

Volkshochschule Bergkamen macht gesünder!

Der Programmbereich der Gesundheitsbildung ist in der Volkshochschule Bergkamen breit aufgestellt. Es geht um Bewegung, Entspannung, Resilienz, Prävention, Nachhaltigkeit und Ernährung.

In der Gesundheitsbildung setzt die VHS Bergkamen methodisch auf eine Kombination aus Wissensvermittlung und praktischen Kompetenzen. Teilnehmende erhalten die Möglichkeit, von anderen Sichtweisen zu lernen, Verhalten nachhaltig zu verändern und ihre eigenen Fähigkeiten zu stärken. Die Gesundheitsangebote entsprechen dem aktuellen wissenschaftlichen Forschungsstand und unterstützen die Selbstbestimmung in Gesundheitsfragen. Schauen Sie sich einfach mal im Programmbereich Gesundheit um.

Folgende Online Vorträge möchte Ihnen Fachbereichsleitung Sabine Ostrowski besonders empfehlen: **„Hashimoto und Ernährung-Wenn die Schilddrüse erkrankt“ am 07.09.2023**, **„Die Kraft des Sonnen-Vitamins D“ am 21.09.2023** und **„Den Körper selbst entgiften“ am 19.10.2023**. Die Dozentin Dagmar Lehmkuhl ist Ernährungs- und Vitamin D-Beraterin und selbst von Autoimmunerkrankungen betroffen.

VHS-Leiterin Sabine Ostrowski möchte zudem auf den Vortrag „Schlafstörungen“ mit dem Dozenten DR. med. Daniel Sippel, Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie und Ärztlicher Leiter Schlafambulanz und Schlaflabor, am Donnerstag, 19 Oktober, von 19 bis 20 Uhr hinweisen. Unter Schlafstörungen leiden sechs Prozent der Weltbevölkerung, gehören Sie dazu? Dann sind Sie richtig bei der VHS Bergkamen.

Lassen Sie sich nicht davon abschrecken teilzunehmen, weil es sich um Online Vorträge handelt. Die Umsetzung und die

Teilnahme ist einfacher als Sie denken. Sie brauchen zu Hause nur einen Internetanschluss, alles andere kommt von der Volkshochschule. Melden Sie sich bei Interesse bei uns. Das VHS-Team unterstützt Sie gerne beim Start in die Welt der Online-Bildungsveranstaltungen.

Weitere Informationen und Kursinhalte können Sie der Homepage der VHS Bergkamen unter <https://vhs.bergkamen.de> entnehmen. Dort können Sie sich auch bequem online anmelden. Gerne berät Sie das VHS-Team auch persönlich und nimmt Ihre Anmeldungen während der Öffnungszeiten montags bis freitags von 8.30 – 12.00 Uhr und montags und donnerstags von

14.00 – 16:00 Uhr oder telefonisch unter den Rufnummern 02307/284 952 und 284 954 entgegen.

Polizei sucht Zeugen nach Verkehrsunfall mit Flucht auf der Autobahn 1

Den Fahrer oder die Fahrerin eines Autos, das am Montag (28.8.2023) um 11:50 Uhr mit einem mit Holz beladenen Anhänger bei Kamen über die A1 in Richtung Köln fuhr, sucht die Polizei nach einem Verkehrsunfall im Bereich des Kamener Kreuzes.

Nach übereinstimmenden Zeugenaussagen wechselte der Pkw mit dem Anhänger unvermittelt von der rechten auf die mittlere Spur, so dass ein 55-jähriger Dortmunder stark abbremsen musste. Ein 55-jähriger Autofahrer fuhr mit seinem Renault auf und verletzte sich dabei leicht. Beide Autos wurden abgeschleppt.

Der Fahrer oder die Fahrerin mit dem Anhänger flüchteten. Die Polizei in Dortmund sucht nun Zeuginnen und Zeugen, die den Pkw und den Anhänger sowie den oder die Insassen näher beschreiben können.

Hinweise bitte an die Autobahnpolizeiwache in Kamen unter Tel. 0231/132 4521.

**„Tag am Meer“ Zucchini Sistaz
bringen den goldenen Swing
nach Bergkamen**



Zucchini Sistaz. Foto: Peter Wattendorff

Sommer, Sonne, Swingmusik – mit ihrem neuen Programm „Tag am Meer“ versprechen die Zucchini Sistaz eine kurzweilige Konzertreise gen Küste. Am Mittwoch, 20. September, ist das Trio im studio theater bergkamen zu Gast und nimmt das Publikum mit auf eine Reise ins Zeitalter des Swing.

Mit sirenenhaft anmutendem Satzgesang rudern die drei sonnigen Gemüter weit hinaus in die Gezeiten der Unterhaltungsmusik. Elegant und erfrischend tauchen die Ausnahme-Damen des deutschen Jazzschlagers nach der einen oder anderen musikalischen Perle, fischen im Grünen der Musikgeschichte und heben versunkene Schellack-Schätzchen. Mit im Gepäck haben sie wie immer Gitarre, Kontrabass, Trompete und Kinkerlitzchen, um ihren zeitgemäßen Sound im Stil der 20er bis 60er Jahre strandesgemäß wie anmutig selbst zu begleiten. Und geplaudert wird natürlich auch, so wie sich das für eine ordentliche Damenkapelle gehört: unterhaltsam, charmant und mit der gebührenden Umschweife!

Dass die Zucchini Sistaz ihr Licht nicht unter den Scheffel stellen müssen beweisen gemeinsame Tourneen mit u.a. Götz Alsmann, der SWR Big Band, den Geschwister Phister oder Gerburg Jahnke. Mit rund 100 Auftritten im Jahr haben Sie sich eine treue und stetig wachsende Zuhörerschaft erspielt, die das detailverliebte Gesamtkunstwerk „Zucchini Sistaz“ zu schätzen weiß.

Kenner und Liebhaber der gemüsikalischen Unterhaltungskunst kleiden sich mancherorts zum Konzertbesuch sogar in bekennendem Grün ... das sehnsüchtig erwartete neue Programm bietet dazu wieder den passenden Anlass. Denn ein „Tag am Meer“ ist fast wie Ferien – Gesangsharmonien, in denen man baden möchte, die eine oder andere unvergessene Sehenswürdigkeit und die schönsten Ohrwürmer als Souvenirs machen den gemeinsamen Abend zu einem herausragenden

Konzertereignis.

Die Zucchini Sistaz sind:

Tina ,La' Werzinger – Gesang, Gitarre, Ukulele

Jule Balandat – Gesang, Kontrabass

Schnittchen Schnittker – Gesang, Gebläse und Kinkerlitzchen

mittwochsMIX

Zucchini Sistaz

„Tag am Meer“

20.09.2023 / 19.30 UHR

studio theater bergkamen

Albert-Schweitzer-Str. 1, 59192 Bergkamen

Weitere Infos unter: 02307/ 965 464 oder tickets.bergkamen.de

**Mobilitätswoche lädt zum
Aufsteigen, Einsteigen und
Umsteigen ein**



Gemeinsam mit Landrat Mario Löhr (rechts im Bild) stellen Jan Möwis (Mobilitätsmanager der VKU) und die Radbeauftragte des Kreises Birgit Heinekamp das Programm der Europäischen Mobilitätswoche für die Region Kreis Unna vor. Foto: Alexander Heine – Kreis Unna

Eine Woche lang Bus, Bahn und Rad genießen, gemeinsam und mit einem vielfältigen Rahmenprogramm: Während der Europäischen Mobilitätswoche (16. – 22. September) laden der Kreis Unna gemeinsam mit allen Städten und Gemeinden zum Aufsteigen und Einsteigen vor allem aber zum Umsteigen ein. Neben vielen Touren durch den Kreis und in die Region gibt es Gewinne: Kostenlose Tickets für Bus und Bahn, für eine Woche ein modernes E-Bike zum intensiven Testfahren und ein Malwettbewerb für Kinder der Grund- und Förderschulen.

„Mit der Mobilitätswoche werben wir gemeinsam für eine moderne, zukunftsfähige und nachhaltige Mobilität“, erklärt Landrat Mario Löhr. „Wir sind im Kreis Unna auf einem guten Weg, mit einem leistungsfähigen und meist engmaschigen Angebot von Bus und Bahn, mit dem bundesweit dichtesten Netz von Radstationen und einem ambitionierten Ausbauprogramm für Radwege beispielsweise“ sagt Landrat Mario Löhr bei der

Vorstellung des Programms in der Runde der Bürgermeisterinnen und Bürgermeister. Und er ergänzt: „Allerdings wissen wir, dass noch viel zu tun ist. Und natürlich müssen wir jeden einzelnen und jede einzelne für einen Umstieg begeistern, genau, wie die Unternehmen, den Einzelhandel und die Dienstleister im Kreis.“

Alternativen zum Auto stärken

Die Alternativen zum Auto müssten attraktiv, komfortabel, schnell, bequem und preiswert sein. Das Deutschlandticket, das der Kreis als einer der ersten auch zum Jobticket und Schülerticket weiterentwickelte, sei nur ein Schritt. Jetzt muss das Angebot passend gemacht werden.

Breites Programm soll Laune machen

Das erwartet die Menschen im Kreis Unna u.a. in der Mobilitätswoche:

Beginnend mit einer Lastenradparade durch den ganzen Kreis lädt der ADFC zu vielen Touren ein, die von erfahrenen Tourguides geführt werden.

Die VKU bietet Freifahrt-Tickets für Bus und Bahn im Kreis, die alle Interessenten sich per VKU-App aufs Smartphone laden können

Ein digitaler Themenabend beschäftigt sich mit der Frage: „Wie können wir jetzt und zukünftig klimafreundlich im Kreis Unna unterwegs sein?“

Die Kreiskommunen verlosen zusammen mit den Radstationen eine kostenfreie Woche E-Bike. Bedingung: Interessentinnen und Interessenten müssen kurz beschreiben, wohin und warum sie gerne mal mit einem modernen E-Bike fahren wollen.

Rathäuser, Einzelhändler, Banken, Gastronomen und Dienstleister laden E-Bike-Fahrerinnen und -Fahrer künftig zu einem kostenlosen „Ladepäuschen“ ein.

Die VKU, die Radstationen und der Kreis Unna informieren auf den Wochenmärkten in Unna, Bergkamen und Lünen Mobilitätsangebote im Kreis Unna

Ein Malwettbewerb für Grund- und Förderschulen wirbt bei

Kindern für die Nutzung von Bus, Bahn und Rad

Am Weltkindertag, dem 20. September fahren Kinder kostenlos mit den Bussen im Kreis.

Daneben gibt es noch viele lokale Aktionen und Angebote. Alle Informationen und Termine finden Interessente ab sofort auf der [zentralen Homepage](#) unter: www.kreis-unna.de/Mobilitaetswoche. PK | PKU

**GSW-Auszubildender zum
Anlagenmechaniker schafft
praktische Zwischenprüfung
mit Bravour: Bewerbungsphase
für Ausbildung 2024 ist
gestartet**



Johannes Ridder zeigt mit Stolz sein Prüfungsstück, das er bei der Prüfung zum Abschluss der praktischen Grundausbildung hergestellt hat. Ausbilder Christof Dettmann freut sich über das ausgesprochen gute Prüfungsergebnis seines Schützlings.
Foto: GSW

Perfektes Prüfungsergebnis: Johannes Ridder hat seine Prüfung zum Abschluss der praktischen Grundausbildung mit Bravour abgeschlossen. Damit hat der 18-Jährige den ersten, wichtigen Praxis-Teil seiner Ausbildung zum Anlagenmechaniker bei den Gemeinschaftsstadtwerken (GSW) Kamen, Bönen, Bergkamen geschafft. Das Ergebnis seiner Arbeit, das mit der Note „Zwei Plus“ bewertet wurde, kann er nun in den Händen halten: eine Konstruktion aus Metall, an dem er unter anderem die vier relevanten Schweißverfahren angewendet hat.

„Man sieht immer, was man getan hat“, erklärt Johannes Ridder. Das, so erzählt der junge Mann, sei auch einer von vielen Vorzügen seines Ausbildungsberufes. „Und jeder Tag ist anders. Es gefällt mir, unterschiedliche Arbeitsplätze und viele abwechslungsreiche Arbeiten kennen zu lernen. Es ist ein vielfältiges Berufsfeld, bei dem man auch mit anderen Berufsgruppen interdisziplinär zusammenarbeitet.“

Zum Aufgabenfeld eines Anlagenmechanikers mit der Fachrichtung Versorgungstechnik gehören neben der handwerklichen, praktischen Ausbildung auch die Inbetriebnahme und Instandhaltung von Versorgungsanlagen. „Wir haben viel Kundenkontakt, was mir sehr gut gefällt. Denn es gibt viele Aufgaben im Versorgungsgebiet. Dazu zählen zum Beispiel Arbeiten an Zählereinrichtungen oder eben der Bereitschaftsdienst, der zur Stelle ist, wenn es mal eine Störung im Netz geben sollte“, erklärt Johannes Ridder.

Der Auszubildende aus Unna-Lünern erlebt während seiner dreieinhalb-jährigen Ausbildung bei den GSW die verantwortungsvollen Aufgaben der Daseinsvorsorge eines Energieversorgers. Das dafür notwendige Handwerk wie das Schweißen von Kunststoffen, Sägen und Feilen lernen die angehenden Anlagenmechaniker in der praktischen Grundausbildung in einer Lehrwerkstatt. Zum Ende der Grundausbildung und nach den ersten eineinhalb Jahren in der Ausbildung steht die praktische Prüfung an, die Johannes Ridder nun bestanden hat. Sechseinhalb Stunden hatte der 18-Jährige Zeit, eine Konstruktion anhand von technischen Zeichnungen millimeter-genau nachzubauen. „Man muss sich genau überlegen, welche Arbeitsschritte man wann und wie macht. Es ist auch eine Frage von Zeitmanagement“, berichtet Johannes Ridder. Während der Schweißarbeiten stellen ihm Prüfer zudem theoretische Fragen.

Gute Übernahme- und Aufstiegschancen bei den GSW

Nach dem erfolgreichen Abschluss der praktischen Prüfung wendet Johannes Ridder das Gelernte nun in der Praxis im Versorgungsgebiet der GSW an. „Wir versuchen, die Azubis so gut es geht in den Lehrjahren auf das vielfältige Berufsfeld vorzubereiten“, sagt Christof Dettmann, Ausbilder bei den GSW. Dabei werden ihnen die unterschiedlichen Einsatz- aber auch Übernahme- und Aufstiegsmöglichkeiten aufgezeigt. „Es gibt einige Mitarbeiter in unseren Reihen, die ebenfalls mit einer Ausbildung als Anlagenmechaniker angefangen haben und heute

Positionen wie beispielsweise als Gruppenleiter, Energieberater oder Planer unserer neuen Wärme-Netze innehaben“, erzählt Dettmann, der selbst gelernter Anlagenmechaniker ist und heute seine Erfahrung als Ausbilder und Prüfer weitergibt.

Infos:

Die Gemeinschaftsstadtwerke bilden jedes Jahr ab dem 1. August junge Menschen (m/w/d) in folgenden Berufen aus:

- Anlagenmechaniker, Fachrichtung Versorgungstechnik
- Elektroniker, Fachrichtung Betriebstechnik
- Fachangestellter für Bäderbetriebe
- Industriekaufmann

Neben einem sicheren und zukunftssträchtigen Ausbildungsberuf bieten die GSW eine Vergütung nach eigenem Ausbildungstarif an, 30 Tage Urlaub sowie ein Weihnachtsgeld und bei erfolgreichem Abschluss eine Prämienzahlung. Darüber hinaus übernehmen die GSW die Fahrtkosten und einen Zuschuss für eine Sport-App, mit der unzählige Sport- und Wellness-Angebote genutzt werden können. Alle Auszubildenden bekommen darüber hinaus einen Laptop oder ein Tablet für die Ausbildung gestellt. Die neue Bewerbungsphase zum Ausbildungsbeginn am 1. August 2024 ist gestartet. Weitere Informationen gibt es im Internet unter www.gsw-kamen.de/ausbildung

50 Auszubildende starten bei

Bayer am Standort Bergkamen ins Berufsleben



Vier der 50 Auszubildenden, die heute bei Bayer in Bergkamen ins Berufsleben starten: Jacqueline Melina Danne (Chemielaborantin), Metehan Arslan (Elektroniker Automatisierungstechnik), Linus Lemjimer (Kaufmann Büromanagement (v.l.n.r.) und Özkan Öz (Chemikant; r.) zusammen mit Jörn Werwath, Leiter der Qualität im Supply Center Bergkamen. Foto: Bayer AG

Neue Talente für den Bayer-Standort Bergkamen: Heute starten 50 Auszubildende des Jahrgangs 2023 am größten Produktionsstandort von Bayer für pharmazeutische Wirkstoffe ins Berufsleben.

„Wir freuen uns, dass wir für junge Talente attraktiv sind. Sie decken unseren Bedarf an Fachkräften, bringen neue Ideen mit und tragen dazu bei, die Zukunftsfähigkeit des Standorts

zu sichern“, sagt Standortleiter Dieter Heinz. „Wir heißen die neuen Kolleginnen und Kollegen herzlich willkommen.“

Die jungen Menschen werden innerhalb von drei bzw. dreieinhalb Jahren in insgesamt sieben Berufen ausgebildet zu: Anlagenmechaniker, Chemielaborant, Chemikant, Elektroniker für Automatisierungstechnik, Fachkraft für Lagerlogistik, Kaufmann/ Kauffrau für Büromanagement und Mechatroniker. Neben diesen Ausbildungsberufen bietet der Bayer-Standort Bergkamen zudem eine Ausbildung zum Bachelor of Science Netzwerk- und Systemintegration im Rahmen des dualen Studiums an.

„Es freut es uns, dass 13 weibliche Auszubildende Teil des neuen Jahrgangs sind“, so Dieter Heinz. Dies entspricht einem Anteil von 26 Prozent. Mit Angeboten wie beispielsweise dem jährlichen „Girls‘ Day“, der Schülerinnen Einblicke in die praktische Welt der Pharmaproduktion ermöglicht, spricht Bayer kontinuierlich verstärkt weibliche Kandidatinnen an.

„In der Ausbildung legen wir neben der Vermittlung der fachlichen Fähigkeiten immer auch Wert auf soziale Kompetenzen wie Teamarbeit und Kommunikation und binden die jungen Talente aktiv in Aktionen und Veranstaltungen am Standort ein“, erläutert Ausbildungsleiter Thomas Spies.

Ihre eigene Vermittlungsfähigkeit stellen Auszubildende älterer Jahrgänge im Rahmen des heutigen Willkommensprogramms unter Beweis: Sie teilen mit den Neuankömmlingen ihre Erfahrungen und geben ihnen praktische Tipps zum Ausbildungsstart.

Bewerbungen für Ausbildungsjahrgang 2024 noch möglich

Bewerbungsschluss für den Ausbildungsjahrgang 2024 ist übrigens der 30. September 2023; nur in Einzelfällen darüber hinaus. Bis dahin sind Bewerbungen noch möglich unter www.ausbildung.bayer.de. Die Website bietet zudem umfassende Informationen über die Ausbildungsberufe bei Bayer.