TuRa-Nachwuchs zeigt starke Leistungen beim Sparkassen-Swim-Open in Kamen



Beim 40. Sparkassen-Swim-Open und 22. Sparkassen-Masterspokal am 30. und 31. Mai in Kamen präsentierte sich der Nachwuchs der Wasserfreunde TuRa Bergkamen in großartiger Form. Bei insgesamt 112 Einzelstarts erschwammen die Aktiven 27 Gold-, 28 Silber- und 20 Bronzemedaillen sowie zahlreiche neue Bestzeiten. In der Gesamt-Mannschaftswertung belegte das Team einen hervorragenden zweiten Platz.

Als Jahrgangssieger konnten sich Phil Langenberg (Jg. 2018), Mila Murray (Jg. 2016) und Emilia Minnerup (Jg. 2015) durchsetzen, die mit starken Leistungen auf unterschiedlichen

Strecken die Wertung ihrer Altersklasse für sich entscheiden konnten. Auch abseits der Jahrgangssiege sammelten die Aktiven der Wasserfreunde TuRa Bergkamen zahlreiche Medaillen: Merle Böttcher (Jg. 2017) mit einer Bronzemedaille, Maximilian Bolt (Jg. 2016) mit einer Bronzemedaille, Alexander Bolt (Jg. 2018) mit einer Silber- und einer Bronzemedaille, Xavier Brüning (Jg. 2015) mit einer Gold- und fünf Silbermedaillen, Fleur Muriel Brüning (Jg. 2017) mit einer Gold- und zwei Silbermedaillen, Ben Leon Burgdorf (Jg. 2014) mit zwei Gold-, einer Silber- und einer Bronzemedaille, Henriette Demuth Rocholl (Jg. 2018) mit einer Silbermedaille, Johanna Donsbach (Jg. 2015) mit zwei Silbermedaillen, Mila Ellerkmann (Jg. 2015) mit einer Goldmedaille, Marlene Geise (Jg. 2018) mit einer Bronzemedaille, Bruno Krause (Jg. 2018) mit einer Gold-, einer Silber- und einer Bronzemedaille, Phil Langenberg (Jg. 2018) mit einer Gold-, einer Silber- und einer Bronzemedaille, Pepe Mendel (Jg. 2013) mit einer Gold-, einer Silber- und zwei Bronzemedaillen, Tilo Mendel (Jg. 2016) mit einer Bronzemedaille, Nova Meschkapowitz (Jg. 2015) mit einer Gold-, einer Silber- und zwei Bronzemedaillen, Emilia Minnerup (Jg. 2015) mit vier Gold- und einer Silbermedaille, Nick Mosert (Jg. 2016) mit drei Gold- und einer Silbermedaille, Mila Murray (Jg. 2016) mit sieben Goldmedaillen, Felix Mats Prull (Jg. 2016) mit zwei Gold- und zwei Bronzemedaillen, Novalie Schamann (Jg. 2015) mit zwei Gold-, drei Silber- und einer Bronzemedaille, Josephine Schmidt (Jg. 2016) mit zwei Silber- und einer Bronzemedaille, Lina Schöler (Jg. 2016) mit einer Silbermedaille, Mila Schöler (Jg. 2017) mit einer Bronzemedaille, Philipp ten Venne (Jg. 2013) mit einer Silber- und einer Bronzemedaille, Luke Timmermann (Jg. 2017) mit zwei Silber- und einer Bronzemedaille sowie Karl Weddig (Jg. 2018) mit einer Silber- und einer Bronzemedaille. Zudem gingen Elif Dündar (Jg. 2017) und Matthias Fritza (Jg. 2018) für die Wasserfreunde an den Start.

Aus Trainersicht war der Wettkampf ein voller Erfolg. Viele Athletinnen und Athleten absolvierten erstmals Starts auf der

Langbahn, bestätigten ihre bisherigen Bestzeiten oder wagten sich erfolgreich an neue und längere Strecken. Dies unterstreicht die kontinuierliche Entwicklung der Schwimmerinnen und Schwimmer sowie ihre Bereitschaft, sich neuen Herausforderungen zu stellen. Zudem zeigen die Ergebnisse das große Potenzial und den starken Teamgeist der Wasserfreunde.

---

25 Jahre Sparkassen GRAND JAM: Jubiläumssaison verspricht internationale Musikmomente in Bergkamen



Von links: von l. Jörg Jandzinsky (Sparkasse Bergkamen-Bönen),Tommy Schneller, Sarah Feige (Kulturreferat Bergkamen), Tobias Laaß (Sparkasse Bergkamen-Bönen), Oliver Geselbracht

und Regina Maschewski (Thorheim Bergkamen). Foto: Stadt Bergkamen

Der Sparkassen GRAND JAM in Bergkamen steuert auf ein besonderes Jubiläum zu. Am 3. Februar 2027 feiert die erfolgreiche Konzertreihe ihr 25jähriges Bestehen und blickt damit auf ein Vierteljahrhundert voller hochkarätiger Live-Musik und internationaler Künstler zurück.

Auch die Saison 2026/2027 verspricht wieder musikalische Highlights auf höchstem Niveau. Verantwortlich dafür sind die Initiatoren Olli Gee und Tommy Schneller, die mit viel Leidenschaft und einem starken internationalen Netzwerk Jahr für Jahr renommierte Musiker nach Bergkamen holen. Künstler, die sonst auf den großen Bühnen der Welt auftreten, werden beim Sparkassen GRAND JAM in besonderer Atmosphäre hautnah erlebbar. Ein wesentlicher Bestandteil dieser Erfolgsgeschichte ist die langjährige Unterstützung der Sparkasse Bergkamen-Bönen. Als verlässlicher Hauptsponsor trägt sie maßgeblich dazu bei, dass die Konzertreihe in dieser Qualität und Größenordnung möglich ist. Am 02.06.2026 wurde das neue Line-up vorgestellt. Schon jetzt steht fest, dass die Jubiläumssaison ein weiterer Höhepunkt in der Geschichte des Sparkassen GRAND JAM werden wird.

DIE KONZERTSAISON 2026/2027:

2. **02.09.2026 | 20.00 Uhr**
   Michael van Merwyk & GRAND JAM Houseband

Zum Auftakt der Saison 2026/2027 kehrt Michael van Merwyk zurück nach Bergkamen. Mit markanter Stimme, virtuosem Gitarrenspiel und authentischem Blues begeistert der mehrfach ausgezeichnete Musiker sein Publikum europaweit. Gemeinsam mit der GRAND JAM Houseband verspricht er einen mitreißenden Konzertabend voller Blues, Soul und echter Live-Energie.

7. **07.10.2026 | 20.00 Uhr**

Chris Grey & The BlueSpand (DK)

Chris Grey & The BlueSpand stehen für einen energiegeladenen Mix aus Funk, Blues, Soul und Rhythm ’n’ Blues. Das dänische Trio begeistert mit groovigen Basslines, bluesigen Gitarren, starken Rhythmen und jeder Menge Spielfreude. Seit der Gründung im Jahr 2011 erspielte sich die Band mit intensiven Tourneen und viralen Live-Videos eine internationale Fangemeinde. 2026 kehren Chris Grey & The BlueSpand mit neuer Musik und noch mehr Energie auf die Bühne zurück.

04.11.2026 | 20.00 Uhr
T’s Soultrain

T’s Soultrain bringt den klassischen Soul Sound der 60er Jahre auf die Bühne. Inspiriert von Künstlern wie Ray Charles, Otis Redding, Wilson Pickett oder Sam & Dave entstand die Band aus einer legendären Oldie Session in Osnabrück. Die vier Musiker verbindet die Leidenschaft für authentischen Soul mit viel Groove, Spielfreude und handgemachter Live-Musik.

02.12.2026 | 20.00 Uhr
Jones & The Crew

Jones & The Crew zählen aktuell zu den erfolgreichsten Bluesbands im deutschsprachigen Raum. Die Band um den spanischen Bluesmusiker Txako Jones begeistert mit kraftvollem Blues, virtuosem Zusammenspiel und internationaler Bühnenerfahrung. Gemeinsam mit Gitarrist Jan Hirte, Matthias Falkenau an der Hammondorgel und Drummer Carlos Dalelane entsteht ein energiegeladener Sound voller Groove und Spielfreude.

Weitere Termine:

06.01.2027 | 20.00 UHR
Sascha Kommer

03.02.2027 | 20.00 UHR

3. **Jubiläumskonzert: 25 Jahre Blues in Bergkamen**

Gregor Hilden & GRAND JAM Houseband

03.03.2027 | 20.00 UHR

3. **Robbin Kapsalis (USA) & Grand Jam Houseband**

07.04.2027 | 20.00 UHR
Eamonn Flynn (IRL) & Grand Jam Houseband

Veranstaltungsort: Thorheim Bergkamen, Landwehrstraße 160, 59192 Bergkamen
Tickets ab sofort unter: 02307/ 965 464 oder tickets.bergkamen.de

Weitere Infos unter: www.bergkamen.de

Kunstwerkstatt eröffnet am Sonntag Ausstellung „überLeben“



Gruppenfoto bei der Jahrestagung der Künstlergruppe „kunstwerkstatt sohle 1“. Foto: Silke Kieslich

Die kunstwerkstatt sohle 1 präsentiert mit *„überLeben“* ihre neue Ausstellung in der Bergkamener Galerie „sohle 1“. Der bewusst ungewöhnlich gesetzte Titel soll irritieren und zugleich zum Nachdenken anregen: Geht es um das Leben selbst, um das Nachdenken darüber – oder um das Überleben? Und wenn ja: wessen Überleben steht im Mittelpunkt?

Gerade diese Offenheit macht den Reiz der Ausstellung aus. Die beteiligten Künstlerinnen und Künstler nähern sich dem Thema aus sehr unterschiedlichen Perspektiven und mit vielfältigen künstlerischen Mitteln. Zu sehen sind Malerei, Zeichnung, Fotografie und Skulptur ebenso wie Arbeiten, die verschiedene Ausdrucksformen miteinander verbinden. Dabei entstehen Werke, die persönliche, gesellschaftliche und existenzielle Fragestellungen aufgreifen und den Besucherinnen und Besuchern Raum für eigene Interpretationen lassen.

Beteiligt sind Claudia Beck, Heike Behrens, Karin Delkus, Martina Dickhut, Jeanne Feldhaus, Emilia Fernandez, Thea Holzer, Wolfgang Kerak, Silke Kieslich, Marc-Oliver Knappmann, Marij Neumann, Bärbel Sprzagala, Barbara Strobel, Doris Trost, Peter Wiesemann, Klaus Wleklik und Dietrich Worbs. Als Gastkünstlerin ist Susanne Specht vertreten.

Die Ausstellung wird eröffnet durch den Vorsitzenden des Kulturausschusses Tobias Hindemitt. Eine Einführung gibt die Kunsthistorikerin Anke Schmich. Musikalisch begleitet wird die Eröffnung von Annette Rettich am Cello gemeinsam mit ihrer Klavierpartnerin.

Die Künstlerinnen und Künstler der kunstwerkstatt sohle 1 freuen sich darauf, zahlreiche Besucherinnen und Besucher in

der Galerie „sohle 1“ begrüßen zu dürfen.

Ausstellungseröffnung ist am 7.6.26, 11:00 Uhr.

Ort: Galerie Sohle 1, Jahnstr. 31, 59192 Bergkamen

Öffnungszeiten: Mi. – Fr. 13:00 – 18:00 Uhr, Sa – So. 11:00 – 18:00 Uhr.

Pflege- und Wohnberatung in Rünthe: Kostenfrei und neutral



Elke Möller. Foto: Max Rolke / Kreis Unna

Mit Eintritt eines Pflegefalles stehen Betroffene und

Angehörige vor vielen Fragen. Hilfe gibt es vor Ort in den Sprechstunden der Pflege- und Wohnberatung im Kreis Unna. In Bergkamen-Rünthe findet die nächste Sprechstunde der Pflege- und Wohnberatung am Donnerstag, 11. Juni in der Zeit von 10 bis 12 Uhr statt.
Die Pflegeberaterin Elke Möller ist im Gemeindebüro an der Christuskirche, Rünther Str. 42, zu erreichen und bietet eine individuelle und kostenfreie Beratung an.

In der Beratung geht es um alle Fragen rund um das Thema Pflege, wie zum Beispiel zu den verschiedenen Leistungen der Pflegeversicherung oder der Begutachtung durch den Medizinischen Dienst. Ebenfalls informiert die Beraterin über ortsnahe Betreuungs- und Pflegeangebote und deren Finanzierung. Informationen gibt es auch zu Entlastungsangeboten für pflegende Angehörige. Die Beratung ist kostenlos und unabhängig.

Terminvereinbarung
Um eine vorherige Terminvereinbarung unter Fon 08 00 27 20 02 00 (kostenfrei) wird gebeten. Wer den Termin nicht wahrnehmen kann, erreicht die Pflege- und Wohnberatung im Kreis Unna im Severinshaus, Nordenmauer 18 in Kamen, unter Fon 0 23 07 2 89 90 60 oder Fon 08 00 27 20 02 00 (kostenfrei).

Weitere Informationen gibt es im Internet unter www.kreis-unna.de (Suchbegriff Pflege- und Wohnberatung). PK | PKU

Mobiler Gesundheitskiosk

kommt nach Bergkamen

Gesundheit kann herausfordernd sein. Nicht nur eine Krankheit selbst, sondern auch das Drumherum. Hierfür gibt es den „Mobilen Gesundheitskiosk“.
Vor Ort können Sie sich zu allen Fragen rund um Ihre Gesundheit unbürokratisch und kostenlos beraten lassen. Die Gesundheitslotsinnen Jana Krethen, Lea Görsmeier und Judith Steinkamp beraten zu Angeboten unter Berücksichtigung ihrer individuellen Situation. Es geht zum Beispiel um Themen wie: „Was tue ich, wenn ich eine Verordnung bekommen habe? Ich habe Fragen zu Angeboten rund um meine Erkrankung.“

Sprechzeiten Bergkamen
Dienstag, 09. Juni: 10:00 – 11:30 Uhr
Multikulturelles Forum e.V., Buchfinkenstr. 8
Gesundheitslotsin: Jana Krethen

Sprechzeiten Bergkamen
Dienstag, 09. Juni: 14:00 – 15:30 Uhr
ChanGe! Bergkamen, Präsidentenstr. 42
Gesundheitslotsin: Jana Krethen

Sprechzeiten Bergkamen
Freitag, 12. Juni: 09:00 – 11:30 Uhr
OGS Frühstückscafé, Am Friedrichsberg 33

Auch außerhalb der offenen Sprechstunden können Termine vereinbart werden, unter gesundheitskiosk@kreis-unna.de. Interessierte können zu den allgemeinen Öffnungszeiten der Kreisverwaltung Unna telefonisch beraten werden und Termine vereinbaren, unter den folgenden Telefonnummern: Fon 0 23 03 27 – 35 53 oder unter Fon 0 23 03 27 – 42 52 sowie unter Fon 0 23 03 27 – 27 59.

Weitere Infos und Kontakte sowie aktuelle Termine gibt es unter www.kreis-unna.de und dem Stichwort „Mobiler Gesundheitskiosk”. PK | PKU

Polizei sucht Zeugen: Wohnungseinbruch im Mehrfamilienhaus an der Hubert-Biernat-Straße

Unbekannte Täter verschafften sich am Freitag, 29.05.2026, zwischen 17:00 Uhr – 20:00 Uhr, Zugang zu einer Wohnung eines Mehrfamilienhauses an der Hubert-Biernat-Straße in Bergkamen-Weddinghofen.

Sie betraten die Wohnung im Erdgeschoss durch Aufhebeln der Eingangstür und durchwühlten sämtliche Räume.

Ob etwas entwendet wurde, steht bislang nicht fest.

Hinweise von Zeugen, die Angaben zum Sachverhalt oder verdächtigen Personen in diesem Bereich machen können, werden gebeten, sich bei der Polizei in Kamen unter 02307 921 3220 oder 02303 921 0 zu melden oder an das Emailpostfach: poststelle.unna@polizei.nrw.de zu schreiben.

Große Freude beim SuS Rünthe: DFB-Ferienfreizeit im Wert

von über 10.000 Euro für die C-Jugend



Manche Auszeichnungen haben nicht nur einen finanziellen Wert – sondern bleiben Kindern ein Leben lang in Erinnerung. Genau

so eine besondere Nachricht erreichte jetzt den SuS Rünthe. Im Rahmen der Kreispokalspiele am 14.05.2026 überreichte FLVW-Vertreter Jörg Fürstenau dem Verein offiziell den Teilnahmegutschein für eine einwöchige Ferienfreizeit der DFB-Egidius-Braun-Stiftung. Ausgewählt wurde in diesem Jahr die C-Jugend des SuS Rünthe.

Vom 27.07. bis 02.08.2026 reist die Mannschaft zur Sportschule Grünberg. Die komplette Freizeit inklusive Betreuung der Mannschaft und zweier Trainer*innen hat einen Gesamtwert von über 10.000 Euro.

Bundesweit gelten die Ferienfreizeiten der DFB-Egidius-Braun-Stiftung als besondere Anerkennung für Vereine, die sich nicht nur sportlich engagieren, sondern jungen Menschen Werte vermitteln: Gemeinschaft, Fairness, Verantwortung und Zusammenhalt.

Dass der SuS Rünthe erneut ausgewählt wurde, macht die Auszeichnung noch außergewöhnlicher. Bereits vor vier Jahren durfte eine Jugendmannschaft des Vereins an einer solchen Freizeit teilnehmen. Dass ein Verein innerhalb weniger Jahre gleich zweimal berücksichtigt wird, ist alles andere als selbstverständlich – und zugleich ein starkes Zeichen für die kontinuierliche Jugendarbeit in Rünthe.

Denn hinter solchen Einladungen stehen weit mehr als Ergebnisse oder Tabellenplätze. Sie sind auch eine Anerkennung für die vielen Ehrenamtlichen, Trainerinnen und Unterstützerinnen, die Woche für Woche Zeit investieren, Kinder begleiten und ein Umfeld schaffen, in dem sich junge Menschen wohlfühlen können.

Für die Jugendlichen selbst dürfte die Reise nach Grünberg zu einem echten Höhepunkt werden. Gemeinsame Erlebnisse, neue Erfahrungen, Sport, Freizeit und viele besondere Momente werden aus einer Fußballmannschaft für eine Woche noch mehr eine Gemeinschaft machen.

Beim SuS Rünthe ist die Freude deshalb entsprechend groß. Der Verein sieht die erneute Einladung nicht nur als Auszeichnung für die aktuelle Mannschaft, sondern auch als Bestätigung dafür, wie wichtig engagierte Kinder- und Jugendarbeit für das gesellschaftliche Miteinander vor Ort ist.

West Coast Swing beim TuS Weddinghofen 1959 e.V.

Jeden Dienstag von 18:30 bis 20:00 Uhr lädt der Kurs West Coast Swing des TuS Weddinghofen zum Tanzen ein. Er findet im Martin-Luther-Haus in Weddinghofen (Goekenheide 5) statt. Dieser vielseitige Paartanz begeistert durch seine fließenden Bewegungen, die enge Verbindung zur Musik und zahlreiche Möglichkeiten zur individuellen Interpretation und Improvisation.

Der Kurs richtet sich an Tanzbegeisterte jeden Alters und ist sowohl für AnfängerInnen als auch für Fortgeschrittene bestens geeignet. Wer einen modernen, abwechslungsreichen Tanzstil kennenlernen oder seine Fähigkeiten weiterentwickeln möchte, ist herzlich willkommen. Aktuell sind noch freie Plätze verfügbar.

Weitere Informationen über West Coast Swing und den gesamten Verein finden Sie auf www.tus-weddinghofen.de oder kontaktieren Sie uns gerne unter info@tus-weddinghofen.de.

Das Rote Kreuz ruft zur Blutspende im Martin-Luther-Haus auf

Das Rote Kreuz ruft zur Blutspende auf am Dienstag, 2. Juni, von 16 bis 20 Uhr im Martin-Luther-Haus, Goekenheide 7, in WeddinghofenWer Blut spendet, rettet Leben – und braucht vielleicht beim ersten Mal etwas Überwindung. Doch wer diesen Schritt geht, zeigt mehr als Mut: Verantwortungsbewusstsein und gelebte Solidarität.

Blutspende – das Generationenprojekt
Das Alter wird für den DRK-Blutspendedienst West immer mehr zum Thema. Die demographische Entwicklung (immer mehr ältere Mitbürger, immer weniger junge) ist schließlich nicht nur für die Rente, sondern auch für das Blutspenden bedenklich. Es hat sich gezeigt, dass das Blutspendeverhalten stark mit dem Alter zusammenhängt. Während jüngere Menschen die Blutspendtermine seltener besuchen, kommen ältere sehr viel häufiger und vor allem regelmäßiger zur Blutspende. Dieses Blutspende-Fundament der Baby-Boomer-Generation bröckelt, denn immer mehr Boomer können aus gesundheitlichen Gründen kein Blut mehr spenden. Gleichzeitig ist diese Altersgruppe aufgrund eines höheren Risikos für Erkrankungen verstärkt auf Blutspenden angewiesen. Grundsätzlich gilt: Man muss volljährig sein, um zur Blutspende zugelassen zu werden. Eine Altersgrenze nach oben gibt es seit November 2023 nicht mehr.

Cool bleiben – Blut spenden
Damit Blutspender auch an heißen Tagen einen kühlen Kopf bewahren, bedankt sich das Rote Kreuz bis Ende Juli mit einer besonderen Aufmerksamkeit: einer Eiswürfelform. So werden Getränke künftig mit Eiswürfeln in Tropfenform gekühlt – ein kleines Symbol für eine große Tat.

Blutspenden ist einfach. So gehts:

- Termin reservieren: Unter www.blutspende.jetzt oder über die kostenlose Hotline 0800 11 949 11 lässt sich schnell und unkompliziert eine Blutspendezeit buchen.
- Gesund bleiben: Spenden darf, wer mindestens 18 Jahre alt ist und sich gesund fühlt – eine obere Altersgrenze gibt es nicht mehr.
- Bitte mitbringen: Personalausweis oder Führerschein.
- Sich stärken: Vor der Spende ausreichend trinken und etwas essen.
- Sich Zeit nehmen: Rund eine Stunde Zeit einplanen – die eigentliche Blutspende dauert nur fünf bis zehn Minuten. Danach bleibt man noch etwa zehn Minuten entspannt liegen.
- Genießen: Das Rote Kreuz bietet im Anschluss einen kleinen Imbiss oder ein Lunchpaket an.

Alle aktuellen Blutspendetermine, eventuelle Änderungen sowie Informationen rund um das Thema Blutspende sind kostenfrei unter 0800 11 949 11 und unter www.blutspende.jetzt abrufbar.

40-jähriger Dortmunder bei körperlicher Auseinandersetzung in Bergkamen tödlich verletzt

.Am Samstagabend (30. Mai) kam es im Rahmen einer körperlichen Auseinandersetzung zwischen mehreren Personen zu einem Tötungsdelikt auf der Heinrich-Jasper-Straße in Bergkamen. Nach derzeitigem Ermittlungsstand gerieten gegen 20:00 Uhr

mehreren Personen in Streitigkeiten, die in einer körperlichen Auseinandersetzung mündeten. Dabei wurde möglicherweise auch ein Messer eingesetzt. Zwei Beteiligte wurden schwer verletzt. Ein Mann erlag trotz sofort eingeleiteter Reanimationsmaßnahmen seinen Verletzungen, ein weiterer wurde schwer verletzt.

Die Einsatzkräfte nahmen vier Personen vorläufig fest und brachten sie in das Polizeigewahrsam. Die Hintergründe der Tat sind bislang noch unklar. Eine Mordkommission des Polizeipräsidiums Dortmund hat die Ermittlungen aufgenommen.

Zeugen, die die Tat beobachtet haben und insbesondere Angaben zu den Tätern machen können, werden gebeten, sich bei der Kriminalpolizei Dortmund unter der Telefonnummer 0231/132-7441 zu melden.

„Stark im Alltag“: Kostenfreies Angebot für alleinerziehende Mütter



Mit dem Projekt „Stark im Alltag“ startet die Stadt Bergkamen ein besonderes kostenfreies Angebot zur Unterstützung alleinerziehender Mütter. Den Auftakt bildet ein Kennenlernfrühstück unter dem Motto „Stärken entdecken“ am 12. Juni 2026 von 10.00 bis 13.00 Uhr im Familientreff (Pestalozzihaus, Pestalozzistraße 6) Bergkamen.

Die Veranstaltung richtet sich an alleinerziehende Mütter aus Bergkamen, die sich Austausch, Entlastung und neue Impulse für ihren Alltag wünschen. In entspannter Atmosphäre haben die Teilnehmerinnen die Möglichkeit, sich kennenzulernen, erste

Kontakte zu knüpfen und gemeinsam ihre persönlichen Stärken sichtbar zu machen. Ziel ist es, von Beginn an ein vertrauensvolles Umfeld zu schaffen, in dem gegenseitige Unterstützung wachsen kann.

Das Kennenlernfrühstück bildet den Auftakt einer vierteiligen Veranstaltungsreihe, die bis in die Sommerferien 2026 verschiedene Themen rund um Stressbewältigung, Selbstfürsorge und persönliche Ressourcen aufgreift. Geleitet werden die Sitzungen von einer erfahrenen Psychotherapeutin mit kunsttherapeutischem Hintergrund.

Das Projekt „Stark im Alltag“ legt besonderen Wert auf Gesundheitsförderung, Selbstfürsorge und Vernetzung. Viele alleinerziehende Mütter tragen eine hohe Verantwortung im Alltag – gleichzeitig verfügen sie über vielfältige Kompetenzen, die im gemeinsamen Austausch gestärkt werden können.

Das Angebot wird in Kooperation mit dem Gesundheitsamt des Kreises Unna durchgeführt und durch die Techniker Krankenkasse gefördert.

Interessierte alleinerziehende Mütter aus Bergkamen sind herzlich eingeladen teilzunehmen. Eine Anmeldung ist bis zum 09. Juni 2026 unkompliziert über Telefon 02307 / 280 333 oder per E-Mail an familientreff@t-online.de möglich.