

LionsClub BergKamen öffnet das 23. Fenster des Adventskalenders

Die Losnummern der Weihnachtskalender-Aktion des Lions Club BergKamen sind gezogen. Hier sind nun die Nummern Samstag, 23. Dezember.

Die Gewinne können bei den jeweiligen Geschäften und Unternehmen direkt abgeholt werden. Es ist dafür vom Lions Club keine Frist gesetzt worden. Die glücklichen Gewinner von Gutscheinen können sich also gründlich überlegen, wie sie ihn eintauschen wollen.

23. Dezember 2017	Gewinn
Modehaus Schnückerl Bergkamen	Warengutschein im Wert von 25,00
Modehaus Schnückerl Bergkamen	Warengutschein im Wert von 25,00
Modehaus Schnückerl Bergkamen	Warengutschein im Wert von 25,00
Modehaus Schnückerl Bergkamen	Warengutschein im Wert von 25,00
Modehaus Schnückerl Bergkamen	Warengutschein im Wert von 25,00
Mrs. Sporty	Shopper, Trinkflasche, Probetraining
Mrs. Sporty	Shopper, Trinkflasche, Probetraining
POCO Einrichtungsmärkte	Warengutschein im Wert von 30,00
POCO Einrichtungsmärkte	Warengutschein im Wert von 30,00
POCO Einrichtungsmärkte	Warengutschein im Wert von 30,00
POCO Einrichtungsmärkte	Warengutschein im Wert von 30,00
POCO Einrichtungsmärkte	Warengutschein im Wert von 30,00
ZWK Textilreinigung	Textilreinigung im Wert von 30,00
ZWK Textilreinigung	Textilreinigung im Wert von 30,00
ZWK Textilreinigung	Textilreinigung im Wert von 30,00

ZWK Textilreinigung	Textilreinigung im Wert von 30,00
ZWK Textilreinigung	Textilreinigung im Wert von 30,00
Flehsig Fleischerfachgeschäft	Warengutschein im Wert von 20,00
Flehsig Fleischerfachgeschäft	Warengutschein im Wert von 20,00

Finja und Yara siegen beim Lesewettbewerb der Realschule Oberaden

Auch in diesem Jahr nahmen die Schülerinnen und Schüler der 6. Jahrgangsstufe der Realschule Oberaden am Lesewettbewerb teil. Zuerst wurden die besten Vorleser innerhalb der Klassen gewählt. Alle Schüler waren aufgefordert, ein selbstgewähltes Buch vorzustellen und eine Textstelle daraus vorzulesen. Als Klassensieger konnten sich Yara Dey (6a), Finja Grundmann (6b) und Emir Bulut (6c) durchsetzen.



Finja Grundmann (6b, m.) überzeugte die Jury und belegte den 1. Platz. Ihr folgten Yara Dey auf Platz 2 (l.) und Emir Bulut auf Platz 3.

Am Donnerstag fand dann der Jahrgangentscheid statt. Die Klassensieger traten nun gegeneinander an. Zusätzlich zu ihrer ausgewählten Textstelle mussten sie auch noch einen Fremdtext lesen.

Die Jury, bestehend aus Schülerinnen der 10. Klassen und den Deutschlehrerinnen Frau Benecken und Frau Ashoff, bewertete die Lesetechnik und die Interpretation der vorgetragenen Textstelle. Außerdem wurde auch Wert auf eine interessante Textauswahl gelegt. Finja Grundmann (6b) überzeugte die Jury und belegte den 1. Platz. Ihr folgten Yara Dey auf Platz 2 und Emir Bulut auf Platz 3.

Finja und Yara werden die Realschule Oberaden im Januar beim Lesewettbewerb des 6. Jahrgangs aller Bergkamener Schulen vertreten.

Die Schule wünscht beiden Schülerinnen viel Glück.

Jobcenter verkürzt die Öffnungszeiten am kommenden Donnerstag

Der letzte Donnerstag im Jahr 2017 wird zum „kurzen Donnerstag“ für das Jobcenter Kreis Unna, auch für das Jobcenter in Bergkamen.

Denn am 28. Dezember 2017 schließen alle Geschäftsstellen des Jobcenters Kreis Unna bereits um 13.00 Uhr. Am Nachmittag finden lediglich vorab terminierte Gespräche statt, Vorsprachen ohne Termin sind nicht möglich. Kundinnen und Kunden können sich aber bis 18.00 Uhr telefonisch an das Service Center unter 02303 2538-0 wenden.

Am darauffolgenden Freitag sind die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter wieder wie gewohnt von 08.00 bis 13.00 Uhr vor Ort in den Geschäftsstellen erreichbar.

Treffen des Hausärztlichen Qualitätszirkels: Gute Vorsätze – Mehr Bewegung!

Wieviel sollten wir uns in welchem Alter bewegen? Um diese und ähnliche Fragen ging es beim Treff des hausärztlichen Qualitätszirkels, zu dem jetzt niedergelassene Ärzte aus Kamen

und Bergkamen aber auch Ärzte aus dem Hellmig-Krankenhaus im Severinshaus an der Nordenmauer zusammenkamen. Das Schwerpunktthema lautete diesmal „Leistungsdefizite nicht nur beim Spitzen-Sportler“. Unter dieser Überschrift stellte Dr. Andreas H. Ludwig, Chefarzt der Klinik für Allgemein und Viszeralchirurgie am Hellmig-Krankenhaus, aktuelle Informationen zu Sportverletzungen und individuell angepassten Bewegungsempfehlungen vor.

„Macht Sport Sinn“? Diese Frage bejahte Dr. Ludwig eindeutig. Die chirurgischen Kliniken im Klinikum Westfalen sammeln besondere Erfahrungen unter anderem in der Betreuung von Sportlern und Sportverletzungen bei den Profis von zwei der großen Fußballvereine in der Region. Typische Verletzungen aus sportlicher Betätigung und Überlastungsschäden tauchen jedoch nicht nur bei solchen Profisportlern auf, sondern sind auch Dauerthema in Arztpraxen, in der Notaufnahme des Kamener Krankenhauses und auch in der unfallchirurgischen Klinik unter der Leitung von Chefarzt Dr. Dieter Metzner.

Trotz solcher Risiken sind Sport mit Augenmaß und an die eigenen Voraussetzungen angepasste Bewegung extrem wichtig, um Fitness und Lebensqualität zu erhalten oder zu steigern und Erkrankungen vorzubeugen. Schlagzeilen wie „10 Jahre jünger durch Sport“ gehörten früher eher in die Fantasiewelt. In der Auseinandersetzung mit den aktuellen nationalen Empfehlungen des Bundesgesundheitsministeriums zeigte Dr. Ludwig auf, wo vor allem die Chancen sportlicher Betätigung liegen. Für Kindergartenkinder im Alter von 4 bis 6 Jahren werden 180 Minuten Bewegung pro Tag angeraten. Jugendliche im Alter von 12 bis 18 Jahren sollen eine tägliche Bewegung von 90 Minuten erreichen und Erwachsene sollen sich z.B. fünf Mal pro Woche mindestens 30 Minuten lang körperlich betätigen und zusätzlich muskelkräftigende Maßnahmen ergreifen. Eher keine Überraschung: Lange ununterbrochene Sitzphasen zum Beispiel vor Bildschirmmedien sollten Erwachsene wie Jugendliche meiden.

Eingeladen hatte zu der Zusammenkunft Dr. med. Konrad Waschinsky. Der Qualitätszirkel soll im Sinne von Konzepten von Ärztevereinigungen der fachlichen Diskussion und dem kollegialen Wissensaustausch dienen.

„Hungermarsch“ der Realschule Oberaden

Neun Schülerinnen und Schüler aus dem Jahrgang 7 besuchten mit ihren Lehrerinnen Frau Buhl und Frau Dziegielewski die Martin-Luther-Kirche zur Geldübergabe an Pfarrer Reinhard Chudaska.



Beim Hungermarsch im Mai 2017 ist der damalige Jahrgang 6 zehn Kilometer bis zur Halde marschiert und hat dadurch insgesamt 577,23 Euro an Spenden eingesammelt. Von dem Geld sollen in der Partnerschule in Princesstown in Ghana das Mittagessen für die Schüler und die Schulmaterialien finanziert werden.

Vorgezogenes Weihnachtsgeschenk für Maler- Auszubildende

Willkommen im Club hieß es jetzt zur Begrüßung der neuen Maler-Auszubildenden im Kreis Unna. Obermeisterin Nicole Walger (r., Schwerte) und ihre Stellvertreterin Heike Balve-Richard (l., Unna) freuten sich über elf junge Menschen, die „unseren schönen und farbigen Beruf erlernen wollen. Dazu möchten wir Euch mit einem kleinen Willkommens-Päckchen in unseren Reihen begrüßen!“



Erstmals konnte die „Maler- und Lackierer-Innung Unna“ (unterstützt von der Marketing-Kampagne „Werde Maler“ des Innungsverbandes in Holzwickede) jedem neuen Auszubildenden einen schicken Rucksack inklusive T-Shirt, Kappe, Zollstock und Energy-Drink überreichen – „ein vorgezogenes Weihnachtsgeschenk, sozusagen!“ Ihre berufliche Zukunft im Malerhandwerk starten: Dirk Kail-Dominik (Ausbildungsbetrieb Bömelburg, Unna), Omar Ebrahim (Werkstatt Unna), Bianca Haucke (Fa. Steinkamp, Bönen), Marcel Kleffmann (Fa. Glowsky, Schwerte), Arian Nej und Ismail Filikci (Fa. Spauke, Kamen), Sabawoon Noori (Fa. Diesner, Bönen), Robin Schmidt (Fa. dieMaler21, Unna), Arndrea Saturno (Fa. Buchwald, Schwerte), Leonie-Sophie Voß (Fa. Schlierkamp, Hamm) und Florian Kabrolat (Fa. SBH West GmbH, Bergkamen).

Neue Headsets für das Bergkamener Gymnasium

Dank einer großzügigen Spende der Werner-Rolf Muno-Stiftung konnte das Städtische Gymnasium Bergkamen jetzt Headsets für die neue Beschallungsanlage im Pädagogischen Zentrum anschaffen.



Schulleiterin Bärbel Heidenreich (l.) mit Frau Uhlmann von der Werner-Rolf Muno-Stiftung. Foto: SGB

Die professionellen Kopfmikrofone, die über einen Taschensender per Funk direkt mit der Tonanlage verbunden werden können, sollen künftig für Veranstaltungen der Schule genutzt werden. Ob für Moderationen bei Konzerten des Bachkreises, für interne Informationsveranstaltungen oder Podiumsdiskussionen mit externen Gästen – die Headsets bieten eine Vielzahl neuer Einsatzmöglichkeiten.

Dies gilt vor allem im Theaterbereich, wo die Verwendung üblicher Funkmikrofone nicht möglich ist. So können die kleinen leistungsstarken Mikros für das Publikum kaum sichtbar am Kopf der Darsteller versteckt werden und so nicht nur zur reinen Stimmverstärkung, sondern auch für interessante Verfremdungseffekte genutzt werden.

„Die Schule ist froh, mit der Anschaffung der Headsets die Möglichkeiten der neuen Tonanlage weiter ausbauen zu können“, bedankt sich Schulleiterin Bärbel Heidenreich bei Frau Uhlmann von der Werner-Rolf Muno-Stiftung, die die neuen Mikros jetzt am Rande eines Konzertes symbolisch übergab.

Nicht vergessen: Kreis macht „zwischen den Jahren“ Pause

Die Kreisverwaltung erinnert daran, dass die Kreishäuser in Unna und Lünen sowie die Nebenstellen vom 25. Dezember bis einschließlich 1. Januar 2018 geschlossen bleiben.

Bereits seit 19. Dezember bis einschließlich 1. Januar für den Publikumsverkehr geschlossen ist das Tierheim des Kreises.

Eine andere Regelung gilt für die Ausstellung Die „Poesie des Alltags“ mit Werken von August Wilhelm Dressler auf Haus Opherdicke in Holzwickede. Die Präsentation ist auch vom 27. bis 30. Dezember zu sehen. Geschlossen bleibt die Ausstellung an den Weihnachtsfeiertagen (24. bis 26. Dezember), Silvester sowie Neujahr.

Eine Übersicht über die Öffnungszeiten gibt es im Internet unter www.kreis-unna.de. PK | PKU

Neue Selbsthilfegruppe: Wenn die Schilddrüse erkrankt

Hormonproduktion, Stoffwechsel und Herz-Kreislauf-System – die Schilddrüse spielt eine wichtige Rolle. Ist sie krank, kann das schwere Auswirkungen auf das Immunsystem haben. Für Betroffene von Immundefekten bei Schilddrüsenerkrankungen gibt es jetzt eine neue Selbsthilfegruppe.

Das erste Treffen zur Gründung findet am Mittwoch, 10. Januar 2018 um 18 Uhr im Gesundheitshaus Unna, Massener Straße 35 statt. Zukünftig sind regelmäßige Treffen geplant. Interessierte Betroffene sind hierzu herzlich eingeladen.

Inhalt und Ausrichtung

Im Mittelpunkt der geplanten Selbsthilfegruppe steht der Austausch über Erfahrungen, aber vor allem auch das gegenseitige Zuhören. Denn die Selbsthilfegruppe soll einen Raum für Sorgen und Ängste bieten, in der sich in einer vertrauensvollen Atmosphäre Verständnis, Unterstützung und Ratschläge von Betroffenen für Betroffene finden lassen.

Interessierte sind herzlich eingeladen, in diesem neuen Gesprächskreis mitzumachen und ihn aktiv mitzugestalten. Um eine kurze Anmeldung wird gebeten.

Weitere Informationen gibt es bei der K.I.S.S. – Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen im Kreis Unna im Gesundheitshaus in Unna, Massener Straße 35. Ansprechpartnerinnen ist Simone Saarbeck, Tel. 0 23 03 / 27-28 29, E-Mail: simone.saarbeck@kreis-unna.de. Alle Anfragen werden vertraulich behandelt. PK | PKU

Liebe und Leidenschaft: 5. Sinfoniekonzert der Neue Philharmonie Westfalen

Es geht nicht gut aus für Romeo und seine Julia – das dürfte längst bekannt sein. Dass die Tragödie jetzt auch Stoff für die Neue Philharmonie Westfalen (NPW) liefert, ist neu: Vier Stücke rund um die Liebe verpacken die Musiker im fünften Sinfoniekonzert am 17. Januar in der Konzertaula Kamen.



Das Orchester der Neuen Philharmonie Westfalen. Foto: Pedro Malinowski – Neue Philharmonie Westfalen

Los geht es an der Hammer Straße 19 um 19.30 Uhr mit dem großen Orchesterwerk von Peter Tschaikowsky. Zu hören ist die Kernidee des Dramas von Shakespeare: Ein Auf und Ab der Gefühle mit tragischem Ende. Etwas anders verpackt Prokofjew seine Suite aus „Romeo und Julia“. Das zweite Stück, das die

Musiker spielen, ist „wohl die ideale Ballettmusik schlechthin“, so steht es im Programmheft der NPW: melodisch, kraftvoll und mit tänzerischer Vitalität.

Stück drei und vier

Stück drei ist eine Oper von Delius. Er schrieb sie nach der Novelle von Gottfried Keller. Sie heißt „Romeo und Julia auf dem Dorfe“. Daraus ist das Zwischenspiel „The Walk to the Paradise Garden“ zu hören und entführt die Hörer in einen kurzen idyllischen Moment.

Dieser Moment wird dann von Bernsteins sinfonischen Tänzen durchdrungen, der ein ganz anderes Bild eröffnet: Bandenkriege und Rassenkonflikte aus dem New York der 1950er Jahre. Mächtige Emotionen und auch hier wieder kein Happy End. Eine Einführung in den Abend findet ab 19 Uhr statt. Eine halbe Stunde vor Konzertbeginn da zu sein lohnt sich also.

Kartenverkauf mit Happy End

Ein Happy End gibt es dafür für diejenigen, die rechtzeitig die Karten vorbestellen. Sie sind im Fachbereich Kultur des Kreises Unna unter Tel. 0 23 03 / 27-14 41 und per E-Mail bei doris.erbrich@kreis-unna.de erhältlich. Sie kosten zwischen 12 und 24 Euro (ermäßigt 9 bis 21 Euro). Weitere Informationen zum Konzert gibt es unter www.neue-philharmonie-westfalen.de.

PK | PKU

Stimmungsvolles Weihnachtskonzert an der

Realschule Oberaden

Ein stimmungsvolles Weihnachtskonzert erlebten die Eltern, Angehörigen und Freunde auch in diesem Jahr in der Realschule Oberaden.



Unter der Leitung von Musiklehrer Sebastian Schmidt trugen alle Jahrgänge zur Einstimmung auf die Festtage bei. Zudem zeigten auch viele ehemalige Schülerinnen und Schüler ihre Verbundenheit, die nicht nur zahlreich unter den Zuschauern weilten, sondern sich auch aktiv während des Konzerts einbrachten. Dabei wechselten sich Chöre, Instrumentalstücke und Solisten ab.

Im Mittelpunkt standen natürlich Weihnachtsklassiker, aber auch einzelne aktuelle Popstücke und Balladen konnten gehört werden. Zudem hatten die RS0ler noch ein besonderes Highlight parat: Ein kurzer Ausschnitt wies bereits auf das Musical hin, das im Frühjahr 2018 erstmals an der RS0 präsentiert wird.