

Die Kunst als Paar zu l(i)eben

Die Belastungen in Partnerschaften sind vielfältig. Für eine Auszeit sorgt das Seminar „Die Kunst als Paar zu l(i)eben“ der Erwachsenenbildung des Ev. Kirchenkreises Unna. An einem Wochenende, vom 19. bis 21. Februar, bleibt Zeit mit viel Leichtigkeit und Humor an der jeweiligen Beziehung zu arbeiten. So schlüpfen Frauen und Männer im Alltag in die unterschiedlichsten Rollen. Sie sind Mutter, Vater, tragen beruflich Verantwortung, engagieren sich im Ehrenamt, pflegen vielleicht einen Angehörigen oder kümmern sich um andere Menschen. Darunter kann auch mal die eigene Beziehung leiden – es fehlt an schönen Momenten.

In dem Paarseminar wird mit verschiedensten Impulsen gearbeitet: Entspannungstechnik, Wahrnehmungs- und Körperübungen sowie Gesprächseinheiten. Ziel ist es, gemeinsam und mit viel Spaß und Leichtigkeit den Alltag wieder zu genießen und den Sonntag des Lebens neu zu entdecken.

Das Seminar für Paare findet im Tagungshaus Oberlisper Mühle in Bromskirchen statt. Die Leitung haben Margret Hilleringmann und Dirk Heckmann. Die Kosten inklusive Programm, Unterkunft und Verpflegung betragen 110 Euro. Mitglieder der Ev. Kirche erhalten 10 Euro Rabatt.

Sprechstunde der Pflege- und

Wohnberatung

In Bergkamen findet die nächste Sprechstunde der Pflege- und Wohnberatung am Donnerstag, 21. Januar von 10 bis 12 Uhr statt. Die Pflegeberaterin Anne Kappelhoff ist im Rathaus, Rathausplatz 1, Raum 600, zu erreichen. Eine telefonische Kontaktaufnahme ist unter 0 23 07 / 965-218 möglich.

Bei der Beratung geht es um alle Fragen rund um das Thema Pflege, wie zum Beispiel zu den Leistungen der Pflegeversicherung, zum Pflegetagebuch oder der Begutachtung durch den Medizinischen Dienst. Informationen gibt es auch zu den Leistungen, die an einer Demenz erkrankten Menschen zustehen.

Auch wer einen Gesprächskreis für pflegende Angehörige, einen ambulanten Pflegedienst, eine Tages- oder Kurzzeitpflegeeinrichtung oder ein Pflegeheim sucht, bekommt Adressen und Informationen über Orts nahe Angebote. Außerdem werden Fragen zur Finanzierung dieser Hilfeangebote beantwortet. Die Beratung ist kostenlos und anbieterunabhängig.

Wer den Termin nicht wahrnehmen kann, später noch Fragen hat oder einen Hausbesuch vereinbaren möchte, erreicht die Pflege- und Wohnberatung im Kreis Unna im Severinshaus, Nordenmauer 18 in Kamen unter Tel. 0 23 07 / 28 99 060 oder 0 800 / 27 200 200 (kostenfrei).

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

Änderung der Ampelschaltung Buckenstraße in Sicht

Bis Ostern könnte die Ampelschaltung an der Kreuzung Lünener Straße/Buckenstraße so optimiert werden, dass Verkehrsteilnehmer aus Weddinghofen und Bergkamen-Mitte (auch die S30) wesentlich schneller als bisher nach Links in Richtung A2 abbiegen können. Das teilt jetzt Thomas Reichling, Leiter des Amts für Planung, Tiefbau, Umwelt und Liegenschaften mit.

Bekanntlich hat die Stadt Bergkamen im Dezember vergangenen Jahres aufgrund der unzureichenden und teilweise verkehrsgefährdenden Schaltung der Ampel an der Kreuzung Buckenstraße – Lünener Straße – Am langen Kamp eine straßenverkehrsrechtliche Anordnung erlassen. Darin wurde Straßen.NRW als zuständiger Straßenbaulastträger aufgefordert, wieder für längere Grünzeiten für Linksabbieger und somit einen verbesserten Verkehrsabfluss von der Buckenstraße in Richtung Autobahnauffahrt zu sorgen.

In dieser Woche hat es dazu unter Beteiligung von Straßen.NRW, der Bezirksregierung Arnsberg, der Stadt Kamen und einem Fachingenieurbüro einen Ortstermin sowie ein Abstimmungsgespräch gegeben. Dabei konnten alle Beteiligten die Einschätzung der Stadt Bergkamen nachvollziehen, dass die Schaltung der Ampelanlage optimiert werden muss. Allerdings darf dabei der Verkehrsfluss auf der Lünener Straße als Landesstraße und insbesondere der benachbarten Autobahnauf- bzw. -abfahrt nicht zusätzlich beeinträchtigt werden.

Das beteiligte Ingenieurbüro wird nun kurzfristig die Steuerprogramme für die Ampelschaltung umplanen und anschließend in Abstimmung mit allen Beteiligten umsetzen. Die Stadt Bergkamen geht davon aus, dass die neue Ampelschaltung spätestens zu Ostern umgesetzt ist.

Betrüger versuchen es wieder mit dem Enkeltrick

Mindestens fünf Mal haben es Betrüger mit dem „Enkeltrick“ versucht, älteren Bürgern in Kamen das Ersparte aus der Tasche zu ziehen. Das schöne ist: Die Unbekannten gingen leer aus.

Die Betrüger hatten sich als Enkel oder Nichte ausgegeben und einen finanziellen Engpass vorgetäuscht. In allen Fällen sollten die Senioren ihnen mit Bargeld aushelfen, welches sie allerdings sofort benötigen würden. In einem Fall ging eine 81-jährige Kamenerin tatsächlich zu ihrer Bank, um Geld abzuheben. Der Bankangestellten kam dieses verdächtig vor und sie machte die Frau auf einen möglichen Betrug aufmerksam. Glücklicherweise kam es in allen Fällen nicht zu einer Geldübergabe.

„Durch wiederholte Presseveröffentlichungen sind auch die Senioren im Kreis sensibler und vorsichtiger im Umgang mit unbekannten Anrufern geworden“, stellt die Polizei fest.

Wenn Sie selbst einen solchen Anruf erhalten:

- Prüfen Sie, ob Sie wirklich mit Ihrem Verwandten gesprochen haben.
- Rufen Sie selbst Ihren Verwandten oder Angehörigen unter der Ihnen bekannten Telefonnummer zurück.
- Geben Sie niemals fremden Personen Bargeld.
- Sprechen Sie mit einer Ihnen vertrauten Person oder der Kundenberaterin/dem Kundenberater Ihres Geldinstituts über den Vorfall.

- Informieren Sie sofort die Polizei, wenn Sie den Verdacht haben, dass etwas nicht stimmen könnte.
-

Drei Mal schritten Einbrecher zur Tat – erbeutet haben sie aber nichts

Drei Mal waren am Mittwoch und am frühen Donnerstagmorgen Einbrecher in Bergkamen aktiv gewesen. Eine Beute gab es aber für sie nicht. In einem Fall war es ihnen nicht gelungen, ein Fenster aufzuhebeln.

Am frühen Donnerstagmorgen lösten Unbekannte gegen 5.20 Uhr die Alarmanlage des AWO-Kindergartens Springmaus Am Südhang aus. Dort hatten sie ein Fenster eingeschlagen und waren offensichtlich auch im Gebäude. Als die Polizei eintraf, waren die Täter verschwunden. Nach bisherigem Ermittlungsstand haben sie nichts gestohlen.

Am Mittwoch haben Einbrecher zwischen 7.45 Uhr und 19.45 Uhr ein Fenster eines Einfamilienhauses an der Alfred-Döblin-Straße aufgehebelt. Sie durchsuchten das Haus, flüchteten aber ohne Beute.

Erst gar nicht ins Objekt gelangten Unbekannte, die versuchten an einem Einfamilienhaus am Sanddornweg in der Zeit von 17.45 Uhr bis 20.30 Uhr ein Fenster aufzuhebeln.

Hinweise in allen Fällen bitte an die Polizei in Bergkamen unter der Rufnummer 02307 921 7320 oder 921 0.

Foto überführt mutmaßlichen Dieb und Betrüger aus Bergkamen

Ein Foto hat jetzt, wie die Polizei in Frankenthal (Rheinland-Pfalz) meldet, einen 35-jährigen Bergkamener als mutmaßlichen Dieb und Betrüger überführt.

Er soll in Frankenthal einer 64-jährigen Frau die Geldbörse gestohlen haben. Als er danach mit der ebenfalls erbeuteten EC-Karte vergeblich versuchte, Geld abzuheben, wurde er dabei fotografiert. Jetzt sei er identifiziert worden, erklärt die Polizei.. Ihm drohe nun ein Verfahren wegen Diebstahles und Betruges.

Im Gesundheitshaus Lünen: Vortrag über Arthrose

Die Selbsthilfegruppe Fibromyalgie Lünen lädt alle Interessenten zu einem Vortrag zum Krankheitsbild Arthrose ein. Beginn ist am Mittwoch, 20. Januar um 16 Uhr im Gesundheitshaus Lünen, Roggenmarkt 18-20. Die Teilnahme ist kostenfrei.

Der Referent Dr. Jürgen Müller (Facharzt für physikalische und rehabilitative Medizin, Orthopädie, Sportmedizin, Chirotherapie, Naturheilverfahren und Akupunktur) wird in

diesem Vortrag über klassische und naturheilkundliche Behandlungsmethoden beim Knorpelverschleiß der Gelenke berichten.

Dabei stehen die Ursachen der Arthrose und deren operative sowie konservative Therapiemöglichkeiten und schulmedizinische und naturheilkundliche Behandlungsansätze wie Osteopathie und Akupunktur im Vordergrund. Im Anschluss besteht die Möglichkeit der Diskussion.

Weitere Informationen gibt es bei der Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.) im Gesundheitshaus Lünen unter Tel. 0 23 06 / 100 610. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Anfängerkurs in der Ökologiestation: Trommeln in der Gruppe

Die Praxis-Reihe für Erwachsene in der Ökologiestation wird im Februar und März mit dem Anfängerkurs „Trommeln in der Gruppe“ fortgesetzt.

An insgesamt fünf Terminen werden die Schlagtechniken (Open / Bass / Slap) gespielt, wodurch sehr tiefe als auch sehr hohe Töne erzeugt werden können. Durch das Erlernen der Schlagtechniken und Rhythmen werden auf spielerischem Weg Koordination und Konzentration gefördert. Auf leichten Übungen aufbauend wird jeder in den lebendigen Rhythmus einer Gruppe eingebunden und kann improvisierend seinen Gefühlen Ausdruck verleihen. Dieser Praxis-Workshop findet an den Freitagen 12./19./26. Februar und 4./11. März 2016 jeweils 18.30 – 20.00

Uhr statt.

Der Teilnehmerbeitrag für die Veranstaltungsreihe beträgt 50 Euro je Teilnehmer. Maximal können 15 Personen an der Veranstaltung teilnehmen. Leiter des Workshops ist Volker Hardebusch. Veranstaltungsort ist die Ökologiestation Bergkamen-Heil. Veranstalter sind das Umweltzentrum Westfalen und Naturförderungsgesellschaft Kreis Unna e. V.

Anmeldungen ab sofort bei Dorothee Weber-Köhling (02389-98090) oder umweltzentrum_westfalen@t-online.de.

Anmeldung zur Roboter-Olympiade ab Freitag möglich

Am kommenden Freitag, 15. Januar 2016 um 16 Uhr startet die Anmeldung zur neuen Saison der World Robot Olympiad (WRO) in Deutschland. Insgesamt stehen über 600 Startplätze bei 27 Wettbewerben im gesamten Bundesgebiet zur Verfügung. Für Teams besteht die Möglichkeit, sich für das Weltfinale der WRO 2016 im November in Neu-Delhi (Indien) zu qualifizieren.

Die Stadt Lünen bietet, gemeinsam mit dem zdi-Netzwerk Perspektive Technik, welches von der Wirtschaftsförderung Kreis Unna (WFG) koordiniert wird, am **Samstag, 21. Mai 2016** einen **Regionalwettbewerb im Hansesaal Lünen an. „Das Event im Rahmen des Stadtjubiläums bietet 24 Teams die Möglichkeit ihre Projekte aus dem Bereich „Open Category“ vorzustellen und sich fürs Deutschlandfinale, im Juni in Ludwigshafen am Rhein zu qualifizieren“,** erklärt Anica Althoff von der WFG. Auch für Besucher/innen wird es ein buntes Rahmenprogramm geben. „Neben Technik- und Sportangeboten zum Mitmachen, haben wir auch den Hiphopper „Kaizen“ für den Tag gewinnen können“, freut sich

Uwe Wortmann von der Stadt Lünen.

In der „Open Category“ sind der Kreativität keine Grenzen gesetzt. Die Teams bauen ein Robotermodell zum Thema der Saison. Dabei sind neben der LEGO®-Steuerung alle andere Baumaterialien und Programmiersprachen erlaubt. Die Anmeldung zu den regionalen Wettbewerben der WRO ist vom 15. Januar bis zum 29. Februar 2016 (jeweils 16.00 Uhr) über die Webseite www.worldrobotolympiad.de **möglich.**

Einbruch in Einrichtungshaus – offensichtlich nichts erbeutet

In der Nacht zu Mittwoch hebelten Einbrecher ein Fenster der Warenausgabe eines Einrichtungshauses an der Industriestraße auf. Sie gelangten zunächst ins Büro der dortigen Mietwagenausgabe und dann in den Innenraum. Im Büro wurde ein Schrank aufgebrochen und weitere Behältnisse durchsucht. Nach ersten Feststellungen flüchteten die Täter ohne Beute.

Wer hat Verdächtiges bemerkt? Hinweise bitte an die Polizei in Bergkamen unter der Rufnummer 02307 921 7320 oder 921 0.

Hallenfußballstadtmeisterscha

**ft in der
Friedrichsbergsporthalle**

Die Hallenfußballstadtheisterschaft findet am Sonntag, 17. Januar 2016, ab 13.30 Uhr in der Friedrichsbergsporthalle in Bergkamen-Mitte statt. In den Gruppenspielen der Gruppen 1 und 2 gilt der Austragungsmodus „Jeder gegen Jeden“. Die beiden Erstplatzierten aus den vorgenannten Gruppen spielen die Platzierungen 1. bis 4. Platz mit einer Zwischen- und Endrunde aus. Die Zwischenrundensieger bestreiten das Endspiel, die Verlierer ein 9 m-Schießen um Platz 3 und 4.

Hallenfußballstadtmeisterschaft für Senioren-Mannschaften 2016

Spielplan

Gruppe 1	Gruppe 2
FC TuRa Bergkamen I	FC Overberge I
FC Overberge II	FC Tura Bergkamen II
SuS Rünthe 08	VFK Weddinghofen
SuS Oberaden	TIU Rünthe

13.30 Uhr	FC TuRa Bergkamen I	-	FC Overberge II	:
13.50 Uhr	SuS Rünthe	-	SuS Oberaden	:
14.10 Uhr	FC Overberge I	-	FC TuRa Bergkamen II	:
14.30 Uhr	VFK Weddinghofen	-	TIU Rünthe	:
14.50 Uhr	FC TuRa Bergkamen I	-	SuS Rünthe 08	:
15.10 Uhr	FC Overberge II	-	SuS Oberaden	:
15.30 Uhr	FC Overberge I	-	VFK Weddinghofen	:
15.50 Uhr	FC TuRa Bergkamen II	-	TIU Rünthe	:
16.10 Uhr	SuS Oberaden	-	FC TuRa Bergkamen I	:
16.30 Uhr	FC Overberge II	-	SuS Rünthe 08	:
16.50 Uhr	TIU Rünthe	-	FC Overberge I	:
17.10 Uhr	FC TuRa Bergkamen II	-	VFK Weddinghofen	:

17.50 Uhr	Halbfinale (Sieger Gruppe 1 – Zweiter Gruppe 2)			
		-		:

18.10 Uhr	Halbfinale (Zweiter Gruppe 1 – Sieger Gruppe 2)			
		-		:

18.30 Uhr	9-Meter-Schießen um Platz 3			
		-		:

18.50 Uhr	Endspiel			
		-		:

Anschließend **Siegerehrung**

Spielzeit aller Spiele 1 x 15 Minuten.

