abgestimmten Inhaltsstoffe helfen, die natürliche Schönheit zu bewahren und fördern ein gesundes Hautbild und kraftvolle Haare.

Zusätzlich zu diesen beiden spezifischen Produkten bietet RINGANA noch weitere CAPS an, die auf verschiedene Körperfunktionen ausgerichtet sind, unter anderem:

- **CAPS Moodoo:** Fördern Wohlbefinden und emotionale Balance, ideal für Zeiten von Stress und emotionaler Belastung.
- **CAPS Move:** Unterstützen die Gelenke und das Bindegewebe, ideal für Menschen, die ihren Bewegungsapparat stärken möchten.
- **CAPS Protect:** Sie bauen ein inneres Schutzschild vor Umwelteinflüssen auf. Die Haut wird geschützt vor Sonnenstrahlung, Blaulicht und sie geben freien Radikalen nicht die Chance oxidativen Stress zu erzeugen.
- **CAPS Fem:** Speziell für die Bedürfnisse der Frau, unterstützen das hormonelle Gleichgewicht und bieten eine ganzheitliche Pflege von innen heraus.
- **CAPS Immu:** Fördern die Abwehrkräfte und die natürliche Immunfunktion – perfekt, um das Immunsystem das ganze Jahr über zu unterstützen.

Mit diesen gezielten Nahrungsergänzungen deckt RINGANA eine breite Palette an Bedürfnissen ab und bietet jedem die Möglichkeit, die passenden Vitalstoffe für sein Wohlbefinden zu finden. Alle CAPS werden in regelmäßigen Abständen frisch produziert und sind damit frei von chemischen Zusatzstoffen und Konservierungsmitteln – für eine natürliche und hochwertige Versorgung des Körpers.

Interessiert daran, wie die RINGANA CAPS Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden unterstützen können? Kontaktieren Sie uns jetzt und lassen Sie sich umfassend zu den Produkten beraten!

# Für Draufgänger und drauf Geher.

Für jeden Fuß die richtige Pflege.



Ihre  
Spezialistin für  
**Spangenbehandlung**  
und **eingewachsene**  
**Fußnägel** in  
Unna!



**Podologische Praxis**  
**Beate Suttrop**

staatl. geprüfte med. Fußpflege · alle Kassen & Privat

Holbeinstraße 10a · 59423 Unna  
Ärztelhaus am Ev. Krankenhaus

Tel. 0 23 03 / 98 63 99  
[www.podologie-unna.de](http://www.podologie-unna.de)

**Allpresan®**  
Gut zu Fuß



*Wir sind für den  
Menschen da!*



Der Pflegedienst Busch bietet im Zentrum von Unna und den Stadtteilen sowohl Leistungen im Bereich der Grundpflege als auch der Behandlungspflege an. Zusätzlich können aber jederzeit individuelle Betreuungsleistungen erbracht werden. Pflegekurse für Angehörige sowie die Vermittlung von Hausnotrufdiensten runden unser Angebot ab.

Die ambulante Grundpflege wendet sich den menschlichen Grundbedürfnissen wie beispielsweise Körperpflege, Ernährung, Ausscheidung und Mobilität zu und umfasst alle regelmäßig wiederkehrenden körperbezogenen und körperfernen Unterstützungsmaßnahmen, die zum Wohlbefinden, zur Gesunderhaltung und zur Bewältigung des Alltags im eigenen Zuhause beitragen.

Die ambulante Behandlungspflege beinhaltet medizinische und therapeutische Pflegeleistungen und unterstützt oder sichert eine ärztliche Therapie. Die Behandlungspflege dient der Genesung, der Vorbeugung einer Krankheitsverschlimmerung, der Symptommelinderung oder/und der Verbesserung der Lebensqualität.

Diese Maßnahmen dürfen nur auf der Basis einer ärztlichen Verordnung und ausschließlich durch examinierte Pflegekräfte durchgeführt werden.

*Sprechen Sie uns an!*



Pflegedienst  
**Busch**

Käthe-Kollwitz-Ring 30a, 59423 Unna  
Telefon: 02303 / 55 39 84 0  
E-Mail: [info@pflegedienst-busch.com](mailto:info@pflegedienst-busch.com)

[www.pflegedienst-busch.com](http://www.pflegedienst-busch.com)





# Wir suchen Dich!

**Starttermine:**

01.08.2025

01.10.2025

01.04.2026



**Pflegedienst  
Busch**



Käthe-Kollwitz-Ring 30a  
59423 Unna  
Telefon: 02303 / 55 39 84 - 0  
Fax: 02303 / 55 39 84 - 999  
bewerbung@pflegedienst-busch.com

## Ausbildung zur Pflegefachkraft (m/w/d)

# WIR SUCHEN DICH!

### EXAMINIERTE PFLEGEFACHKRÄFTE M/W/D

für die intensivpflegerische Versorgung eines Erwachsenen in Bergkamen ab dem **1. JULI 2025** in **Voll- oder Teilzeit**. Die Einsätze werden in 12-Stunden-Schichten geplant.

Weitere Infos über unserer Pflegedienstleitung Jasmin Müller 01 74 - 3 92 37 72 oder unter [www.intensivpflege-intensico.de/stellenangebote/](http://www.intensivpflege-intensico.de/stellenangebote/)



**WIR FREUEN UNS AUF DEINE BEWERBUNG!**



Ambulanter Kinder und Erwachsenen-Intensivpflegedienst



# Häufig unerkannte Gefahr Fettleber

Obstsorten mit niedrigem Zuckergehalt können helfen

„Aktuelle Zahlen der Deutschen Leberstiftung sind alarmierend. Rund ein Drittel aller Erwachsenen in Deutschland leidet an einer nichtalkoholischen Fettlebererkrankung (NAFLD). Männer sind häufiger von dieser Erkrankung betroffen als Frauen. Die Anzahl der Erkrankungen haben in den letzten Jahren zugenommen. Auch bereits jedes dritte übergewichtige Kind hat eine NAFLD.

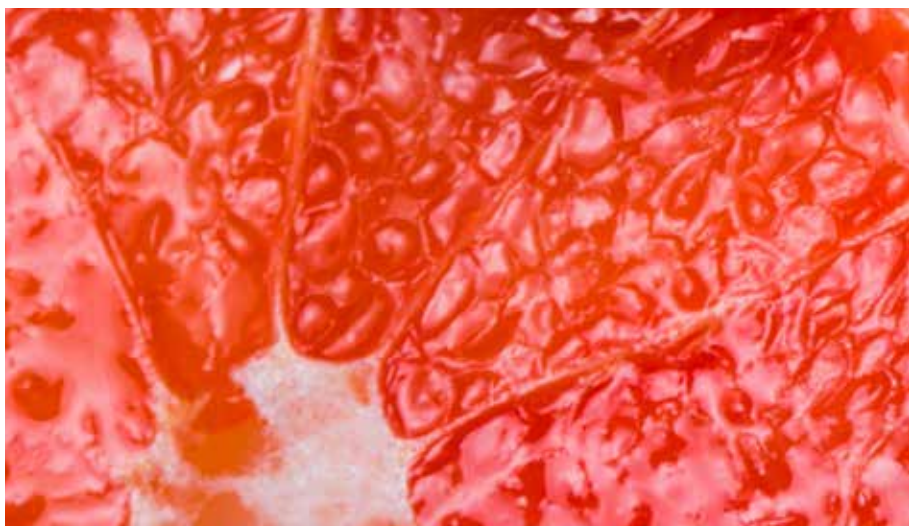
„Zu den Ursachen, die meistens zu einer Fettleber führen, zählen neben falscher Ernährung Bewegungsmangel, Übergewicht oder eine bestehende Diabetes-Erkrankung. Neben der Änderung des eigenen Lebensstils können zuckerarme Obstsorten zu einer Entgiftung und Heilung der Leber beitragen“, sagt AOK-Serviceregionsleiter Jörg Kock.

Rund ein Drittel der Erwachsenen hat eine durch Fetteinlagerung vergrößerte Leber. Meist bleibt sie lange unentdeckt, da sie zunächst keine Beschwerden verursacht. Erst eine Routineuntersuchung des Bluts und per Ultraschall bringt den Befund häufig zufällig ans Licht.

Eine NAFLD geht häufig einher mit weiteren Erkrankungen wie Übergewicht, Diabetes mellitus Typ 2, Bluthochdruck und Fettstoffwechselstörungen. Die Entstehung der NAFLD ist in vielen Fällen auf eine ungesunde Ernährung zurückzuführen. Aber auch genetische Faktoren können eine Rolle spielen. Zum Gesundheitsrisiko sagt Dr. med. Katja Schwarzenhölzer von der AOK NordWest:

„Eine Fettleber bringt durchaus schwerwiegende Risiken mit sich. Neben Schäden an der Leber wie Entzündungen und Fibrosen besteht eine erhöhte Wahrscheinlichkeit, einen durch die Fettleber mitbedingten Herzinfarkt, Schlaganfall“ „oder eine Herzinsuffizienz zu erleiden.“ Au-

Neben der Änderung des eigenen Lebensstils können zuckerarme Obstsorten wie zum Beispiel Grapefruit, Heidelbeeren oder Granatäpfel zu einer Entgiftung und Heilung der Leber beitragen.







Zu den Ursachen, die meistens zu einer Fettleber führen, zählen neben falscher Ernährung Bewegungsmangel, Übergewicht oder eine bestehende Diabetes-Erkrankung.

Besonders erkranken Betroffene wesentlich häufiger an einem Diabetes. Das hängt mit Botenstoffen zusammen, die vom schädlichen Leberfett gebildet werden. Diese verschlechtern die Insulinempfindlichkeit und lassen die Blutgefäße schneller verkalken.

Aber es bleibt nicht nur bei einer Verfettung der Leber, sondern bei einem Teil der Betroffenen entzündet sich die Leber mit der Folge einer Fettleber-Hepatitis. Am Ende kann die Leber vernarben, was zur sogenannten Zirrhose führt.

„Die Fettleber mit einer möglichen Zirrhose darf nicht mit der allgemein besser bekannten alkoholischen Fettleber verwechselt werden, die im Zusammenhang mit Alkoholkonsum erworben wurde. Die NAFL ist die wesentlich häufigere Variante“, so Schwarzenhölzer. Zu deren Behandlung gibt es aktuell keine Medikamente. Die gute Nachricht: Eine Fettleber ohne Entzündung oder Fibrose kann sich meist wieder in wenigen Wochen bis Monaten zurückbilden, sobald die Ursache des Schadens wegfällt. „Die einzige Therapie ist daher die Änderung des Lebensstils und die Behandlung von Begleiterkrankungen. Über-

gewicht sollte durch eine Ernährungsumstellung abgebaut werden, unbedingt mehr Bewegung bei Verzicht auf Alkohol und Zigaretten“, rät die AOK-Medizinerin.

Diese Obstsorten helfen dabei, eine Fettleber zu heilen. Obstsorten, die einen besonders niedrigen Zuckergehalt haben, können zusätzlich zur Entgiftung und Heilung der Leber beitragen. Dies sind insbesondere Grapefruit, Heidelbeeren, Zitronen, Avocado, Brombeeren, Äpfel, Granatäpfel und Orangen. Viel Zucker hingegen enthalten Früchte wie Trauben, Ananas, Bananen, Mangos oder Kirschen, weswegen sie bei einer Fettleber nur bedingt zu empfehlen sind. Gezuckerte Obstkonserven und Trockenfrüchte, kandierte Früchte oder Obstmus sind im Hinblick auf eine Lebergesundheit gar nicht geeignet und sollten gemieden werden. Weitere Informationen zu einer gesunden Ernährung online unter [aok.de](https://www.aok.de).



# 250.000x EXAKTER SEHEN

Ihre Augen bewegen sich bis zu 250.000 Mal am Tag. Erleben Sie jeden dieser Augenblicke so scharf wie nie zuvor: B.I.G. EXACT™ — biometrisch exakte Brillengläser von Rodenstock.

**DER EXPERTE  
FÜR BIOMETRISCHE  
BRILLENGLÄSER**

**R**  
**RODENSTOCK**  
Weil jedes Auge einzigartig ist

## BIOMETRISCHE AUGENVERMESSUNG MIT DEM DNEye® SCANNER VON RODENSTOCK

Wir führen eine vollständige biometrische Augenvermessung mit dem DNEye® Scanner von Rodenstock bei Ihnen durch. Auf Wunsch fertigen wir Ihnen dann anhand der ermittelten Daten neue Brillengläser, die Ihrem individuellen Augenprofil exakt entsprechen: Erleben Sie schärfstes Sehen mit Ihren biometrisch exakten Brillengläsern von Rodenstock.



**Wulfkühler & Ader**  
... die Optikermeister

[www.wulfkuehler-ader.de](http://www.wulfkuehler-ader.de)









Dr. med. dent.

# Lutz Gerland

Praxis für innovative und ästhetische  
Zahnheilkunde in Unna-Königsborn



Dr. med. dent. Lutz Gerland



 jameda

**Digitale Praxis**

Onlinebuchung und Videosprechstunde:  
[www.jameda.de](http://www.jameda.de)

**Zur Verstärkung unseres Praxisteam suchen wir ab sofort eine zahnmedizinische Assistenz in Vollzeit (m/w/d)**



## Parodontologie

Gesundes Zahnfleisch sorgt für besten Halt Ihrer Zähne



## Moderne Zahnästhetik

Inlays und Kronen aus Vollkeramik:  
Immer da, aber unsichtbar



## Implantatversorgung

Als wären es die eigenen Zähne



## Prophylaxe

Professionelle Zahnreinigung:  
Empfehlen wir 2-4 mal im Jahr



## Barrierefreie Praxis

für unsere Patienten mit Rollstuhl



## Zahnarztpraxis Dr. med. dent. Lutz Gerland

Mo+Di: 8–12 Uhr & 14.30–18 Uhr  
Mi: 8–12 Uhr • Do: 8–12 Uhr und  
14.30–19 Uhr, Fr: 8–14 Uhr

Schützenstraße 33  
59425 Unna-Königsborn  
Tel. 02303-69469

# EIGENHEIM VERKAUFEN.

# WOHNUNG MIETEN.

# KONZEPT60+



## PRÄSENTATION & VERMARKTUNG IHRER IMMOBILIE

Wir setzen Ihre Immobilie gezielt in Szene und entwickeln eine maßgeschneiderte Präsentationsstrategie. Das Vermarktungskonzept inkl. Präsentation auf reichweitenstarken Kanälen legen wir gemeinsam mit Ihnen fest.



## MIETWOHNUNGEN AUS EIGENEM BESTAND

Mit dem Konzept60+ können Sie exklusiv von unseren Mietwohnungen aus eigenem Bestand profitieren. Unsere Neubauwohnungen sind durchdacht konzipiert und barrierefrei gestaltet, damit Sie sich rundum wohlfühlen.



## PROFITIEREN SIE VON UNSERER EXPERTISE

Mit praxisorientierter Expertise und einem breiten Netzwerk begleiten Sie Maike Köhler und Longinus Jaeger bei dem Verkauf Ihrer Immobilie diskret und professionell. Sie vertreten Ihre Interessen zuverlässig und zielführend.

**JETZT  
ANFRAGEN!**



[INFO@HSI-IMMOBILIEN.COM](mailto:INFO@HSI-IMMOBILIEN.COM)

02301 9690050 | [WWW.HSI-IMMOBILIEN.COM](http://WWW.HSI-IMMOBILIEN.COM)

**HSI**  
IMMOBILIEN



# Troner

Galerie und Kunstberatung

Anzeige



Anna Maria Troner

Im Jahr 1990 gründete Anna Maria Troner die „Troner Art Consulting“. Dabei begleitet und berät sie Unternehmen und Privatkunden bei der Realisierung von Kunstprojekten und private Sammlungen.

2006 eröffnete sie ihre Galerie im stilwerk Düsseldorf, ein Center an der Königsallee für Wohn- und Raumkultur. Dabei konzentriert sie ihr Galerieprogramm auf internationale zeitgenössische Kunst und arbeitet sowohl mit etablierten wie auch aufstrebende Maler, Bildhauer und Fotografen zusammen. Ihre erste Ausstellung „übers Sofa“ war ein umwerfender Erfolg, der sich weit über Düsseldorfs Grenzen hinaus erstreckte.

„Zeit und Raum“ eine Ausstellung meisterhafter chinesischer Tuschmalerei geriet zu einem weiteren Highlight und erregte internationale Aufmerksamkeit.

2014 wechselte sie in den historischen Teil Düsseldorfs, wo ihre Troner Galerie sich in unmittelbarer Nähe zu den bedeutenden Kunsteinrichtungen (K20, Kunstakademie uvm) sowie anderer namhafter Galerien befindet.

Sie erweiterte das Programm der Galerie. Neben den renommierten Künstlern zeigt und vermittelt sie Exponate weltberühmter, international gesammelter Künstler.

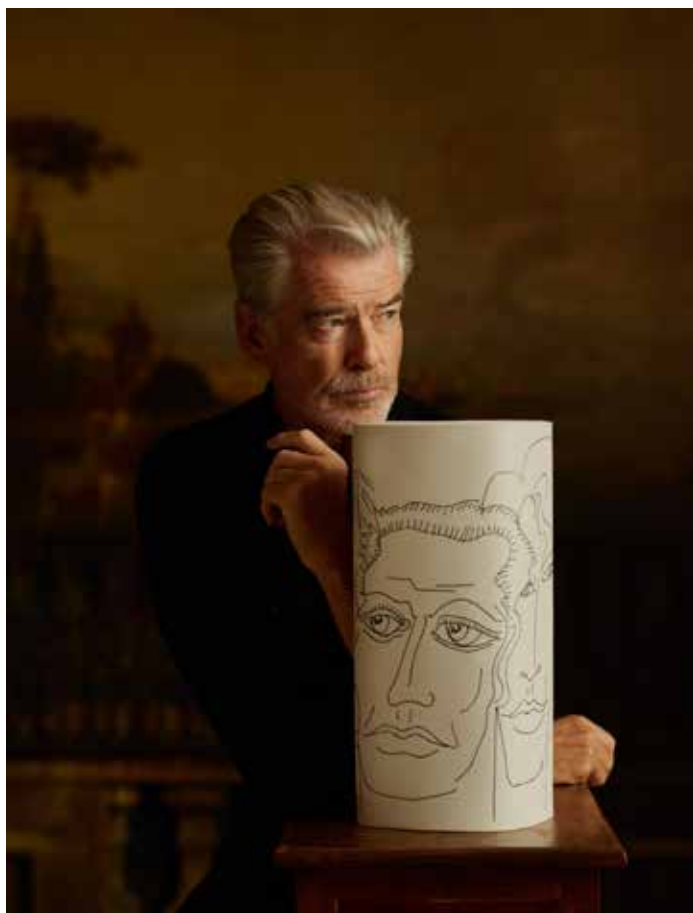
Ergänzend zu den wechselnden Ausstellungen entwickelt Anna Maria Troner Konzepte/Kooperationen für Kunstausstellungen außerhalb ihrer Galerie.

In der aktuellen Ausstellung „ZERBRECHLICHKEIT - Geheimnis Murano Glas / Magie der Keramik“ sind zwei Kunstrichtungen zu entdecken, die tief in der Geschichte und Kultur verwurzelt sind - oder dort ihren Ursprung haben.

„Kunst ist unser aller gesellschaftliches Gut. Es ist ein Privileg in diesem Beruf arbeiten zu können.“  
Anna Maria Troner



aus der aktuellen Ausstellung „Zerbrechlichkeit“



Artwork {©}- 2024 Pierce Brosnan. All Rights reserved  
Porcelain Object©2024 Hering Berlin. All Rights reserved  
Fotos Robert Rieger



Artwork {©}- 2024 Pierce Brosnan. All Rights reserved  
Porcelain Object©2024 Hering Berlin. All Rights reserved  
Fotos Robert Rieger



Anna Maria Troner und  
Dr. Said Hilton, Gast einer  
Ausstellung



Foto von Wal-  
ter Vogel, 1974  
bei Konzert  
der Rolling  
Stones

## AUSSTELLUNGSANSICHTEN



Dominik Sartor



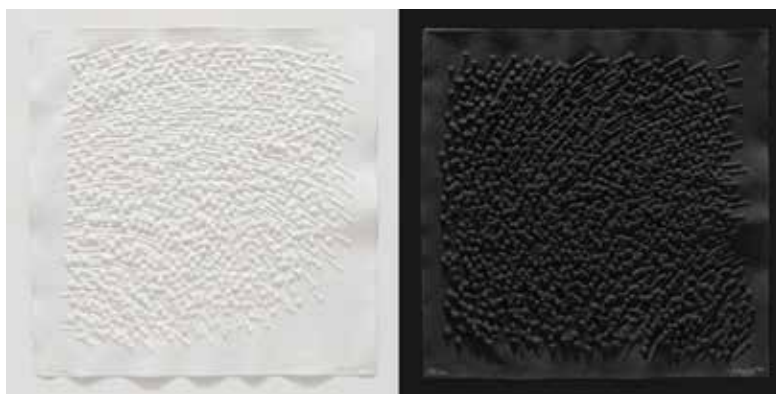
Birgitta Weimer



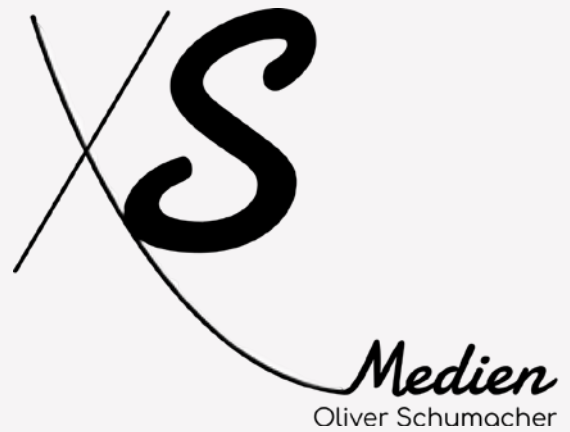
Michael Burges



Michael Burges



Günther Uecker



## Marketingkompetenz aus dem Herzen von Unna

- Online- & Medienagentur
- Webshops & Internetauftritte
- Foto- & Videoproduktion
- Social-Media Management

Tel.: +(49) 175 / 96 00 448

Web: [www.xs-medien.de](http://www.xs-medien.de)

Mail: [kontakt@xs-medien.de](mailto:kontakt@xs-medien.de)

XS-Medien | Oliver Schumacher - Heinrich-Hertz-Straße 3 - 59423 Unna



Fahrzeugvorstellungen, Projekte, Tipps & Tricks rund ums Automobil.



Ich stelle Ihre Fahrzeuge auf meinem YouTube-Kanal vor!

Erreichen Sie tausende autobegeisterte Zuschauer und potenzielle Kunden für Ihr Autohaus.

Kontakt: [oliver@olivers-autoblog.de](mailto:oliver@olivers-autoblog.de)



# Fahrbericht Porsche Macan

Porsches E-SUV fährt wie ein Performance-Car



Ein SUV mit Sportwagen-DNA, der Macan ist klar als Porsche zu erkennen.

Wer Porsche hört, verbindet damit unweigerlich sportliche Motoren-sounds und den Geruch von Benzin in der Luft. Nun gibt es zwar seit 2019 den vollelektrischen Porsche Taycan, allerdings erfreut sich das E-Flagschiff von Porsche international keiner großen Beliebtheit und führt im Vergleich zum legendären 911 oder dem durchaus beliebten Cayenne ein Schattendasein und repräsentiert Porsche nicht als Elektroauto-Hersteller.

Das will Porsche mit dem von Grund auf neu entwickelten Macan ändern - wir waren mit dem Porsche Zentrum Soest auf einer ausgiebigen Erlebnistour durchs Sauerland und konnten drei der vier angebotenen Motorisierungen auf Herz und Nieren testen.

Zur Auswahl stehen ausschließlich Elektroantriebe mit Leistungen von 250kW (340PS) bis hin zum Topmodell „Turbo“ mit 429kW

(584PS). Alle Modelle verfügen über eine Overboost Funktion, durch die für 10 Sekunden ein Leistungsbonus von ca. 10% zur Verfügung steht. Somit leistet der Macan Turbo im Overboost erstaunliche 470kW (639PS) - eine Leistung, die sich so surreal anhört, wie sie sich anfühlt. Der Drive-Mode ist durch den Drehknopf am Lenkrad auf Sport-Plus gestellt, die optionale Luftfederung legt die Karosserie dezent tiefer und strafft das Fahrwerk, sodass jede Unebenheit der Straße direkt übers Lenkrad und den Sitz an den Fahrer übermittelt wird. Das im Testfahrzeug verbaute „Porsche Electric Sport Sound“ Paket liefert über die Fahrzeuglautsprecher einen künstlichen Motorsound, der nicht von dieser Welt zu stammen scheint. Der Fahrer sitzt jetzt nicht mehr in einem SUV - er sitzt jetzt in einer Kanonenkugel, die mit dem

Sound, der dem eines Science-Fiction-Raumschiffs gleicht an einer Schnur über die Teststrecke gezogen wird und gar nicht mehr aufhören will zu beschleunigen. Den Sprint aus dem Stand auf 100 km/h schafft der Macan Turbo laut Porsche in 3,3 Sekunden. Das kleinste Derivat, das sich einfach nur „Macan“ nennt, benötigt dafür 5,7 Sekunden. Ein Wert, mit dem sich ein Fahrzeug, das mindestens 2.220 Kilogramm wiegt wirklich nicht verstecken muss. Die beiden kleinsten Motorisierungen „Macan“ und „Macan 4“ werden von Porsche bei 220km/h abgeriegelt, der Macan 4S läuft 20 km/h schneller und beim Macan Turbo ist bei 260 km/h Schluss.

Alle Modelle verfügen über eine Launch Control, ein System, das man aus Fahrzeugen mit Verbrennungsmotoren kennt: hierbei tritt man im Stand das Gas-



Bis zu drei Displays finden auf dem Armaturenbrett Platz. Das Beifahrerdisplay bietet die Möglichkeit, Spiele zu spielen, Navigationsdaten einzugeben, oder Videoinhalte abzuspielen. Durch eine spezielle Technologie ist es dem Fahrer nicht möglich, die Inhalte des Displays zu sehen, um nicht abgelenkt zu werden. Aufpreis: 1.428€



Das optionale Sport Chrono Paket bietet gegen 815€ Aufpreis nicht nur die ikonische Uhr auf dem Armaturenbrett, sondern auch noch den Sport-Plus Modus, eine dynamische Fahrwerksabstimmung und die Möglichkeit, Rundenzeiten auf Rennstrecken im Infotainmentsystem aufzuzeichnen und zu analysieren.



Die adaptiven Sportsitze mit optionalem Porsche Wappen auf der Kopfstütze und dem optionalen, beleuchteten Porsche Schriftzug bieten nicht nur sehr guten Halt in sportlichen Kurven, sie sind mit diesen kleinen Details auch ein echter Hingucker.



Die Kommandozone: das Cockpit mit Multifunktions GT-Sportlenkrad und Mode-Schalter. Auf Wunsch bekommt der Kunde ein Augmented Reality Head-Up Display. Aufpreis: 2.177€.

und Bremspedal gleichzeitig, sodass der Verbrenner auf Touren kommt und bei turboaufgeladenen Motoren bereits Ladedruck aufbaut, um einen möglichst schnellen Fahrzeugstart zu ermöglichen. Dieses System ist bei E-Fahrzeugen im klassischen Sinn nicht notwendig, weil es hier ja keine Komponenten gibt, die nur in bestimmten Drehzahlbereichen ihre volle Leistung und Drehmoment entwickeln. Trotzdem wird das Fahrzeug hier auf eventuelle Trakti-

onsverluste vorbereitet und unser Testfahrzeug krallt sich mit seinen mächtigen 295er Reifen auf der Hinterachse und 255ern auf der Vorderachse in den Asphalt. Montiert sind die Sportreifen auf vier 22 Zoll Felgen im RSSpyder Design. Im Vergleich zu seinen drei großen Brüdern verzichtet der schwächste Macan auf einen Allradantrieb, bei ihm wird lediglich die Hinterachse angetrieben.

Porsche verspricht im WLTP

Testzyklus Reichweiten von 593 - 644 Kilometern. Diese werden wir bei der sportlichen Fahrweise aus unserer Testfahrt sicherlich nicht erreichen, aber wir halten 450-500 Kilometer beim Macan 4S, den wir hauptsächlich und sehr sportlich gefahren sind für realistisch. Dieses Modell gibt Porsche mit 609 Kilometern an. Die Stromverbräuche gibt Porsche bei allen Modellen zwischen 17,0 und 21,1 kWh/100km an.

# Fazit:

Der neue Macan sieht zwar aus wie ein SUV, fährt sich aber selbst im energiesparenden Long Range Modus, wie ein Sportwagen, der Innenraum bietet ausreichend Platz für eine lange Urlaubsreise mit vier Personen und die Materialien sind Porsche-Typisch hochwertig verarbeitet. Der Basis-Macan ist Porsches günstigstes Fahrzeug - und das mit Abstand. Ein elektrischer Taycan mit gleicher Motorleistung und Allradantrieb (Taycan 4S) kostet in der Basis 23.000€ mehr, als der Macan 4S. Der Macan wirkt agiler, moderner und aufgeräumter als der Taycan - natürlich sind beide Fahrzeuge unterschiedlich konzipiert und positioniert, aber bei diesem Preisunterschied, waren wir uns beide einig: der Macan ist natürlich alles andere als ein Schnäppchen, aber hier gibt es ausgefeilte Porsche-Technik, modernes Design und gewohnte Verarbeitungsqualität zu einem verhältnismäßig moderaten Preis.

# Wir haben den Sommer im Gepäck...

... MIT HEISSEN BIKES VON IHREM RADHAUS GERHARDY IN DORTMUND APLERBECK!

Neben unserem umfangreichen und vielseitigen Sortiment an Fahrrädern und Zubehör, bieten wir Ihnen mit unserer eigenen Werkstatt stets bestmöglichen Service.  
Zu unseren Leistungen zählen:

Click & Collect

Notreparatur

Bike-Leasing

Miet-, Servicebike

Bring- & Holdienst

Bike- Versicherung



## RIESE & MÜLLER DELITE 5 GT PINION

Dieses Bike für Maximalansprüche ist geschaffen sowohl für täglichen Fahrspaß als auch für ausgedehnte Radreisen.

Ausgestattet u.a. mit

Vorderrad-Federung, Hinterradschwinge und mitgefedertem Gepäckträger sowie einem kraftvollen Mittelmotor und ein im Unterrohr integrierter, entnehmbarer 800 Wh Akku, sorgt dieses Bike für Fahrgegnuss auf höchstem Niveau.

Alles zu diesem fantastischen Fahrrad finden Sie in unserem Video!







## Stevens E-Strada 8.3.4. FEQ Gent

Dieses 14 KG leichte, mit einem High-Tech Carbonrahmen ausgestattete, E-Urban Bike verfügt u.a. über einen kraftvollen Mahle Heckmotor, vergleichbar mit einem 55 Nm-Mittelmotor. Der vollintegrierte 236 Wh-Akku, der sportliche Shimano Cues U8000 Linkglide 2x11-fach-Antrieb sowie die leistungsstarke Beleuchtung inkl. Fernlicht und LED-Sattelstütze sorgen perfekt für sportlichen Fahrspaß.

Mehr interessante Infos gibt es in unserem Video!



Kontakt:  
Radhaus Gerhardy,  
Köln-Berliner Str. 34, 44287 Dortmund,  
Tel. 0231-445803, [www.radhaus-gerhardy.de](http://www.radhaus-gerhardy.de),  
Öffnungszeiten: Mo-Fr. 9-18 Uhr und Sa. 9-13 Uhr.





# Die Walentowski- Galerien

## Leon Löwentraut- Ein außergewöhnliches Talent der modernen Kunst

Leon Löwentraut – Ein außergewöhnliches Talent der modernen Kunst  
Explosion der Farben. Ausdruck pur.  
Noch nie war Kunst so energiegeladen.

Leon Löwentraut  
sprengt Grenzen  
– auf Leinwand, in  
Mischtechnik, mit  
leuchtenden Farben  
und dynamischen  
Linien. Ein Feuer-  
werk aus Emotion,  
Kraft und Ausdruck  
– wie gemacht  
für Visionäre und  
Kunstliebhaber.

„Kunst muss knallen – das ist mein Credo. Ich will, dass die Leute nicht nur hinsehen, sondern eintauchen. Und fühlen. Jede Linie, jede Farbe – ein Statement.“ Seine Werke sind weltweit gefragt, limitiert und voller Energie. Ein Künstler, der nicht nur malt, sondern Bewegung schafft. No rules – just Art!  
Der 1998 in Kaiserslautern geborene Leon Löwentraut zählt zu den gefragtesten Künstlern der Gegenwart.

Seine Leidenschaft für die Malerei entdeckte er im frühen Kindesalter, als er zunächst seiner Mutter beim Malen zusah. Schon mit sieben Jahren

begann er eigene Werke zu erschaffen und entwickelte über die Jahre einen dynamischen, expressiven und farbtintensiven Stil, der Kunstliebhaber weltweit begeistert. Seine Gemälde sind sowohl auf nationalen als auch internationalen Ausstellungen regelmäßig in kürzester Zeit ausverkauft. Mit seinen kraftvollen

Farben und abstrakten Kompositionen setzt er neue Akzente in der Kunstszene und inspiriert Sammler rund um den Globus.

Die kreative Welt von Leon Löwentraut

In seinem Atelier, in dem er am liebsten nachts arbeitet, entstehen eindrucksvolle Kunstwerke voller Intensi-







tät und Ausdruckskraft. Getreu seinem Leitsatz „Painting is quite simply my passion“ stehen für ihn nicht finanzielle Aspekte, sondern die Liebe zur Kunst an erster Stelle. Sein Markenzeichen sind energiegeladene, abstrakte Werke mit leuchtenden Farben, die in Kombination mit seiner unkonventionellen Art eine einzigartige Handschrift tragen.

Internationale Präsenz und museale Anerkennung

Bereits 2015 und 2016 wurden Löwentrauts Werke in London, New York, Singapur und Basel ausgestellt, später folgten namhafte Galerien in Kopenhagen, Düsseldorf und Palma de Mallorca. Besonders beachtlich war die Werkschau in der Kunsthalle Messmer im Jahr 2020, die ihn endgültig in die Reihe anerkannter Künstler hob. Auch Museen und Institutionen wurden auf ihn aufmerksam: Sein Werk „Together for the Future“ wurde feierlich in die Kunstsammlung des Landtags Nordrhein-Westfalen aufgenommen. Parallel dazu verlieh ihm das Wirtschafts magazin Forbes 2020 einen Platz auf der renommierten „30 under 30“-Liste, was seinen Status als eines der vielversprechendsten Talente seiner Generation unterstrich.

Die Werke von Löwentraut sind international sehr gefragt und erzielen auf dem Kunstmarkt Preise von über 40.000 Euro. Mit seinem unverkennbaren Stil und außergewöhnlichen Talent hat er sich als einer der erfolgreichsten Nachwuchskünstler seiner Generation etabliert.

#### Wissenswertes für Kunstinteressierte

- Hochwertige Sammlerstücke: Löwentrauts Werke erzielen hohe Preise und sind begehrte Objekte auf dem Kunstmarkt.
- Limitierte Editionen: Neben Originalgemälden existieren exklusive Drucke in streng begrenzter Auflage.
- Museale Bedeutung: Seine Kunstwerke wurden bereits in renommierten Museen weltweit präsentiert.
- Nachhaltiges Engagement: Mit seiner Initiative #Art4GlobalGoals unterstützt er internationale Hilfsprojekte.

#### Leon Löwentraut – Limitierte Grafiken & Unikate bei den Walentowski Galerien

Erlebe die Kunst von Leon Löwentraut in zwei exklusiven Varianten:

- Limitierte Grafiken – Hochwertige Kunstwerke, die mit einem speziellen, individuellen Druckverfahren vervielfältigt, handsigniert, handveredelt und streng limitiert sind. Diese Editionen vereinen künstlerische Perfektion mit Exklusivität.
- Unikate – Einzigartige Originalwerke, die es nur ein einziges Mal gibt. Echte Einzelstücke, die die Handschrift des Künstlers in ihrer reinsten Form widerspiegeln.

Erlebe die exklusiven Unikate und Grafiken von Leon Löwentraut hautnah in ausgewählten Walentowski Galerien:

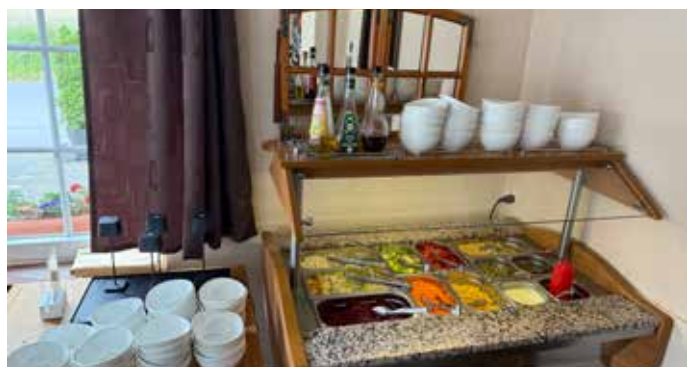
**Werl | Münster | Berlin | Dresden | Sylt | Konstanz | Salzburg**

**WWW.WALENTOWSKI-GALERIEN.DE**



# GUT ESSEN IN GEMÜTLICHEM AMBIENTE

Das Team von Haus Mersmann freut sich auf Ihren Besuch!



  
Spezialitäten-Restaurant  
**HAUS MERSMANN**

Hertingerstraße 158  
59427 Unna  
Telefon: 02303 80 46 0

# Wir empfehlen: Unser beliebtes Senfladen- Rezept!

Jetzt ausprobieren!

## KARTOFFELAUFLAUF MIT SENFKRUSTE

### Zutaten:

|          |           |                    |
|----------|-----------|--------------------|
| 1        | kg        | Kartoffeln         |
| 2        |           | Zwiebeln           |
| 500      | g         | Hackfleisch        |
| 250      | g         | Naturjoghurt       |
| 6        |           | Eier               |
| 4        | EL        | Paniermehl         |
| 1        | EL        | Butter             |
| 250      | ml        | Sahne              |
| 125      | ml        | Gemüsebrühe        |
| 1 Prise  |           | Muskatnuss         |
| <b>2</b> | <b>EL</b> | <b>Unnaer Senf</b> |
| <b>1</b> | <b>EL</b> | <b>Honig- Senf</b> |

### Zubereitung:

Kartoffeln als Pellkartoffeln kochen. Zwiebeln würfeln und mit dem Hackfleisch, Joghurt, 1 Ei, 2 EL Paniermehl, Salz, Pfeffer und Butter gut verrühren. Die Kartoffeln pellen und in Scheiben schneiden. Sahne, Gemüsebrühe, 2 Eier und Muskatnuss in einem Shaker gut durchschütteln. Geben Sie 1/3 des Fleischteiges in eine gefettete Auflaufform und und 1/3 der Kartoffeln darauf verteilen. Dann das zweite Drittel Fleischteig und Kartoffeln darauf geben und mit dem letzten Drittel Fleischteig und Kartoffeln enden. Die geschüttelte Sahne, Gemüsebrühe und Eier darüber gießen. Die übrigen drei Eier trennen. Das Eiweiß steif schlagen und mit dem Eigelb, 3 EL Paniermehl, Senf und Salz zu einer Creme verrühren und auf dem Auflauf verteilen. Dann alles bei 180°C ca. 45 Minuten backen.

Wir wünschen gutes Gelingen und guten Appetit!



Britta und Frank Brockbals



Massener Straße 24  
59423 Unna

Tel.: 02303/ 96 81 21

Besuchen Sie auch  
unsere Internetseite  
[www.senfladen-unna.de](http://www.senfladen-unna.de)





# Die Kunst des Kaffee-Röstens





# Oder: Wieviel Milch und Zucker man im Kaffee braucht!

Die Dortmunderin Ulrike Zombeck betreibt mittlerweile seit vielen Jahren ihre kleine, aber sehr feine Kaffeerösterei ‚Hakondo‘ in der Wellinghofer Straße in Dortmund.

In Gesprächen und Kaffee-Verkostungen mit ihr, merkt man schnell, wieviel Herzblut und Know How in ihren Kaffees steckt.

Bei meinem ersten Besuch und meiner ersten Tasse, die sie mir anbot, kam automatisch von mir: „Bitte mit etwas Milch!“

Ihre Reaktion darauf war ein Lächeln, mit dem sie mir die Tasse reichte. Schon beim ersten Schluck merkte ich, dass da etwas nicht stimmte. Die Milch passte einfach nicht zum Kaffee, sie war schlichtweg über! „Es ist völlig normal, dass fast alle mit Milch und/ oder Zucker im Kaffee beginnen, idR weil „normaler“ Kaffee einfach nicht gut schmeckt“ war ihre Reaktion auf mein erstauntes Gesicht.

Nach Jahrzehnten im Kaffeeengeschäft wird klar, Ulrike Zombeck weiß sehr genau, wovon sie spricht. Ihre Rohkaffeebohnen kommen aus der ganzen Welt: Aus der Heimat des Kaffees Äthiopien, aber auch Mexiko, Peru, Cuba, Costa Rica, Panama oder Nicaragua.

Die zweite Tasse Kaffee - diesmal einfach pur - verfehlte dann auch nicht ihre Wirkung und die Erkenntnis: Guter Kaffee braucht nur sich selbst!

„Guter Kaffee  
braucht nur  
sich selbst“

Ihre Ausführungen, wie Kaffee in ihrer Rösterei hergestellt wird, zu Röstdauer, Temperatur und natürlich dem Rohmaterial aus fernen Ländern lassen erkennen, wie die gräulichen Kerne der Kaffeekirsche zu einem köstlich duftenden und schmeckendem Kaffee werden.

Zusätzlich erfahre ich noch andere Dinge von ihr, was für leckeren Kaffee-Genuss wichtig ist. Auf ihre verschiedenen Kaffeemaschinen zeigend erklärt sie, dass nicht diese für einen guten Kaffee entscheidend

sind.

Vielmehr sei wichtig, „dass man zum Beispiel ganze Bohnen kauft und diese erst kurz vor Verzehr mahlt. Die Aromen, welche in den Bohnen enthalten sind, werden erst durch den Mahlvorgang freigesetzt und verfliegen sehr schnell“.

„Daher sollte eine Tüte Kaffee immer gut verschlossen und am besten im Kühlschrank aufbewahrt werden, da Kaffee es kühl und dunkel mag“.

Nach fast drei Stunden und verschiedenen, köstlichen Kaffeesor-ten verstehe ich, dass es bei gutem Kaffee um sehr viele wichtige Dinge, reichlich Erfahrung und Wissen geht, damit er gelingt.



# Urlaub in Budapest

Mit ca. 1,7 Millionen Einwohnern gehört Budapest - die größte und Hauptstadt von Ungarn - gleichzeitig auch zu den größten Städten Europas.

Sie entstand 1873 durch die Vereinigung der Städte Buda, Pest und Óbuda.

Mit einer Flugzeit von gut 100 Minuten (vom Flughafen Düsseldorf), kommt man entspannt am Flughafen Liszt Ferenc an. Um von dort in die City zu gelangen, kann man sowohl mit Bus, Taxi oder - sehr zu empfehlen - dem MiniBUD fahren. Der Preis für diesen Shuttle - Service beträgt (Stand April 2025) für eine Hin - und Rückfahrt 49,- Euro.

In der Innenstadt angekommen, sind fast alle Sehenswürdigkeiten gut zu Fuß erreichbar, alternativ bietet sich ein Ticket für 1-3 Tage mit den Hop-On/Hop-Off Buslinien an, um ein gutes Gesamtbild dieser sehenswerten Stadt zu bekommen.

So ist Budapest bekannt für wunderschöne Thermalbäder, das Burgenviertel und das Parlamentsgebäude. Es gibt auch eine U-Bahn, die als eine der ältesten der Welt gilt.

Schon nach den ersten Stunden stellt man fest, dass Budapest eine vielseitige, gastfreundliche und faszinierende Stadt ist, die mit einer Mischung aus Geschichte, Kultur und moderner Lebensweise zu glänzen vermag.

In den überaus zahlreichen Lokalen, die man an jeder Ecke findet, pulsiert das Leben und gute Laune ist vorprogrammiert.

Mit einheimischen Gerichten wie Lángos oder Gulasch ist man - zu einem fairen Preis - jederzeit gut gesättigt unterwegs.

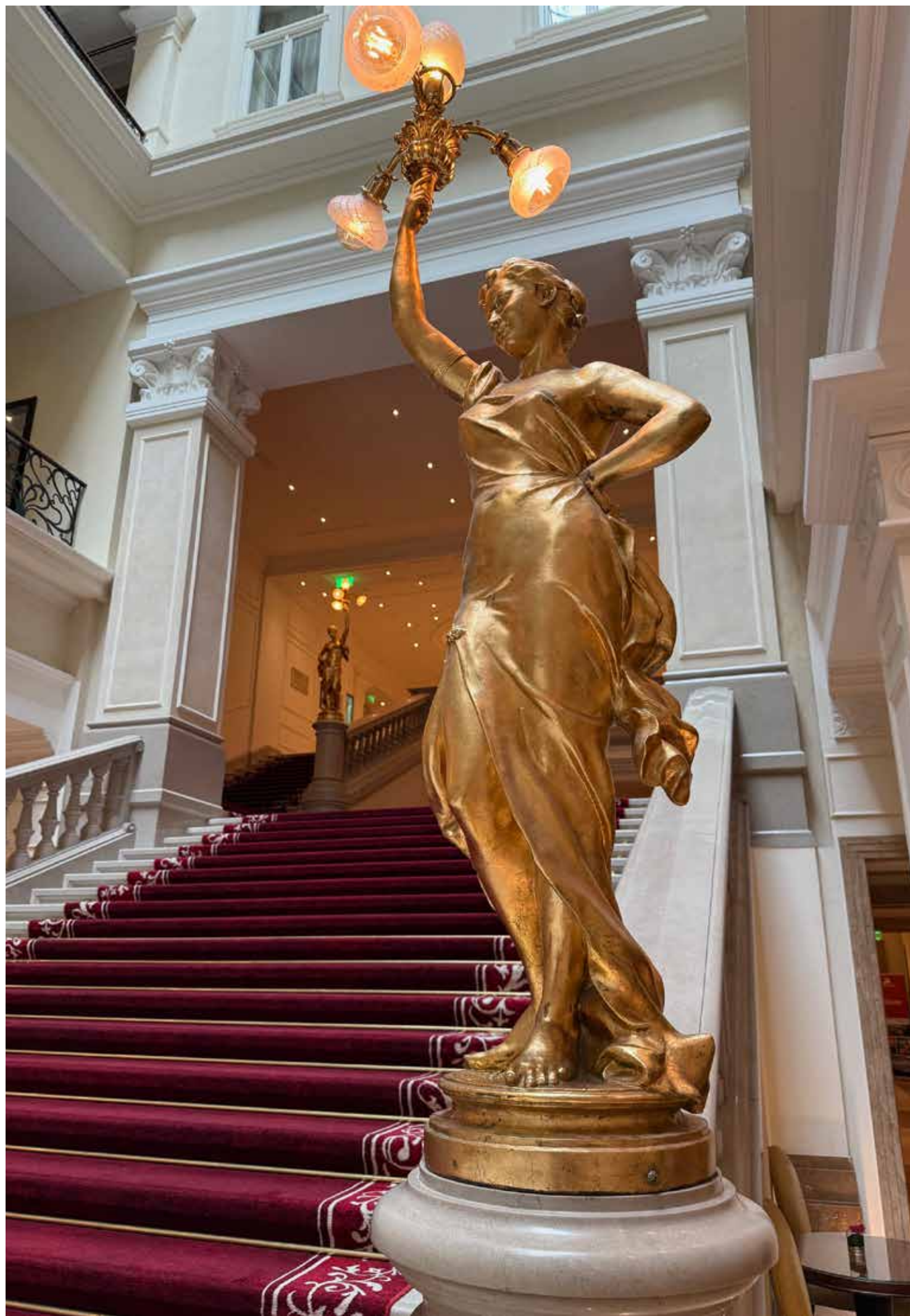
Bei allen Aktivitäten ist vorab, der Umtausch von Euro in Forint nicht zu vergessen. Auch wenn man mit dem Euro zahlen kann, ist die einheimische Währung zum zahlen empfehlenswert.



Text/ Fotos: FK









# Relaxen im „Gräflichen Park Health & Balance Resort“







Wer Urlaub in Deutschland machen möchte, wird sicherlich viele außergewöhnliche Reiseziele finden. Wer es auch noch exklusiv mag, kommt am Gräflichen Park in Bad Driburg nur schwer vorbei.

Mit einer Gesamtgröße von über 64 ha, bietet dieser wundervolle englische Landschaftspark Vieles, was das Herz eines Naturliebhabers höher schlagen lässt: Ein alter Baumbestand, Themengärten mit fantastisch angelegten Blumenbeeten, einen Irrgarten, ein Wildgehege sowie weite Flächen und Wege.

Wer es sportlich mag, hat die Möglichkeit, sich inmitten dieser Pracht auf einer der Tennisanlagen auszutoben.

Die Hotelanlage des „Gräflichen Parks Health & Balance Resort“ fügt sich perfekt in diese exquisite Umgebung ein. Seit über 240 Jahren werden unter anderem Wellness und traditionelle Heilkunde angeboten.

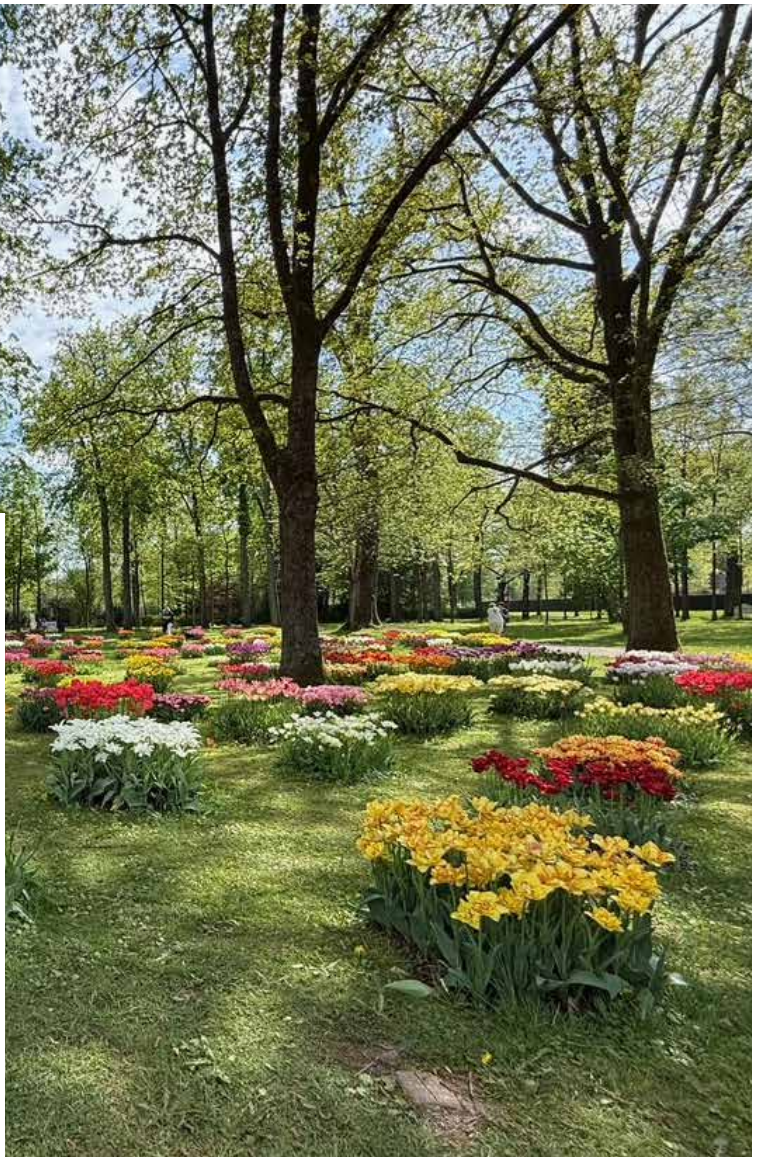
Wer nach diversen Aktivitäten Hunger verspürt, wird auch hier nicht enttäuscht! Im Restaurant Pferdestall (es gibt im Haupthaus eine weitere Restauration) genießt man hervorragend zubereitetes Essen zum vernünftigen Preis. Etwas, das heute nicht mehr selbstverständlich ist. Wer seinen Vierbeiner mit ins Lokal nehmen möchte, kann das gerne tun, das stets freundliche Personal kümmert sich auch hier mit einer Schale Wasser sofort um die Fellnase.

Überhaupt wird der Umgang mit einem Haustier auch im Hotel selbst groß geschrieben.

Die Zimmer - im gräflichen Stil gehalten - sind komfortabel und nach einer guten Nacht wird man am morgendlichen Frühstücksbuffet mit einer Vielzahl an leckeren Dingen kulinarisch in den Tag geleitet.

Auch für ausreichend Parkmöglichkeiten auf dem abgeschlossenen Gelände ist gesorgt, so dass man beruhigt sein Gefährt in Sicherheit weiß.

Das Gesamtbild wird durch diverse Veranstaltungen abgerundet. Ob z.B. Lesungen, Konzerte oder Ausstellungen, hier ist für jeden Geschmack etwas dabei.





*Wir waren dabei*

# KliMARKT

Die Klima-Messe im Kreis Unna

Erfahren Sie mehr  
über unsere Klima-  
schutzaktivitäten  
unter: [www.ukbs.de](http://www.ukbs.de)



- **Energieautarkie**
- **Verzicht auf fossile Brennstoffe**
- **Energetische Sanierung**
- **E-Car-Mobilität**

# Innovatives Wohnen für eine klimafreundliche Zukunft

*Klimaschutz ist für uns bei der UKBS ein großes Herzensthema. Ressourcen zu schonen und für eine saubere Umwelt zu sorgen sind zentrale Fragen bei der Planung von Neubauten, aber auch bei der Sanierung im Bestand.*



## E-Car-Mobilität & E-Car-Sharing

Zukunftsweisende Elektromobilität ist nicht nur im UKBS-Fuhrpark ein großes Thema.

Bei unseren Neubauprojekten werden E-Ladestationen von Anfang an fest mit eingeplant und bei den Bestandsobjekten nach Bedarf nachgerüstet.

Darüber hinaus intensivieren wir unsere E-Car-Sharing-Aktivitäten weiter.

So können die Mieter\*innen unserer energieautarken Mehrfamilienhäuser in der Heinrichstraße in Unna-Königsborn dank des selbst produzierten Stroms auf zwei E-Fahrzeuge zugreifen, die sie kostenlos nutzen können.

Dort wo es möglich und sinnvoll ist, errichten wir zudem Fahrradhäuser mit E-Bike-Ladepunkten. Ein Angebot, das auf große Resonanz stößt und animiert, häufiger auf das Rad umzusteigen.

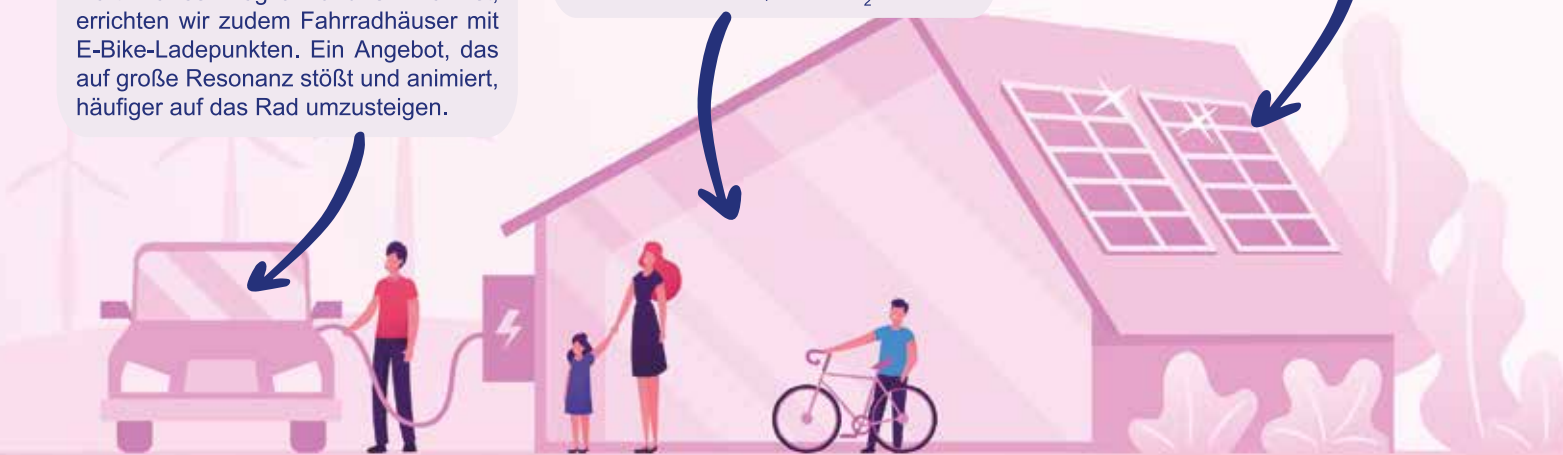
## Enttechnisiert & energieautark

Weniger Technik ist mehr - wir denken an die Zukunft und entwickeln Neubauten mit möglichst hohem Grad an Energieautarkie.

Unabhängig von steigenden Strom-, Gas- oder Ölpreisen können unsere Mieter\*innen kostengünstig mit Energieflats wohnen - nachhaltig, kalkulierbar, umweltfreundlich und zukunftsorientiert. So zum Beispiel bei unseren fünf Mehrfamilienhäusern in der Heinrichstraße in Unna-Königsborn. Photovoltaik-Anlagen erzeugen hier die notwendige Energie, Infrarot-Heizungen sorgen für wohlige Wärme. In der Praxis bedeutet das: kein Gasverbrauch, kein CO<sub>2</sub>-Ausstoß.

## Solarhaus Kamen

Herzstück des Solarhauses in Kamen ist die intelligente Kombination einer umweltfreundlichen Solaranlage mit dem Eisspeicher-Heizsystem. Zusammen versorgen sie 30 komfortable Wohnungen mit Wärme und heißem Wasser. Im Zusammenspiel mit der Flächenheizung wird der Eis-Energiespeicher im Sommer zusätzlich genutzt, um dem Gebäude Wärme zu entziehen und es zu kühlen. Dieses Natural Cooling verschwendet keine fossile Energie und erfolgt CO<sub>2</sub>-frei.



**Neugierig oder interessiert?**

**Dann sprechen Sie uns gerne auf unsere Wohnungen, Wohnanlagen sowie Neubauprojekte an!**





# A Day At The Races In Brescia - Die Mille Miglia 2025



Wir waren für Sie dabei und konnten viele tolle Aufnahmen machen von diesem anspruchsvollen - 4-Tages-Rennen, dass seit 1977 eine jährliche Wiederholung erfährt.

Die Teilnehmer fahren in diesen vier Tagen mit historischen Fahrzeugen, die Typ-gemäß schon in der Vergangenheit teilgenommen hatten, bis nach Rom und zurück.

Die Anforderungen an die Fahrerteams und die Fahrzeuge sind entsprechend hoch, man stelle sich vor, bei Wind und Wetter täglich 400 Kilometer zu fahren!

Wer die Möglichkeit hat, als Zuschauer an diesem Event teilzunehmen, sollte sich das in keinem Fall entgehen lassen. Vorab sollen unsere Fotos einen kleinen Eindruck vermitteln, was Sie dann erwartet.









# Home-Office vs. Arbeitszimmer (Teil I)

UNTERSCHIEDE IM  
DEUTSCHEN STEUERRECHT

René Zeps, Steuerberater

Immer mehr Menschen arbeiten von zu Hause. Doch nicht jeder Arbeitsplatz in den eigenen vier Wänden wird steuerlich gleich behandelt. Es gibt einen Unterschied zwischen einem Arbeitszimmer und dem allgemeinen Home-Office.

## Arbeitszimmer

Ein Arbeitszimmer ist ein separater Raum in Ihrer Wohnung oder Ihrem Haus, der fast ausschließlich für berufliche Tätigkeiten genutzt wird. Wichtig ist, dass dieser Raum klar von den privaten Wohnbereichen abgegrenzt ist. Nur dann können Sie die Kosten, wie anteilige Miete, Strom, Heizung und Einrichtung, steuerlich geltend machen.

### Steuerliche Absetzbarkeit:

- **Mittelpunkt der beruflichen Tätigkeit:** Wenn das Arbeitszimmer den Mittelpunkt Ihrer gesamten beruflichen Tätigkeit bildet, können Sie alle anfallenden Kosten in voller Höhe absetzen.

- **Nebentätigkeit:** Nutzen Sie das Arbeitszimmer ergänzend zu einem anderen Arbeitsplatz, wie zum Beispiel einem Büro, dann ist der Abzug auf maximal 1.250 Euro pro Jahr begrenzt.

- **Nutzung:** Entscheidend ist, dass der Raum nahezu ausschließlich für berufliche Zwecke verwendet wird. Wird er auch privat genutzt, entfällt der steuerliche Vorteil.

## Home-Office

Home-Office bedeutet, dass Sie von zu Hause arbeiten, ohne dass dafür zwingend ein separater Raum eingerichtet sein muss. Viele Arbeitnehmer nutzen etwa einen Schreibtisch in der Küche oder im Wohnzimmer, ohne einen eigenen Raum abzutrennen.

## Home-Office-Pauschale:

- Seit dem 1. Januar 2023 gilt eine erhöhte Home-Office-Pauschale.
- Für jeden Tag, an dem Sie ausschließlich von zu Hause arbeiten, können Sie 6,00 Euro steuerlich absetzen.
- Diese Pauschale gilt für insgesamt bis zu 210 Arbeitstage pro Jahr.
- Damit ergibt sich ein maximal möglicher Abzug von  $6,00 \text{ Euro} \times 210 \text{ Tage} = 1.260 \text{ Euro}$  pro Jahr.
- Der Vorteil dieser Regelung ist, dass Sie keine Einzelnachweise für die einzelnen Kosten erbringen müssen. Es genügt, die Tage, an denen Sie im Home-Office gearbeitet haben, zu dokumentieren.

## Wichtige Unterschiede im Überblick

- **Räumliche Voraussetzungen:**
  - o Beim Arbeitszimmer muss es sich um einen fest eingerichteten Raum handeln, der nahezu ausschließlich für berufliche Zwecke genutzt wird.
  - o Beim Home-Office kann der Arbeitsplatz auch in einem Mehrzweckraum liegen, der nicht speziell abgetrennt ist.
- **Höhe des steuerlichen Abzugs:**
  - o Ein vollwertiges Arbeitszimmer bietet die Möglichkeit, sämtliche anteilige Kosten abzusetzen, sofern es den Mittelpunkt Ihrer beruflichen Tätigkeit darstellt.
  - o Ist das Arbeitszimmer nur ergänzend genutzt, ist der Abzug auf 1.250 Euro pro Jahr begrenzt.

RZ CONSULTA UNNA GmbH  
René Zeps  
Steuerberater, Dipl.-Kfm.

Hertinger Str. 45, 59423 Unna  
Telefon: 02303-90 29 530  
Fax: 02303-90 29 559  
r.zeps@rz-consulta-unna.de  
www.rz-consulta-unna.de

# Inflationsausgleichsprämie und Überstundenausgleich

BEI ERKRANKUNG



Udo Speer, Rechtsanwalt

Grundsätzlich gebietet der arbeitsrechtliche Gleichbehandlungsgrundsatz dem Arbeitgeber seinen Arbeitnehmern oder Gruppen von Arbeitnehmern, die sich in vergleichbarer Lage befinden, bei Anwendung einer selbst gesetzten Regel gleich zu behandeln. Er verbietet nicht nur die willkürliche Schlechterstellung einzelner Arbeitnehmer innerhalb einer Gruppe, sondern auch eine sachfremde Gruppenbildung. Die Darlegungs – und Beweislast für einen Verstoß gegen den arbeitsrechtlichen Gleichbehandlungsgrundsatz liegt aber grundsätzlich beim anspruchstellenden Arbeitnehmer.

Das Landesarbeitsgericht Baden-Württemberg hat hierzu entschieden ( Urteil v. 14.08.2024- Az. 10 Sa 4/24 ) das Langzeit erkrankte Arbeitnehmer von der Inflationsausgleichsprämie ausgeschlossen werden können. Ein Arbeitgeber könne eine Sonderzahlung an die Voraussetzung knüpfen, dass in den Zeitraum, für den die Zahlung geleistet wird, Arbeit erbracht wird. Hierin liegt nach Ansicht des Landesarbeitsgerichts keine Gruppenbildung. Der von dem Langzeit erkrankten geltend gemachte Anspruch auf Zahlung der Inflationsausgleichsprämie wurde daher abgewiesen. Anders wäre der Fall nur zu entschieden gewesen, wenn der Arbeitgeber einigen Langzeit erkrankten Arbeitnehmern die Inflationsausgleichsprämie ausbezahlt hätte. Dies würde sodann ein Verstoß gegen den Gleichbehandlungsgrundsatz darstellen.

In einer anderen Entscheidung hat das Landesarbeitsgericht Mecklenburg-Vorpommern (Urteil v. 20.02.2024 - Sa 92/23 ) entschieden, dass ein Anspruch eines Arbeitnehmers auf Auszahlung von Überstunden nicht besteht, wenn dieser in einer Freistellungsphase erkrankt. Das

Arbeitsverhältnis zwischen den Parteien war vorausgehend vom Arbeitgeber gekündigt und der Arbeitnehmer bis zum Ablauf der Kündigungsfrist unter Anrechnung von Urlaub und Überstunden freigestellt worden. Während der Freistellung erkrankte der Mitarbeiter und war der Ansicht das ihm noch ein Anspruch auf Überstundenauszahlung zusteht. Das Landesarbeitsgericht entschied jedoch, dass ein Anspruch auf Vergütung von Überstunden nicht besteht weil der Arbeitgeber den Ausgleich geleisteter Überstunden durch die bezahlte Freistellung beglichen habe. Dies gilt jedenfalls dann, wenn der Arbeitgeber wie im vorliegenden Fall den Arbeitnehmer die Zeiten der Arbeitsbefreiung schon vor dessen Erkrankung bekannt gegeben hatte.

Anders als im Fall der Freistellung zum Ausgleich geleisteter Überstunden verhindert jedoch die während desurlaubes eintretende Arbeitsunfähigkeit die Erfüllung des Urlaubsanspruches nicht. Treffen Arbeitsunfähigkeit und Urlaub zusammen, kann nur einer der beiden Tatbestände zur Suspendierung der Arbeitspflicht führen. Mit § 9 des Bundesurlaubsgesetz ist der Arbeits-

unfähigkeit Vorrang zu geben. Dies bedeutet, dass einem Arbeitnehmer der Urlaubsanspruch abzugelten ist, wenn er in einer Freistellungsphase erkrankt und das Arbeitsverhältnis anschließend beendet wird.

Ein Arbeitnehmer sollte daher bei Beendigung des Arbeitsverhältnisses überprüfen, ob und in welcher Höhe noch ein Anspruch auf Überstundenausgleich oder Urlaubsabgeltung ihm zusteht, da oftmals in einer vertraglichen oder tarifvertraglichen Regelung diese Ansprüche innerhalb einer kurzen Ausschlussfrist geltend gemacht werden müssen.

Udo Speer  
Rechtsanwalt

Arbeits-, Miet- & Wohnungseigentumsrecht  
Familien-, Erb-, Verkehrs- & Vertragsrecht

Allee 2, 59439 Holzwickede  
Telefon: 02301- 94 67 603  
Fax: 02301- 94 67 604  
ra.udo.speer@t-online.de  
www.udo-speer-rechtsanwalt.de





**Ihr Profi-Beraterteam in den Bereichen  
Marketing, Recht, Finanzen & Versicherungen**



**Gehen Sie mit uns  
einen Schritt weiter!**

**Ein Beraterteam, das  
Hand in Hand für Sie da ist.**

**[www.das-beraterhaus.de](http://www.das-beraterhaus.de)**



Semerteichstraße 24a  
44141 Dortmund  
+49 162 9202565  
info@immomas.de  
www.immomas.de

## DIE RICHTIGE BERATUNG

Die richtige Beratung beim Kauf einer Immobilie. Durch unsere Zertifizierungen als Immobilienmakler und zertifizierter Gutachter können wir Sie direkt und objektiv beraten.

Denn vor dem Kauf einer Immobilie ist es wichtig, sich auf die möglichen Kosten und Fallstricke eines Kaufes vorzubereiten.

Gerne begleite ich Sie Schritt für Schritt auf dem Weg in Ihr Eigenheim.

Eine Unterstützung bei der Ankaufsberatung kann ebenfalls gewährleistet werden.

Gutachtertätigkeit:

Gutachten nach §194 BauGB, solche Gutachten sind erforderlich, wenn sich etwas ändert.

Mit dem oben genannten Gutachten wird der genaue Wert Ihrer Immobilie ermittelt, diese Ermittlung unterscheidet sich von einer normalen Marktwertanalyse.

Durch die drei gängigen Wertermittlungsverfahren gelingt es uns als zertifizierten Sachverständigen nach DESAG, den genauen Wert Ihrer Immobilie herauszukristallisieren.

Dabei wenden wir entweder das Sachwertverfahren, das Vergleichswertverfahren oder das Ertragswertverfahren an.

Für jede Immobilie ist eines der genannten Verfahren geeignet.

Bei der Verkehrswertermittlung wird jeder Bestandteil Ihrer Immobilie berücksichtigt, sowohl positive als auch negative Eigenschaften werden bewertet und berechnet.

Ändert sich eine Lebenssituation im Sinne von Erbengemeinschaft, Scheidung oder Pflegefall wird die oben genannte Ermittlung zwingend angewandt.

Sollten Sie einmal in eine solche Situation geraten, stehen wir Ihnen stets zur Seite.



**Mandy Semmelmann**

zertifizierte Immobilienmaklerin (ILS)  
zertifizierte Sachverständige für bebaute-  
und unbebaute Grundstücke (DESAG)



# Freuen Sie sich mit uns auf die nächste Ausgabe mit vielen tollen Themen!

FERRARI-MUSEUM IN MODENA



GROßGLOCKNER- TOUR

VOM GARDASEE BIS ZELL AM SEE



# Einzigste Stimme für Autofahrer: FDP Unna startet durch – mit klarer Linie bei Mobilität, Bildung und Wirtschaft

Während viele Parteien in der Verkehrspolitik auf Einschränkungen setzen, ist die FDP Unna die einzige politische Kraft, die sich klar und konsequent für die Interessen der Autofahrer einsetzt. Doch damit nicht genug: Mit einem durchdachten Programm für Mobilität, Bildung und wirtschaftliche Stärke wollen die Freien Demokraten frischen Wind in die Stadt bringen – lösungsorientiert, modern und bürgernah.

von 50 km/h auf Hauptstraßen, flüssigen Verkehr und kostenloses Parken, das den Einzelhandel stärkt und Innenstadtbesuche attraktiver macht. „Wir sind die einzige Partei, die die Bedürfnisse der Autofahrer ernst nimmt“, betont Benjamin Lehmkuhler (37), Spitzenkandidat der FDP Unna. „Mobilität darf kein Luxus werden – sie ist Teil der Freiheit.“



## Wirtschaft & Finanzen: Entfesseln statt verwalten

Die FDP zeigt auch beim Thema Verwaltung klare Kante: Wenn die städtischen Ämter überlastet sind, sollen externe Dienstleister einspringen, um Anträge schneller zu bearbeiten. Zudem sollen KI-Lösungen eingeführt werden, um Prozesse zu digitalisieren und Geld sowie Zeit zu sparen. Auch bei den freiwilligen Ausgaben fordert die FDP eine Reform – mehr Effizienz, mehr Wirkung.

Gewerbeansiedlungen will die FDP nicht blockieren, sondern ermöglichen: „Wir haben in der Vergangenheit zu oft Chancen auf Arbeitsplätze und Einnahmen verspielt“, so Lehmkuhler. „Das darf uns kein zweites Mal passieren.“

Fazit: Die FDP Unna steht für eine mutige, praxisnahe Politik – mit einem klaren Bekenntnis zur Mobilität, zur Bildung für alle und zu einer wirtschaftsfreundlichen Verwaltung. Wer auf der Suche nach einer Partei ist, die den Autofahrer nicht vergisst, findet in der FDP Unna eine starke Stimme.



## Mobilität: Für Freiheit am Steuer und funktionierenden Stadtverkehr

Die FDP Unna bekennt sich offen zum Auto als Teil moderner Mobilität. Ein Fahrradstreifen auf dem Ring? Nicht mit den Liberalen – zu Lasten des Verkehrsflusses und ohne echten Nutzen für die Mehrheit der Bürger. Stattdessen steht die FDP für ein klares Tempolimit



## Bildung: Mehr Chancen für alle Generationen

Auch im Bildungsbereich setzt die FDP auf Zukunftsthemen. Die stufenweise Abschaffung der KiTa-Gebühren soll Familien konkret entlasten. Zudem plant die Partei moderne AGs auch für Erwachsene – etwa zu Themen wie Gesundheit, Ernährung, Finanzen und Wirtschaft. So wird lebenslanges Lernen zur echten Option für alle Altersgruppen – nicht nur in der Schule, sondern mitten im Alltag.





# „AUCH MIT DEM GUTEN RECHNEN!“

**E**in Immobilienmakler, wie er im Buch steht, ist Oliver Böhmer ganz sicher nicht. Der 56-jährige Fröndenberger steht lieber mit beiden Füßen im richtigen Leben. Dort kann er tun, was er am liebsten mag: Menschen zusammenbringen, die Wohnraum veräußern wollen und welchen suchen.

Klingt einfach, ist es aber nicht. Nicht, wenn einem die Kunden so am Herzen liegen wie dem Fröndenberger, für den im Job die Menschen mit ihren Wünschen und oft auch mit ihren Träumen viel wichtiger sind als die „Objekte“. Aus seiner Perspektive ist Oliver Böhmers Job sogar schwieriger als der einer Agentur für die Partnersuche – denn bei Immobilien geht es zwar auch um Beziehungen, aber zu dem um Vermögenswerte. Damit kannte er sich als gelernter Bankkaufmann schon lange bestens aus, als er 1987 die eigene Firma gründete und 1999 die Firma des Vaters Karl Böhmer eingliederte. Karl Böhmer – Immobilien, das ist heute, nach genau 61 Jahren, ein Unternehmen, das in der Branche Maßstäbe setzt. Dabei haben wir nie auf schnelles Wachstum gesetzt, sondern jedem Projekt die Zeit und den Aufwand gewidmet, die nötig war.

„Wir möchten, dass sich unsere Kunden wohl und bestens aufgehoben fühlen und kompetent betreut werden“, sagt Oliver Böhmer. Schwerpunkt seiner Arbeit ist die Vermittlung eigengenutzter Ein-/Zweifamilienhäuser und Eigentumswohnungen, dazu kommen Mehrfamilienhäuser, landwirtschaftliche Liegenschaften und die Vermittlung von Neubauobjekten. Marktkenntnis und Kompetenzen hat er schon in der Jugend durch die Begleitung seines Vaters nach der Schule erworben, wo zur fundierten Ausbildung (Bankkaufmann, Fachwirt der Grundstücks- und Wohnungswirtschaft sowie Sachverständiger



Herr Oliver Böhmer, Immobilienexperte

für Immobilienbewertung) noch zusätzliche Qualifikationen über Seminare und Schulungen kamen.

1987 gründete Herr Oliver Böhmer dann sein eigenes Unternehmen. Seither berät er bei jedem Projekt individuell, intensiv und vermittelnd. Aus seiner Erfahrung und seinem tiefen Wissen über den Immobilienmarkt – in der hiesigen Region kennt er jeden Winkel – hat er zwei Pakete für die Praxis geschnürt: ein „Sorglos-Paket“ für Veräußerer und ein „Wohlfühl-Paket“ für Kaufinteressenten. Im „Sorglos-Paket“ steckt der gesamte Verkaufsablauf, von der Erstberatung mit Marktanalyse und Objektbewertung bis zur finalen Übergabe mit Protokoll. Ob Exposé oder Finanzierungsbeschaffung, Oliver Böhmer kümmert sich akribisch um jedes Detail und verliert nie den Überblick. Das ist nicht nur gut für die Kunden, auch in den Notariaten freut man sich, wenn seine auf den Punkt ausgearbeiteten Unterlagen auf dem Schreibtisch landen. Er nimmt sich Zeit, was heutzutage eine aussterbende Tugend ist. Sein Motto ist und bleibt: „In der Ruhe liegt die Kraft.“

## **Bis zur letzten Kellerecke**

Das spüren auch die Kaufinteressenten, denen er sich immer ganz persönlich

widmet. Zum „Wohlfühl-Paket“ gehört, dass es für Besichtigungen nur Einzeltermine gibt. Oliver Böhmer verzichtet auf die üblichen Bieterverfahren und lässt den potentiellen Käufern Zeit, die Immobilie bis zur letzten Kellerecke kennenzulernen. Unterstützt wird er von einem kleinen Team aus engagierten und erfahrenen Mitarbeitern. Sie müssen häufig im Büro die Stellung halten, denn Oliver Böhmer ist am liebsten dort, wo sein Herz schlägt: bei den Kunden. „Meine Passion ist es, nahe bei den Menschen zu sein. Ich bin mir meiner Verantwortung bewusst und suche immer nach einvernehmlichen, fairen Lösungen für Verkäufer und Erwerber.“ Wer einmal von Oliver Böhmer über alle Stationen eines Immobilienkaufs oder -verkaufs begleitet wurde, kommt wieder. Auch nach vielen Jahren, ob Privatkunde, Erbgemeinschaften, institutionelle Anleger oder auch Betreiber von Kinder- und Altenheimen u.v.m.. Die Gespräche beginnen dann mit Sätzen wie: „Das hat damals alles so gut funktioniert, deshalb wende ich mich wieder an Sie.“ Ein Erfolg, wie er eben nicht im Buch steht, sondern nur aus echter Leidenschaft und Empathie entstehen kann. Er schafft es, seinen Kunden ein Gefühl zu geben, dass in unsicheren Zeitebenen geworden ist: das Gefühl, am richtigen Ort zu sein.

So entsteht die beste Grundlage für Erfolg: Vertrauen. Es ist eigentlich unnötig, zum Abschluss darauf hinzuweisen, dass Oliver Böhmer die lobenden Worte mit größter Verlegenheit quittieren würde. Es ist ja gerade sein Wesenskern, dass er das, was er tut, für selbstverständlich hält. Die Kunden belohnen seinen Einsatz mit einer Treue, aus der er auch in Corona-Zeiten seinen großen Optimismus schöpft. Einen Optimismus, der ansteckt. „Man muss immer mit allem rechnen“, sagt Oliver Böhmer und lacht: „Auch mit dem Guten!“

# Die ganze Welt in einer Tasse

Seit mehr als 160 Jahren steht der Name Schirmer Kaffee für Kaffeegenuss und ein gutes Stück Lebensqualität.

1854 gründete Hermann Schirmer sein Kolonialwaren- geschäft in Leipzig, in dem er neben Tee und Tabakwaren auch Kaffee verkaufte. Daraus entwickelte sich in nur wenigen Jahren die Kaffeerösterei, die dann über Bamberg im Jahr 1965 ihren Weg nach Dortmund fand.

Am Rande von Dortmund wurde im Jahr 2002 eine hoch moderne Kaffeerösterei in Betrieb genommen, die mit gut 100 Beschäftigten aus der Region, modernster Technologien, einer ausgewiesenen langjährigen Erfahrung in der Kaffeeröstung und einem hochqualifizierten und weltweit geschul- ten Rohkaffeeimporteur hochwertigen Kaffeemischungen und feinsten Kaffeegenuss garantieren! Vom Produktionsstandort

Dortmund aus wird der geröstete Kaffee weltweit verladen, dem Motto entsprechend „Die ganze Welt in einer Tasse“.

Die umfangreiche Präsenz im deutschen Kaffeemarkt wird zudem durch die Mitgliedschaft des Unternehmens im Deutschen Kaffeeverband verdeutlicht.

Geschäftsführer Markus Zombek – selbst im Präsidium aktiv – bringt so seine langjährige Erfahrung ein und nimmt nachhaltigen Einfluss. Schirmer Kaffee steht für verantwortliches und nachhaltiges Handeln. Permanente Produktentwicklung, Investitionen in Maschinen und Energiemanagement stellen seit langem die Basis für Wachstum, Sicherung von Arbeitsplätzen sowie das Angebot von Ausbildungsplätzen dar.

Die Verantwortung für nachhaltigen Kaffeehandel wurde bereits 1992 besiegelt.







Das Unternehmen gehört zu den ersten FairTrade Lizenznehmern und lieferte bereits 1992 nachhaltigen Kaffee. Schirmer Kaffee unterstützt benachteiligte Produzentenfamilien in den Kaffeeursprungsländern und verbessert durch „fair gehandelte Produkte“ die dortigen Lebens- und Arbeitsbedingungen. Ebenso werden durch gezielte Projekte die Nachhaltigkeit des Rohkaffeeanbaus und die Lebensbedingungen der Bauern direkt vor Ort gefördert. Mit kontinuierlich wachsendem Erfolg produziert Schirmer Kaffee heute über 14.500 Tonnen Kaffee pro Jahr und macht

das Unternehmen somit nicht nur zu einer überaus attraktiven Marke im Lebensmittelhandel und in der Gastronomie, sondern auch zu einer der modernsten und leistungsfähigsten Kaffee-Großröstereien – mit Exportgeschäften weltweit! Wussten Sie, dass in jeder Kaffeebohne über 850 verschiedene Aromastoffe stecken, die die Röstmeister mit viel Erfahrung zum Vorschein bringen? Dazu, zum Schirmer Kaffee-Kompass und wie Kaffee auch für unsere Gesundheit gut ist, lesen Sie in unserer nächsten Ausgabe.





# Kaffeegenuss aus Dortmund



Die ganze Welt in einer Tasse.  
[www.schirmer-kaffee.de](http://www.schirmer-kaffee.de)



ERFAHRE  
**OPEL**  
BEI JONAS

THE NEW  
**OPEL**  
**FRONTERA**



Beispielfoto der Baureihe. Ausstattungsmerkmale ggf. nicht Bestandteil des Angebots.

ERLEBE DEN NEUEN OPEL FRONTERA BEI EINER PROBEFAHRT //

# AB SOFORT BEI JONAS!

z.B. **FRONTERA** Edition 1.2 Hybrid **Automatik**, 81kW (110 PS), Orange metallic, 6-Gang eDCT, 16" Räder, Tech-Paket-Edition, USB-C, 10" Touchscreen, Multifunktions-Lenkrad, Klimaanlage, ZV/Funk, DAB+, Park Assist, LED-Scheinwerfer, u.v.m.

MTL. NUR<sup>1</sup> **199€**  
**OHNE ANZAHLUNG**

Energieverbrauch (kombiniert): 5,2 l/100 km; CO<sub>2</sub>-Emissionen (kombiniert): 118 g/km, CO<sub>2</sub>-Klasse: D

<sup>1</sup> Ein Leasingbeispiel der Stellantis Bank S.A. Niederlassung Deutschland, Mainzer Str. 190, 65428 Rüsselsheim am Main, für die wir als ungebundener Vertreter tätig sind zzgl. 890 € Überführungskosten: Kaufpreis/Gesamtkreditbetrag 19.937,09 €, **Leasingsonderzahlung 0 €**, Laufzeit 24 Monate, Laufleistung p.a. 5.000 km, Mehrkilometer 10.000-12.501 km 6,03 Cent, darüber 8,44 Cent; Minderkilometer 7.500-10.000 km 3,61 Ct, darunter 2,17 Ct, Sollzins geb. p.a. 6,86 %, Effektiver Jahreszins 7,08 %, Gesamtbetrag 22.504,80 €.

# JONAS

*Unna · Werl · Menden*

Wilhelm Jonas GmbH & Co. KG

**Unna** · Massener Hellweg 44 - 46 · Telefon 0 23 03 / 55 9-0

**Unna-Indupark B1** · Max-Planck-Str. 15-19 · Tel. 0 23 03 / 30 10 08-0

**52 Werl** · Hammer Straße 92 · Telefon 0 29 22 / 50 18-0

Jetzt Fan werden!



**www.opel-jonas.de**