

Neuer Penny-Markt eröffnet am 24. November

Wer jetzt die Baustelle an der Landwehrstraße in Bergkamen-Mitte sieht, mag es kaum glauben. Doch am Montag, 24. November, soll dort der neue Penny-Markt eröffnet werden.



Der neue Penny-Markt an der Landwehrstraße soll am 24. November eröffnet werden.

Das steht nicht nur auf einem großen Schild als Hinweis für die Kunden, dieser Termin ist auch der Internet-Seite des Tochterunternehmens von REWE zu entnehmen.

Dabei war gerade erst am 31. Mai der letzte Verkaufstag des alten Penny-Marktes gewesen, der sichtlich in die Jahre gekommen war. Danach wurde er abgerissen, bevor der Neubau

gestartet wurde. Das ist gerade einmal fünf Monate her.

Dieser Neubau ist Bestandteil des Expansionskurses der Penny-Markt GmbH. Deutschlandweit sollen bis Mitte Dezember über 20 neue Penny-Märkte des Lebensmitteldiscounters eröffnet werden.

VHS-Angebot am Samstag: Singen ist gesund!

„Singen ist gesund!“ lautet der Titel eines VHS-Kursangebots aus dem Fachbereich „Gesundheit“ am Samstag, 15. November, im Treffpunkt.

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 Wohlfühl bemerkbar macht.

Wie man diese positive Wirkung auf den eigenen Körper erzielt, kann man in dem Volkshochschulkurs „Singen ist gesund!“ am Samstag, 15. November,, 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 3111 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 und montags, dienstags und donnerstags von 14.00 – 16:00 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 online über <http://vhs.bergkamen.de> anmelden.

Konzert zum 200. Geburtstags des Erfinders des Saxophones

Am kommenden Mittwoch wird die Vorspielreihe der Musikschule mit der nächsten Veranstaltung unter dem Namen „Bühne frei!“ in der Galerie „sohle1“ fortgesetzt.

Schülerinnen und Schüler der Musikschule haben hier die Gelegenheit das öffentliche Musizieren zu erproben. Entgegen der sonstigen Gewohnheit dieser Veranstaltungsreihe wird es in diesem Monat aus besonderem Anlass ein thematisches Konzert mit nur einer Instrumentenfamilie geben. Adolphe Sax, der Erfinder des Saxophons wurde am 6. November 1814 geboren, seinem 200. Geburtstag ist das musikalische Programm des Abends gewidmet. Den Zuhörern wird ein unterhaltsamer Mix mit Musik aus verschiedenen Epochen und Genres wie Klassik, Jazz und Pop in unterschiedlichen Besetzungen geboten. Es spielen Schüler der Saxophonklassen Karin Rescheleit-Hatzel

und Philipp Sauer.

„Bühne frei!“ bietet die Gelegenheit für alle, die sich für die Arbeit der Musikschule interessieren, musikalisch inspirieren zu lassen. Der Eintritt zu den Veranstaltungen ist frei. Der genaue Termin ist Mittwoch, 5. November, um 19. 00 Uhr in der Galerie „sohle1“.

Pflege- und Wohnberatungen in Bergkamen

Die nächsten Pflege- und Wohnberatungen in Bergkamen finden am Donnerstag, 6. und 20. November statt. Die Fachleute des Kreises stehen Ratsuchenden von 10 bis 12 Uhr im Rathaus, Rathausplatz 1 (Raum 600 in der 6. Etage) zur Verfügung. Eine telefonische Kontaktaufnahme ist unter 0 23 07 / 96 52 18 möglich. Falls sich weitere Fragen ergeben, sind die Fachleute unter Tel. 0 23 07 / 289 90 60 zu erreichen.

Bei der Beratung können Fragen rund um das Thema Pflege und Wohnen gestellt werden. Da kann es z.B. um den Antrag auf Leistungsgewährung gehen, um die Grundlagen, nach denen der Medizinische Dienst der Krankenkassen seine Begutachtung durchführt, um die Frage, wie sich Pflegebedürftige auf diese Begutachtung vorbereiten können oder auch um die Finanzierung und Abrechnung eines ambulanten Pflegedienstes oder die Finanzierung des Pflegeheimplatzes. Aber auch Ratsuchende, die Fragen nach technischen Hilfsmitteln oder einer Wohnraumanpassung, wie z. B. einem barrierefreien Badezimmer haben, können die gemeinsame Sprechstunde aufsuchen.

Die Beratung erfolgt trägerübergreifend, also unabhängig von der Zugehörigkeit der Ratsuchenden zu einer Kranken- oder

Pflegekasse. Die „Hilfe aus einer Hand“ ist kostenfrei, neutral und persönlich.

Wer die Termine nicht wahrnehmen kann oder im Anschluss weitere Fragen hat, erreicht die Mitarbeiterinnen der Pflege- und Wohnberatung des Kreises Unna im Severinshaus, Nordenmauer 18 in Kamen unter Tel. 0 23 07 / 289 90 60 oder 0800 / 27 200 200 (kostenfrei).

Weitere Informationen finden sich im Internet unter www.kreis-unna.de – Kreis & Region – Soziales – Pflege- und Wohnberatung.

Neue Bergkamener Notfallkarte kann im Notfall Leben retten

Sie heißt zwar „Notfallkarte“, doch eigentlich ist es ein kleines Heft. Der Grund: Die „Notfallkarte“ des Bergkamener Seniorenbüros in Zusammenarbeit mit dem DRK enthält, wenn sie richtig ausgefüllt ist, jede Menge Informationen, die im Notfall Leben retten können.



Vorstellung der neuen Bergkamener Notfallkarte (.l.): Roland Schäfer, Andreas Kray, Christine Busch, Inge Freitag und Timm Jonas von den GSW.

Ab sofort ist die Notfallkarte im Rathaus, im Treffpunkt und in der Stadtbibliothek zu haben. Sie soll aber auch während der Treffen von Seniorengruppen verteilt werden, erklären Inge Freitag vom Seniorenbüro und der Vorsitzende des Bergkamener DRK-Ortsvereins Andreas Kray. Und zwar kostenlos. Den Druck in einer Auflage von 16.000 Stück haben die GSW übernommen.

Ausfüllen kann man die Notfallkarte selbst: den Namen mit Adresse, den Namen des Hausarztes und wer in einem Notfall zu benachrichtigen ist. Bei anderen Angaben, etwa zu den Grunderkrankungen oder zu den einzunehmenden Medikamenten sollte ein Arzt gefragt werden. Zumindest sollte er mal „rüberschauen“, raten nicht nur Inge Freitag und Andreas Kray, sondern auch Bürgermeister Roland Schäfer bei der offiziellen Vorstellung des Dokuments am Montag.



Gedacht ist die Notfallkarte vor allem für Seniorinnen und Senioren. Sie sollten gleich zwei ausfüllen: eine, die sie immer bei sich tragen und eine, die sie am besten an der Wohnungstür in Augenhöhe deutlich sichtbar befestigen. „So erhalten in einem Notfall Rettungssanitäter, der Notarzt oder die Feuerwehr sofort die wichtigsten Informationen“, erklärt Sozialdezernentin Christine Busch.

Von Bergkamen aus zu den Sternen

Am Freitag, 14. November um 19:30 Uhr startet von der VHS Bergkamen ein neuer Vorstoß ins Weltall. Der bekannte Astronomiedozent Dr. Tom Fliege aus Dortmund präsentiert seinen Vortrag „Mein Himmel“, der auf eine Reise von der Erde bis in die Tiefen des Weltalls führt.

Am Dienstag 25. November um 18 Uhr beginnt dann der vierteilige Astronomieworkshop, bei dem die Astronomie und

Astrofotografie ausführlich behandelt wird. Hier haben die Teilnehmer genug Zeit, damit sie neben den Vortragsteilen auch selber „Hand anlegen“ können. Wenn das Wetter mitspielt, wird jeweils im Anschluss der aktuelle Sternenhimmel beobachtet. Bitte an warme Bekleidung denken! Der Vortrag „Kurs X1145“ kostet 12€ und der Workshop „Kurs X1146“ 64€.

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 und montags, dienstags und donnerstags von 14.00 – 16:00 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 online über <http://vhs.bergkamen.de> anmelden.

Blutspendetermine im November

Das Deutsche Rote Kreuz, Ortsverein Bergkamen e.V., veranstaltet im Monat November 2014 folgende Blutspendetermine:

- Freitag, 14. November 2014, 15.00 – 20.00 Uhr, Gemeindezentrum „Haus der Mitte“, Kanalstr. 7, in Rünthe
 - Freitag, 28. November 2014, 15.00 – 20.00 Uhr, Treffpunkt, Lessingstr. 2, 59192 Bergkamen-Mitte
-

Musikschule macht „Fit für den Heiligen Abend“

Unter dem Motto „Fit für den Heiligen Abend“ bietet die Musikschule der Stadt Bergkamen am 29. November 2014 (Samstag) zwei Workshops für Erwachsene an, die früher Blockflöte oder Klavier gespielt haben und die jetzt ihre instrumentalen Fähigkeiten mit Weihnachtsliedern auffrischen wollen.

Unter sachkundiger Leitung können die Kursteilnehmer ihre Lieblingsweihnachtslieder einstudieren oder neue Lieder kennenlernen. Die Workshops eignen sich sowohl für Anfänger wie auch für fortgeschrittene Spieler. Das Notenmaterial wird von den Dozenten der Musikschule zur Verfügung gestellt. Beide Workshops finden in der Preinschule in Oberaden statt und kosten jeweils 25 Euro.

Der Samstagvormittag widmet sich von 10 bis 13 Uhr dem „Instrument der Engel“: Die neue Blockflötendozentin der Musikschule, Angela Waldmann-Kräher, studiert mit den Spielern weihnachtliche Flötentöne ein. Bei diesem Workshop sind alle Typen der Blockflötenfamilie, also auch Alt-, Tenor- und Bass-Blockflötenspieler, herzlich willkommen. Bei Bedarf stellt die Musikschule Interessierten eine Sopranblockflöte als Leihinstrument zur Verfügung.

Am Samstagnachmittag von 15 bis 18 Uhr heißt es dann: „Weihnachtslieder auf dem Klavier für Wiedereinsteiger“. Johannes Wolff, Leiter des Fachbereiches Tasteninstrumente der Musikschule, bietet diesen Kurs für Erwachsene an.

Die Teilnehmerzahl für beide Workshops ist begrenzt. Der Anmeldeschluss ist der 21. November 2014. Anmeldungen sind ab sofort über die Musikschule der Stadt Bergkamen unter Tel. 02306 / 30 77 30 möglich.

Neue Ratsvertreter aus Gennevilliers besuchten Lichtermarkt

Nach der Kommunalwahl im März dieses Jahres machte sich eine Abordnung der neu gewählten Ratsvertreter aus der französischen Partnerstadt Gennevilliers erstmalig in der Zeit vom 31. Oktober bis 2. November auf den Weg nach Bergkamen.

Die Beigeordnete Zineb Zouaoui sowie die Ratsmitglieder Maria-Blanca Fernandez und Daniel Berder, der zuständig ist für internationale Verbindungen, wurden begleitet von dem langjährigen für Städtepartnerschaften verantwortlichen Mitarbeiter Ridha Guessoum .

Neben dem Lichtermarkt, der auch für unsere französischen Freunde jedes Mal ein Highlight ist, lernte die Delegation bei einer Stadtrundfahrt ihre deutsche Partnerstadt näher kennen und auch bei einem Besuch in Münster erfuhr die Gruppe viel Interessantes über Westfalen.

Gleichzeitig bot sich die Gelegenheit, schon einmal die Begegnungsprojekte für das nächste Jahr zu thematisieren und die ersten Planungsschritte anzustoßen.

Spaziergänger ertappen drei

jugendliche Einbrecher

Jede Menge Glück hatten am Sonntag die Bewohner eines Einfamilienhauses an der Lünener Straße. Spaziergänger erwischten drei junge Einbrecher. Die Beute konnte fast vollständig zurückgegeben werden.

Die Spaziergänger überraschten geradezu die drei Jugendlichen im Alter von 14 und 15 Jahren, die gerade in ein Einfamilienhaus an der Lünener Straße in Bergkamen eingestiegen waren. Als die Einbrecher die Spaziergänger entdeckten, flüchteten sie. Zwei von ihnen wurden von einem weiteren Zeugen verfolgt und zum Tatort zurückgebracht. Sie wurden bei der Polizei vernommen und anschließend an die Erziehungsberechtigten übergeben.

Der dritte Täter, der namentlich bekannt war, stellte sich später selbst bei der Polizei. Die Jugendlichen hatten im Haus Bargeld erbeutet, welches in Tatortnähe fast vollständig wieder aufgefunden werden konnte. Auf alle drei kommt jetzt ein Ermittlungsverfahren wegen Wohnungseinbruch zu.

Betrunkene Bergkamenerin fährt gegen drei Pkw

Am Freitagabend fuhr gegen 23.50 Uhr eine 42 jährige Bergkamenerin auf der Ebertstraße in Richtung Hubert-Biernat-Straße. In Höhe der Karl-Liebknecht-Straße verlor sie die Kontrolle über ihren PKW und kollidierte mit zwei parkenden Fahrzeugen. Bei der Unfallaufnahme wurde Alkoholgeruch festgestellt. Der Fahrerin wurde eine Blutprobe entnommen und ihr Führerschein sichergestellt. Es entstand ein Sachschaden

von etwa 9000 Euro.