

Burnout – Selbsthilfeangebot für Betroffene und Angehörige

Die Selbsthilfegruppe Burnout lädt zum nächsten Treffen am Donnerstag, 18. Mai ein. Treffpunkt ist um 19 Uhr das Gesundheitshaus, Massener Straße 35 in Unna. Willkommen sind nicht nur Teilnehmer aus Unna, sondern aus dem gesamten Kreisgebiet und darüber hinaus.

Dieses Angebot bietet Betroffenen einen Ankerpunkt für ihr Anliegen. Da nicht nur Menschen mit einem Burnout-Syndrom von den negativen Folgen dieser Erkrankung betroffen sind, sondern auch deren Angehörige, können auch sie sich an die Gruppe wenden. Allerdings richtet sich dieses Angebot nicht an Menschen mit einem akuten Suchtproblem.

Menschen, die von Burnout betroffen sind, befinden sich in einem Zustand seelischer Erschöpfung. Als Folge von ständig negativem Stress, also dem Verbrauch der inneren Leistungsreserven, geraten Betroffene in eine Abwärtsspirale, aus der sie allein nicht mehr herausfinden.

Dieses Erkrankungsbild entwickelt sich nicht nur bei Menschen, die in ihrem Beruf hohen Anforderungen ausgesetzt sind, zum ernsthaften Problem, sondern auch bei jungen Menschen im Studium oder in der Ausbildung. Und auch langanhaltende, stressbedingte Lebensumstände können zu diesen Erschöpfungszuständen bei Menschen führen.

Interessierte können sich bei der Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.) 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 streng vertraulich behandelt. PK | PKU

Partnerstadt Gennevilliers stimmte mit großer Mehrheit für Emmanuel Macron

Mit sehr deutlicher Mehrheit haben die Bürgerinnen und Bürger der Bergkamener Partnerstadt Gennevilliers in der Stichwahl bei der Präsidentenwahl am Sonntag für Emmanuel Macron gestimmt. Auf ihn entfielen 82,88 Prozent der gültigen Stimmen und auf Marine Le Pen 17,12 Prozent.

Im ersten Wahlgang vor zwei Wochen landete Macron in Gennevilliers mit 19,29 Prozent noch auf dem zweiten Platz hinter Jean-Luc Mélenchon (47,9 Prozent), der sich mit seiner Bewegung „La France insoumise (*Das aufsässige Frankreich*)“ dem Wahlkampf stellte. Marine Le Pen kam auf 11,21 Prozent.

Die Wahlbeteiligung lag am vergangenen Sonntag in der Partnerstadt bei 69,30 Prozent. Auffallend ist, dass 7,60 Prozent von ihnen einen nicht ausgefüllten Stimmzettel in die Wahlurnen geworfen hatten. Weitere 2,89 Prozent hatten ihn sogar ungültig gemacht. Ähnlich verhielten sich viele Wähler im gesamten Land, weil sie weder mit Macron als neuen Präsidenten noch mit Le Pen einverstanden sind.

Radtour mit dem

Gästeführerring: Von Höfen und Menschen im Bergkamener Dorf

Eine Erkundung des Südens des Stadtteils Bergkamen-Mitte mit dem Fahrrad steht am kommenden Sonntag, 14. Mai, auf dem Programm des Gästeführerrings Bergkamen.

Die etwa zweieinhalbstündige Rundfahrt mit eigenen Fahrrädern, zu der alle interessierten Bürgerinnen und Bürger herzlich willkommen sind, startet um 10 Uhr vor dem Rathaus-Haupteingang gegenüber dem Ratstrakt am Rathausplatz (Busbahnhof).

Sachkundig geführt wird die Fahrrad-Gruppe von Gästeführer Gerd Koepe. Der Schwerpunkt der Führung liegt dieses Mal im Bergkamener Süden, wo Gerd Koepe sehr anschaulich und originell über „Höfe und Menschen im früheren Bergkamener Dorf“ zu erzählen weiß.

Für die Teilnahme an der etwa zweieinhalbstündigen Rundfahrt ist pro Person ein Kostenbeitrag von 3,- Euro zu entrichten, für Kinder bis zu zwölf Jahren ist die Teilnahme kostenfrei. Die Radwanderung findet allerdings nur statt, wenn sich bis zu ihrem Beginn mindestens fünf interessierte Personen am Ausgangspunkt einfinden.

Polizei sucht nach Unfallflucht Zeugen: drei Pkw beschädigt und 14.000 Euro Schaden

Bei einem Verkehrsunfall in der Nacht zu Sonntag gegen 2.15 Uhr wurden in der Töddinghauser Straße drei geparkte Pkw beschädigt. Es handelte sich um einen Kia und zwei VW. Der Verursacher flüchtete, ohne sich um den Schaden zu kümmern.

An der Unfallstelle konnten abgerissene Fahrzeugteile sichergestellt werden. Im weiteren Verlauf gab es auf dem Häupenweg in Höhe der Eissporthalle einen weiteren Unfall. Hier war ein Fahrzeug mit einer Verkehrsinsel kollidiert. Auch hier wurden Fahrzeugteile gefunden.

Kurz danach sahen Zeugen einen silberfarbenen, beschädigten Pkw auf der Straße Goekenheide, der ohne Beleuchtung in Schlangenlinien fuhr. Ermittlungen ergaben, dass das Fahrzeug aus Richtung der Kleingartenanlage Im Krähenwinkel gekommen sein und dann die Unfälle verursacht haben könnte. An den Fahrzeugen entstand Sachschaden in Höhe von etwa 14.000 Euro.

Die Polizei sucht Zeugen, die Angaben zu den Unfällen und der Fahrerin oder dem Fahrer machen können. Hinweise bitte an die Polizei in Bergkamen unter 02307 921 7320 oder 921 0.

Von Rockband bis Kinderchor:

Lionsclub BergKamen lädt zur „Geburtstagsparty“ ein

Kamener und Bergkamener Jugendliche trainieren und üben zurzeit für ihre Auftritte in der Kamener Konzertaula. Dort wird am kommenden Samstag ab 18.00 Uhr der Lionsclub BergKamen seine „Geburtstagsparty“ ausrichten. Dazu lädt der Club alle interessierten Menschen beider Städte ein.

In diesem Jahr feiern die Lionsclubs weltweit ihr 100jähriges Bestehen. Diese international tätige Vereinigung ist mit über 1.4 Millionen Mitgliedern in fast 50.000 Clubs die mitgliederstärkste Service-Cluborganisation der Welt.

Gemessen daran ist der Lionsclub BergKamen noch recht jung. Doch auch die Kamener und Bergkamener Lions in diesem Club feierten im vergangenen Jahr ihr 20. Gründungsjubiläum. Ihr derzeitiger Präsident, der Bergkamener Reinhard Middendorf, lädt nun alle Bergkamener und Kamener zu einer großen „Geburtstagsparty“ ein: „In den vergangenen zwei Jahrzehnten konnten wir viel für Kinder und Jugendliche in Bergkamen und Kamen tun. Das war immer unsere wichtigste Aufgabe und ist es bis heute. Dabei hatten und haben wir immer Menschen und Organisationen vor Ort, die wir unterstützen dürfen. Das 100jährige Bestehen unserer Organisation möchten wir zum Anlass nehmen, am Samstag, dem 13. Mai 2017, von 18.00 Uhr bis etwa 20.30 Uhr in der Kamener Konzertaula diese Menschen und Gruppen und deren Arbeit vorzustellen.“

Bei einem bunten Abend mit musikalischen und tänzerischen Darbietungen, mit Kunst und Gesprächen, mit viel Unterhaltung und Spaß treten unter anderem der Bachkreis und die Schreberjugend aus Bergkamen auf. Auch andere Kinder- und Jugendgruppen und ehrenamtlich tätige Menschen aus beiden Städten präsentieren ihre Arbeit. Ein Kinderchor wird singen, eine Tanzgruppe aus dem Freizeitzentrum Lüner Höhe wird nicht

nur ihre Fans begeistern. Die Bürgermeister beider Städte, Hermann Hupe und Roland Schäfer, werden die Arbeit aller Beteiligten in ihren Ansprachen würdigen. Und am Ende des Abends wird auch noch eine Rockband spielen...

„Außerdem möchten wir an diesem Abend unseren zahlreichen Unterstützern danken. Unser Club kann jedes Jahr eine beträchtliche Summe für Projekte in unseren beiden Städten verteilen. Das ist auch deshalb so, weil sich für unsere großen Aktionen wie den Lions-Weihnachtskalender und die Tombola beim Kamener Frühlingsmarkt immer wieder Sponsoren begeistern lassen“, erklärt Middendorf.

Der Eintritt zu dieser Veranstaltung ist kostenlos. Die Lions freuen sich an diesem Abend über eine kleine Spende für ein Projekt, das sie in der Konzerttaula vorstellen werden.

Wochenendworkshop Acrylmalerei im Pestalozzihaus

Der nächste Wochenendworkshop Acrylmalerei des Kulturreferats der Stadt Bergkamen findet am kommenden Wochenende vom 12. bis 14. Mai statt. Die Dozentin Mirella Buchholz vermittelt Grund- und Aufbautechniken der Acrylmalerei.

Künstlerische Vorkenntnisse werden nicht vorausgesetzt. Fortgeschrittene haben hier aber auch die Möglichkeit, ihre Fähigkeiten zu vertiefen. Fotos, Motive und malerische Wünsche können für das Wochenende mitgebracht werden. Eine Materialliste kann beim Kulturreferat der Stadt Bergkamen angefordert werden.

Der Workshop findet Freitag von 18.00 bis 21.00 Uhr sowie Samstag und Sonntag von 10.00 bis 18.30 Uhr im Pestalozzihaus in Bergkamen-Mitte statt und kostet 48 Euro.

Interessierte erhalten weitere Informationen auch zur Anmeldung unter der Telefonnummer 02307 28 88 48.

Schwerer Verkehrsunfall auf der A 2 – Ersthelfer verhindert Schlimmeres

Am Sonntagabend kam es zu einem Verkehrsunfall auf der A 2. Zwei Personen wurden schwer verletzt und ein noch unbekannter Ersthelfer verhinderte Schlimmeres. Er wird gebeten, sich bei der Autobahnpolizei Kamen zu melden.

Gegen 20 Uhr fuhr ein 18-Jähriger aus Waltrop mit einem Mazda MX-5 die A 2 in Richtung Hannover. Dazu benutzte er den mittleren von drei Fahrstreifen. Nach ersten Zeugenaussagen beabsichtigte er zwischen den Anschlussstellen Dortmund-Mengede und Dortmund-Nordost zwei Fahrzeuge auf dem rechten Fahrstreifen zu überholen. Beim Wiedereinscheren brach er ohne erkennbare Gründe den Überholvorgang ab und schwenkte das Auto wieder zurück auf den mittleren Fahrstreifen. Dort verlor der 18-Jährige die Kontrolle über den Mazda, kam nach rechts von der Fahrbahn ab und kollidierte mit der Schutzplanke und einem Schild. Im Bereich der Böschung kam das Auto schließlich zum Stehen.

Der Fahrer sowie die 21-jährige Beifahrerin aus Dortmund

wurden bei dem Unfall schwer verletzt. Die eingeklemmte Beifahrerin musste von der Feuerwehr aus dem Fahrzeug geborgen werden. Rettungswagen brachte beide Verletzte in ein Krankenhaus.

Nur der hoch professionellen Sicherung eines unbekanntem Ersthelfers mit einem Spanngurt ist es zu verdanken, dass das Fahrzeug vor Eintreffen der Feuerwehr nicht weiter die Böschung herabgerutscht ist. Weitere, schwere Verletzungen der Beifahrerin konnten somit verhindert werden.

Die eingesetzten Sicherungsmaterialien wurden sichergestellt und können von dem mutigen und geistesgegenwärtigen Helfer auf der Autobahnpolizeiwache Kamen abgeholt werden.

Am Ende konnte die Feuerwehr noch einen Hund unverletzt aus dem Auto retten.

Den entstandenen Sachschaden schätzt die Polizei auf ca. 12.000 Euro.

Ev. Männerverein Weddinghofen: Infos zur Verkehrssicherheit und Tagesausflug mit der Frauenhilfe

Der Ev. Männerverein Weddinghofen lädt für Donnerstag 11. Mai um 19:00 Uhr zum Männerforum im Mai ins Martin-Luther-Haus ein.

Das Thema der Veranstaltung: „**Senioren im Strassenverkehr, Verhalten im Alltag**“. Die Bezirksbeamtin Beate Kohlhas der Polizeiwache Bergkamen, ist im Männerforum zu Gast und referiert zum Thema und den damit anstehenden Fragen.

Tagesfahrt des Ev. Männervereins und der Frauenhilfe Weddinghofen

Am Samstag 13. Mai geht die Fahrt um 9:30 Uhr ab Martin-Luther-Haus in Weddinghofen zu historischen Gotteshäusern im Kreis Unna. Auf dem Programm stehen die ev. Krchen in Unna-Lünern mit seinem prunkvollen flandrischen Schnitzaltar, die ev. Kirche in Bausenhagen, die Stiftskirche in Fröndenberg und der Besuch des Kettenschmiedemuseums in Fröndenberg. Es sind noch freie Plätze vorhanden, wer daran teilnehmen möchte, kann sich bei Hans-Joachim Kiel Tel. 02307 963030 anmelden.

Der Fahrpreis beträgt 38,-.

„Zu unseren Veranstaltungen sind Gäste herzlich willkommen, wir freuen uns auch darüber, wenn Frauen sich für unsere Themen interessieren und an den Veranstaltungen teilnehmen“, so der Männerverein Weddinghofen..

Fahrradführung: „Bergkamen – Stadt und Region im Strukturwandel“

Zu einer Fahrradrundfahrt mit nach wie vor aktuellem und spannendem Bezug lädt der Gästeführerring Bergkamen interessierte Bürgerinnen und Bürger am kommenden Samstag, 13. Mai, ein.

Mit Gästeführer Klaus Holzer begeben sich die Teilnehmer auf eine Entdeckungsreise, auf der den Spuren des Strukturwandels in dieser Region gefolgt werden soll. Dazu Klaus Holzer: „In den letzten Jahrzehnten hat das gesamte Ruhrgebiet mit dem allmählichen Rückzug von Kohle und Stahl einen Strukturwandel durchgemacht, der durchaus mit dem Strukturwandel vor 150 Jahren – Einzug des Bergbaus in den Raum Kamen/Bergkamen – zu vergleichen ist, nur jetzt eben in genau umgekehrter Richtung. Ich möchte Personen, die sich für diese Thematik und den damit verbundenen vielfältigen technischen Wandel interessieren, die Gelegenheit geben, während einer gut dreistündigen Rundfahrt per Fahrrad den Ausprägungen dieses Strukturwandels anhand von prägnanten Beispielen auf Bergkamener Stadtgebiet nachzugehen und nachzuspüren.“

Die geplante Tour beginnt am kommenden Samstag um 14.00 Uhr im Marina -Sportboothafen in Rünthe an der Promenade am Hafenbecken hinter dem Hotel „Neumanns Nauticus“ und führt von dort aus in Richtung Kraftwerk und Ökostation. Die Teilnehmer erfahren während der Exkursion aber auch Wissenswertes über die Halde – sie wird nicht bestiegen – und die frühere Industrie und fahren dann durch den Wald um den Beversee zurück zur Marina Rünthe. Es gibt ausführliche Informationen zu allen Anlaufpunkten und am Ende der Rundfahrt in der Marina gegen etwa 17.30 Uhr schließlich auch noch eine Einordnung in allgemeine Zusammenhänge.

Klaus Holzer bittet alle Teilnehmer darum, zu der Fahrt möglichst auch Ferngläser mitzubringen. Angesichts der Länge der Tour sollten Interessierte, so Holzer, überdies etwas zur Stärkung für unterwegs dabei haben.

Crash Kurs NRW zu Gast beim Jahrgang EF des Städtischen Gymnasiums

Am Donnerstag, 11. Mai, ist das Team von „Crash Kurs NRW“ der Polizei erneut zu Gast am Städtischen Gymnasium Bergkamen. Zwischen 10 und 12 Uhr werden den Schülerinnen und Schülern des Jahrgangs EF des SGB sowie des zehnten Jahrgangs der Freiherr-vom-Stein-Realschule eindringlich die Gefahren zu schnellen Fahrens aufgezeigt.

In NRW ereignen sich laut einem Bericht der Polizei pro Jahr 550.000 Verkehrsunfälle, über 500 Menschen kommen dabei ums Leben, fast 14.000 werden schwer verletzt. Unter den Verursachern ist eine überproportional hohe Anzahl Jugendlicher zu verzeichnen. Um den Schülerinnen und Schülern die Gefahren im Straßenverkehr aufzuzeigen und vor allem deutlich zu machen, welche Folgen drohen, wurde der „Crash Kurs NRW“ vom Ministerium für Inneres und Kommunales des Landes NRW ins Leben gerufen. Bei der Veranstaltung, die es bereits seit 2010 gibt, berichten Polizisten, Feuerwehrleute, Notfallseelsorger, Notärzte, Verkehrsunfallopfer oder deren Angehörige schonungslos und realitätsgetreu von ihren Erfahrungen. Ziel ist es, den jungen Teilnehmern ein realitätsnahes Gefahrenbewusstsein zu schaffen und dauerhafte, positive Verhaltensänderungen zu bewirken.

Frauen Netzwerk lädt ein:

Reise zu heiligen Orten

Das interreligiöse Frauennetzwerk bietet am Sonntag, 11. Juni im Rahmen der Reihe „Heilige Orte – Glaube(n) braucht Raum“ im Kreisgebiet eine Kennenlernfahrt zu religiösen Räumlichkeiten der drei sogenannten Buchreligionen an.

Die Fahrt beginnt am 11. Juni um 14 Uhr an der Stadtbibliothek Bergkamen, Am Stadtmarkt 1 (Rückkehr gegen 20 Uhr). Die Teilnahme ist kostenfrei.

Stationen der „Reise zu heiligen Orten“ sind die DITIB-Moschee des Türkisch Islamischen Kultur Vereins in Bergkamen (Rotherbachstraße 42/A), die Evangelische Martin-Luther-Kirche in Bergkamen (Preinstraße 38), die katholische Kirche Heilige Familie in Kamen (Kirchplatz 7) und die Synagoge der jüdischen Gemeinde „haKochaw“ für den Kreis Unna in Unna (Buderusstraße 11).

Interessierte Frauen können sich bis Freitag, 26. Mai anmelden bei der Stadtbücherei Kamen, Markt 1, Tel. 0 23 07 / 92 31 80, oder bei der Stadtbibliothek Bergkamen, Am Stadtmarkt 1, Tel. 0 23 07 / 98 35 00. PK | PKU