GSW-Abrechnungen kommen ab 3. Februar: Kundencenter länger geöffnet

Ab dem 3. Februar beginnen die GSW mit dem Versand von rund 80.000 Abrechnungen für das Jahr 2013. Da der Versand gebietsweise erfolgt, erhalten nicht alle Kunden gleichzeitig ihre Rechnung.

Erfahrungsgemäß kommt es im Abrechnungszeitraum vermehrt zu Beratungsanfragen. Daher erweitern die GSW die Servicezeiten in ihren Kundencentern in Kamen, Bönen und Bergkamen und richten außerdem wieder ein telefonisches Beratungszentrum ein.

Die Mitarbeiter stehen im Zeitraum vom 3. Februar bis 14. März in den Kundencentern persönlich zu folgenden Servicezeiten zur Verfügung:

Montag bis Donnerstag 08:00 Uhr bis 17:00 Uhr

Freitag 08:00 Uhr bis 13:00 Uhr

Die telefonische Erreichbarkeit unter der Rufnummer 02307 978-280 beträgt donnerstags eine Stunde länger von 08.00 bis 18.00 Uhr.

Einbrecher werden immer

dreister: 86-Jährige saß nichts ahnend im Wohnzimmer

Da gab es doch am Mittwoch diese große Polizeiaktion gegen Einbrecherbanden. Das hat offensichtlich nicht jeden Straftäter nachhaltig beeindruckt.

Während eine 86-Jährige am Donnerstag im Wohnzimmer saß, wurde in ihre Wohnung in der Antonistraße in Hamm eingebrochen. Zwischen 10 Uhr und 11.30 Uhr hebelte ein Unbekannter die Eingangstür auf. Im Schlafzimmer durchsuchte er den Schrank und stahl eine Ledertasche mit Bargeld.

Da die Seniorin die Zimmertür geschlossen hatte, bekam sie davon nichts mit. Ihrem heimkehrenden 85-jährigen Ehemann fiel im Treppenhaus ein fremder Mann auf. Er war etwa 1,70 Meter groß und dick. Der Unbekannte hatte schwarze, kurze Haare und ein südländisches Aussehen.

Hinweise nimmt die Polizei Hamm unter der Telefonnummer 02381 916-0 entgegen.(

Willy-Brandt-Gesamtschule macht fit für die Europawahl

Im Vorfeld der Europawahlen organisiert die Willy-Brandt-Gesamtschule Bergkamen gemeinsam mit der Schwarzkopf-Stiftung und dem Zeitbild Verlag eine Veranstaltung zum Thema „Europa verstehen“.

Ziel des Projektes am Dienstag, 28. Januar, ist es, den Schülerinnen und Schülern in vierstündigen EU-Kompakt-Kursen

ein vertieftes Verständnis europäischer Politik zu vermitteln und zur Auseinandersetzung mit aktuellen europapolitischen Fragen zu ermutigen. Gefördert wird das Projekt von der Mercator Stiftung und dem Europäischen Parlament.

In beiden SOWI-Leistungskursen des 13. Jahrgangs bearbeiten die Schülerinnen und Schüler gemeinsam mit den Trainer–Teams folgende Kernbereiche:

- Warum gibt es die EU? – Meilensteine der EU-Geschichte
- Wer ist die EU? – Akteure der EU
- Was macht die EU? – Kompetenzen der EU nach dem Vertrag von Lissabon
- Du und die EU – Europawahl und andere Teilhabemöglichkeiten

---

Demonstration und Kundgebung gegen Arbeitsplatzabbau bei AB Elektronik: AfA Bergkamen ruft zur Teilnahme auf

Die Belegschaft des Autozulieferers AB Elektronik mit rund 600 Mitarbeitern in Werne kämpft gegen die von der englischen Konzernzentrale geplante Verlagerung der Produktion nach Osteuropa. Der Betriebsrat und die IG Metall rufen deshalb in Zusammenarbeit mit der Stadt Werne am Samstag, 1. Februar, zu einer Demonstration und Kundgebung auf.

Der AfA Stadtverband Bergkamen hat jetzt seine Solidarität mit der Belegschaft von AB Elektronik erklärt, die von einem massiven Arbeitsplatzabbau bedroht ist. Die AfA fordert deshalb alle Bergkamener Bürgerinnen und Bürger auf, sich an diesen Protestaktionen am 1. Februar zu beteiligen.

Demonstrationszug ab AB Elektronik – Kundgebung auf dem Marktplatz in Werne

Der Demonstrationszug startet um 11:00 Uhr ab dem Unternehmen AB Elektronik, Feldmark 50. Die Kundgebung beginnt um 11:55 Uhr auf dem Marktplatz in Werne. „Heute Werne morgen vielleicht Bergkamen ! Wir dürfen den Arbeitgebern nicht alles durchgehen lassen“, so AfA-Vorsitzender Heinz Mathwig.

[mappress mapid=“37″]

GSW-Abrechnungen ab 3. Februar: Kundencenter länger

geöffnet

Ab dem 3. Februar beginnen die GSW mit dem Versand von rund 80.000 Abrechnungen für das Jahr 2013. Da der Versand gebietsweise erfolgt, erhalten nicht alle Kunden gleichzeitig ihre Rechnung.

Erfahrungsgemäß kommt es im Abrechnungszeitraum vermehrt zu Beratungsanfragen. Daher erweitern die GSW die Servicezeiten in ihren Kundencentern in Kamen, Bönen und Bergkamen und richten außerdem wieder ein telefonisches Beratungszentrum ein.

Die Mitarbeiter stehen im Zeitraum vom 3. Februar bis 14. März in den Kundencentern persönlich zu folgenden Servicezeiten zur Verfügung:

Montag bis Donnerstag 08:00 Uhr bis 17:00 Uhr

Freitag 08:00 Uhr bis 13:00 Uhr

Die telefonische Erreichbarkeit unter der Rufnummer 02307 978-280 beträgt donnerstags eine Stunde länger von 08.00 bis 18.00 Uhr.

Neues Angebot der VHS Bergkamen: Stressbewältigung durch Achtsamkeit mit MBSE

Ein neues Angebot der VHS Bergkamen „Stressbewältigung durch Achtsamkeit“ startet am Samstag, 1. Februar, um 9.15 Uhr im

Treffpunkt an der Lessingstraße.

„MBSR“ ist die Abkürzung von „Mindfulness-Based Stress Reduction“, also „Stressbewältigung durch Achtsamkeit“. Dieses Trainingsprogramm wurde in den 1970er Jahren von Prof. Dr. Jon Kabat-Zinn und Mitarbeitern an der Universitätsklinik Worcester entwickelt und wird seither erfolgreich vermittelt. „Es geht darum, die Verbindung zu sich selbst wiederzufinden in einer Zeit, in der Menschen durch neue Technologien rund um die Uhr verfügbar sein können“, sagt Kabat-Zinn.

7 Tage 24 Stunden vernetzt

„Wir brauchen wirklich nicht viel Aufmerksamkeit, um erkennen zu können, dass unsere Welt sich vor unserer Nase so radikal verändert, wie es das menschliche Nervensystem wohl noch nie zuvor erlebt hat. Angesichts des enormen Ausmaßes dieser Veränderungen sollten wir uns vielleicht einmal Gedanken darüber machen, welche Auswirkungen sie auf unsere Arbeit, unsere Familie und unser Leben im Ganzen haben. Es wäre wohl keine schlechte Idee, sich einmal genauer anzusehen, was die Tatsache, dass wir heute 7 Tage in der Woche jeweils 24 Stunden vernetzt und verfügbar sind, mit unserem Leben anstellt“, erläutert Kabat-Zinn. Er ist der Ansicht, dass wir so damit beschäftigt sind, mit den neuen Möglichkeiten und Herausforderungen Schritt zu halten, dass wir von diesem Sog der Zeitbeschleunigung mitgerissen werden.

Nervenkostüm beruhigen

Es ist an der Zeit, einmal wieder anders zu handeln, freie Momente zu nutzen, um mit sich selbst Kontakt aufzunehmen in Momenten, in denen man sich „daneben“, überfordert oder gelangweilt fühlt, in denen man aus dem Tritt, verängstigt oder deprimiert ist oder in denen man den Zwang verspürt, doch noch eine Sache zu erledigen. Wenn Ihnen alles dieses bekannt vorkommt und Sie nach einem Weg aus dieser Situation suchen,

sind Sie bei der VHS Bergkamen beim MBSR-Tag am Samstag, den 01.02.2014, gut aufgehoben. Sie lernen an diesem Tag, in Ihrem Inneren ein verlässliches Gegengewicht zu erzeugen, etwas, das Ihr Nervensystem beruhigt.

Besseren Bewältigung von Stress

Die Wirkung dieser Methode wurde in umfangreichen wissenschaftlichen Studien nachgewiesen. Sie besteht in der besseren Bewältigung von Stresssituationen, erholsamerem Schlaf, Stärkung des Immunsystems, Erhöhung der Konzentrationsfähigkeit, mehr Gelassenheit und Lebensfreude. Im Mittelpunkt dieses Tages steht die intensive und systematische Schulung von Achtsamkeit. Dazu werden die formellen Grundübungen genutzt: achtsame Körperwahrnehmungen, sanfte Übungen aus dem Hatha Yoga sowie Achtsamkeitsmediation.

Zertifizierte MBSE-Lehrerin

Die Dozentin Karin Biermann ist zertifizierte MBSE-Lehrerin und weist deutlich darauf hin, dass dieser Kurs keine medizinische oder psychotherapeutische Behandlung ersetzen kann. Frau Biermann und die Volkshochschule Bergkamen laden Sie herzlich zu diesem MBSR-Tag ein, der am 01.02.2014 in der Zeit von 09.15 bis 16.30 Uhr stattfindet. Mitzubringen sind warme Kleidung, eine Decke und eine Yoga- oder Gymnastikmatte.

Anmeldung erforderlich

Dieser Kurs mit Kursnummer 3105 umfasst 8 Unterrichtsstunden und kostet 32,00 €. Eine vorherige Anmeldung ist 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. Online können

Interessierte sich jederzeit über vhs.bergkamen.de oder www.bergkamen.de anmelden.

Mit 33 noch einmal die Schulbank drücken: 17 Bayer-Mitarbeiter sind jetzt Industriemeister

Mit 33 noch einmal die Schulbank drücken? Martin Venneker hat es getan. Und das sogar drei Jahre lang. Zusätzlich zum Vollzeitjob. Jetzt wurden seine Mühen belohnt. Der Mitarbeiter von Bayer HealthCare in Bergkamen darf sich ab sofort Industriemeister nennen. Und nicht nur er. 16 weitere Bayer-Kollegen haben diese Weiterbildung der IHK zu Dortmund, die Bayer aktiv unterstützt, ebenfalls erfolgreich absolviert.

Betriebsratsvorsitzender Heinz Georg Webers, Anneli Dreiskämper, Norbert Zajaczkowski (v. l.), beide IHK, und Ausbildungsleiter Karl Heinz Grafenschäfer (5. v. l.) beglückwünschen die neuen Industriemeister – unter ihnen Anne Reichel als einzige Frau.

„Nur wer sich beständig weiterentwickelt und nie aufhört dazuzulernen, ist auf Dauer allen beruflichen Herausforderungen gewachsen“, beurteilte Standortleiter Dr. Stefan Klatt das Engagement der Mitarbeiter äußerst positiv und drückte den frisch gebackenen Industriemeistern anlässlich der feierlichen Urkundenübergabe seine Anerkennung für die erbrachten Leistungen aus: „Mit Ihrem Fachwissen tragen Sie dazu bei, dass Bayer in Bergkamen seinen guten Ruf bei Kunden, Nachbarn und Kollegen weiter festigt. Dafür danke ich Ihnen herzlich.“

Drei Jahre lang haben die Industriemeister jeden Donnerstagabend und jeden Samstag gebüffelt und zahlreiche Prüfungen abgelegt. „Das war ein ziemlicher Spagat“, bilanziert Martin Venneker. „Gerade in solchen Situationen war die Familie ein starker Rückhalt.“ Doch auch von den Kollegen

gab es Unterstützung. Allerdings ließen sich die Schichten nicht immer tauschen. Wenn das der Fall war und der Unterricht mit der Arbeit kollidierte, mussten Venneker und seine „Mitschüler“ schon mal Überstunden abbauen oder Urlaub opfern.

„Die Mühen haben sich dennoch gelohnt“, sagt Venneker. „Wir hatten tolle Ausbilder und haben viel gelernt.“ Etwa über Syntheseplanung, Wärmeberechnung und Arbeitsrecht. Und das Beste: Die IHK zu Dortmund bot die Weiterbildung direkt auf dem Gelände von Bayer HealthCare an. Dort stellte das Unternehmen die Räume gratis zur Verfügung. Dadurch wurden die Kosten für die Teilnehmer reduziert, ebenso die Fahrzeiten. Neun der Dozenten sind zudem ebenfalls bei Bayer beschäftigt. Genau wie ihre Schüler hatten sie bei Unterrichtsbeginn ebenfalls schon einen vollen Arbeitstag hinter sich. „Dieses Engagement ist gewiss nicht selbstverständlich und verdient Anerkennung“, lobt Bayer-Ausbildungsleiter Karl Heinz Grafenschäfer.

Nachhaltige Geldanlage: Der kleine grüne Daumen der Geldinstitute

Viele Anbieter von Geldanlagen berücksichtigen bei ihren Investitionen ethische, soziale oder ökologische Kriterien. Hierdurch fördern sie etwa den fairen Handel von Gütern und Dienstleistungen, die Energiewende oder auch die Bildung und Kultur. Rüstungsgüter, Atomindustrie oder Suchtmittel wie Tabak, Alkohol oder Glücksspiel sind dagegen häufig Tabuthemen.

Nach einer aktuellen Umfrage der Verbraucherzentrale NRW bei

rund 340 Banken und Sparkassen bieten 68 Prozent der Kreditinstitute nachhaltige Geldanlagen an. Jedes dritte Institut möchte sein Angebot weiter ausbauen. Auch in Sachen Energiewende gibt’s immer wieder Offerten: etwa die Beteiligung an einer lokalen Energiegenossenschaft. Doch auf der anderen Seite fehlt es häufig noch an Vielfalt. Bei den meisten Banken gibt es nur wenige Finanzprodukte mit nachhaltigen Faktoren zu kaufen. Die Verbraucherzentrale NRW gibt Tipps, worauf Anleger achten sollten.

- **Nachhaltige Banken:** Nachhaltige Banken (etwa GLS, Ethikbank, Umweltbank, Triodos Bank) berücksichtigen im Einlagen- und Kreditgeschäft eine Reihe von ethischen, sozialen und ökologischen Kriterien. Sie bieten dieselben Dienstleistungen an wie eine herkömmliche Bank oder Sparkasse. Dazu zählen etwa klassische Tagesgeld- oder Festgeld-Konten, bei denen das Ersparte unter dem Schutz des Einlagensicherungssystems steht. Auch regionale Volksbanken und Sparkassen bieten teils sichere und nachhaltige Sparanlagen an.
- **Investmentfonds:** Die meisten Kreditinstitute aus der Verbraucherzentralen-Befragung bieten Investmentfonds fürs gute Gewissen an. Investmentfonds – etwa Aktien-, Renten- oder Indexfonds – sind für diejenigen geeignet, welche flexibel sparen möchten, einen langfristigen Anlagehorizont haben, an der Entwicklung internationaler Märkte partizipieren möchten, aber auch Kurs- und gegebenenfalls Währungsrisiken in Kauf nehmen können. Doch Vorsicht: Die Nachhaltigkeitskriterien der Fondsgesellschaften unterscheiden sich sehr stark und sind teils sehr schwammig formuliert.
- **Vorsicht bei Beteiligungen:** Direkte Beteiligungen an Wind-, Solarparks oder an nachhaltigen Immobilien klingen verlockend, da sie hohe Renditen in Aussicht stellen und gleichzeitig einen Beitrag zum Klimaschutz und zur Energiewende leisten wollen. Doch eine unternehmerische Beteiligung, zum Beispiel an einem

geschlossenen Fonds, birgt hohe Risiken, die im schlimmsten Fall zum Verlust der gesamten Einlage führen können. Zudem ist das Geld in der Regel über mehrere Jahre fest an das Projekt gebunden und ein Ausstieg vor Laufzeitende nur schwer möglich.

Sparlotterie: Gewinnerinnen eines iPads sind 70 und 91 Jahre alt

Fortuna wandelt manchmal auf seltsamen Wegen: Die beiden Gewinnerinnen je eines iPads bei der Sparlotterie der Sparkasse Bergkamen-Bönen sind stolze 70 und 91 Jahre alt. Beide freuen sich riesig, dass das Glück diesmal sie bedacht hat.

Zei iPods habe ihre neuen Besitzerinnen gefunden (v.l.): Praktikantin Eydin Bacak, Meta Riedel, Marlies Heermann, Maditha Schwank und Michael Krause.

Für Meta Riedel, die jüngere der beiden Gewinnerinnen kommt der iPad gerade recht. Jetzt kann sie nämlich ihre umfangreiche Sammlung mit digitalen Fotos noch komfortabler mitnehmen, zu Verwandten und Freunden oder in den Urlaub. Bisher hat sie die kostbaren Erinnerungen auf ihren Laptop gespeichert.

Maditha Schwanke wird ihre neue Errungenschaft an ihren Sohn und an die Schwiegertochter weiterreichen. Während die Enkel und der 18-jährige Enkel mit dieser neuen Technik gut ausgestattet sind, fehl dem Ehepaar noch ein Tablet-PC. Ein wesentlicher Grund dafür, dass die 91-Jährige den iPad weitergibt, ist: Ihr fehlt einfach die Zeit, sich mit Computern und dem Internet zu beschäftigen. Sie kümmert sich selbst um ihren Haushalt, geht einkaufen und turnt dazu noch.

Rentnerinnen sind sehr beschäftigt

Dass Rentnerinnen kaum Zeit haben, merkten Marlies Heermann und Michael Krause, als sie einen gemeinsamen Termin für die Gewinnübergabe mit den beiden Frauen vereinbaren wollten. Maditha Schwanke hat tagsüber eigentlich nie Zeit, und bei Meta Riedel mussten die beiden erst mal abwarten, bis sie aus dem Urlaub wieder zurückgekehrt war. Drei Monate war sie in Dänemark: „Zum Überwintern“, wie sie erklärte.

Am Donnerstag hatte es nun doch geklappt. Die beiden iPads haben ihre neuen Besitzerinnen gefunden.

Verkehrsunfallflucht: Polizei

sucht Augenzeugen

Am Mittwoch, 22. Januar, parkte in der Zeit von 18.30 bis 19.30 Uhr ein Autofahrer seinen schwarzen VW Polo an der Lünener Straße, Höhe Hausnummer 37, in Richtung Werne. Als er zu seinem Fahrzeug zurückkehrte, bemerkte er zunächst einen Brief an der Windschutzscheibe. Ein Zeuge hatte ihm hinterlassen, dass jemand den Wagen beim Rückwärtssetzen berührt habe und davon gefahren sei. Zudem hinterließ er das von ihm abgelesene Kennzeichen. Der Polo wies Beschädigungen im Frontbereich auf.

Da das notierte Kennzeichen im Zulassungsbereich Unna nicht ausgegeben wurde, wird der unbekannte Zeuge nun gebeten, sich mit der Polizei in Werne unter der Rufnummer 02389 921 3420 oder 921 0 in Verbindung zu setzen.

Polizei auf Baumesse in der Stadthalle Kamen

Die Kreispolizeibehörde Unna beteiligt sich mit einem Informationsstand zum Thema „Sicher wohnen – Schutz vor ungebetenen Gästen“ an der 19. Bau- und Immobilienmesse „Planen & Bauen“ am kommenden Wochenende, 25. und 26. Januar, jeweils von 10 Uhr bis 17 Uhr, in der Kamener Stadthalle. Angeboten werden Beratungen und Informationen über effektive und praktikable Möglichkeiten zum Schutz vor Einbrüchen sowie vor Betrug und Trickdiebstahl an der Haus- oder Wohnungstür. Entsprechendes Informationsmaterial veranschaulicht die polizeilichen Empfehlungen.

Immer mehr Eigentümer und Mieter treffen

Sicherheitsvorkehrungen gegen Haus- und Wohnungseinbrüche. Als Folge bleibt festzustellen, dass fast jeder zweite Einbruch dank guter mechanischer Sicherung im Versuch stecken bleibt.

Einbrecher oft Gelegenheitstäter

Denn die wenigsten Einbrecher sind gut ausgerüstete Profis, sondern häufig Gelegenheitstäter, die sich durch einfache, aber wirkungsvolle Sicherungen aufhalten lassen. Diese positive Entwicklung vermag jedoch denjenigen nicht zu trösten, der trotz alledem Opfer eines Einbruchs geworden ist. Denn viel schwerer als der Verlust von Bargeld, Schmuck oder anderen Wertsachen wiegt oftmals die psychische Belastung, die sich bei den meisten der Betroffenen in Form von Unsicherheitsgefühlen auswirkt. Dieser Verlust des gewohnten Geborgenheitsgefühls in den eigenen vier Wänden kann zu einer erheblichen Reduzierung der Lebensqualität führen.

Verlust des gewohnten Geborgenheitsgefühls

Daher rät die Polizei, Sicherungsmaßnahmen von vornherein, möglichst bei einem Neubau oder einer Renovierung, zu berücksichtigen. Die Verwendung von Türen und Fenster mit nachgewiesener Einbruchschutzwirkung gemäß der Euronorm 1627, mindestens der Widerstandsklasse (WK) 2, verringert das Risiko eines Einbruchs von Anfang an. Diese geprüften Türen und Fenster sind in sechs verschiedenen Widerstandsklassen (WK 1 – 6) erhältlich. Für vorhandene Türen und Fenster kann der Einbruchschutz aber auch im Nachhinein noch deutlich und wirksam verbessert werden. Alternativ zu einer Nachrüstung mit aufschraubbaren Zusatzsicherungen können in den meisten Türen und Fenstern die in den Rahmen vorhandenen Verschlüsse, die so genannten Beschläge, gegen Einbruchschutz-Beschläge ausgetauscht werden, wie sie in einbruchhemmenden Türen und Fenstern verwendet werden.

Weitere Informationen über effektive Sicherungsmaßnahmen erhalten Sie am Polizeilichen Informationsstand sowie bei Ihrer polizeilichen Beratungsstelle in Kamen, Am Bahnhof 12, Rufnummer 02307 921 4412 oder -4410, e-mail kriminalprävention@unna.polizei.nrw.de oder unter www.polizei-beratung.de und www.polizei-nrw.de.