

# Vorsorge und gesunde Lebensweise können Darmkrebs verhindern

Mehr als 73.000 Menschen erkranken in Deutschland Jahr für Jahr an Darmkrebs. Rund 26.000 sterben jährlich an den Folgen der Erkrankung. Mit drastischen Zahlen stimmte Bernd Weidmann die rund 50 Teilnehmer bei der Vortragsreihe Pulsschlag auf das Thema des Abends ein: „Müssen wir dem Darm mehr Aufmerksamkeit schenken?“. „Wir müssen“, erklärte der Leitende Oberarzt der Medizinischen Klinik I am Hellmig-Krankenhaus Kamen und betonte, dass man die Entstehung von Darmkrebs durch eine regelmäßige Vorsorge und eine gesunde Lebensweise nahezu komplett verhindern kann.



Bernd Weidmann, Oberarzt der Medizinischen Klinik I am Hellmig-Krankenhaus Kamen

Eine Darmkrebserkrankung entwickelt sich in der Regel aus zunächst gutartigen Darmpolypen. Werden diese rechtzeitig erkannt, beobachtet und gegebenenfalls entfernt, kann sich erst gar kein Tumor bilden. Und selbst wenn sich bereits eine Darmkrebserkrankung entwickelt hat, kann sie in einem frühen Stadium zu fast 100 Prozent geheilt werden. „Gründe genug, zur Vorsorgeuntersuchung zu gehen“, meint der erfahrene Gastroenterologe Weidmann. Er weiß aber auch, dass nur wenige Menschen die kostenlosen Angebote nutzen.

Ab dem 55. Lebensjahr können gesetzlich Krankenversicherte eine Darmspiegelung in Anspruch nehmen, ab 50 Jahren bereits einen so genannten Okkultbluttest machen lassen, der „unsichtbares“ Blut im Stuhl nachweist und damit Hinweise auf eine bösartige Erkrankung gibt. Die Wenigsten aber nutzen dieses Angebote. Und selbst wer typische Beschwerden wie

sichtbares Blut im Stuhl, Schmerzen, Gewichtsverlust, Blutarmut, langanhaltenden Durchfall oder Verstopfung hat, wartet durchschnittlich ein halbes Jahr, bis er einen Arzt aufsucht. Dann kann es allerdings oft schon zu spät sein. Denn wenn eine Darmkrebserkrankung erst einmal ein fortgeschrittenes Stadium erreicht hat, sinken die Heilungschancen.

Kein Wunder also, dass Bernd Weidmann seine Zuhörer in Hellmighaus an diesem Abend in die Pflicht nahm: „Gehen Sie zur Vorsorge und achten Sie auf ihren Darm“, lautete sein Plädoyer, dem er interessante Tipps für den Alltag hinzufügte. „Wer gesund lebt, verringert sein Darmkrebsrisiko deutlich“, betonte der Experte und empfahl vor allem eine ballaststoffreiche Ernährung. Fünf Mal am Tag solle man je eine Portion Gemüse oder Obst essen, wenig Fett und rotes Fleisch zu sich nehmen und Alkohol meiden. Der Verzicht auf Nikotin, ausreichende Bewegung und die Reduzierung des Gewichts auf einen Normalwert seien ebenfalls wichtig. „Wer so lebt, der braucht keine Fastenkuren und auch keine künstlichen Vitamine oder Nährstoffe“, so Weidmann, der im Anschluss an seinen Vortrag noch viele Fragen der Zuhörer beantwortete.

---

## **Mehr Geld für Auszubildende und Studierende**

Die 25. BAföG-Novelle, die der Deutsche Bundestag heute in 2./3. Lesung verabschiedet, bringt ab dem 1. August 2016 spürbare Verbesserungen für Auszubildende und Studierende.



SPD-MdB Oliver Kaczmarek

„Durch die Anhebung der Einkommensfreibeträge um 7 Prozent werden 110.000 junge Erwachsene zusätzlich von der Förderung profitieren. Das ist eine konkrete Maßnahme für mehr Chancengleichheit“, so der heimische SPD-Bundestagsabgeordnete und zuständige Berichterstatter der SPD-Bundestagsfraktion für das BAföG Oliver Kaczmarek.

Mit der Erhöhung der Bedarfssätze um 7 Prozent und einer Anhebung der Wohnkosten- und Sozialpauschalen, steigen gleichzeitig auch die finanziellen Mittel, die den Geförderten monatlich zur Verfügung stehen. Der Höchstsatz für Studierende, die nicht bei den Eltern wohnen, erhöht sich damit von 670 Euro um 9,7 Prozent auf 735 Euro monatlich.

Auch strukturell nimmt die BAföG-Reform einige wichtige Änderungen vor. Die Förderlücke zwischen Bachelor- und Masterstudium wird endlich geschlossen, überflüssige Leistungsnachweise werden abgeschafft und bürokratische Hürden insgesamt abgebaut. Das BAföG wird durch die Reform besser an die Studienrealitäten angepasst und insgesamt moderner. Die Online-Antragsstellung, die ab 2016 bundesweit möglich sein soll, erleichtert und beschleunigt die Beantragung der Förderung.

Ab 1. Januar 2015 übernimmt der Bund die Kosten der BAföG-Leistungen allein. „Durch die Übernahme des Länderanteils beim BAföG werden die Länder dauerhaft um 1,17 Mrd. Euro jährlich entlastet. Dieses Geld werden die Länder in Kitas, Schulen oder Hochschulen investieren. Damit wird die Bildungsfinanzierung auch in Nordrhein-Westfalen nachhaltig gestärkt“, so Kaczmarek.

„Das BAföG ist wie kein anderes bildungspolitisches Instrument ein Garant für Chancengleichheit: Die SPD wird sich deswegen auch über die 25. BAföG-Novelle hinaus für eine Weiterentwicklung des BAföG stark machen.“

---

# Psycho-Hygiene im Nachtclub



Werner Wiggermann liest aus dem Buch „Im Schatten der Schönen“. (Fotos: Ulrich Bonke)

„Ab 12 Uhr geöffnet, Spass ab 30 Euro“ – so steht's auf einem Schild vor dem Nachtclub Bad Königsborn an der Kamener Straße. Ich war noch nie im Puff – was man mir als Frau vielleicht abnimmt -, aber das Erste, was ich bei meinem Besuch am Mittwochabend dort lernte, war: In diesen Clubs geht's selten spaßig zu.



Zwischendurch gab's Statements von Achim Megger.

Wer wüsste das besser als Achim Megger, Besitzer des Nachtclubs Bad Königsborn, seit 34 Jahren im „Gastronomie-Geschäft“ tätig und Erotik-Fachmann, wie er sich selbst nennt. Mittwochabend stellte Megger sein Buch, ich sollte besser sagen: ließ er sein Buch „Im Schatten der Schönen“ vorstellen. Denn nicht Megger las, sondern sein Ko-Autor Werner Wiggermann. Weshalb im Club jede Menge junge Zuhörer in den Stuhlreihen Platz nahmen. Die Jungspunde fanden es vermutlich krass, dass ihr ehemaliger Lehrer nicht nur beteiligt war an einem Buch über die „Prostituiertenszene“, sondern darüber hinaus auch noch im „Puff“ auftrat.

## Frauen als Menschenmaterial

Die Anführungsstriche sind bewusst gesetzt. Achim Megger

benutzt diese Wörter nicht. Für ihn ist das Geschäft mit der Liebe eine Dienstleistung, deren Ergebnis eine „Psycho-Hygiene“ ist, die „die Leistungsträger dieser Gesellschaft in der Spur“ hält. Die Leistungsträger, das sind nach Aussage Meggers die guten Bekannten aus der „angeblich anständigen Welt“. Megger findet es „beschämend, wie die Politik seit mehr als zwölf Jahren über das Prostitutionsgesetz spricht“. Für die meisten Politiker seien die Frauen nur Menschenmaterial in einem großen, oft völlig unterschätzten Wirtschaftszweig. „Ich würde gern mal nach Brüssel oder Berlin gehen und die Herrschaften darüber aufklären, dass Menschen, die nachts arbeiten, auch zur Gesellschaft gehören“, sagt der Clubbesitzer. Zuzutrauen ist es ihm; der Mann ist eine echte Frohnatur.

Darüber hinaus aber ist er jemand, der Frauen respektiert. Was im Prostituiertenmilieu eher selten ist. Und wenn Megger in seinem Buch neben vielen amüsanten und mitunter unglaublichen Geschichten von seelisch verkrüppelten Frauen erzählt, nimmt man ihm ab, dass er für die Frauen in seinem Club auch ein Freund ist.

---

## **Neubau eines Frei- und Hallenbads mit Kamen wäre eine Lösung**

Persönlich favorisiert er den Bau eines neuen kombinierten Frei- und Hallenbads mit Spaßfaktor, um aus der Bädermisere herauszukommen. Und das am liebsten zusammen mit der Nachbarstadt Kamen an einem Standort, der von den Bürgern

beider Kommunen gleich gut erreichbar ist. Sollte Kamen hier nicht mitmachen wollen, wäre auch als zweitbeste Lösung ein Bergkamener Alleingang denkbar, erklärte Bürgermeister Roland Schäfer bei der Vorstellung des Beteiligungsberichts 2013.



Auch beim Hallenbad Bergkamen-Mitte gibt es einen hohen Sanierungsbedarf.

Eine der ganz wertvollen Beteiligungen der Stadt sind die 42 Prozent an den GSW. Die decken das Minus bei den Freizeitstätten aus und haben bisher auch noch jährlich rund eine halbe Million Euro überwiesen. Das sei Geld, das er dringend brauche, betonte Kämmerer Holger Lachmann.

Diese erfreuliche Einnahme droht immer mehr sich ins nichts aufzulösen. Wie alle Energieversorgungsunternehmen bluten die GSW an den Folgen des Erneuerbaren Energie Gesetzes. Häufig steht jetzt zum Beispiel das Gaskraftwerk in Hamm, an dem die



GSW beteiligt sind, still, weil zu viel Ökostrom ins Netz fließt und deshalb die Preise an der Strombörse purzeln.

Auf der anderen Seite müsste das Unternehmen laut einem Gutachten 27 Millionen Euro in die Hand nehmen und in den nächsten acht Jahren in die Sanierung der Freizeitstätten investieren. „Diese Summe macht mir eigentlich weniger Sorgen, um so mehr die 48 Millionen, die die Freizeitstätten in diesen Jahren an Verlusten bringen“, erklärte der Bürgermeister gestern.

Eine Radikallösung wäre die Schließung aller Bäder. Doch das geht nicht, weil die Kommunen dafür sorgen müssen, dass ein Schulschwimmen stattfinden kann und die Kinder lernen zu schwimmen. Außerdem gibt es da noch die Wassersportvereine, die Trainings- und Wettkampfstätten brauchen. Nicht zuletzt sind da noch die Bürgerinnen und Bürger, die am und im Wasser Erholung aus Ausgleich suchen.

## **Eissporthalle steht auch zur Diskussion**



Eissporthalle Weddinghofen.

Foto: GSW

Zur Diskussion steht auch die Eissporthalle. Die werde zwar rege von den Vereinen genutzt, die Besucherzahlen seien aber rückläufig, erklärte Schäfer. Allein die Eissporthalle fahre jährlich einen Verlust von 500.000 Euro ein.

Noch im Jahr 2015 soll eine Entscheidung über die künftige Entwicklung im Freizeitstättenbereich laut Schäfer fallen.

Dass hier die Zeit ein wenig drängelt, ist darin begründet, dass die Finanzlage der Stadt sich schlechter entwickelt als noch vor einem Jahr erhofft. Die Einkünfte aus der Gewerbesteuer brechen merklich weg. Der Kreis Unna will im kommenden Jahr mehr Geld von seinen Städten und Gemeinden haben. Zudem ist die Zahl der Flüchtlinge, die Bergkamen aufnehmen muss, deutlich gestiegen. Dies sind nur einige Faktoren, die dem Bürgermeister und dem Kämmerer zurzeit erhebliche Kopfschmerzen bereiten.

Und die Bürgerinnen und Bürger? Sie werden es auch spüren. Wahrscheinlich wird die noch vor Jahresfrist aufgeschobene Erhöhung der Grundsteuer B jetzt nachgeholt. Offen ist noch, ob dies ausreicht.

---

## **Drogenexperte Jörg Schmitt-Kilian besucht Freiherr-vom-Stein-Realschule**

Mit Jörg Schmitt-Kilian ist ein gern gesehener Gast an der Realschule, der am Montag, 17. November, in der Zeit von 7.50 – 13.10 Uhr mit den Schülern der 8. Klassen der Freiherr-vom-Stein-Realschule über Suchterfahrungen, Gruppendruck und das Verhältnis zu den Eltern sprechen wird.

Als Kriminalkommissar und ehemaliger Drogenfahnder kennt er das ganze Elend der Drogenszene und weiß, wie man junge Menschen entsprechend stärken kann. Diese Gespräche (jeweils eine Doppelstunde pro 8ter Klasse) finden nur zwischen ihm und der Klasse statt, Lehrer sind ausgeschlossen, was die



Erfahrung bzw. den Austausch für die Jugendlichen erleichtern und intensivieren soll.

## **Info-Abend für Eltern**

Am Montagabend um 19.00 Uhr findet ein Informations- und Beratungsabend mit dem Thema „Weißt du eigentlich was ich fühle?“ für die Eltern statt. Im Vordergrund stehen dabei die Überlegungen, wie Eltern ihre Kinder gegen die Risiken von Sucht aber auch Internetmobbing und ähnlichen Schwierigkeiten stärken können.

---

## **Stadtjugendring bietet zwei Ferienfreizeiten in Gersfeld an**

In den Sommerferien 2015 bietet der Stadtjugendring Bergkamen e. V. wieder zwei Ferienfreizeiten an: eine für Kinder und eine für Jugendliche.

Ziel ist jeweils die Jugendherberge in Gersfeld. In unmittelbarer Nähe der gemütlichen Jugendherberge, die neben leckerem Essen und urigen Zimmern auch nette Mitarbeiter zu bieten hat, findet sich in der osthessischen Stadt alles für einen gelungenen Urlaub. Sportplatz und Schwimmbad sind gleich nebenan, der Ortskern ist nur fünf Minuten entfernt und auf dem Gelände der Herberge ist mehr als genug Platz.

Auf dem Programm stehen unter anderem Ausflüge in die Erlebnisbäder „Sinnflut“ und „Triamare“. Natürlich darf auch ein Besuch der Wasserkuppe mit Sommerrodelbahn nicht fehlen.

Dazu kommen dann noch Geocaching, Lagerfeuer, Stockbrot, Kinoabende, eine Freizeitsdisco sowie weitere Ausflüge in die Umgebung. Auch einen Ausflug in den Kletterwald auf der Wasserkuppe steht auf dem Programm. Bei der Jugendfreizeit wird es zusätzlich auch eine Kanutour über die Fulda geben. Selbstverständlich bleibt auch genug Zeit, um einfach mal zu entspannen.

Die Kinderfreizeit für Kinder im Alter von 9 – 12 Jahren findet statt vom 18. – 29. Juli 2015 statt. Insgesamt stehen 20 Plätze zur Verfügung. Die Jugendfreizeit (13 – 15 Jahre) findet direkt im Anschluss vom 29. Juli. – 09. August 2015 statt. Auch hier liegt die maximale Teilnehmerzahl bei 20 Personen. Beide Freizeiten werden von je fünf Betreuern begleitet.

Der Fahrtpreis ist für beide Freizeiten sozial gestaffelt und liegt je nach Familienerwerbseinkommen zwischen 80 € und 270 €. Nähere Informationen hierzu gibt es im Kinder- und Jugendbüro. Der Stadtjugendring weist darauf hin, dass die Altersgrenzen für die Freizeiten grundsätzlich eingehalten werden, ein 11-jähriger also zum Beispiel nicht für die Jugendfreizeit angemeldet werden kann.

Anmeldungen nimmt ab sofort die Geschäftsstelle des Stadtjugendrings im Kinder- und Jugendbüro (Rathaus, Zimmer 208) entgegen. Telefonisch gibt es dort Informationen unter 02307/965-381. Da die Nachfrage sehr groß sein wird, rät der Stadtjugendring sich möglichst schnell anzumelden.

---

## **Unbekannte brechen Balkontür**

# auf

Am Mittwoch brachen unbekannte Täter in der Zeit von 14 Uhr bis 18 Uhr die Balkontür einer Wohnung in der Straße In der Dille auf und durchwühlten die gesamte Wohnung. Angaben zum Diebesgut können derzeit nicht gemacht werden. Wer hat Verdächtiges bemerkt? Hinweise nimmt die Polizei in Bergkamen unter der Rufnummer 02307 921 7320 oder 921 0 entgegen.

---

## **Besuch der Müllverbrennungsanlage Hamm**

In vier Verbrennungslinien werden in der Müllverbrennungsanlage in Hamm jährlich fast 290.000 Tonnen Haus-, Gewerbe- und Sperrmüll verbrannt. Der dabei entstehende Dampf treibt Turbinen an, die 145.000.000 Kilowattstunden elektrischen Strom im Jahr erzeugen, den Bedarf von rund 50% der privaten Haushalte in Hamm. Darüber hinaus werden seit 2012 zwei Fernwärmegebiete in Hamm mit ca. 125.000.000 KWh Fernwärme im Jahre versorgt.

Am Donnerstag, 27. November, kann man von 16.00 bis 17.30 Uhr die Anlage besichtigen. Die Teilnehmer sollten nicht unter Höhenangst leiden, einen Herzschrittmacher tragen oder herz-/kreislaufkrank sein. Eine Anmeldung ist bis zum 20.11. beim UMWELTZENTRUM WESTFALEN unter 0 23 89 – 98 09 11 (auch mit Anrufbeantworter) möglich. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

---

# Gedenkfeiern in Bergkamen zum Volkstrauertag

Am Volkstrauertag, Sonntag, 16. November, finden in Bergkamen folgende Gedenkfeiern statt:

- Bergkamen-Mitte: 15.30 Uhr Kranzniederlegung am Kriegerdenkmal auf dem Friedhof Bergkamen-Mitte 16.00 Uhr Gedenkfeier Friedenskirche
- Oberaden: 11.00 Uhr Abmarsch vom Feuerwehrgerätehaus zum Friedhof
- Heil: 13.30 Uhr in der ev. Kapelle Heil
- Overberge: 15.00 Uhr Denkmal an der HansasträÙe
- Rünthe: 14.30 Uhr in der Herz-Jesu-Kirche, anschließend Schweigemarsch zum Ehrenmal
- Weddinghofen: 10.30 Uhr Treffen an der Barbara-Apotheke, Schulstraße 38, anschließend Trauermarsch zum Martin-Luther-Haus, 11.00 Uhr Feierstunde im Martin-Luther-Haus.

---

## Astra gegen Astra: drei Verletzte nach Wendemanöver

Mehrere Schutzengel hatten offensichtlich am Mittwochmorgen die drei beteiligten Personen eines Unfalls in der Nachbarstadt Lünen – unter ihnen ein fünfjähriger Junge.

Wie die Polizei berichtet, krachte ein 19-jähriger Mann mit seinem Astra auf der Derner Straße in Lünen in den Astra einer 28-jährigen Frau. Die Dortmunderin war wenige Augenblicke vor dem Zusammenstoß, um etwa 9 Uhr, aus einer Parklücke

herausgefahren und wollte ihren Wagen wenden, um dann in Richtung Dortmund weiterzufahren. Genau in diesem Augenblick kam der 19-jährige Dortmunder aus einem Kurvenbereich angefahren und schaffte es nach dem Stand der bisherigen Unfallermittlungen nicht mehr rechtzeitig, seinen Wagen zu bremsen.

Die 28-Jährige wurde durch die Wucht des Aufpralls in ihrem Fahrzeug eingeklemmt und leicht verletzt – die Feuerwehr musste die Frau aus dem Wagen befreien. Ihr 5-jähriger Sohn auf dem Beifahrersitz blieb genauso wie der 19-Jährige auf den ersten Blick unverletzt. Rettungskräfte kümmerten sich um alle drei Unfallbeteiligten, die vorsorglich in umliegende Krankenhäuser eingeliefert wurden.

Beide Fahrzeuge wurden bei dem Unfall so stark beschädigt, dass sie von einem Abschleppdienst geborgen werden mussten. Die „Derner Straße“ wurde in dem Bereich während der Zeit der Unfallaufnahme gesperrt. Der Sachschaden wird auf rund 17.000 Euro geschätzt.

---

## **Räuber schlagen 24-jährigen Kamener nieder**

Am Mittwoch befand sich gegen 00:30 Uhr ein 24-jähriger Kamener im Postpark gegenüber dem Jugendzentrum, als plötzlich zwei junge Männer an ihn herantraten und zu Boden stießen. Anschließend raubten sie seine Geldbörse und flüchteten in unbekannte Richtung. Hinweise nimmt die Polizei in Kamen unter der Rufnummer 02307 921 3220 oder 921 0 entgegen.