

Restless-Legs-Syndrom (RLS): Gesprächskreis trifft sich

Der Gesprächskreis für Menschen, die an dem Restless-Legs-Syndrom leiden, trifft sich am Mittwoch, 8. Februar wieder. Beginn ist um 15 Uhr im Raum D4 / D5 im Gesundheitshaus Unna, Massener Straße 35 (Obergeschoss).

Das Restless-Legs-Syndrom („unruhige Beine“) zählt mit zu den häufigsten neurologischen Erkrankungen des Nervensystems. Besonders im Ruhezustand machen sich Beschwerden wie Bewegungsunruhe, Kribbeln, Ziehen, Reißen und Schmerzen hauptsächlich in den Beinen bemerkbar.

In der Gruppe können sich die Betroffenen über aktuelle Behandlungsmöglichkeiten, deren Anwendung und Wirkungsweisen austauschen.

Interessierte können sich bei der Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen im Gesundheitshaus in Unna, Massener Straße 35 melden. Ansprechpartnerin ist Margret Voß, Tel. 0 23 03 / 27-28 29, E-Mail: margret.voss@kreis-unna.de. Alle Informationen werden vertraulich behandelt.

Fit für Arbeit in „Go-In-Schulen“: Qualifizierungsreihe startet

in dritte Runde

Lehrer fit machen für die Arbeit mit neuzugewanderten Kindern und Jugendlichen: Das ist das Ziel einer Qualifizierungsreihe, an der zahlreiche Pädagoginnen und Pädagogen aus dem ganzen Kreis Unna teilnehmen. Außerdem sind weitere Anmeldungen möglich.

Mit der zeitnahen und sprachlich qualifizierten Integration in den Schulalltag wird der Grundstein für den persönlichen und beruflichen Erfolg von Kindern und Jugendlichen mit Migrationshintergrund gelegt. Der Kreis weiß das und handelt entsprechend.

Denn seit 2011 arbeiten das Kommunale Integrationszentrum Kreis Unna (KI), das Schulamt für den Kreis Unna, die Bezirksregierung Arnsberg sowie Schulen im Kreisgebiet Hand in Hand an einer passgenauen Förderstruktur.

Das Prinzip heißt „Go-In“: Schulpflichtige Kinder und Jugendliche, die aus dem Ausland in den Kreis Unna kommen, werden ihrem Potenzial entsprechend direkt in Regelklassen aufgenommen und lernen dort die deutsche Sprache und das Fachwissen von Anfang an im Regelunterricht. Zusätzlich werden sie für den Erwerb der deutschen Sprache je nach den Möglichkeiten der Schule mit bis zu zwölf Stunden wöchentlich in kleinen Gruppen gefördert.

Den Lehrkräften, die diese Schülerinnen und Schüler im Rahmen von „Go-In“ unterrichten, stellt sich damit die Aufgabe, einerseits den jeweiligen Sprachstand des Lerners zu berücksichtigen und zu erweitern und andererseits die jeweiligen Fachinhalte mit der dazugehörigen Fachsprache zu vermitteln.

Das Kompetenzteam für den Kreis Unna und das Kommunale Integrationszentrum Kreis Unna möchten die Lehrkräfte bestmöglich bei dieser anspruchsvollen Aufgabe unterstützen

und bieten in diesem Jahr eine weitere umfangreiche Qualifizierungsreihe mit 13 Modulen an. „Damit gehen wir schon in die dritte Qualifizierungsrounde und haben insgesamt bereits 100 Lehrerinnen und Lehrer erreicht“, erklärt Heike Maier-Finnemann aus dem Kommunalen Integrationszentrum.

Interkulturelle Kompetenzen, der schnelle Erwerb der deutschen Sprache und methodisch-didaktisches Know-How werden unter anderem vermittelt. Erstmals können sich Lehrkräfte entscheiden, ob sie an der gesamten Qualifizierungsreihe teilnehmen oder nur einzelne Module buchen möchten.

In der Auftaktveranstaltung bildeten sich die Lehrkräfte zu den Themen „Migrationssensibilität als Kompetenz“ und „Unterstützungsangebote der Wohlfahrtsverbände“ im KI Kreis Unna fort. Eine gelungene künstlerische Einstimmung in die Thematik erlebten die Lehrkräfte mit Joseph Mahame, der selbst als Zuwanderer in den Kreis Unna kam und mit erzählerischem und musikalischem Können die Herzen berührte.

Noch sind weitere Anmeldungen möglich. Weitere Informationen gibt es bei Heike Maier-Finnemann im KI Kreis Unna unter Tel. 0 23 07 / 924 88 76 oder per E-Mail an heike.maier-finnemann@kreis-unna.de. (PK)

Jugendkunstschule startet mit neuem Team Tanzkurse für Kinder und Jugendliche

Der Bereich Tanzen steht bei der Jugendkunstschule vor einem Neuanfang. Vor einige Monaten gab es eine Trennung vom Team um den Tänzer und Choreografen Rudi Boger. Der künstlerische

Leiter der Jugendkunstschule Gereon Kleinhubbert hat inzwischen Nachfolger gefunden, die versprechen mehr als ein Ersatz zu sein. Rudi Boger hat inzwischen seine eigene Tanzschule an der Landwehrstraße in Bergkamen-Mitte bezogen.



Vier neue Dozenten an der Jugendkunstschule (v. l.): Marlon Witke (in der Hocke), Dipstar, Christian Paul und Eva.

Die neuen Tanzkurse der Jugendkunstschule starten ab Montag 6. Februar, im Tanzraum des Pestalozzihauses. Jeder ist zur ersten Stunde zum Hineinschnuppern willkommen. Richtig anmelden könne man sich auch später. Ein Kurs für Jugendliche im Alter von 10 bis 14 Jahren, „Youngster Ladystyle“ ist sogar völlig kostenlos, weil er im Rahmen des Landesprogramms Kulturrucksack NRW angeboten wird. Kursleiterin Eva möchte die jungen Ladies perfekt auf die nächste Show vorbereiten.

Ganz neu ist ein Angebot für Kids ab drei Jahren kompakt an mehreren Samstagen in März und Anfang April. Richtig getanzt wird dabei zunächst noch nicht. Christian Paul, der an der Folkwang Hochschule in Essen Tanz studiert, möchte die Mädchen und Jungen zuerst in die weite Welt der Bewegung einführen, bevor es zum kreativen Kindertanz geht.

Kreativität steht auch bei den weiteren Kursen im Vordergrund. Der Bergkamener Marlon Wilke hatte vor etwa zehn Jahren seinen ersten Kontakt mit dem „Breakdance“ im Kinder- und Jugendhaus Balu in Weddinghofen. Das hat er inzwischen perfektioniert. Sein Wissen und Können über „Freezes“, „Headspins“ oder „Footwork“ gibt er jetzt im Tanzraum der Jugendkunstschule weiter.

„Dipstar“ hat sich inzwischen in der Tanzszene des Ruhrgebiets einen guten Namen erarbeitet. Mit ihm können die Teilnehmer seiner Kurse Hip Hop in allen möglichen Varianten kennenlernen.

Hier nun das vollständige Programm der Tanzkurse der Jugendkunstschule:

Youngster Ladystyle

für Jugendliche von 10 -14 Jahre

Kommt zum Training der Youngster LADYCLASS und werdet mit Aufwärmphase und Stretching auf das Einstudieren einer Choreographie vorbereitet! Verschiedene Moves, etwa Elemente aus dem Videoclip- und Showdancebereich, werden hier kombiniert – ihr werdet perfekt auf die nächste Tanzshow vorbereitet sein J

9 x montags, 16.45 – 17.45 Uhr

Beginn 06.02.2017

Kosten: 9 Std., KOSTENLOS!

Kursnummer: K171142

Kursleitung: Eva

Ein Angebot im Rahmen des Landesprogramms Kulturrucksack NRW

Ladystyle

für Jugendliche von 14 – 18 Jahre

Check out the LADYCLASS! Startet durch mit einem intensiven Warm-Up und Stretching um direkt im Anschluss an einer Choreographie zu arbeiten; ganz gemäß dem Motto Do it like a Lady & drop it like it's HOT J J

Spaß steht neben der Ausarbeitung weiblicher Bewegungen, die aus unterschiedlichsten Styles im Ladystyle kombiniert werden, mit im Vordergrund. Einflüsse aus Dancehall, Vogue, Videoclip- und Showdance werden uns im Training begleiten. Ich freue mich auf euch!

9 x montags, 18.00 – 20.00 Uhr

Beginn 06.02.2017

Kosten: 18 Std., 54 Euro

Kursnummer: K171143

Kursleitung: Eva

Kids Freestyle

für Kinder von 6 – 11 Jahre

Bei „Kids Freestyle“ beschäftigen wir uns mit den zahlreichen Basics der unterschiedlichen Hip-Hop-Tanzstile wie z.B. Newstyle, House, Popping, Bboyin etc. Ziel dabei ist es, ein breites Spektrum an Styles zu präsentieren, damit sich jedes Kind individuell entscheiden kann, worauf es sich im Laufe seiner Tanzentwicklung spezialisieren möchte. Die Kids lernen hier eigenständig zur Musik zu improvisieren, sprich freestylen. Dies bietet ihnen später optional die Möglichkeit sich auf Battles zu messen oder sich auf Jams und Cypher auszutauschen.

9 x mittwochs, 16.30 – 17.30 Uhr

Beginn 08.02.2017

Kosten: 9 Std., 27 Euro

Kursnummer: K171144

Kursleitung: Dipstar

Hip-Hop Newstyle

ab 14 Jahren

Newstyle fokussiert sich auf Basics, welche überwiegend aus dem „social dance“ entstanden sind. Darunter sind auch weit bekannte Bewegungen wie z.B. der „Running Man“ oder der „C-Walk“. Aber auch Schritte wie der „Smurf“ oder der „Reebok“ zählen zu dieser Sammlung. Neben diesen Basics werden Techniken wie Waves und Isolation vermittelt. Darüber hinaus beschäftigen wir uns mit Rhythmus und allem, was sonst noch zur Entwicklung einer/eines Newstyle-Tänzerin/Tänzers dazu gehört. Ziel ist hier das eigenständige Improvisieren, sprich: freestylen. Den Teilnehmern werden hier auch Eventkonzepte wie Battles, Jams/Cypher sowie die Geschichte des Hip-Hop vorgestellt.

9 x mittwochs, 17.45 – 19.15 Uhr

Beginn 08.02.2017

Kosten: 13,5 Std., 40,50 Euro

Kursnummer: K171145

Kursleitung: Dipstar

Experimental

ab 15 Jahre

Experimental hat die Entwicklung einer Tänzerin / eines Tänzers in ihrem / seinem persönlichen individuellen Style zum

Ziel. Dazu werden viele Improvisations-, Rhythmus- und Bewegungsübungen und auch Basics aus unterschiedlichen Tanzrichtungen präsentiert, um so individuell auf jede Teilnehmerin und jeden Teilnehmer einzeln eingehen zu können. So kann jeder seinen persönlichen Charakter und Stil entwickeln. Daher lässt sich Experimental nicht in eine bestimmte Kategorie einordnen, denn von Hip-Hop bis hin zu theatrale Leistung kann, wie der Name schon sagt, frei experimentiert werden. Letztendlich bewegen wir uns aber immer im Bereich des experimentellen Hip-Hops.

9 x mittwochs, 19.30 – 21.00 Uhr

Beginn 08.02.2017

Kosten: 13,5 Std., 40,50 Euro

Kursnummer: K171146

Kursleitung: Dipstar

Breakdance

Der in den 80er Jahren entstandene Tanz ist ein Teil der Hip-Hop Kultur und wird bis heute praktiziert. Wenn du mehr über „Freezes“, „Headspins“ und „Footwork“ erfahren möchtest, dann bist du hier genau richtig. Marlon zeigt euch die grundlegenden Elemente und darüber hinaus weitere Techniken des Breakdance. Hier lernt ihr keine fertigen Choreografien, sondern ihr entwickelt eure eigenen Styles.

12 x donnerstags, 18.00 – 19.30 Uhr

Beginn 19.01.2017

Kosten: 18 Std., 54 Euro

Kursnummer: K171148

Kursleitung: Marlon Witke

House

Lasst euch in diesem Kurs von Nabil in beste Tanzlaune versetzen.... House entstand als Partytanz in den Clubs von New York und Chicago gemeinsam mit der gleichnamigen Musik. Durch die Vermischung traditioneller Elemente aus Jazz, Salsa, Stepdance und Afrodance, gehört House zu den sehr rhythmischen und dynamischen urbanen Tanzstilen. Das Besondere an House ist sein charakteristischer Bounce, der auch „Lofting“ oder „Jack“ genannt wird und es aussehen lässt, als würden die Tänzer über die Tanzfläche schweben. Nach dem Erlernen der Basics erlaubt dieser Tanz viele Freiheiten beim Freestylen.

“Hip-Hop bedeutet für mich positiv zu leben und zu denken und das mit Jedem zu teilen. Die Schwerpunkte meines Unterrichts sind die Vermittlung der Foundations und die Steigerung der körperlichen Fitness. So kann jeder motivierte Lerner die Chance erhalten, sein eigenes Potential voll aus zu schöpfen.”
– Nabil Lalouch

9 x freitags 16.00 – 17.00 Uhr

Beginn: 10.02.2017

Kosten: 9 Std., 27 Euro

Kursnummer: K171147

Kursleitung: Nabil Lalouch

Kreativer Kindertanz

für Kinder ab 3 Jahren

Spiel, Spaß, Bewegungsfreude und Fantasie stehen im Vordergrund dieser Wochenendworkshops. Wir wollen Kindern ab 3 Jahren einen besonders geeigneten Einstieg in die Welt der Bewegung und des Tanzen geben. Die kindliche Fantasie bildet hierbei die Grundlage. Diese wollen wir bewusst bewahren und fördern, um der Bewegungsfreude der Kinder Ausdruck zu

verleihen. Ein weiteres Element ist Bewegung und Tanz mit und zur Musik. Die Kinder werden dabei in ihrer Individualität, ihrer Motorik, Koordination und ihrem Sozialverhalten gefördert.

4 x samstags, 15.00 bis 16.00 Uhr

11.03.17 18.03.17 25.03.17 01.04.17

Kosten: 4 Std., 12 Euro

Kursnummer: K171149

Kursleitung: Christian Paul

Die DozentInnen

Eva

- Erfahrungen im Bereich Showdance und Ladystyle seit 2005 (Tanzende Tornados Menden), – Hip Hop (Masterclass unter der Leitung von Chung Luong, Tanzhaus Dortmund) – Choreografin, Tanz- und Fitnesstrainerin in verschiedenen Einrichtungen seit 2010 – breitgefächerte tänzerische Fort- und Weiterbildung im In- und Ausland seit 2014, u.a. Juste Debout Tanzschule Paris, Tanzhaus NRW Düsseldorf, Dance And More Essen, Revall Sportzentrum Tallinn
- Leitung der Showtanzgruppe ERA of G.T. (Fröndenberg) und FLAWLESS (Dortmund)
- Battle- und Showerfahrung u.a. Duisburger Tanztage, Tanzgala Tanzhaus Dortmund,

Tanzcamp Berlin

- Teilnahme am Tanzfestival „Get On Stage“ Dortmund
- Juni 2017: Mitwirkung an der Produktion „Faust“ am Stadttheater Dortmund unter der choreografischen Leitung von Erika Knauer und Justo Moret

Dipstar

- Mitgründer der Eventreihe „Ladies and Gentlemen Jam“
- Mitbegründer der Eventreihe Cypher
- Battleerfahrung seit 2007
- Tanztheatererfahrung wie z.B. Surrogate Cities Ruhr im Rahmen der Ruhrtriennale
- Battlejudge-Erfahrung
- aktiv auf allgemeinen Hip-Hop Jams

Marlon Witke

- Aktiver Tänzer seit 2007
- Battleerfahrung seit 2008 (über 50 Teilnahmen u.a. World BBoy Classic Rotterdam, IBE
Heerlen, Floor Wars Hannover, 1. Platz Youth BBoy Event Löhne)
- Aktiver Tänzer bei der Fernsehproduktion „Dortmund tanzt 3D“
- Kursleiter in verschiedenen Einrichtungen seit 2012

Nabil Lalouch

- Freestyle-, House- und Experimentaltänzer aus Essen
- tanzt seit 2004
- unterrichtet seit 2009
- Größte Inspiration: Fabreezy

Christian Paul

- Ausbildung zum Sozialassistenten und Bewegungspädagogen
- Erfahrung in der Arbeit in Kindertageseinrichtungen

- Arbeit im Bereich der Psychomotorik
- Zurzeit Studium an der Folkwang Universität der Künste Essen im Bereich Tanz
- Internationale Battleerfahrung als Tänzer
- Tanztheater Auftritte u.a. in Bielefeld, Bremen und Essen.
Mit der Samadhyana Dance

Companie (Illicitus), Gigy Golez (Das bin ich), Murat Alkan (Maybe too late), Hakan Sonalakan

Infos zu den Kursen und zum Anmeldeverfahren gibt es in der

Jugendkunstschule Bergkamen

Pestalozzistraße 6

59192 Bergkamen

Gereon Kleinhubbert

Telefon 02307-28 88 48

g.kleinhubbert@bergkamen.de



Vier neue Dozenten an der Jugendkunstschule (v. l.): Marlon Witke (in der Hocke), Dipstar, Christian Paul und Eva

Sandra Krzysko

Telefon: 02307-965 462

s.krzysko@bergkamen.de

Christian Scharwey

Telefon: 02307-965 381

c.scharwey@bergkamen.de

Arbeiten nach der

Erziehungspause: Seminar in der Arbeitsagentur Kamen

Verantwortung für Kinder oder pflegebedürftige Angehörige? Für einige Menschen wird dies zur Vollzeitaufgabe. Sie entscheiden sich bewusst für eine Pause auf unbestimmte Zeit. Wer den Schritt zurück in den Beruf wagen will, kann am 9. Februar in der Agentur für Arbeit Kamen im Ostring 19 (Raum 258 / 2. Etage) das Seminar „Zurück in den Beruf“ besuchen. Ab 9.30 Uhr informiert die Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt der Agentur für Arbeit Hamm, Martina Leyer, welche Möglichkeiten es für den beruflichen Wiedereinstieg gibt und stellt den aktuellen und regionalen Arbeitsmarkt vor.

Familie und Beruf miteinander vereinbaren? Im Seminar „Zurück in den Beruf“ zeigt Martina Leyer den Teilnehmerinnen und Teilnehmern wie es geht. Mit der Frage „Was habe ich dem Arbeitgeber zu bieten?“ beginnt sie ihre Veranstaltung. Die Teilnehmer stellen sich der Reihe nach vor und beschreiben kurz ihre Lebenssituation. „Was haben Sie vor Ihrer „Auszeit“ gemacht? Aus welcher Branche kommen Sie?“ Martina Leyer hört den Teilnehmern genau zu, um sie schon während des Seminars individuell zu beraten und ihnen erste Tipps zu geben. „Es ist wichtig, sich bei der Planung nicht zu sehr einzuschränken. Damit ist man sich oft selbst im Weg und schließt womöglich interessante Stellenangebote aus, ohne sich darauf zu bewerben“, rät die Seminarleiterin. In der zweieinhalbstündigen Veranstaltung analysiert sie gemeinsam mit den Teilnehmerinnen und Teilnehmern deren persönliche Stärken und Schwächen. „Gerade vielen jungen Müttern ist es gar nicht bewusst, dass die Organisation einer Familie vergleichbar mit den Aufgaben in einem Unternehmen ist. Je nach Unternehmen müssen die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter flexibel auf bestimmte Situationen reagieren. Auch ein gutes Zeitmanagement ist von großem Vorteil“, erklärt die

Beauftragte für Chancengleichheit. „Genau diese Fähigkeit können sie für den Wiedereinstieg nutzen. Denn oft bringen Berufsrückkehrende Erfahrungen mit, die Berufseinsteiger noch gar nicht erworben haben.“

Die Veranstaltung beginnt um 9.30 Uhr. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Angesprochen sind insbesondere Berufsrückkehrende, die noch keine konkrete Idee haben, sich den Wiedereinstieg aber vorstellen können.

Neben dem Seminar bietet Martina Leyer auch Einzelberatungen an. Interessierte Frauen und Männer können mit ihr unter der Telefonnummer 02381/910 – 2167 oder per E-Mail (Hamm.BCA@arbeitsagentur.de) Kontakt aufnehmen.

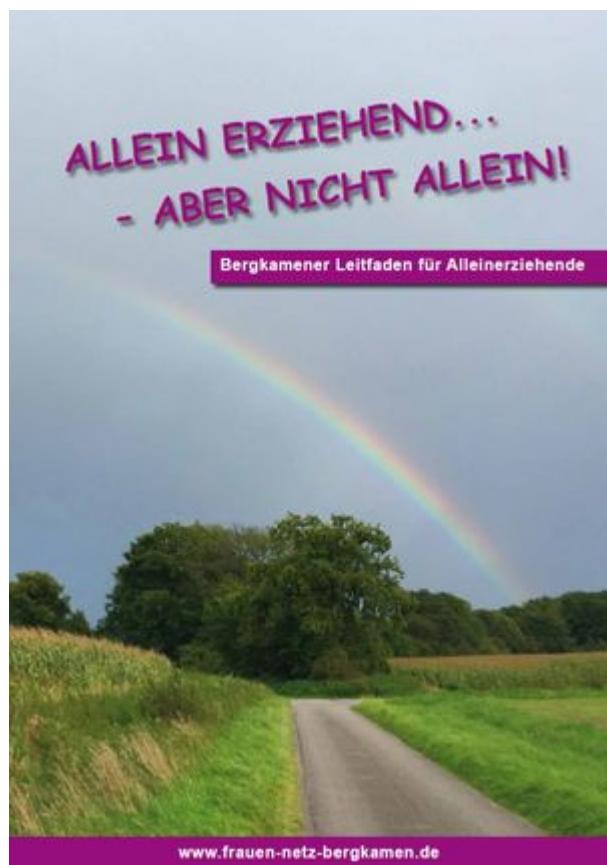
Gelsenwasser erneuert Leitungen in der Amselstraße

Ab Freitag, 3. Februar, beginnt Gelsenwasser mit der Erneuerung einer Wasserleitung in der Amselstraße in Bergkamen.

Zwischen den Hausnummern 2 und 214 wird auf insgesamt 115 Metern in offener Bauweise gearbeitet. Die Dauer der Baumaßnahme wird voraussichtlich drei Wochen betragen. Die GSW bitten alle Anlieger um Verständnis.

Neue Broschüre für Alleinerziehende gibt jede Menge Tipps und Ratschläge

In Deutschland gibt es immer mehr Alleinerziehende: Beinahe jede fünfte Familie besteht aus einem alleinerziehenden Elternteil. In Bergkamen sieht es nicht viel anders aus. Insbesondere diejenigen Eltern, die plötzlich mit den Kindern allein dastehen, müssen eine Menge neuer Aufgaben bewältigen und neue Probleme lösen. Für sie hat jetzt das Bergkamener Mädchen- und Frauennetzwerk eine Broschüre veröffentlicht mit dem Titel: **Allein erziehend... – Aber nicht allein!** **Bergkamener Leitfaden für Alleinerziehende.**



Diese Broschüre enthält nicht nur viele gute Ratschläge. Es werden auch viele Institutionen und Beratungsstellen ausführlich vorgestellt, bei denen Alleinerziehende Hilfe und Unterstützung bekommen können.

Diese Broschüre liegt bei allen bekannten Auslagestellen in Bergkamen aus. Übrigens: Auch alleinerziehende Männer sollten sich nicht scheuen, sie zur Hand zu nehmen.

Weitere Informationen zum Thema gibt es auf der Internetseite

<http://www.frauen-netz-bergkamen.de/>. Die Broschüre kann auch hier heruntergeladen werden: allein_web.

Lkw-Unfall am Stauende auf der A1: 49-jähriger Fahrer schwer verletzt im Führerhaus eingeklemmt

Stauende übersehen – dann hat's auch schon gekracht.... Zwei Lkw Fahrer verletzten sich am Dienstag bei einem Unfall am Stauende auf der A1, einer schwer der andere leicht.

Gegen kurz nach 15 Uhr ereignete sich der Unfall zwischen dem Kamener Kreuz und der Anschlussstelle Kamen-Zentrum nach ersten Erkenntnissen wie folgt: Aufgrund hohen Verkehrsaufkommens staute sich der ohnehin schon zähflüssige Verkehr insbesondere auf dem rechten Fahrstreifen. Ein 49-jähriger Ukrainer erkannte das offenbar zu spät und während er noch bremste, prallte er mit seinem Sattelschlepper auf einen davor wartenden Lkw.

Durch die Wucht des Aufpralls verformte sich das Führerhaus des 49-Jährigen und er wurde in den Trümmern eingeklemmt. Der 60-jährige Fahrer aus Hamburg, dessen Heck ebenfalls stark deformiert wurde, erlitt leichte Verletzungen. Retter befreiten in der Folge den Ukrainer, so dass er zur ärztlichen Behandlung in ein Krankenhaus eingeliefert werden konnte. Bei dem Unfall entstand ein geschätzter Sachschaden von rund 80.000 Euro.

Für die Dauer der Unfallaufnahme und Räumung der Fahrbahn

wurden der rechte und der mittlere Fahrstreifen eingezogen. Es kam zu mehreren Kilometern Rückstau, der sich erst langsam auflöste, nachdem die beiden Lkw abgeschleppt worden waren.

Von der Heilkraft der Gewürze – Medizin in der Küche: Vortrag in der Ökologiestation

Am Donnerstag, 16. Februar, erfährt man von Sabine Geisler in der Ökologiestation in Bergkamen-Heil, dass Gewürze nicht nur unsere Speisen aromatisieren und das Essen bekömmlicher machen, sondern auch gesundheitsfördernde oder therapeutische Wirkungen haben.

Die Krankenschwester in der Naturheilkunde und Ayurvedatherapeutin stellt das Erfahrungswissen aus der klassischen Naturheilkunde sowie interessante Studien vor. Die medizinische Wirkung, Verwendung und Verarbeitung vieler Gewürze wird besprochen und eine Gewürzmischung für die Winterzeit zum Mitnehmen hergestellt. Dabei genießen die Teilnehmer gemeinsam einen leckeren Gewürztee. Seminarunterlagen werden zur Verfügung gestellt.

Die Veranstaltung, die um 19.30 Uhr beginnt und bis etwa 22.00 Uhr dauert, kostet 10,00 Euro je Teilnehmer, zusätzlich 5,00 Euro für Gewürz, Tee und Seminarunterlagen. Eine Anmeldung ist bis zum 09.02. beim Umweltzentrum Westfalen unter 0 23 89 – 98 09 11 möglich, Vorabinformationen erhält man im Internet unter www.naturheilkunde-geisler.de.

Unterschriftenlisten für das Volksbegehr „G9 jetzt!“ liegen ab heute im Rathaus aus

Alle Bürgerinnen und Bürger der Stadt Bergkamen, die deutsche Staatsbürger sind und 18 Jahre alt sind, haben ab heute bis zum 7. Juni 2017 die Möglichkeit, sich im Rathaus in die Eintragungslisten für das Volksbegehr in Nordrhein-Westfalen „**G9 jetzt!**“ – **Abitur nach 13 Jahren an Gymnasien: Mehr Zeit für gute Bildung** einzutragen.

Kernforderung der Initiatoren des Volksbegehrens ist: „Wir fordern, dass Eltern und Kindern die Wahlfreiheit gegeben wird, an einem Gymnasium in ihrer Nähe das Abitur nach Klasse 13 ohne Pflicht zum Nachmittagsunterricht zu erreichen.“ Dafür werden im ersten Schritt 1.060.963 Unterschriften von wahlberechtigten Bürgern benötigt. Wird diese Zahl erreicht und amtlich festgestellt, muss sich der Landtag abschließend mit dem Volksbegehr befassen. Weitere Infos zum Volksbegehr gibt es auf der [Homepage der Initiative „G9 jetzt!“](#)

Die Unterschriftenlisten liegen im Rathaus der Stadt Bergkamen, Rathausplatz 1, 59192 Bergkamen im 1. Obergeschoss in Zimmer 115 zu folgenden Zeiten aus:

Montag – Freitag 08:30 Uhr – 12:00 Uhr

Montag und Donnerstag 14:00 Uhr – 16:00 Uhr

Dienstag 14:00 Uhr – 18:00 Uhr

Weiterhin besteht die Möglichkeit sich an vier Sonntagen in die Unterschriftenlisten einzutragen. Die Listen liegen im Rathaus der Stadt Bergkamen, Rathausplatz 1, 59192 Bergkamen im Erdgeschoss in

Zimmer 003 zu folgenden Zeiten aus:

19.02.2017 09:00 Uhr – 13:00 Uhr

26.03.2017 09:00 Uhr – 13:00 Uhr

30.04.2017 09:00 Uhr – 13:00 Uhr

28.05.2017 09:00 Uhr – 13:00 Uhr

Da zu einem Volksbegehrten keine Benachrichtigungskarten versandt werden, ist es zwingend notwendig, ein gültiges Ausweisdokument mitzubringen.

Die Bekanntmachungen über das Recht der Einsichtnahme in das Wählerverzeichnis und auf Beantragung eines Eintragungsscheines anlässlich der amtlichen Listenauslegung sowie über die Auslegung der Eintragungslisten des Volksbegehrens finden Sie hier.

Weiterhin besteht ab dem 02.02.2017 die Möglichkeit einen Eintragungsschein online zu beantragen. Nach der Bearbeitung erhalten Sie per Post den Eintragungsschein zum Volksbegehrten.

Berlin-Fahrt als kleiner Dank an das Ehrenamt

Zu einer Informationsfahrt mit dem Bundespresseamt hat der Bundestagsabgeordnete Oliver Kaczmarek 50 Bürgerinnen und Bürger aus dem lokalen Ehrenamt nach Berlin in den Deutschen Bundestag eingeladen.



Besuchergruppe in Berlin: Mit dabei waren auch Ehrenamtler aus Bergkamen.

Mit dabei waren Schiedsleute aus dem Wahlkreis, die Revierarbeitsgemeinschaft Bergbaukultur, der FC TuRa Bergkamen und die Siedlergemeinschaft Nordbögge.

Auf dem Programm standen neben dem Besuch des Bundestags bei Oliver Kaczmarek mit der Besichtigung der Kuppel auf dem Reichstagsgebäudes auch ein Besuch des Auswärtigen Amtes, der Gedenkstätte Stasi Gefängnis Hohenschönhausen und eine politische Stadtrundfahrt durch Berlin. „Die Einladung nach Berlin ist eine gute Gelegenheit sich bei ehrenamtlich aktiven Bürgerinnen

und Bürgern zu bedanken. Der Besuch im Deutschen Bundestag hat mich sehr gefreut.“,
erklärt Oliver Kaczmarek.

33 Kreismeistertitel gehen an die TuRa-Wasserfreunde

Am vergangenen Wochenende richteten die Wasserfreunde TuRa Bergkamen die 42. Meisterschaften des Kreises Unna aus.



Die erfolgreichen Schwimmerinnen und Schwimmer der Bergkamener Wasserfreunde. Foto: TuRa Wasserfreunde

Bei diesen Meisterschaften wurden die Schwimmer in Altersklassen eingeteilt. In der Klasse „Junioren und älter“ erfolgte eine Wertung aller Teilnehmer der Jahrgänge 1999 und älter. In den Jugendklassen A – C wurden je zwei Jahrgänge zusammen gewertet. In den Jugendklassen D und E erfolgte eine Einzelwertung beider Jahrgänge.

In den Masters-Altersklassen erfolgte die Vergabe des Titels „Kreismeister“ nur in der Dreikampfwertung der besten drei Leistungen jedes Teilnehmers nach der „FINA“-Tabelle für die Kurzbahn.

Die Siegerehrungen wurden in diesem Jahr von Herrn Dieter

Vogt, dem Vorsitzenden der Stadtsportgemeinschaft, durchgeführt, der jedem Schwimmer seine Medaille im Namen des Kreises Unna persönlich überreichte.

Für die Wasserfreunde gingen 40 Schwimmerinnen und Schwimmer wieder einmal sehr erfolgreich an den Start. Gemeinsam kamen sie auf stolze 31 Kreismeistertitel, 26 Silbermedaillen, 22 Bronzemedaillen, 84 persönliche Bestzeiten zudem je einen Kreismeistertitel bei den Masters und den Staffeln.

Fünf Kreismeistertitel erschwammen sich Ann-Kathrin Teeke (Jg.2000) über 50, 100 und 200m Rücken sowie 100 und 200m Freistil und Alexander Mengin (Jg.2006) über 100 und 200m Rücken, 100 und 200m Freistil sowie 50 und 100m Schmetterling. Ann-Kathrin bekam zudem noch eine Silbermedaille über 50m Freistil.

Drei Kreismeistertitel erschwammen sich Marco Steube (Jg.2003) über 50, 100 und 200m Brust, Victoria Reimann (Jg.2004) über 50m Freistil, 100m Brust und 100m Rücken sowie Felix Wieczorek (Jg.2002) über 100m Freistil, 50m Schmetterling und 100m Lagen. Marco bekam zudem noch Silber über 100m Schmetterling und Bronze über 50m Schmetterling und 100m Lagen.

Zwei Kreismeistertitel erschwammen sich Maximilian Weiß (Jg.2002) über 100m Schmetterling und 200m Freistil, Moritz Kneifel (Jg.1999) über 50 und 200m Rücken und Saskia Nicolei (Jg.2003) über 50 und 100m Brust. Zudem bekam Maximilian noch Silber über 50 und 100m Freistil, 50m Schmetterling und 100m Lagen, Moritz Silber über 100m Freistil und 100m Rücken sowie Bronze über 200m Freistil und Saskia Silber über 50m Freistil und Bronze über 200m Freistil.

Einen Kreismeistertitel erschwammen sich Mareen Brech (Jg.2007) über 50m Schmetterling, Richard Zeiser (Jg.2006) über 50m Freistil, Chiara Morawski (Jg.2006) über 50m Schmetterling, Carina Blank (Jg.2002) über 200m Rücken, Max Gregor Schäfer (Jg.2009) über 50m Freistil und Piet Weppler

(Jg.2008) über 100m Lagen. Mareen bekam zudem noch Silber über 100m Lagen, 50m Freistil und 50m Brust sowie Bronze über 50m Rücken, Richard Silber über 100m Freistil und 100 und 200m Rücken, Chiara Bronze über 100 und 200m Freistil und Carina Bronze über 100m Rücken.

Einen Kreismeistertitel im Dreikampf bei den Masters erschwamm sich Tobias Jütte, der Trainer der ersten Wettkampfmannschaft.

Kevin-Noah Kaminski (Jg.2003) holte Silber über 50 und 200m Rücken sowie Bronze über 100m Rücken; Matthias Hilse (Jg.1986) Silber über 50 und 100m Brust; Maxim Mengin (Jg.2007) Silber über 100m Brust sowie Bronze über 50m Freistil und 50m Brust; Lara Boden (Jg.2004) Silber über 100m Brust sowie Bronze über 100m Freistil; Lisa-Marie Kardatzki (Jg.2001) Silber über 200m Brust sowie Bronze über 50m Rücken; Lina-Julie Bracht (Jg.2008) Silber über 50m Brust, Lisa Marie Ebel (Jg.2006) Silber über 50m Schmetterling; Alexa Haase (Jg.2004) Silber über 50m Brust; Kristina Jungkind (Jg.2003) Silber über 200m Rücken; Lennox Nüsken (Jg.2004) Bronze über 200m Rücken und 100m Schmetterling; Emma Schmucker (Jg.2008) Bronze über 50m Rücken und 50m Freistil; Fabian Synowzik (Jg.1993) Bronze über 50m Rücken und 50m Schmetterling; Louisa Blank (Jg.2005) Bronze über 100m Schmetterling; Svea Harre (Jg.2005) Bronze über 50m Brust und Ramona Klußmann (Jg.1998) Bronze über 100m Freistil.

Die erfolgreiche Mannschaft komplettierten mit vielen persönlichen Bestzeiten Anoj Amirthalingam, Anuja Amirthalingam, Kaan Aydin, Max Boden, Anna Habbes, Noah Mo Krause, Charin Schulz und Thalia Simon.

Und auch bei den Staffeln waren die TuRaner stark. Sie erkämpften sich einen Kreismeistertitel und somit einen Pokal über 4x50m Lagen offen weiblich mit Ann-Kathrin Teeke, Kristin Kruse, Saskia Nicolei, und Carina Blank. Über 4x50m Lagen offen männlich sicherten sie sich mit Tobias Jütte, Matthias Hilse, Lucas Polley und Fabian Synowzik einen guten zweiten

Platz. Zudem erschwammen sie sich noch fünf dritte Plätze und zwar über 4x50m Freistil weiblich Jg.2004 und jünger mit Charin Schulz, Chiara Morawski, Anna Habbes und Lara Boden; über 4x50m Freistil männlich Jg.2004 und jünger mit Richard Zeiser, Max Boden, Alexander Mengin und Lennox Nüsken; über 4x50m Freistil männlich offen mit Moritz Kneifel, Marco Steube, Maximilian Weiß und Felix Wiegczorek sowie über 4x50m Lagen männlich Jg.2004 und jünger mit Lennox Nüsken, Piet Weppler, Alexander Mengin und Richard Zeiser.

Zum reibungslosen Ablauf der Veranstaltung haben nicht nur die Schwimmer, sondern auch die vielen fleißigen Helfer vor und hinter den Kulissen beigetragen, ohne die so ein Wettkampf gar nicht möglich wäre. Sie hielten auch dieses Mal ein reichhaltiges und vielfältiges Angebot an Speisen und Getränken bereit, welches wieder sehr guten Anklang fand. Zudem halfen viele fleißige Hände bei Auf- und Abbau und bei den zahlreiches anderen Aufgaben, die im Rahmen eines Wettkampfes anfallen. All diesen Helfern gilt an dieser Stelle ein herzlicher Dank.