Praxis-Workshop des Umweltzentrums für Erwachsene: Shinrin Yoku – Waldbaden (4)

In Japan ist das „Shinrin Yoku“, das „Baden in der Waldathmosphäre“ bereits seit den 80er Jahren eine wissenschaftlich begleitete und anerkannte Stressbewältigungsmethode. Ein Waldbad hat einen wunderbaren Effekt auf Körper, Geist und Seele. Es senkt den Stresshormonspiegel, stärkt das Immunsystem und sorgt für ein inneres Gleichgewicht.

Bei der Kursreihe tauchen die Teilnehmer – mit Hilfe kleiner achtsamer Übungen – mit allen Sinnen in die heilende Atmosphäre des Waldes ein, erkunden auf sanfte und bewusste Art den Wald, bewegen sich auf leisen Sohlen und spüren die entspannende Wirkung der Natur.

Das Umweltzentrum Westfalen bietet den letzten der vier Kurse am Freitag, 10. Dezember von 17.00 – 19.00 Uhr an.

Der Treffpunkt wird rechtzeitig vor der Veranstaltung bekannt gegeben.

Durchgeführt wird der Praxis-Workshop von der Wildnispädagogin Sandra Bille

Die Kosten betragen 15 Euro je Teilnehmer

Teilnehmen können maximal 15 Personen.

Anmeldungen noch bis 25. November bei Dorothee Weber-Köhling (02389-980913) oder umweltzentrum_westfalen@t-online.de.

Ehrenabteilung der Bergkamener Feuerwehr erhält eine neue Einheitsführung

Die Mitglieder der Ehrenabteilung der Freiwilligen Feuerwehr der Stadt Bergkamen treffen sich am Freitag, 19. November, um 18 Uhr im Gerätehaus in Rünthe zu ihrem Jahresabschluss.

Im offiziellen Teil des Jahresabschlusstreffens führt der Leiter der Feuerwehr Dirk Kemke zunächst die Ernennung der neuen Einheitsführung der Ehrenabteilung Wolfgang Lantin und Paul Steinbeck durch.

Anschließend findet durch den stellv. Bürgermeister Kay Schulte die Verabschiedung des Unterbrandmeisters Jürgen Hampel (Einheit Rünthe) aus dem aktiven Dienst und die Aufnahme in die Ehrenabteilung statt.

Noch eine Absage: Öko-Markt „Aus nah und fern“ wird ins Frühjahr 2022 verschoben

Der für Sonntag, 21. November unter dem Motto „Aus nah und fern“ geplante Öko-Markt auf der Ökologiestation in Bergkamen muss leider abgesagt werden. Durch die aktuelle Verschärfung der Corona-Situation und die Absagen einiger Aussteller ist

die Veranstaltung nicht wie geplant möglich.

Die Fairtrade-Steuerungsgruppe Kreis Unna und die Naturförderungsgesellschaft für den Kreis Unna e.V. (NFG) mit Unterstützung der Umweltberatung planen die Veranstaltung stattdessen im nächsten Frühjahr durchzuführen. PK | PKU

Schützenverein Oberaden plant Schützenfest im Mai und Juni 2022



Die Ehrung langjähriger Mitglieder war ein wichtiger

Tagesordnungspunkt der Jahreshauptversammlung des Schützenverein Oberaden.

Die Mitglieder des Schützenvereins Oberaden kamen am Samstag, 13. November 2021 um 17:30 Uhr im Jugend- und Sportheim an der Preinstraße 14 in Bergkamen-Oberaden zu ihrer Jahreshauptversammlung zusammen. Nach der Eröffnung mit der Verlesung der Tagesordnung konnte der I. Vorsitzender Dieter Heuer 41 Schützenschwestern und Schützenbrüder begrüßen.

Unter dem Tagesordnungspunkt Ehrungen und Beförderungen wurde das Ehrenmitglied Heino Barghorn für 60-Jährige Mitgliedschaft im Schützenverein Oberaden geehrt. Der langjährige 1. Fahnenoffizier Thomas Krüger wurde verabschiedet und zum Major befördert. Seine Nachfolge trat Mark Hemminghuas an, der gleichzeitig zum Hauptmann befördert wurde. Ebenfalls zum Hauptmann befördert wurde Sören Osius.

Nach den einzelnen Berichten aus den verschiedenen Vorstandsbereichen wurde dem Vorstand einstimmig Entlastung erteilt.

Als Kassenprüfer für das nächste Geschäftsjahr fungieren Sören Osius, Vertreter Frank Nathmann, Udo Grahlmann, Vertreter Alfred Schmidt, Helen Spier, Vertreterin Julia Spier sowie Alfred Runte, Vertreter Michael Jürgens.

Besondere Aufmerksamkeit galt dem Tagesordnungspunkt derzeitiger Planungsstand des Schützenfestes im Jahr 2022 der sich wie folgt darstellt:

27. Mai 2022 Ökumenischer Gottesdienst / Kranzniederlegung / Großer Zapfenstreich
28. Mai 2022 Abholen des Oberst / Vogelschießen
29. Juni 2022 Abholen des scheidenden Majestätenpaares / Königsproklamation / Festball
30. Juni 2022 Abholen des neuen Majestätenpaares / Empfang der Gastvereine / Großer Festzug / Parade im

Römerbergstadion / Festball.

Unter dem Tagesordnungspunkt Veranstaltungen und Termine 2022 wurden die bereits jetzt

bekannten Termine der befreundeten Vereine, Organisationen und Verbände mitgeteilt.

Umstellungsarbeiten an den Telefonanschlüssen der Polizei: am 24.11 in Bergkamen

Aufgrund von Umstellungsarbeiten an Telefonanschlüssen der Kreispolizeibehörde Unna sind die Dienststellen Schwerte, Werne, Bergkamen und Kamen an folgenden Tagen nicht über ihre jeweiligen Ortsvorwahlen, sondern nur über die Unnaer Vorwahl 02303 erreichbar:

19.11. Polizeiwache Schwerte

22.11. Polizeiwache Werne

24.11. Bezirksdienstaußenstelle Bergkamen

26.11. Polizeiwache Kamen

Das betrifft nicht nur die Direktanwahl der einzelnen Standorte (zum Beispiel die Durchwahl der Wache), sondern auch die Nebenstellenapparate der jeweiligen Dienststellen (zum Beispiel Sachbearbeiter in den Kriminal- und Verkehrskommissariaten vor Ort). Der Notruf 110 bleibt von den

Umstellungsarbeiten unberührt und ist durchgehend erreichbar.

Elisabeth-Feier der katholische Kirchengemeinde Heilig Geist Bergkamen

Die katholische Kirchengemeinde Heilig Geist Bergkamen feiert am Freitag, 19. November, das Fest der Heiligen Elisabeth. Die Heilige Messe zum Patronatsfest findet um 18.30 Uhr in der Elisabeth-Kirche, Parkstr. 2 in Bergkamen, statt.

Hinweis: Eine Anmeldung ist nicht notwendig, allerdings müssen zur Nachverfolgung die Kontaktdaten hinterlassen werden. Auf dem Kirchengelände und in den Kirchen ist das Tragen einer FFP2-Maske oder eines medizinischen Mund-Nasen-Schutzes verpflichtend.

Gartengrenzen-Hecken-Zäune-Sichtschutz: Vortrag in der Ökologiestation

Die Gestaltung von Grundstücksgrenzen ist ein wichtiger Aspekt der Gartenplanung. Am Dienstag, 23. November, bespricht Peter Rogge aus Lünen die verschiedene Möglichkeiten wie z.B. Hecken oder Zäune mit ihren jeweiligen Vor- und Nachteilen. Thema

sind außerdem Herstellungs- und Unterhaltungsaufwand. Eigene Fallbeispiele können diskutiert werden.

Eine Anmeldung für die zweistündige Veranstaltung, die um 19.00 Uhr beginnt und 5,- € pro Teilnehmer kostet, ist unter 02389 9809-38 beim Umweltzentrum Westfalen wegen coronabedingter begrenzter Teilnehmerzahl unbedingt notwendig. Erwachsene Teilnehmer müssen geimpft, genesen oder getestet sein. Bitte eine Mund-Nasen-Bedeckungen für den Weg zum Sitzplatz mitbringen.

Polizei bittet um Hinweise zu Verkehrsunfallflucht auf der Landwehrstraße

Nach einer Verkehrsunfallflucht am Sonntagmorgen auf der Landwehrstraße in Bergkamen bittet die Polizei um Hinweise.

Ein bislang noch unbekannter Verkehrsteilnehmer hat nach jetzigem Ermittlungsstand zwischen 4.30 und 5.30 Uhr einen auf der Landwehrstraße geparkten Van beschädigt und sich dann von der Unfallstelle entfernt, ohne sich um eine Schadensregulierung zu kümmern. Die Schadenshöhe liegt im vierstelligen Bereich. Polizeibeamte fanden vor Ort fremde Fahrzeugteile, die auf einen schwarzen Volkswagen oder Audi hindeuten.

Laut einer Zeugenaussage haben im Tatzeitraum zwei männliche Personen im Alter zwischen 25 und 30 Jahren an der Haustür einer Anwohnerin geschellt und sich nach dem Eigentümer des beschädigten Vans erkundigt.

Die Polizei sucht nun Zeugen, die Angaben zu der Verkehrsunfallflucht machen können. Außerdem werden die zwei männlichen Personen gebeten, sich bei der Polizei zu melden. Hinweise nimmt die Wache Kamen unter der Rufnummer 02307-921 3220 entgegen.

Offizieller Dienstantritt der neuen Schulleiterin des Gymnasiums Dr. Mirja Beutel



Dr. Mirja Beutel an ihrem Schreibtisch im Bergkamen Gymnasium.

Mit einem bunten Blumenstrauß und einem prall gefüllten Obstkorb begrüßte am Montagmorgen das Kollegium des Bergkamener Gymnasiums seine neue Schulleiterin Dr. Mirja Beutel (44). Gegen Mittag gab es dann in einem feierlichen Akt die offizielle Ernennungsurkunde von der Bezirksregierung

Arnsberg durch Dezernent Sven Meyhoefer.



Staffelübergabedurch die stellvertretende Schulleiterin Maria von dem Berge (2. v. r.) an Dr. Mirja Beutel. Mit auf dem Foto Dezernent Sven Meyhoefer und die Vorsitzende der Schulpflegschaft Jutta Rahn.

Perfekt wurde der Einstieg in ihre neue Wirkungsstätte, als die Ergebnisse des jüngsten Corona-Schnelltests aus den Klassen vorlag. Alle Schülerinnen und Schüler waren negativ. Bisher ist das Bergkamener Gymnasium gut durch die Pandemie gekommen. Ein Grund dafür ist sicherlich auch, dass aktuell 90 Prozent der Q2, also der 12er, vollständig geimpft worden sind.

Trotzdem herrscht aller größte Vorsicht am Gymnasium. Der kommende Elternsprechtag sei hybrid, erklärte die Schulleiterin: Nur in den dringenden Fällen werden persönlich Gesprächstermine zwischen Eltern und Lehrerinnen, bzw. Lehrer vereinbart, alles andere wird am Telefon besprochen. Auch der Tag der offenen Tür am 20. November läuft Corona-bedingt anders ab als in den vielen Jahren zuvor.

Nach dem großen Erfolg des Konzerts des Bachkreises am 7. November hofft Dr. Beutel nun, dass die Schule im Advent auch

zu seiner traditionellen Weihnachtsmusik einladen kann. Dieser musisch-musikalischer Schwerpunkt des Bergkamener Gymnasiums gefällt ihr ausgesprochen gut. Ihre persönlichen Schwerpunkte liegen allerdings im bilingualen Unterricht und Digitalisierung. Zum Ersteren hat die Englisch- und Biologielehrerin an der Ruhr-Universität Bochum ein Zusatzstudium absolviert. Fünf Jahre war sie, bevor sie für fast drei Jahre stellvertretende Schulleiterin des Ernst-Barlach-Gymnasiums in Castrop-Rauxel wurde in der Lehrer-Ausbildung an der RUB tätig. Ein Schwerpunkt war hier der Einsatz digitaler Medien im Unterricht.

Wie sie ihr Wissen am Bergkamener Gymnasium nutzen will, wollte sie an ihrem ersten Arbeitstag nicht verraten. Mögliche Veränderungen will sie zunächst mit dem Kollegium beraten. Fest steht aber, dass sie sich möglichst schnell mit der Bergkamener Bildungslandschaft vertraut machen möchte. So hat sie am Dienstag ein Gespräch mit Schuldezernentin Christine Busch und dem Leiter des Schulverwaltungsamts Andreas Kray. Am Mittwoch nimmt sie dann an der nächsten Schulleitdienstbesprechung in Bergkamen teil.

Vor ihrem offiziellen Dienstantritt hat sich Dr. Mirja Beutel auf der Homepage des Gymnasiums vorgestellt. Dort erfährt man, dass sie verheiratet ist und zwei erwachsene Kinder hat und der Familien-Kater Socke heißt. Dazu kommt eine Video-Botschaft an die Schulgemeinde.

Auch die beiden Weihnachtsmärkte in

Weddinghofen und Overberge sind abgesagt worden

Bergkamen startet nicht gut in die Adventszeit. Sowohl der Weihnachtsmarkt in Weddinghofen als auch der Adventsmarkt in Overberge am 27. November sind von den Veranstaltern abgesagt worden. Hintergrund sind die hohen Infektionszahlen und der hohe Aufwand bei der Überprüfung der Auflagen (3G, 2G oder 2Gplus usw.) Außerdem muss mit weiteren Einschränkungen zur Bekämpfung der Pandemie gerechnet werden.

Bisher stehen allerdings die Termine für den Weihnachtsmarkt in Rünthe auf dem Gut Keinemann am 2. und 3. Adventswochenende, freitags am 16.30 Uhr, samstags ab 14 Uhr und sonntags ab 11 Uhr, rund um die Oldtimer Remise Gut Keinemann, Fürstenhof 1. Es wird „Bergkamens schönstes Weihnachtsdorf“ mit größerem Außenbereich, breiteren Gängen, aktuellem Hygienekonzept und einer 3G Regelung, erklären die Veranstalter. Die Aufbauarbeit zum historischen Weihnachtsmarkt laufen bereits.

1.865 Sehtests bei Grundschülern durch den Kinder- und Jugendgesundheitsdienst des

Kreises Unna

Gutes Sehen ist eine Voraussetzung für erfolgreiches Lernen. Deshalb führt der Kinder- und Jugendgesundheitsdienst des Kreises seit 2011 kreisweit Sehtests an Grundschulen durch. Im Jahr 2020 haben die sozialmedizinischen Assistentinnen 1.865 Kinder auf ihr Sehvermögen hin untersucht (2019: rund 1.700).

Es gibt Kinder, die können und wollen gut lernen, doch die Schulleistungen geben trotzdem Grund zur Sorge. „Manchmal sind dann die Augen das Problem“, weiß Dr. Karen Anke Pistel, die Leiterin des Kinder- und Jugendgesundheitsdienstes beim Kreis.

Richtig sehen ist wichtig
Kinder mit einer Fehlsichtigkeit haben es in der Schule wesentlich schwerer: Da sie nicht gut sehen können, ermüden sie beim Lesen und Schreiben schnell. Doch nicht nur das Lesen an der Tafel oder im Heft bereitet diesen Kindern Schwierigkeiten. Probleme treten beispielsweise auch im Schulsport auf. Hier kommt es gerade bei Ballsportarten auf den richtigen Durchblick an.

Wurde bei der Untersuchung eine Sehminderung festgestellt oder vermutet, erhielten die Kinder eine Mitteilung zur augenärztlichen Untersuchung. Dr. Karen Anke Pistel appelliert: „Eltern sollten diese Mitteilung ernst nehmen und ihre Kinder augenärztlich untersuchen lassen. Im übrigen schadet das auch nicht, wenn Eltern das unabhängig von einer Empfehlung machen.“ Wenn ein Kind häufig die Augen reibt oder blinzelt, kann dies ein Hinweis auf eine Sehschwäche sein. Ein Termin beim Augenarzt schafft hier schnell Klarheit. PK | PKU