

Lesegeschichten

28

Apr

[Die neue Gastro im Bürgerbahnhof](#)



Frisch, saisonal, regional und lecker

Thorsten Benninghof, der Leiter der Gastronomie Speisesaal im Bürgerbahnhof, ist mehr als zufrieden mit seiner Mannschaft. „Jeder ist gut engagiert, mit Herz dabei und hat die Bereitschaft mehr zu geben als bloßen Dienst nach Vorschrift. Das finde ich sehr erfrischend.“ Dies bemerken auch direkt die Gäste des gastronomischen Bereiches, denn die Küche ist offen und damit besteht ein direkter Kontakt zwischen ihnen und den Köchen.

[Weiterlesen ... Die neue Gastro im Bürgerbahnhof](#)

2024 von Martina Jansen (Kommentare: 0)

28

Apr

[Kurvenschubser, Knappschuss und mehr](#)



Dr. Michael Holtkamps Graukaue ist vielfältig

Podcasts sind aus der heutigen Medienwelt nicht mehr wegzudenken. Ob tägliches Alltags-Update, Geplänkel über dies und das, gut gemachtes Entertainment oder fundierte Informationen, die Audiodateien aus dem Internet bieten für jeden etwas. Wurden sie früher hauptsächlich von technikaffinen Personen betrieben, werden sie nun quer durch alle Bevölkerungsschichten genutzt.

[Weiterlesen ... Kurvenschubser, Knappschuss und mehr](#)

2024 von Martina Jansen (Kommentare: 0)

27

Apr

[400 Gramm Edelmetall](#)



Erste Schritte mit meinem neuen Knie

Bei den Werten von knapp 400 Gramm und anderthalb Stunden denkt ein Feinschmecker sicherlich an ein saftiges Steak in einem Mehrgänge-Menü, für mich bedeuten diese Zahlen den Schritt in ein neues Leben und das im wahrsten Sinne des Wortes: Ich habe ein neues Kniegelenk bekommen.

[Weiterlesen ... 400 Gramm Edelmetall](#)

2024 von Martina Jansen (Kommentare: 0)

01

Apr

[Die Bahnhofsfamilie ist bereit zu wachsen](#)



Das Interesse zu Beginn der Workshops zum Thema Bürgerbahnhof war 2016 groß, geblieben sind 30 Teilnehmer, die den Bürgerbahnhof bis zur Eröffnung begleitet haben.

Eine von ihnen ist Heidi Göbel, die sich bis heute intensiv engagiert. „Als ich 60 wurde, überlegte ich, was ich ehrenamtlich tun könnte. Über meine aktive Mitarbeit im Seniorenbeirat kam ich schließlich zu den Projekten ‚Wir machen Mitte‘, ‚Bürgerpark‘ und nun zu meinem Herzensprojekt, dem ‚Bürgerbahnhof‘, erzählt mir die Dorstenerin.

[Weiterlesen ... Die Bahnhofsfamilie ist bereit zu wachsen](#)

2024 von Martina Jansen (Kommentare: 0)

[Dorsten - Essen - Paris](#)



Sabine Sellin gibt ihr Ziel nicht auf

„Ich bin eine spät berufene Radfahlerin“, lacht Sabine Sellin. Dennoch plante sie in diesem Jahr im Team RheinRuhr, einem der fünf deutschen Teams des größten Charity-Radsport-Events Europas zu fahren. „We are social“, lautet das Motto aller Teams, und so radeln sie mit dem gemeinsamen Ziel, Spenden für schwerstkranke Kinder und deren Familien zu sammeln. Leider ohne Sabine, denn im März wurde ihr speziell für diese Tour angefertigtes Rad gestohlen.

[Weiterlesen ... Dorsten - Essen - Paris](#)

2024 von Martina Jansen (Kommentare: 0)

Seite 20 von 137

- [« Anfang](#)
- [Zurück](#)
- [17](#)
- [18](#)
- [19](#)
- 20
- [21](#)
- [22](#)
- [23](#)
- [Vorwärts](#)
- [Ende »](#)