Samstagskurs bei der VHS: Singen ist gesund!

Die Menschen singen seit jeher einfach aus Freude und erleben dabei ein schönes Gemeinschaftsgefühl. Mittlerweile ist es auch wissenschaftlich nachgewiesen: Beim Singen vertieft sich die Atmung. Schon nach kurzer Zeit fließt der Atem langsamer und geht tiefer. Das Zwerchfell wird aktiviert und massiert die Bauchorgane. Schon beim einfachen „Vokale-Tönen“ gibt es ein Zusammenschwingen innerer Körperrhythmen, wie es sonst nur im Tiefschlaf möglich ist. Das bedeutet, dass die Atmung, der Blutdruck und der Herzrhythmus sich harmonisieren, was sich in körperlichem Wohlgefühl bemerkbar macht.

Wie man diese positive Wirkung auf den eigenen Körper erzielt, kann man in dem Volkshochschulkurs „Singen ist gesund!“ am Samstag, 7. März, von 10.00 bis 12.15 Uhr im VHS-Gebäude „Treffpunkt“ erlernen. Die Dozentin Gabriele Meinke ist ausgebildete Atem- und Entspannungslehrerin und rundet dieses Angebot mit einfachen Atem- und Körperübungen ab. „Dieser Kurs richtet sich an Menschen, die Freude am Singen haben und einfach mitmachen möchten“, sagt Gabriele Meinke. „Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer sollten bequeme Kleidung tragen, die bei den Körperübungen nicht hinderlich ist.“

Für die Teilnahme an dieser Veranstaltung mit Kursnummer 3110 ist ein Kursentgelt in Höhe von 6,00 € zu entrichten. Eine vorherige Anmeldung bei der VHS ist erforderlich. Anmeldungen nimmt das VHS-Team persönlich während der Öffnungszeiten montags bis freitags von 08.30 – 12.00 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 http://vhs.bergkamen.de anmelden.

21. Theaterfestival des Stadtjugendrings am 14. März im studio theater

Der Stadtjugendring Bergkamen e. V. präsentiert am Samstag, 14. März, das mittlerweile 21. Theaterfestival im studio theater.



Die Kinder der Kita Mikado entführen die Besucher des

Theaterfestivals zusammen mit der Kita Sprösslinge auf eine „Reise zu den Planeten“. Die Großen imm Hintergrund (v.l.): der stellvertretende Vorsitzende des Stdtjugendrings Karl-Heinz Chuleck, Geschäftsführer Christian Scharwey und Mikado-Leiterin Martina Müller.

Die ganze Vielfalt der Bergkamener Kinder- und Jugendarbeit steht dann auf der Bühne des studio theaters. Insgesamt 16 Bergkamener Vereine, Schulen und Kindergärten zeigen ihr Können. Ob Musik, Tanz oder Theater – die knapp 250 Jungen und Mädchen proben schon seit Wochen für den großen Auftritt. Die Moderation übernimmt ein Team aus Jugendlichen um Michael Wrobel, die im Rahmen des Projekts „Kulturrucksack“ gemeinsam einen Moderationsworkshop durchgeführt haben.

Eröffnet wird das Theaterfestival um 12 Uhr durch Bürgermeister Roland Schäfer, der auch die Schirmherrschaft über die Veranstaltung übernommen hat. Nach der anschließenden musikalischen Begrüßung durch das Blasorchester Heimatklänge Bergkamen präsentiert sich dann das Gemeinschaftstanzprojekt der Schillerschule und des Stadtjugendrings.

Karten gibt es ausschließlich an der Tageskasse zum Preis von 2 € für Erwachsene und 1 € für Kinder und Jugendliche. Für das leibliche Wohl sorgt die Cafeteria, die von ehrenamtlichen Helfern der beteiligten Vereine betrieben wird.

Weitere Informationen gibt es in der Geschäftsstelle des Stadtjugendrings im Kinder- und Jugendbüro sowie unter 02307/965381.

Das Programm:

Stadtjugendring Bergkamen

21. Theaterfestival

studio theater bergkamen

12.00 Eröffnung durch Bürgermeister Roland Schäfer
Blasorchester Heimatklänge Bergkamen
Tanzprojekt Schillerschule &
Stadtjugendring Bergkamen
Initiative Down-Syndrom *„Kung Fu“*

13.00 Theaterprojekt KITAS Mikado & Sprößlinge

14.00 Theater AG Preinschule *„Rumpelstilzchen“*
KITA Tausendfüßler *„Die kleine Raupe Nimmersatt“*

15.00 Kinder- und Jugendhaus Balu *„100% Balu“*
Tanzgruppe Diamonds
JZ Yellowstone *„Wir machen Theater“*

16.00 KITA Springmäuse *„Stimmt das alles, was man hört?“*
KITA Funkelstein *„Funkelstein Piraten“*
KITA Villa Kunterbunt *„Flummilied“*

17.00 Willy-Brandt-Gesamtschule *„Schwarzlicht“*
Schreberjugend Bergkamen *„New Steps“*

14.03.2015

Eintritt: Erwachsene 2 € | Kinder/Jugendliche: 1 €

Informationen im Kinder- und Jugendbüro:
Rathausplatz 1, 59192 Bergkamen, 02307/965381

Sparkasse
Bergkamen-Bönen

Ablaufplan Theaterfestival 14.03.2015:

12.00	Eröffnung durch Bürgermeister Roland Schäfer Blasorchester Heimatklänge Bergkamen Tanzprojekt Schillerschule & Stadtjugendring Bergkamen Initiative Down-Syndrom *„Kung Fu“*
13.00	Theaterprojekt KITAS Mikado & Sprößlinge
14.00	Theater AG Preinschule *„Rumpelstilzchen“*
	KITA Tausendfüßler *„Die kleine Raupe Nimmersatt“*
15.00	Kinder- und Jugendhaus Balu *„100% Balu“* Tanzgruppe Diamonds JZ Yellowstone *„Wir machen Theater“*
16.00	KITA Springmäuse *„Stimmt das alles, was man hört?“* KITA Funkelstein *„Funkelstein Piraten“* KITA Villa Kunterbunt *„Flummilied“*

17.00	Willy-Brandt-Gesamtschule *„Schwarzlicht“* Schreberjugend Bergkamen *„New Steps“*

Löschgruppe Heil außerhalb des Stadtteils stark gefragt

Die Brandschutzerziehung in Bergkamens kleinstem Stadtteil scheint zu wirken. Nur 18 Einsätze hatte die Löschgruppe Heil im vergangenen Jahr innerhalb des eigenen Ortsteils, im Jahr 2013 waren es noch 20 gewesen. Weiter zugenommen haben jedoch die Alarmierungen, die die Heiler in andere Ortsteile führen. Insgesamt sprangen die 21 Männer und Frauen der Löschgruppe Heil 44 Mal daher im vergangenen Jahr in die roten Fahrzeuge. „Das ist ein hoher Anteil“, sagte der stellvertretende Löschgruppenführer Frank Doritke und machte die große Schere mittels einer Grafik deutlich.



Auch bei der Löschgruppe Heil gab es Beförderungen und Ehrungen

Wenn die Zahl der Einsätze im Vergleich zu denen der anderen Löschgruppen auch gering war, so waren sie inhaltlich dennoch etwas Besonderes. So drohte die „Hildegard“ etwa keinesfalls zu sinken, wie es in der Alarmierung hieß, tatsächlich war das Boot beim Eintreffen der Wehr schon auf den Grund des Kanals gesunken. Bis in die Nacht hinein mühten sich die Wehrleute ab, das Schiff zu sichern und mussten letztlich noch ein zweites Mal ausrücken, um den eingetroffenen Tauchern Licht zu verschaffen. Als Kurios wird die Rettung eines Wildschweins aus dem Kanal in die Analen eingehen und besonders gefragt waren die Heiler Wehrleute bei den Unwettereinsätzen im vergangenen Frühjahr sowie beim Starkregen im September.

Die Löschgruppe, die von Axel Kallenbach und seinem Stellvertreter Frank Doritke geleitet wird, hat neben den 21

aktiven Kameraden auch noch sechs Kameraden in der Alters- und Ehrenabteilung. Die Aktiven führten neben den echten Einsätzen 39 Übungen durch und probten bei vier Zugübungen sowie gemeinsamen Übungen mit Rünthe und Weddinghofen die Zusammenarbeit mit anderen Löschgruppen.

Alexander Knepper, Johannes Knepper, Axel Kallenbach und Frank Doritke besuchten im vergangenen Jahr erfolgreich Lehrgänge und Seminare auf Stadt-, Kreis- und Landesebene. Kallenbach besuchte den F/B V (a) an der Feuerwehrschule in Münster, Johannes und Alexander Knepper Kettensägenlehrgänge und Frank Doritke eine Multiplikatorschulung zum Digitalfunk im Kreis Unna. Am Leistungsnachweis in Unna-Mühlhausen nahm eine Gruppe zusammen mit der Löschgruppe Oberaden teil.

Im Rahmen der Jahresdienstbesprechung am Samstagabend wurde Karl Otto Sprötge zum Hauptbrandmeister befördert, die Ehrung von Heinrich Stockhecke für 60-jährige Mitgliedschaft in der Freiwilligen Feuerwehr musste verschoben werden.

Wie im vergangenen Jahr wird es auch 2015 eine Neuauflage des Bürgerfrühschoppens am Gerätehaus in Heil geben: Die Löschgruppe Heil lädt für den 4. Juni ab 11 Uhr ein. – stt

---

Unfallfahrer unter Drogeneinfluss

Am Samstagabend ereignete sich auf der Werner Straße ein Verkehrsunfall, bei dem Sachschaden in Höhe von etwa 3300 Euro entstanden ist. Ein 27-jähriger Pkw-Fahrer aus Bergkamen war mit seinem Audi A3 von der Fahrbahn abgekommen und gegen mehrere Verkehrszeichen gefahren. Bei der Unfallaufnahme stellten Polizeibeamte fest, dass der 27-Jährige unter

Drogeneinfluss stand. Ein Ermittlungsverfahren wurde eingeleitet.

Löschgruppe Rünthe war 2014 stolze 7100 Stunden im Einsatz



In der Jahresdienstbesprechung der Löschgruppe Rünthe wurden zahlreichen Beförderungen ausgesprochen.

Die Löschgruppe Rünthe ist schon eine starke Truppe. Insgesamt leisteten die 35 aktiven Feuerwehrleute im vergangenen Jahr 7100 für die die 75 Einsätze, Übungen, Lehrgängen und Sonderveranstaltungen.

Dies sei eine hohe Zahl, betont Löschgruppenführer Dirk Kemke. Beachtlich sei auch, dass zu den 75 Einsätzen durchschnittlich 15 Feuerwehrleute mitgefahren sein. „Diese hohe Einsatzbereitschaft resultiert daraus, dass einige Rünther Firmen die Feuerwehrleute, die bei ihnen beschäftigt sind,

unterstützen.“ Hinzu kämen die acht Feuerwehrleute, die bis zum Eintritt in den Vorruhestand bei Bergbau gearbeitet hätten.

Niedersächsische Hochwassemedaille

In der Jahresdienstbesprechung der Löschgruppe Rünthe gab es in der Mensa der Hellweg-Hauptschule noch etwas aus 2013 zu erledigen. Sechs Mitglieder waren zusammen mit anderen Feuerwehrleuten aus Bergkamen, bzw. dem Kreis Unna beim Elbehochwasser im Landkreis Lüchow-Dannenberg im Einsatz gewesen. Eine wesentliche Aufgabe war es, Sandsäcke zu befüllen und mit ihnen Deiche zu stärken oder Hilfsdeiche zu errichten. Bürgermeister Roland Schäfer zeichnete sich im Auftrag des niedersächsischen Ministerpräsidenten Stefan Weil mit der Hochwassermedaille aus.

Der Kampf gegen die Auswirkungen von Unwettern führte 2014 zu anspruchsvollen Einsätzen. Im Juni waren Rünther Feuerwehrleute bei den Aufräumarbeiten nach dem Sturmtief Ela beteiligt gewesen. Wenig später folgte der Hilferuf aus Hamm. Große Teile des Stadtgebiets waren nach Starkregen unter Wasser gesetzt worden. Am 19. September 2014 hatte es Rünthe selbst erwischt. Ein Haupteinsatzgebiet war die Dille. Dort standen die Keller zahlreicher Häuser unter Wasser.

Wildschwein aus dem Kanal gerettet

Mit Wasser hatte auch ein Einsatz zu tun gehabt, der etwas aus dem Rahmen fiel. Ein Wildschwein war in den Dattel-Hamm-Kanal geplumpst. Ein erster Rettungsversuch mit einem Bagger schlug fehl, weil der Keiler sich nicht so einfach retten lassen wollte und von der Baggerschaufel wieder in den Kanal sprang. Mit ihrem Boot konnten die Rünther Feuerwehrleute das Tier in einen Uferbereich ohne Spundwände andrängen. Bevor es dann ins Beverseegebiet lief, rannte es fast einen Mitarbeiter des Wasser- und Schifffahrtamts um.

Ein besonderes Augenmerk legte die Löschgruppe wieder auf die Brandschutzerziehung in Kindergärten und Schulen. Hier wurden zum Beispiel der sichere Umgang mit Zündmitteln und das Absetzen von Notrufen vermittelt. Außerdem wurden die sogenannten Hausfeuerwehren in Geschäftshäusern im Umgang mit Feuerlöschern geschult. Schließlich gab es mit der Feuerwehr Werne-Mitte im Mai 2014 ein Zeltlager am Alfsee.

Im Herbst Einzug ins neue Feuerwehrgebäude

Jetzt freut man sich bereits auf den Umzug ins neue Feuerwehrgebäude. Kemke rechnet damit, dass der Innenausbau Mitte Juni abgeschlossen sein wird. Danach geht es an die Außenanlagen. Der Termin für den Umzug wird im September oder Oktober sein.

Schließlich gab es einige Beförderungen in der Jahresdienstbesprechung:

- zum Feuerwehrmannanwärter Tobias Fenski und Björn Koch
- zur Feuerwehrfrau Melina Saller
- zum Feuerwehrmann Volker Czarrnetzki, Marc-Norman Horejsi und Lukas Kempf
- zum Oberfeuerwehrmann Mike Lowak
- zum Oberbrandmeister Carsten Börste
- zum Brandinspektor Kai Schulze