

## NEUER ANBAU AM HAUS DER JUGEND IN DORSTEN-HOLSTERHAUSEN

## Treffpunkt der Jugend von Holsterhausen

BISTUM MÜNSTER INVESTIERT MIT DER PFARREI ST. BONIFATIUS IN NEUE RÄUME FÜR KINDER UND JUGENDLICHE

Seit 1964 besteht das Jugendzentrum in Dorsten-Holsterhausen. Seit den Siebzigerjahren wird die Einrichtung der katholischen Gemeinde in Holsterhausen als Haus der Offenen Tür für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene von sechs bis 27 Jahren angeboten. Es ist ein Angebotshaus, welches alters- und kulturbezogen arbeitet. Das Haus verfügt über verschiedene Gruppenräume auf zwei Etagen, Café, Saal, Kegelbahn. Die Vielfalt der Gruppen-, Musik-, Tanz- und Kinderangebote, Kino, Sport, Freizeit- und Ferienmaßnahmen wird vor allem durch eine hohe Zahl von ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern mitgestaltet.

Nun hat das Haus der Jugend – kurz HOT – einen Erweiterungsbau erhalten, der am 6. März nach dem Hochamt in St. Bonifatius gesegnet und eröffnet wird. Das neue Gebäude verbindet das Pfarrheim mit dem Haus der Ju-



Der neue Anbau am Haus der Jugend in Dorsten-Holsterhausen.

Fotos: Bernard



Mehr als 40 000 Kinder und Jugendliche besuchen jährlich das Haus.

gend. „Die Räume geben uns neue Möglichkeiten, unsere Angebote anzubieten“, sagt Jochen Thiemann, der seit neun Jahren das Haus der Jugend leitet.

Seit einigen Jahren hat das Haus sein Angebot durch den Bereich des offenen Ganztags an der Bonifatiusgrundschule erweitert, der in der Zeit von 12 bis 16 Uhr ebenfalls in dem Haus untergebracht ist. „Täglich nach der 5. und 6. Stunde erleben Kinder den Offenen Ganztags in unseren Räumen. Gemeinsam wird zu Mittag gegessen, danach können die Kinder unter Aufsicht ihre Hausaufgaben erledigen. Jeder Tag ist einem besonderen Angebot zugeordnet“, informiert Thiemann.

Freizeitmöglichkeiten gebe es in der Turnhalle und auf der Kegelbahn, Spielangebote im Saal und im Hof sowie Computerkurse sorgen für Abwechslung.



Jochen Thiemann leitet seit neun Jahren das Haus der Jugend.

Seit 2009 betreut das Haus der Jugend den Ganztags in der benachbarten Erich-Klausener-Realschule. An jeweils drei Tagen in der Woche besteht die Möglichkeit, nach oder zwischen dem Regelunterricht geleitet seine Freizeit in der Schule zu verbringen. Angeboten werden zurzeit Haus-

aufgabenbetreuung, Ernährungskurse sowie Sport- und Kreativprojekte. Zudem besteht eine enge Kooperation insbesondere zu Vereinen, Häusern der OKJA (Offene Kinder- und Jugendarbeit) auf Stadtebene von Dorsten und darüber hinaus. Geöffnet ist das Haus von montags bis freitags von 14.30 Uhr bis 20 Uhr bzw. 21 Uhr. Regelmäßig gibt es ein Jugendcafé, ein Internetcafé, Bastel- und Gitarrenkurse. Kinder- und Jugendtanzgruppen sowie Theaterkurse finden im HOT ebenfalls geeignete Räumlichkeiten. Jeden Tag besuchen bis zu 180 Kinder und Jugendliche das HOT.

Die Kosten für den neuen Anbau und die Renovierung der alten Räume des Jugendhauses wurden allein mit Finanzmitteln des Bistums und der Pfarrei getragen. Investiert wurden rund 717 000 Euro.

nattler  
architekten  
www.nattlerarchitekten.de

MALERARBEITEN // WÄRMEDÄMMVERBUNDSYSTEME  
FACHGERECHTER ANSTRICH UND SPACHTELARBEITEN  
VON WAND- UND DECKENFLÄCHEN //  
TERMINGERECHTE AUSFÜHRUNG // FASSADENGESTALTUNG

hermann  
Malerbetrieb  
kassen GmbH  
Tel. 0208/86 47 10 • Fax 0208/88 28 107 • Mail: info@malerbetrieb-kassen.de

wema  
Türen  
Fenster  
Garagentore

Fenster und Türen aus:

- Kunststoff
- Aluminium
- Holz

BESSER GLEICH MIT SERVICE

wema  
Fenster & Türen GmbH & Co. KG  
Dreischkamp 12  
48653 Coesfeld

Telefon (02541) 9489-0  
Telefax (02541) 9489-50  
E-Mail wema-coesfeld@t-online.de  
Internet www.wema-coesfeld.de

Öffentlich bestellte Vermessungsingenieure  
Beratende Ingenieure

Dipl.-Ing. Franz Claaßen  
Dipl.-Ing. Andreas Claaßen

Am Schölzbach 113 · 46282 Dorsten  
Telefon 0 23 62 - 20 55-6  
Internet www.claassen2.de

fuhrmann + keuthen  
ingenieurbüro - technische gebäudeausrüstung

gruftstr. 1 · 47533 Kleve · fon: 02821 7290-0 · fax: 02821 7290-99 | girardetstr. 3-5 · 45131 essen · fon: 0201 7998-290 · fax: 0201 7998-299  
info@fuhrmann-keuthen.de · www.fuhrmann-keuthen.de

## TIPPS FÜR DIE GESUNDHEIT

## Die Experten für den Fuß

ORTHOPÄDIESCHUHTECHNIK – HANDWERK FÜR DIE GESUNDHEIT

Wer gut geht, dem geht es gut. Viele Menschen können das leider nicht von sich behaupten. Manche, weil sie falsches oder schlechtes Schuhwerk tragen, andere, weil sie unter angeborenen oder erworbenen Fußdeformitäten leiden.

Hilfe bringt in beiden Fällen die Orthopädienschuhtechnik, das Ge-

sundhandwerk, das sich ganz dem Erhalt und der Wiederherstellung der Gehfunktionen verschrieben hat. Die Liste der Versorgungsarten, die einem Orthopädienschuhtechniker zur Verfügung stehen, ist lang. Sie reicht von kleinen Fußhilfen über Einlagen, orthopädischen Zurichtungen am Konfektionsschuh, die

Herstellung von Stabilisierungselementen und Orthesen, bis hin zu orthopädischen Maßschuhen. Auch die medizinische Fußpflege und die Kompressionsversorgung gehören zu den Leistungen des Orthopädienschuhtechnikers.

Den Weg zum Orthopädienschuhtechniker finden viele leider erst, wenn die Schmerzen eine gewisse Schwelle überschritten haben. Grund hierfür sind oft noch falsche Vorstellungen über Hilfen, die von der Orthopädienschuhtechnik angeboten werden.

Die meisten Versorgungsarten passen in ganz normale Konfektionsschuhe, wenn diese nicht gerade zu eng oder zu hoch und damit der Grund des Fußübels sind. Aber wer bequeme Schuhe tragen will, muss heute auch nicht mehr auf die Mode verzichten. Viele Schuhhersteller haben erkannt, dass man auch Schuhe entwerfen kann, die sowohl dem Fuß als auch der Ästhetik gerecht werden.

Und wer unbedingt für die schicken Pumps eine Fußbettung braucht, dem wird der Orthopädienschuhtechniker auch in diesem Fall weiterhelfen.

## Schlafstörungen rechtzeitig erkennen

AMBULANTES SCHLAFZENTRUM IN OSNABRÜCK

Schlafstörungen entwickeln sich schleichend. Nicht bei jedem Patienten sind von Anfang an alle Symptome einer Schlafstörung vorhanden, und bei vielen dauert es Jahre, bis die Schlafstörung erkannt und behandelt wird. Grundsätzlich sollte eine Schlafstörung, die länger als drei Monate besteht, abgeklärt werden, da sie Risiken und Folgeerkrankungen nach sich zieht. Denn der Schlaf gehört zu den Grundbedürfnissen des Menschen – genau wie Essen und Trinken. Nur durch einen gesunden Schlaf ist man leistungsfähig und kann im Alltag bestehen. Folgende Beschwerden werden oft empfunden:

- > übermäßiges nächtliches Schwitzen;
- > Gereiztheit oder Traurigkeit bis hin zur Depression;
- > vermehrt nächtliches Wasserlassen;
- > Müdigkeit am Tage/Sekundenschlaf;
- > unruhige, schmerzhaft Beine;
- > Stress/sinkende Belastbarkeit;
- > Kopfschmerzen;
- > Gedächtnisstörungen/verminderte Konzentrationsfähigkeit;
- > lautes Schnarchen.

Schlafalabore dienen dazu, den Schlaf von Patienten zu untersuchen. In speziell ausgestatteten Patientenzimmern werden während der ganzen Nacht verschiedene Körperfunktionen wie Augenbewegungen, Hirnströme, Muskelspannung, Atmung oder Sauerstoffsättigung des Blutes durch diverse Monitoring- und Aufzeichnungsgeräte festgehal-

ten. Aufgrund dieser Werte kann ein sehr genaues Schlafprofil der einzelnen Schlafstadien erstellt werden.

Im ambulanten Schlafzentrum Osnabrück kann man den Schlaf mithilfe modernster Technik genau überwachen und eine Diagnose sowie Therapien zu den individuellen Beschwerden entwickeln.

Alles Gute für Ihre Füße

orthopädie-schuhtechnik  
Lammers

Friedhofsallee 28 48653 Coesfeld Tel. 0 25 41/8 24 72

Podologische Praxis

Unser Service:

- Orthopädische Maßschuhe
- Einlagen
- Änderungen an Konfektionsschuhen
- Medizinische Fußpflege
- Kompressionsstrümpfe und Bandagen

Orthopädische und sensomotorische Einlagen für Freizeit, Sport & Beruf

Diabetiker- und Rheumaschuhe (diabeteszertifiziert)

Ihr Fachgeschäft für Fußgesundheit mit dem freundlichen Service!

Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 8.30 bis 13.00 Uhr  
14.30 bis 18.00 Uhr

www.schuhtechnik-lammers.de

schlafmedizin.de

Da Schlafstörungen ein schleichendes und kaum bemerkbares Risiko darstellen, ist es wichtig, diese frühzeitig zu erkennen und zu behandeln!

Patienten mit Schlafstörungen klagen häufig über:

- Müdigkeit am Tage/Sekundenschlaf
- morgendliche Kopfschmerzen
- verminderte Leistungsfähigkeit
- „Stressgefühl“ und sinkende Belastbarkeit
- Gedächtnisstörungen und Konzentrationseinbußen
- Schnarchen mit / ohne Atempausen
- Gereiztheit oder Traurigkeit
- Depression
- unruhige, schmerzhaft Beine

Nur auf eine GUTE NACHT folgt auch ein GUTER TAG!

Ambulantes Schlafzentrum Osnabrück  
- ärztliche Leitung - Dr. med. Christoph Schenk  
Facharzt für Neurologie und Psychiatrie,  
Facharzt für Psychotherapeutische Medizin,  
Facharzt für Schlafmedizin  
Am Finkenhügel 3 - Ärztehaus - 49076 Osnabrück  
Terminvergabe unter Tel.: 05 41/4 06 80 53. Weitere Informationen unter www.schlafmedizin.de