

VHS: Nach dem Festtagsschmaus zu einem ausgeglichenen Säure-Basen-Haushalt zurückfinden

„Nach dem Festtagsschmaus zu einem ausgeglichenen Säure-Basen-Haushalt zurückfinden.“ Das ist das Thema eines naturheilkundlichen Vortrags der VHS Bergkamen am 22. Januar.

Tag für Tag entstehen im menschlichen Körper Säuren. Es handelt sich hierbei meistens um Stoffwechselprodukte, die beim Abbau von Nahrung entstehen. „Ernährungsfehler, übermäßiger Verzehr von Genussmitteln, Stress und Hektik sowie psychische Belastungen können uns sauer machen“, erläutert Heilpraktikerin Claudia Lindemann. „Gerade über die Festtage ist diese Gefahr besonders groß. Entstehen mehr Säuren, als der Körper neutralisieren und ausscheiden kann, so wird von einer Übersäuerung gesprochen, die die Ursache vieler Befindlichkeitsstörungen sein kann.“

Claudia Lindemann referiert am Mittwoch, 22.01.2014, von 19:00-20:30 Uhr im VHS-Gebäude „Treffpunkt“ über den Säure-Basen-Haushalt und erläutert, wie man durch die Anwendung naturheilkundlicher Methoden die Säurelast wieder los wird und seinen Haushalt in ein gesundes Gleichgewicht bringt. Sie gibt Ernährungstipps, informiert über basische Bäder und basische Mineralien und macht Vorschläge für anzuwendende Kräuter und Teezubereitungen. „Steigern Sie Ihr Wohlbefinden durch einen ausgeglichenen Säure-Base-Haushalt“, rät die Heilpraktikerin. Für die Teilnahme an dieser Veranstaltung ist ein Kursentgelt in Höhe von 9,00 € zu entrichten.

Für diesen Kurs mit Kursnummer 3421 ist eine vorherige Anmeldung bei der VHS zwingend erforderlich. Anmeldungen nimmt

das VHS-Team persönlich während der Öffnungszeiten montags bis freitags von 08.30 – 12.00 Uhr und montags, dienstags und donnerstags von 14.00 – 16:00 Uhr im Volkshochschulgebäude „Treffpunkt“, Lessingstr. 2, 59192 Bergkamen, entgegen. Eine Anmeldung per Telefon ist unter der Rufnummer 02307 / 284952 oder 284954 möglich. Allerdings ist die VHS-Verwaltung auf Grund der Betriebsferien erst ab dem 8. Januar 2014 wieder erreichbar. Auch während der Betriebsferien können Interessierte sich jederzeit online über <http://vhs.bergkamen.de> anmelden.

Lärmschutz an der Güterbahnlinie kommt nun doch schneller als gedacht

Im September 2013 hatte sich der Bergkamener Stadtrat zusammen mit anderen Ruhrgebietsstätten mit einer Resolution für Lärmschutz an den Bahnlinien stark gemacht. Ein Konzept zur Umsetzung dieser Forderung soll laut Medienberichten in den Schubladen der Bundesregierung liegen – auch für die Hamm-Osterfelder Bahnlinie und für die Strecke Dortmund-Kamen-Hamm.



Hamm-Osterfelder-Bahnlinie in Heil.

Aktiver Lärmschutz durch Wände oder Wälle soll in Bergkamen, wie Zeitungen der Funke-Mediengruppe am Montag berichten, ab 2017 errichtet werden. Kamen wäre nach diesem Stufenplan schon vorher dran – zusätzlich zum bereits vorhandenen Lärmschutz.

Wesentlich schneller wird ein anderer Plan für mehr Ruhe vor allem in Overberge, Rünthe und Oberaden bringen: Der gesetzlich verordnete Einbau von sogenannten Flüsterbremsen. Wenn nicht bis 2016 die Hälfte aller in Deutschland rollender Güterwaggons mit dieser Technik ausgerüstet ist, drohen Maßnahmen wie Nachtfahrverbote. Bis 2020 soll die vollständige Umrüstung abgeschlossen sein.

Die Ratsresolution im September ist das Ergebnis einer Initiative der SPD. Dass sie jetzt so schnell scheinbar Wirkung zeigt, wird sie wohl selbst wundern. Denn Hauptziel sei es, erklärte damals deren verkehrspolitischer Sprecher Franz Herdring, das Thema „Lärmschutz entlang der Hamm-Osterfelder Bahnlinie“ auf die Tagesordnung des neuen Verkehrsausschusses des Bundestags zu bringen. Der hat aber wegen der langwierigen Koalitionsverhandlungen von Schwarz und Grün bisher überhaupt noch nicht getagt.

Nicht vergessen: Die Tannen müssen raus!

Der städtische Entsorgungsbetrieb holt in dieser Woche die ausgedienten und abgeschmückten Weihnachtsbäume in den Stadtteilen ab.

Die Termine:

Montag in Bergamen-Mitte,

Dienstag in Oberaden und Heil,

Mittwoch in Weddinghofen,

Donnerstag in Overberge und in Rünthe (nördli. des Kanals),

Freitag in Rünthe (südl. des Kanals).

Dreijähriger Junge in der Türkei an Leukämie erkrankt: Bergkamener startet Hilfsaktion

Seit eineinhalb Wochen kennt Taner Aksoy keine Ruhe mehr. Aus der Türkei erhielt der Bergkamener die beunruhigende Nachricht aus der Türkei, dass der dreijährige Sohn Burak seines besten Freundes Arif Aydin an Leukämie erkrankt ist.



Der dreBurak ist an Leukämie erkrankt und braucht Hilfe.

Taner und Arif sind zusammen in Bergkamen aufgewachsen. Der Freund ging dann in die Türkei zurück, weil er dort seine große Liebe gefunden hat. Die Nachricht von der schweren Erkrankung des kleinen Jungen traf Taner Aksoy besonders schlimmer, weil im vergangenen Jahr sein Vater an Krebs gestorben ist.

Die Ärzte des Krankenhauses, in dem Burak zurzeit behandelt wird, können ihm nicht viel helfen. Er müsse in eine Spezialklinik in Ankara oder Istanbul verlegt werden. Das hat inzwischen auch die Deutsche Knochenmarkspenderdatei (DKMS) bestätigt. „Bei der DKMS sagte man, dass die Kids in der Türkei leider an Leukämie versterben, aber in Istanbul oder Ankara gebe es Krankenhäuser, wo eine Chance besteht, den kleinen zu retten“, sagt Taner Aksoy.



Taner Aksoy hat in

Bergkamen eine Hilfsaktion gestartet.

Für die Verlegung und für die Behandlung benötigen allerdings die Eltern Geld, das sie aber nicht haben. Hier will Taner Aksoy von Bergkamen aus helfen. Er hat eine Spendenaktion gestartet.

Wer diese Aktion unterstützen möchte, kann sich mit Taner Aksoy über Facebook oder Handy 0152/27796784 oder mit Martina Abel beim Stadtspiegel, Tel. 023079122032, in Verbindung setzen.

2013 sammelten Bürger 1,24 Tonnen Flaschenkorken für Epilepsiezentrum

Das Epilepsiezentrum Kehl-Kork dankt den Bürgern im Kreis Unna. Sie haben im vergangenen Jahr 1,24 Tonnen Flaschenkorken gesammelt. Der Erlös geht an diese Einrichtung. Jedes Jahr



fallen allein in Deutschland rund Milliarde Korken an – zu schade, um in der Restmülltonne und schließlich in der Müllverbrennungsanlage zu landen. Bei getrennter Sammlung lässt sich das Naturmaterial jedoch sehr gut wiederverwenden. Die Hanauer Werkstätten der

Diakonie in Kehl-Kork sammeln deshalb gebrauchte Flaschenkorken im Rahmen der Aktion Korken für Kork und

verarbeitet diese zu einem Dämmstoff für den ökologischen Hausbau. Die GWA-Abfallberatung hat im Laufe der Jahre ein großes Sammelnetz im Kreis Unna eingerichtet. Im vergangenen Dezember wurden wieder 1,24 Tonnen Korken, die die Bürgerinnen und Bürger im Kreis Unna in 2013 gesammelt haben, abgeholt und zum Epilepsiezentrum in Kehl-Kork transportiert.

Bereits seit 1994 unterstützt die GWA – Gesellschaft für Wertstoff- und Abfallwirtschaft Kreis Unna die Aktion „Korken für Kork“. Seitdem hat sie Sammlung und Transport von mehr als 61 Tonnen Korken im Kreisgebiet organisiert, das entspricht rund 15,5 Millionen Einzelkorken. Die Korken werden am GWA-Standort in Kamen-Heeren-Werve zwischengelagert und dort durch eine Spedition als Beiladung, wenn freier Frachtraum vorhanden ist, abgeholt.

Mitte Dezember bedankte sich das Epilepsiezentrum in einem Schreiben an die GWA „für die hervorragende Mithilfe“ und bei den „vielen Händen“, die das neue Sammelergebnis von 16,8 m³ Korken möglich machten. Darin wird nochmals die Bedeutung der Korksammlung unterstrichen: Das Naturprodukt Kork ist für die Restmülltonne viel zu wertvoll. Es ist als ideales Material zur Wärme- und Schalldämmung eine umweltfreundliche Alternative zu geschäumten und energieaufwändig gewonnenen Kunststoffen. Kork-Recycling ist ein Beitrag zum Umweltschutz und sichert zudem 12 Arbeitsplätze in der Behindertenwerkstatt in Kehl-Kork. Dort werden die gesammelten Korken zu hochwertigen Dämmmaterialien verarbeitet, die unter dem Produktnamen RecyKORK® über ökologisch orientierte Baustoffhändler vertrieben werden.

Die Abfallberatung bittet ausdrücklich darum, dass ausschließlich Flaschenkorken aus Naturkork gesammelt werden. Fremdstoffe wie Glas, Metallbügel bei Sektkorken oder Verschlüsse aus Kunststoff gehören nicht in die Sammlung. Auch Materialien wie z. B. Kork-Pinnwände, -Platten oder -Tapeten und Kunststoffkorken sind Störstoffe und erschweren dem

Epilepsiezentrum die Arbeit. Da diese Materialien aufgrund der Inhaltstoffe und anhaftender Fremdstoffe die Qualität des Dämmstoffgranulates verschlechtern würden, müssten sie aussortiert und entsorgt werden.

Im Kreis Unna steht ein großes Netz von Kork-Sammelstellen zur Verfügung, zum Beispiel in Bergkamen: Wertstoffhof und im Treffpunkt an der Lessingstraße

Weitere Informationen gibt es bei der GWA-Abfallberatung am Infotelefon unter 0 800 400 1 400 und im Internet unter www.gwa-online.de.

Zwei Mal Neujahrsempfang in Bergkamen: Im Mittelpunkt stehen streitbare Frauen

Zwei Frauen stehen im Mittelpunkt der beiden großen Neujahrsempfänge in Bergkamen. Doch damit hören ihre Gemeinsamkeiten bereits auf. Die Kabarettistin Simone Fleck nimmt auf Einladung der Stadt am 12. Januar im Ratssaal unter anderem das manchmal gestörte Verhältnis von Frauen und Männern aufs Korn. Eine Woche später hält die Journalistin Birgit Kelle bei der CDU auf der Ökologiestation ein Plädoyer für die „neue Mütterlichkeit“.



Simone Fleck ist Gast des
Neujahrsempfangs der Stadt
Bergkamen am 12. Januar-

Simone Fleck ist eine gute Bekannte in Bergkamen. Oft trat sie bei den Festen zum Internationalen Frauentag auf. Mehrmals gab sie Gastspiele im Bergkamener Kulturprogramm. Auch bei ihren Auftritten beim Mittwochsmix in der „sohle 1“ blieben und bleiben im Publikum Frauen weitestgehend unter sich. In den Anfangsjahren der Karriere von Simone Fleck hatte dies einen guten Grund. Instinktiv spürten die Männer, dass sie dabei nicht gut wegkamen.

Birgit Kelle ist ganz anders positioniert. Sie schreibt streckenweise recht amüsant und mit spitzer Feder. In der Sexismus-Diskussion, die sich um Rainer Brüderle rankte, forderte sie in ihrem Blog „Mach doch die Bluse zu“. Wegen der großen Resonanz machte sie schnell daraus ein Buch gleichen Titel, den sie ergänzte „Ein Aufschrei gegen den Gleichheitswahn“. Inzwischen ist sie CDU-Mitglied und auch dort Streitbar. „Mir ist lieber, Ursula von der Leyen befiehlt Kasernen als Kitas“, formuliert sie spitz. „Im Familienministerium war sie für mich trotz sieben Kindern eine totale Fehlbesetzung.“

Weitere Infos zu Simone Fleck gibt es hier und zu Birgit Kelle dort.

Betrunkener LKW-Fahrer konnte sich kaum auf den Beinen halten

Die Polizei hat am Freitagmorgen einen sturzbetrunkenen Lastwagen-Fahrer aus dem Verkehr gezogen. Der Weißrusse (39) fuhr Schlangenlinien auf der A2 und war so betrunken, dass er bei der Kontrolle kaum seine Schuhe ausziehen konnte.

Aufmerksame Verkehrsteilnehmer meldeten der Polizei Dortmund am Freitag gegen 8.32 Uhr, bei Kamen auf der A2 in Richtung Hannover, einen schlangenlinienfahrenden Sattelzug.

Wenig später konnte ein Streifenwagenteam den Sattelzug (40 Tonnen zulässiges Gesamtgewicht) in Höhe der Anschlussstelle Kamen / Bergkamen, mit erheblichen Ausfallerscheinungen, aufnehmen und letztendlich auf dem Parkplatz Kolberg, kurz hinter dem Kamener Kreuz, anhalten.

Der Fahrer des Sattelzuges, ein 39-Jähriger aus Weissrussland, war augenscheinlich so stark alkoholisiert, dass er Mühe hatte seine Schuhe anzuziehen. Beim anschließenden Atemalkoholtest zeigte das Gerät den erstaunten Beamten einen Wert von rund zwei Promille an.

Frische Unfallspuren

An der kompletten rechten Fahrzeugseite entdeckten die Beamten frische Unfallspuren, deren Ursprung bisher noch ungeklärt ist.

Nach einer Blutprobenentnahme, stellten die Polizisten den Führerschein des 39-Jährigen sicher. Zur Sicherung des

weiteren Verfahrens musste der Mann eine Sicherheitsleistung in Höhe von 1200 Euro entrichten. Auch der Fahrzeugschlüssel des Sattelzuges wurde aus gefahrenabwehrenden Gründen sichergestellt.

Den alkoholisierten Fahrer erwartet eine Strafanzeige wegen des Verdachts der Gefährdung des Straßenverkehrs und der Unfallflucht.

„Saxophon-Eskapaden“ in der Konzertaula mit der Neuen Philharmonie Westfalen

Zum fünften Sinfoniekonzert mit der Neuen Philharmonie Westfalen lädt der Kreis Unna am Mittwoch, 22. Januar ein. Das Konzert beginnt um 19.30 Uhr und findet, wie üblich, in der Konzertaula Kamen statt.



Jan Schulte-Bunert (Foto:
Neue Philharmonie
Westfalen)

„Saxophon-Eskapaden“ stehen im Zentrum dieses Sinfoniekonzerts. Zum wiederholten Male gastiert dabei der 1976 in Krefeld geborene Saxophonist Jan Schulte-Bunert bei der Neuen Philharmonie Westfalen. Zwei Saxophonkonzerte hat er im Gepäck: Zum einen die pfiffigen „Escapades“, die der US-amerikanische Filmkomponist John Williams auf der Basis seines Soundtracks zur Steven-Spielberg-Gaunerkomödie „Catch me if

you can“ schrieb.

Zum anderen spielt Jan Schulte-Bunert den Solopart in dem Saxophon-Konzert „Astral Voyager“ von Tobias Peter Maria Schneid. Der deutsche Gegenwarts Komponist, der 1963 im oberfränkischen Rehau geboren wurde und heute in Neuburg an der Donau lebt, schrieb das Stück als Auftragswerk der Neuen Philharmonie Westfalen, die es in diesem Konzert als Uraufführung auch aus der Taufe hebt. Nach der Pause wird Beethovens Vierte Sinfonie aufgeführt.

Am Pult steht der US-Amerikaner Daniel Meyer, ehemals Resident Conductor des Pittsburgh Symphony Orchestra und heute Chef des Erie Philharmonic in Pennsylvania und des Asheville Symphony Orchestra in North Carolina.

Eine Einführung in die Werke gibt es ab 19 Uhr. Karten sind im Fachbereich Kultur des Kreises Unna unter Tel. 0 23 03 / 27-14 41 und per E-Mail bei gerhard.pielken@kreis-unna.de erhältlich. Sie kosten zwischen 12 und 24 Euro (ermäßigt 9 bis 21 Euro).

Dr. Eugen Drewermann im Gespräch mit Heinrich Peuckmann

Der Theologe und Psychoanalytiker Dr. Eugen Drewermann hat in Bergkamen viele Freunde. Kein Wunder: Hier ist er geboren und aufgewachsen. Wer nicht bis zu seinem nächsten Gastspiel im September bei „Arbeit und Leben“ warten möchte, seine eine Veranstaltung am Donnerstag, 9. Januar, ab 19 Uhr im Martin Luther Forum in Gladbeck empfohlen.



Das Zwiegespräch mit dem Schriftsteller Heinrich Peuckmann verspricht einen neuen und besonderen Zugang zur Arbeit und zum Wirken von Eugen Drewermann. Denn zur Sprache kommen nicht nur die Hintergründe seiner Tiefenpsychologie, sondern auch

Aspekte zur Herkunft des Theologen, der in einer Bergarbeiterfamilie in Bergkamen aufgewachsen ist. Heinrich Peuckmann ist übrigens Beiratsmitglied des Martin Luther Forums. Vorsitzender ist der ehemalige Superintendent des Kirchenkreises und Präses der ev. Landeskirche von Westfalen, Alfred Buss.

Der Eintritt zu dieser Veranstaltung kostet im Vorverkauf 6 Euro und an der Abendkasse 8 Euro. Tickets können hier vorbestellt werden. Die Adresse: Martin Luther Forum Ruhr
Bülser Str. 38
45964 Gladbeck

Comedy im Mittwochsmix: Özgür Cebe – „Der bewegte Muselman“

Özgür Cebe, der Deutschtürke aus Bielefeld, präsentiert am Mittwoch, 15. Januar, um 19.30 Uhr in der Städt. Galerie „sohle 1“ sein erstes Soloprogramm „Der bewegte Muselman“.



Özgür Cebe
gastiert am 15.
Januar in der
Galerie „sohe 1“.

Er hat die Haarfarbe und den Teint eines Türken und auch sein Name klingt nicht Deutsch – dennoch: Özgür Cebe ist Deutscher, in Bielefeld geboren und aufgewachsen. Dass er trotzdem oftmals als Ausländer angesehen wird, ist Thema seines Programms. Mit „Der bewegte Muselman“ lockt Cebe jetzt auf die Bühne in der Stadt. Galerie „sohle 1“.

Özgür Cebe macht sich keine Illusionen. Wenn man schwarze Haare und schwarze Augen hat, tritt der Hintergrund ganz schnell in den Vordergrund. Egal, wo man geboren ist. Ostwestfalen gehört ganz bestimmt zu Deutschland, der Islam aber nur vielleicht. Eine sicherlich unfaire Gewichtung. Cebe muss damit leben. Wie findet man heraus aus dem genetischen Generalverdacht? Wie stellt man Vorurteile auf den Kopf? Da hilft nur eins: sich locker machen. Mit einem Crash-Kurs „Türkisch für Deutsche“ übt er mit seinem Publikum die Umlaute Ö und Ü, die einem erst über die Zunge gehen wollen, wenn man „den Döner in sich fühlt“. Und ob als sächselnder Englischlehrer „I see black for you“ oder als Kaufhausdetektiv, der von den Erlebnissen mit dem Russen „Wladimir“ berichtet – mit einer guten Prise Selbstironie nimmt Cebe in seinem Programm Vorurteile und Migranten-

Klischees aufs Korn.

Zur Person

Özgür Cebe wurde 1974 als Sohn Türkisch-/Kurdisch-stämmiger Migranten in Bielefeld geboren. Im Theater an der Ruhr lernte er als Hospitant den Schauspielbetrieb kennen und übernahm erste kleine Rollen. Nach einer beruflichen Odyssee durch verschiedene Jobs vom IT-Kaufmann bis zum Kaufhausdetektiv machte er eine Schauspielausbildung bei Katarina Kramer, die er mit der Bühnenreife abschloss. Zwei Jahre lang gehörte er zum festen Ensemble in Kaya Yanars Sendung „Was guckst du?!“. Außerdem sieht man ihn häufig in TV-Serien wie „Lindenstraße“ und „Alarm für Cobra 11“. Im September 2009 gab Özgür Cebe sein Debüt als Solo-Kabarettist.

Tickets zum Preis von 12,- Euro, erm. : 9,- Euro, sind erhältlich im Kulturreferat Bergkamen (Tel.: 02307/965-464), im Bürgerbüro und an der Abendkasse.

Versuchter Automatenaufbruch: Polizei nimmt einen Täter in Werne fest

Einem aufmerksamen Bürger ist es zu verdanken, dass jetzt möglicherweise eine Reihe von Automatenaufbrüchen in Werne aufgeklärt werden kann.

Am Freitagmorgen bemerkte der Zeuge gegen 2.10 Uhr zwei verdächtige Personen, die sich mit einem Bolzenschneider an einem Zigarettenautomaten im Holtkamp zu schaffen machten. Er

entfernte sich von den Tätern unbemerkt von dem Tatort und verständigte die Polizei.

Als die Streifenwagen eintrafen, flüchteten die Täter. Einer von ihnen nahmen die Beamten fest, der zweite entkam. Der polizeibekannt 18-jährige Werner gestand die vorgeworfene Tat und wurde nach Vernehmung wieder entlassen. Die Ermittlungen zum zweiten Täter und zu den Zusammenhängen mit den Automatenaufbrüchen der vergangenen Tage dauern an.