Volkshochschule gibt humorvolle Pannenhilfen für den Alltag

Dr. Torsten Reters hält am Mittwoch, 13. Februar, ab 19.00 Uhr, bei der Volkshochschule Bergkamen einen Vortrag zum Thema "Glücksbringer – Eine humorvolle Pannenhilfe für den Alltag und Zufriedenheitsstrategien für die Seele". Dr. Reters ist Soziologe und setzt sich seit vielen Jahren mit Fragestellungen und "Tücken" des menschlichen Miteinanders auseinander.

Egal, in welchem Lebensbereich es zu Stress und Ärger kommt, am Arbeitsplatz, in der Familie, in Beziehungen oder mit dem lieben Geld. Oftmals fehlen uns sinnvolle Lösungsstrategien und das Unwohlsein verstärkt sich, der Konflikt weitet sich aus.

Dabei gibt es zahlreiche Anregungen aus der Psychologie, Theologie und Philosophie, die uns dabei helfen können, dem Leben wieder mit einem Lächeln zu begegnen.

Mit Hilfe humorvoller Beispiele, auch in Filmsequenzen, zeigt Dr. Reters zum einen Wege zu praktischen Problemlösungen für den Alltag und zum anderen Pfade zu größerer Selbstzufriedenheit, Spiritualität und Glück für die Seele, auf.

Sollte Ihr Interesse an diesem Angebot geweckt worden sein, melden Sie sich doch einfach an. Anmeldungen nimmt das VHS-Team persönlich während der Öffnungszeiten montags bis freitags von 08:30 – 12:00 Uhr und montags 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 über

Das Elbsandsteingebirge: Fotografien in der Ökologiestation



Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer der Fotoreise ins Elbsandsteingebirge. Foto: Marion Rautert

Eine Fotoreise des "Grünen Rucksacks" vom Umweltzentrum Westfalen führte im September 2018 ins Elbsandsteingebirge.

Es entstand aus einer gewaltigen steinernen Platte, die durch Witterungseinflüsse zerfurcht, zerfressen und teilweise

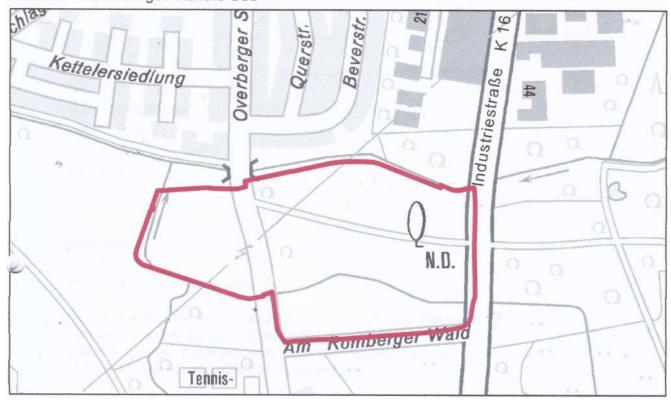
abgetragen wurde. Geprägt von majestätischen Tafelbergen und bizarren Felstürmen, canyonartigen Tälern, Höhlen und tiefen, steil abfallenden Schluchten, findet sich in kaum einer anderen Region Mitteleuropas eine so außerordentliche Formenvielfalt auf engstem Raum wie hier.

Zur Eröffnung der Ausstellung mit Fotografien der Teilnehmerinnen und Teilnehmer am Donnerstag den 14. Februar um 18.00 Uhr sind alle Foto- und Naturinteressierte herzlich eingeladen. Bis zum 7. April sind die Arbeitsergebnisse in der Ökologiestation in Bergkamen-Heil zu sehen.

Aktionskreis lehnt die Ausweisung eines Gewerbegebiets im Rünther Süden ab

Potenzialstandorte für eine gewerbliche Entwicklung

Standort 1: Overberge / Rünthe-Süd



Die rote Linie zeigt die Grenze des möglichen neuen Gewerbegebiets südlich von Rünthe Süd.

Für die Sitzung des Ausschusses für Stadtentwicklung am Dienstag hat die Verwaltung die Drucksache Nr. 11/1461 vorgelegt, in der sie die Neuausweisung einer gewerblichen Baufläche im Bereich Rünthe-Süd/Overberge mit dem Landesentwicklungsplan (LEP) Ziel 6.3-3 begründet.

"In diesem Fall erwarten wir von Seiten der Verwaltung einen Abwägungsprozess, weil die in Rede stehende Fläche in einem regionalen Grünzug liegt, dem im Regionalplan ein besonderer Schutz zukommt. Wichtige weitere Aspekt sind die Begrenzung der Versiegelung von Freiflächen und die Beachtung klimapolitischer Belange (Klimawandel). Die "Vermeidung einer bandwurmartigen Erweiterung eines Siedlungsgebietes" wird ebenfalls als wichtiges Kriterium betrachtet. Letzteres wäre dann der Fall", heißt es in einer Erklärung des Aktionskreises Leben und Wohnen Bergkamen, der sich gegen die Ausweisung dieser noch landwirtschaftlich genutzten Fläche ehrt

Die Verwaltungsvorlage verweise zusätzlich auf die vorgenommene Abstimmung mit der Regionalplanungsbehörde (RVR), die ergeben habe, dass dieser Standort aus regionalplanerischer Sicht als geeignet anzusehen sei. "In Anbetracht der im Regionalplan genannten Kriterien erscheint uns eine Zustimmung des RVR zum Vorhaben der Bergkamener Stadtverwaltung eher unwahrscheinlich", so der Aktionskreis.

Künstler aus Hettstedt und Bergkamen bereiten Ausstellung zum 30. Jahrestag der Wiedervereinigung vor



Klausurtagung der Künstlergruppe "Kunstwerkstatt sohle 1". Foto: Silke Kieslich

Nun schon zum dritten Mal fanden sich die Teilnehmer der Klausurtagung der "kunstwerkstatt sohle 1" ein im "Atelier für Jedermann" in Dortmund-Husen bei dem Mitglied Martina Dickhut. Ab 10:15 Uhr wurde dann intensiv, nur von einer Mittagspause unterbrochen, bis 16:30 Uhr an der diesjährigen Aufgabenliste gearbeitet. Zu behandeln waren Themen von Ausstellungen und Aktionen bis Zuschauer und Zukunft. Es wurden Ideen gesammelt, diskutiert, Arbeitsaufträge verteilt und eine Jahresplanung aufgestellt.

Neben der traditionellen Ausstellung "Wegmarke" in der "Galerie Sohle 1", die in diesem Jahr schon im Frühjahr stattfindet (31.3. – 5.5.) und das Thema "Stadt-Land-Fluss" beleuchtet, wird sich die "kunstwerkstatt sohle 1" auch in der Nachbarstadt Kamen präsentieren – im Haus der Stadtgeschichte

(5.9. - 3.10.), vermittelt durch den "Künstlerbund Schieferturm" anlässlich seines Jubiläums. Hier wird das Thema offener sein: eine Werkschau der Gruppe. Für die Wegmarke 2019 soll es erstmalig einen Ausstellungskatalog geben. Die Gruppe ist gespannt, wie das angenommen werden wird.

Zu den diskutierten Ideen gehört auch, wieder eine Veranstaltung "draußen" zu veranstalten. War es im vergangenen Jahr ein gemeinsames Arbeiten im Garten eines Mitglieds, zu dem — der Lage geschuldet — nur wenige Zuschauer den Weg fanden, streben die Künstler in diesem Jahr einen zentralen Punkt inmitten von Bergkamen an, um sich im Sommer eine Woche lang über die Schulter schauen zu lassen. Die interessierten Bürger können hautnah dann die jeweiligen Fortschritte im Entstehen eines Werks beobachten.

Auch über die Aufgaben, die sich die Künstler für ihre nächste Jahresausstellung stellen wollen, wurde intensiv nachgedacht und aus der Fülle der Vorschläge wurden die Favoriten herausgefiltert. Aus dieser Auswahl bestimmt dann die Gesamtgruppe auf ihrer nächsten Sitzung, die auch gleichzeitig die Jahreshauptversammlung ist, das Thema, an dem dann ein Jahr lang gearbeitet werden darf.

Im Herbst wird es dann wieder das noch junge Format der "Kunstlese" in den Räumlichkeiten der Ökologiestation geben. Turnusgemäß wird eine Mitmachaktion wie schon 2018 angeboten werden, wozu die Mitglieder schon eifrig Ideen gesammelt haben. Nägel — und was man mit ihnen so machen kann, werden im Mittelpunkt stehen.

Auch über das schwierige Thema "Fördergelder" hat sich die Gruppe zuletzt Gedanken gemacht, ist dabei aber doch schnell an ihre Grenzen gestoßen, denn deren Bewilligung verlangt einen Arbeitseinsatz, dem ein solch kleiner Verein nicht gewachsen ist, zumal man auch das Alter der Mitglieder bedenken muss. Das soll den Verein jedoch nicht hindern, aus eigenen Kräften den Bergkamener Bürgern immer wieder etwas

Besonderes zu bieten, nicht nur 2018 und 2019.

Letztes Thema war die Kontaktpflege zu Kunstzuckerhut in Hettstedt. Hier ist anlässlich des 30. Jahrestags der Wiedervereinigung eine Ausstellung in der Galerie Sohle 1 mit 3 Künstlern aus Hettstedt geplant.

Premiere: "Theater, Theater …" mit dem Intakt-Ensemble

Das Intakt-Ensemble präsentiert sein neues Programm "Theater, Theater …" am Sonntag, 17. Februar, um 17 Uhr in Werne im Dietrich-Bonhoeffer-Zentrum, Ostring 70.



Mit dem oben genannten Titel von Katja Ebstein, welcher beim Eurovision Song Contest 1980 den zweiten Platz erlangte, lädt Intakt, passend zum Song, wieder zum musikalischen Schwelgen ein. Ein Markenzeichen von Intakt stellt die ungemeine Vielfalt dar: Melodien von Pop über Musicals bis Klassik werden teils a cappella, teils instrumental begleitet präsentiert.

Mit verschiedenen Outfits und kleinen choreographischen Tanzeinlagen begeistert Intakt regelmäßig sein Publikum.

Saxophon-Soli bringen eine weitere dynamische Abwechslung in das Programm. Wer Intakt kennt, weiß, dass für jeden Geschmack etwas dabei ist.

Die Interpreten von Bergkamen bis Lüdinghausen freuen sich auf reges Interesse.

Der Eintritt ist wie gewohnt frei.

Willy-Brandt-Gesamtschule bildet neue Übungsleiter für den Breitensport aus



Die frisch ausgebildeten Übungsleiter der Willy-Brandt-Gesamtschule Bergkamen.

Die Schülerinnen und Schüler des Sportleistungskurses der

Jahrgangsstufe Q1 der Willy-Brandt-Gesamtschule Bergkamen haben an einer Ausbildung zum "Übungsleiter Breitensport" teilgenommen. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer haben die C-Lizenz erworben und sind somit berechtigt, eigenständig und verantwortlich Gruppen in Vereinen, Schulen und anderen Institutionen zu leiten.

Das zweiwöchige Kompaktseminar stand unter der Leitung von Sportlehrer und Ausbilder Jörg Hageneier, der von seinen Kollegen Kerstin Vulpius, Bernward Fohlmeister, Daniel Meinhard und Ralf de Reuter tatkräftig unterstützt wurde. Die thematischen Schwerpunkte der Ausbildung, die sowohl theoretische als auch praktische Inhalte umfasst, richten sich nach den Vorgaben des Landessportbundes Nordrhein-Westfalen. So waren u.a. die Organisation und Durchführung von Breitensportstunden, die unterschiedlichen Methoden zur Vermittlung von technischen und taktischen Fähigkeiten in Sportspielen, Aspekte der Trainingslehre und Sportmedizin verbindliche Themen. Zudem haben die Schülerinnen und Schüler einen Erste-Hilfe-Kurs absolviert.

Die Ausbildung haben erfolgreich abgeschlossen:

Erhan Baycan, Luca Blass, Julian Dreher, Dean Grahl, Hicran Gülten, Anthony Mertin, Marcel Miska, Oguz Özcan, Dominik Prange, David Reinhardt, Tim Rüger, Lisa Tschersich und Celina Vierhaus.

Flüchtlingshelferkreis Bergkamen lädt ein zum

Frühlingsbrunch

Der Flüchtlingshelferkreis Bergkamen e.V. veranstaltet am Samstag, 16. Februar, einen Frühlingsbrunch in HausFRIEDEN an der Präsidentenstraßen.

Es gibt wie immer ein reichhaltiges Angebot mit Speisen aus vielen Ländern. Dazu die Möglichkeit, miteinander ins Gespräch zu kommen, Jung und Alt, Migranten und Alteingesessene, Frauen und Männer. Los geht es um 11 Uhr

Ruhrpottkomödiantin Karin Zimny präsentiert beim Frauentag-Fest das Musik-Kabarett "Dirndlalarm"

Frauentagsteam freut sich auf die Veranstaltung zum Internationalen Frauentag. Die Ruhrpottkomödiantin Karin Zimny präsentiert das Musik-Kabarett "Dirndlalarm"



Die Vorbereitungen zur Feier des 35. internationalen Frautags

in Bergkamen sind am vergangenen Donnerstag abgeschlossen worden. Am Sonntag, 10. März, wird der Frauentag unter dem Motto "Im Grund(e) gesetz(t) – die Hälfte der Welt gehört uns" ab 10:30 Uhr als bekannte und beliebte Matinee im Treffpunkt in Bergkamen durchgeführt.

Das Thema des diesjährigen Frauentagsfestes bezieht sich auf das 70-jährige Jubiläum des Grundgesetzes in Deutschland. Die formelle Gleichberechtigung für die Frauen wurde damals festgeschrieben — mit wenig durchgreifender Wirkung auf die Stellung der Frauen in der Gesellschaft. Weit weg von der gesellschaftlichen Gleichstellung ist beispielsweise immer noch der Anteil der Frauen in Führungspositionen (2017 bei 29%); die gleiche Bezahlung bei gleicher Arbeit (durchschnittlich 21% weniger als bei Männern) oder die hohe Zahl der Gewaltdelikte gegen Frauen. 82 Prozent der Opfer häuslicher Gewalt waren in 2017 Frauen — in Zahlen 11.3965.

Zahlen, die zeigen, wie wichtig es Jahr für Jahr ist, auf die Ungleichheit hinzuweisen und die die Forderung nach einer veränderten gesellschaftlichen Einstellung begründen und die während des Festes vom Frauentagsteam als Überraschung in spielerischer Form aufbereitet werden.

Neben der politischen Thematik und dem Hinweis auf die Jubiläen soll aber auch gelacht und gefeiert werden.

Da kommt der Auftritt von Karin Zimny gerade recht. Das Programm "Dirndlalarm" zeigt eine Ruhrpottkomödiantin, die raus aus dem Pott will, aber mit dem Aufbruch zu neuen Horizonten am Weißwurstäquator hängen bleibt.

Vom Dirndlfieber gepackt, schlüpft sie begeistert in die üppige heimische Tracht und findet heraus, dass Integration auch attraktiv sein kann. Mit der neuen Münchner Freiheit vor der Brust sind die alten Ruhrpottrollis schnell verabschiedet. Auch die Leidenschaft ist neu entfacht und Frau Zimny kann sich auch sonst über mangelnde Hitze nicht beklagen.

Egal! Luftveränderung tut eben gut und ein Ortswechsel sorgt immer für Bewegung.

Frau Zimny nimmt kein Blatt vor den Mund und hält mit ihren weißblonden Geschichten alle auf Trab. Sie begeistert mit einer eindrucksvollen Stimme und einem ebenso erstaunlichen Musikrepertoire aus Evergreens und Popsongs.

Dirndlalarm, ein Kabarett und Comedy Programm mit satirischen Haken, humorvollen Ösen, komödiantischen Wollstrümpfen und pointierten High Heels.

Der Eintritt für die Veranstaltung beträgt 3 Euro. Für die Verpflegung mit Speisen und Getränken ist gesorgt. Der Erlös des diesjährigen Frauentagsfest wird jeweils zur Hälfte dem Bergkamener Mädchen- und Frauennetzwerk und dem Frauenforum im Kreis Unna für das Projekt "Mobile Wohnungshilfen der FrauenRäume" zur Verfügung gestellt.

Weltweit wird der internationale Frauentag am 8. März gefeiert. Er ist ein Tag für die Rechte der Frauen, für den Frieden und eine humane Gesellschaft. Dieser Tag wird dazu benutzt, um auf Themen aufmerksam zu machen, die für Frauen von besonderer Bedeutung sind.

Der Bergkamener Internationale Frauentag wird unter Federführung der Gleichstellungsstelle der Stadt Bergkamen in Kooperation mit vielen Frauenverbänden und —gruppen begangen.

Elektromobilität: Land NRW baut Förderprogramme aus

Seit Anfang Februar 2019 baut das Land NRW sein Förderprogramm "progres.nrw — Emissionsarme Mobilität" aus. Bereits in der ersten Woche erreichten die Bezirksregierung Arnsberg, die für

ganz NRW die Förderanträge bearbeitet und bewilligt, rund 400 Förderanträge.

Nordrhein-westfälische Unternehmen erhalten im Rahmen des Programms "Emissionsarme Mobilität" ab 4. Februar 2019 vom Land

- . 4.000 Euro beim Kauf eines Elektro-Pkw zusätzlich zur Umweltprämie des Bundes in gleicher Höhe;
- . 8.000 Euro beim Kauf von E-Nutzfahrzeugen von 2,3 bis 7,5 Tonnen. Käufer eines E-Transporters bis 4,25 Tonnen können zusammen mit dem Umweltbonus des Bundes sogar Fördergelder in Höhe von 12.000 Euro beantragen.

Diese Unterstützung richtet sich an Unternehmen sowie gewerbliche Nutzer und gilt neben dem Kauf auch für Leasing und Langzeitmiete.

Für diesen Fördergegenstand können pro Antragstellendem insgesamt Fördergelder bis zu 200.000 Euro in einem Zeitraum von drei Steuerjahren (de-minimis-Regelung der EU) in Anspruch genommen werden.

Das elektronische Antragsformular finden Sie unter: www.bra.nrw.de/4045740

Die Zeit bis zum Erhalt des Zuwendungsbescheids variiert erfahrungsgemäß je nach Frequenz der Anträge und kann bis zu acht Wochen betragen.

Potentialanalyse erleichtert

Gesamtschülern den Einstieg in das Berufs- oder Studentenleben



Am vergangenen Donnerstag wurde an der WBGE für den 11. Jahrgang eine Potenzialanalyse veranstaltet. Der vom Kreis Unna organisierte Workshop ist eine Veranstaltung von vielen im Studien- und Berufsorientierungskonzept der WBGE, das den Schülerinnen und Schülern den Einstieg in das Berufs- oder Studentenleben erleichtern soll.

Der Workshop hatte die Stärkenfindung und —benennung zum Thema. Die Schülerinnen und Schüler sollten sich über verschiedene Methoden der Selbst- und Fremdeinschätzung selbst besser kennenlernen und am Ende des Nachmittags die eigenen Schlüsselqualifikationen benennen und ihre Relevanz für den Berufsalltag erkennen können. Um den Schülerinnen und Schülern

einen Leitfaden für lebenswichtige Entscheidung nach der Schullaufbahn zu geben, wurde der Workshop durch eine Einheit zum Entscheidungsmanagement abgeschlossen. Verschiedene Kommunikations-übungen, bei denen die zwischenmenschliche Verständigung reflektiert werden sollte, rundeten das Programm ab.

11. Februar ist 112-Tag: Europaweiter Draht zur schnellen Hilfe

Die 112 ist europaweit der direkte Draht zu schneller Hilfe. Um die Notrufnummer noch bekannter zu machen, hat die Europäische Kommission den 11. Februar, passend zum Format des Datums (11.2.), zum "Europäischen Tag des Notrufs 112" erklärt. Gut 2.100 ehrenamtliche und über 200 hauptamtliche Retter leisten für den Kreis Unna jeden Tag Größtes, um in Notfällen zu helfen.

Die Bedeutung der 112 als europaweit einheitliche "richtige" Nummer für Notfälle unterstreicht Thomas Heckmann, Leiter der Rettungsleitstelle des Kreises Unna: "Schnelle Hilfe in Unglücks- und Notfällen rettet Leben. Dabei kann es im Ernstfall entscheidend sein, dass wertvolle Zeit nicht mit der Suche nach der Notrufnummer vergeudet wird."

Richtiges Verhalten im Notfall

Wer über die 112 einen Notfall meldet, sollte vor allem Ruhe bewahren und der Rettungsleitstelle die wichtigsten Informationen nennen. Eine Orientierung bieten dabei die so genannten "W-Fragen", das heißt: Wo ist es passiert? Was genau ist passiert? Wie viele Verletzte und welche Arten von

Verletzungen gibt es?

Außerdem ganz wichtig: "Legen Sie nicht auf, bevor die Leitstelle alle für den Einsatz wichtigen Fragen geklärt hat", betont Thomas Heckmann. Die 112 kann aus dem Festnetz, vom öffentlichen Telefon oder Handy erreicht werden. Anrufer aus dem Handynetz werden automatisch mit der örtlich zuständigen Rettungsleitstelle verbunden. PK | PKU