

Baden im Sommer: Vorsicht beim Sprung ins kühle Nass

Es ist Sommer! Und das Wetter lockt wieder ins Freibad oder zum Baggersee. Denn ein Sprung ins kühle Nass ist die beste Erfrischung. Doch Vorsicht: Wer sich einfach ins Wasser stürzt, der riskiert seine Gesundheit. Es lauern nämlich diverse Gefahren.

Es drohen etwa Kreislaufprobleme: Denn durch das plötzliche kalte Wasser wird der Kreislauf stark belastet. „Es kann sogar zum Kreislaufversagen kommen. Daher sollten sich Badegäste vor dem Sprung ins Wasser richtig ab duschen oder den ganzen Körper zumindest mit Wasser bespritzen“, sagt Amtsarzt Dr. Roland Staudt.

Tipps vom Mediziner

Ist der Kreislauf durch längeren Sonnengenuss oder ein kleines Nickerchen träge geworden, hilft ein bisschen Bewegung, um ihn wieder in Schwung zu bringen. Auch mit vollem oder ganz leerem Magen sowie nach Alkoholgenuss sollte auf das erfrischende Bad erst einmal verzichtet werden.

Der Mediziner warnt auch vor zu langem Badevergnügen: „Der Körper kühlt selbst bei warmem Wetter im Wasser schnell ab.“ Vor allem Kinder kühlen leichter aus. Eine halbe Stunde im Wasser sollte daher reichen. Bei Kindern am besten sogar kürzer.

Sicher nur in geprüften Gewässern

Beim Baden in Flüssen, Kanälen oder Baggerseen ist auch eine mögliche Infektionsgefahr nicht zu unterschätzen. Nur die öffentlichen Freibäder und die drei offiziellen Badegewässer im Kreis – Ternscher See in Selm, Horstmarer See in Lünen und das Naturfreibad in Bergkamen-Heil – werden regelmäßig auf ihren hygienischen Zustand hin untersucht, so der Mediziner.

Offene Gewässer bergen außerdem oft nicht erkennbare Risiken im Uferbereich wie glitschige, scharfkantige Gegenstände, Untiefen, steile Uferabfälle und Temperaturunterschiede. Deshalb ist Vorsicht geboten beim Badengehen. PK | PKU

Praxis-Reihe für Erwachsene in der Ökologiestation: Trommeln-Anfängerkurs

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 28. August; 11./18. September und 2./9. Oktober 2020 jeweils 18.30 – 20.00 Uhr in der Ökologiestation 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 beim Umweltzentrum Westfalen (02389-98090) oder umweltzentrum_westfalen@t-online.de.

Diakonie hat noch freie Plätze: Reisen in die nahegelegenen Kurorte Bad Wildungen und Bad Lippspringe

Ohne lange Anreise vom Alltagstrubel erholen und gleichzeitig etwas für die Gesundheit tun – das geht auf zwei Reisen der Diakonie Ruhr-Hellweg. Die erste Fahrt führt vom 20. August bis 1. September in das westfälische Bad Lippspringe. Das zweite Urlaubsziel ist vom 4. bis 15. September die nordhessische Kurmetropole Bad Wildungen.

Bad Wildungen gehört zu den bedeutendsten Heilbädern in Deutschland. Die Teilnehmenden übernachten in einem Gesundheitszentrum, in dem ein auf sie abgestimmtes Programm mit Teilmassage, Moorpackung und Hydrojet-Massage auf sie wartet. Darüber hinaus kann die Gruppe die historische Altstadt mit hübschen Geschäften und urigen Cafés erkunden. Und in der Umgebung laden Europas größter Kurpark und viele Heilquellen zum Besuch ein.

Der staatlich anerkannte Kurort Bad Lippspringe am Südrand des Teutoburger Waldes bietet ebenfalls viele Möglichkeiten, den Alltag hinter sich zu lassen. Auch zu diesem Angebot, im Rahmen des Gesundheitspaketes, gehören auf die Teilnehmenden abgestimmte Kuranwendungen. Die Gäste können die Heilquellen erleben und im Kurpark spazieren gehen. Auch bei einem entspannten Bummel durch die Innenstadt gibt es viel Schönes zu sehen.

Auf den Reisen sind noch einige wenige Plätze frei. Auf die entsprechenden Schutz- und Hygienemaßnahmen wird natürlich

geachtet. Weitere Informationen gibt es unter Tel. 0800/5890257 oder reisen@diakonie-ruhr-hellweg.de sowie online unter www.diakonie-reisedienst.de.

Internet: www.diakonie-ruhr-hellweg.de

Veterinärbehörde rät: Hunde gegen Staupe impfen lassen

Bei bereits drei verendeten Füchsen und zwei toten Waschbären wurde in diesem Jahr das Staupe-Virus im Kreis Unna nachgewiesen. Aufgetreten sind die Fälle allesamt im südlichen Kreisgebiet (Unna und Fröndenberg). Die Kreis-Veterinärbehörde rät Hundehaltern, ihre Tiere gegen Staupe impfen zu lassen.

Für den Menschen ist die Viruserkrankung ungefährlich. Bei vielen Tieren, insbesondere bei Hunden, verläuft eine Staupe-Infektion allerdings tödlich. Staupe tritt vor allem bei Wildtieren wie Füchsen, Dachsen, Waschbären, Mardern oder Wölfen auf und ist hochansteckend. Die Übertragung erfolgt durch Speichel, Kot, Urin, Nasen- und Augensekret infizierter Tiere.

Die Symptome der Krankheit können sehr unterschiedlich sein, von Husten und Atemnot über Erbrechen und Durchfall bis hin zu Lähmungserscheinungen.

Gut wirksame Impfung

Vor einer Ansteckung schützen kann man seinen Hund durch eine Standard-Impfung: „Die Impfung gegen die Staupe ist gut wirksam und sollte für jeden verantwortungsvollen Hundehalter Standard sein“, unterstreicht Kreisveterinärdirektor Dr. Tobias Kirschner. Hundehalter, die sich über Impfungen

informieren möchten, sollten Kontakt zum Tierarzt ihres Vertrauens aufnehmen.

Wer einen toten oder kranken Fuchs, Waschbären oder Dachsfindet, sollte das Tier auf keinen Fall anfassen und Kontakt zur Veterinärbehörde aufnehmen. PK | PKU

Bildungs- und Teilhabepaket: Leistungen jetzt beantragen

Ob für Schulmaterial, eine Klassenfahrt oder das Mittagessen in der Kita: Kinder aus einkommensschwachen Familien können zum neuen Schuljahr finanzielle Unterstützung aus dem Bildungs- und Teilhabepaket bekommen. Der Kreis rät, die Anträge rechtzeitig zu stellen. Durch die Softwareumstellung in diesem Jahr kann es jedoch noch immer zu Verzögerungen kommen.

Zum 1. August können Schülerinnen und Schüler aus Familien mit geringem Einkommen für die Ausstattung mit persönlichem Schulbedarf (z.B. Hefte, Stifte, Taschenrechner, usw.) eine Geldleistung in Höhe von 100 Euro aus dem Bildungs- und Teilhabepaket erhalten.

Wer bekommt Unterstützung?

Wer SGB II-Leistungen (Hartz IV), Sozialhilfe oder Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz erhält, bekommt diese Leistung automatisch zum 1. August ausgezahlt. Empfänger von Wohngeld und Kinderzuschlag müssen hierfür jedoch einen Antrag stellen. Diese Leistungen sollten rechtzeitig beantragt werden.

„Auch für die Teilnahme am gemeinschaftlichen Mittagessen in

Schulen oder Kindertageseinrichtungen kann ein Kostenbeitrag aus dem Bildungs- und Teilhabepaket beansprucht werden“, rät Janina Schölzel, Sachgebietsleiterin Teilhabe- und Förderleistungen.

Welche Leistungen gibt es noch?

Neben den Leistungen für den Schulbedarf und die Teilnahme am gemeinschaftlichen Mittagessen können aus dem Bildungs- und Teilhabepaket auch beispielsweise Leistungen für Klassenfahrten und Tagesausflüge, Lernförderung sowie die Teilhabe am sozialen und kulturellen Leben (Mitgliedsbeiträge für Sportvereine, Musikschulen, Ferienfreizeiten) in Anspruch genommen werden.

Nähere Informationen zu den Leistungen des Bildungs- und Teilhabepakets, zum Antragsverfahren und die Antragsvordrucke finden Sie auf der Homepage des Kreises Unna unter www.bildungspaket.kreis-unna.de. PK | PKU

Bergkamener Feuerwehr trauert um Unterbrandmeister Jürgen Birk

Die Freiwillige Feuerwehr der Stadt Bergkamen trauert um ihr aktives Mitglied Jürgen Birk. Er verstarb am 16.07.2020 im Alter von nur 61 Jahren.

Jürgen Birk trat erst am 4. Februar 2012 als Feuerwehrmannanwärter in die Freiwillige Feuerwehr der Stadt Bergkamen ein, war damit seinerzeit der „älteste“ Quereinsteiger in die Feuerwehr Bergkamen nach dem Wegfall der Eintrittsaltersgrenze und erwarb den Dienstgrad eines

Unterbrandmeisters. Seit Oktober 2016 bis zu seinem Tode war er gleichzeitig als Sicherheitsbeauftragter in der Einheit Weddinghofen tätig.

Die Beisetzung findet am Montag, 27. Juli, um 14.00 Uhr auf dem Hauptfriedhof in Weddinghofen, statt. Die Kameradinnen und Kameraden der Feuerwehr treffen sich um 13.40 Uhr vor dem Haupteingang des Friedhofs, um ihrem Kameraden die letzte Ehre zu erweisen.

IHK bietet Live-Chats für Ausbildungsinteressierte an

Wegen der andauernden Corona-Pandemie können persönliche Beratungen zum Thema Ausbildung oder entsprechende Messen und Veranstaltungen nicht wie gewohnt stattfinden. Die Industrie- und Handelskammer (IHK) zu Dortmund bietet daher an vier Terminen in den Sommerferien digitale Live-Chats für Ausbildungsinteressierte an. Die Chats können ganz einfach über die Internetseite der IHK aufgerufen werden. Mit wenigen Klicks kann an den kostenlosen Gesprächen teilgenommen werden.

„Die IHK-Berater unterstützen in den Online-Gesprächen beispielsweise bei der Berufsorientierung oder geben wertvolle Tipps für die Bewerbungsunterlagen“, sagt Michael Ifland, Geschäftsführer der beruflichen Bildung. Die Unternehmer aus dem IHK-Bezirk hätten zuletzt immer wieder verdeutlicht, dass

sie auch trotz der Pandemie ausbilden würden. So sind in der IHK-Lehrstellenbörse aktuell noch rund 600 freie Ausbildungsplätze verzeichnet. „Ausbildungsinteressierte sollten die Sommerferien nutzen, um sich zu bewerben. Jetzt ist die beste Zeit“, appelliert Ifland.

Wer an den Live-Chats teilnehmen möchte, klickt auf dortmund.ihk24.de auf die entsprechende Veranstaltung. Hier ist der Link zum jeweiligen Chat hinterlegt. Eine vorherige Anmeldung ist nicht notwendig.

Folgende Veranstaltungen werden digital angeboten:

Mittwoch 22.07.2020, 14:00-14:30 Uhr

Live-Chat – „Welcher Ausbildungsberuf passt zu mir?“ – Berufsorientierung in den IHK-Ausbildungsberufen

Mittwoch 29.07.2020, 14:00-14:30 Uhr

Live-Chat – „Endspurt- Jetzt noch in eine Ausbildung starten!“

Mittwoch 05.08.2020, 14:00-14:30 Uhr

Live-Chat – „Bewerbungsmappencheck – Wie soll ich mich richtig bewerben?“

Mittwoch 12.08.2020, 14:00-14:30 Uhr

Live-Chat – „Zweifel am Studium? Duale Ausbildung als Alternative“

B236: Nächtliche Sperrungen

von Verbindungsfahrbahnen an der B236 in Dortmund

Donnerstag- und Freitagnacht sind mehrere Verbindungsfahrbahnen der B236 gesperrt. Die Straßen.NRW-Regionalniederlassung Ruhr saniert dort die Fahrbahn.

Von Donnerstag (23.7.) 20 Uhr bis Freitag (24.7.) 5 Uhr ist die Abfahrt von der B236 auf die L663n (Brackeler Straße) in Fahrtrichtung Borsigplatz gesperrt. Die Auffahrt von der Brackeler Straße auf die B236 in Fahrtrichtung Lünen ist verkürzt. Die Verbindungsfahrbahn in Richtung Brackel bleibt frei.

Von Freitag (24.7.) 20 Uhr bis Samstag (25.7.) 5 Uhr sind im Autobahnkreuz Dortmund-Nordost die Verbindungsfahrbahnen von der A2 in beiden Fahrtrichtungen auf die B236 in Richtung Lünen sowie von der B236 in Fahrtrichtung Lünen auf die A2 in Richtung Oberhausen gesperrt. Die Auffahrt von der B236 in Fahrtrichtung Schwerte auf die A2 in Richtung Hannover ist verkürzt.

Umleitungen sind ausgeschildert.

IHK lädt zur virtuellen Ausbildungsmesse ein

Vor dem Hintergrund der Corona-Pandemie geht die Industrie- und Handelskammer (IHK) zu Dortmund neue Wege und veranstaltet am 5./6. November zusammen mit den fünf anderen Ruhr-IHKs und mit Unterstützung des Veranstalters „Meetyoo“ erstmals eine virtuelle Ausbildungsmesse. Die „AzuBeYou“ soll vor allem Schülerinnen und Schüler der zehnten Jahrgangsstufen sowie der

Abschlussklassen ansprechen, die auf der Suche nach einem Ausbildungsplatz sind. Bei der digitalen Premiere werden 20 Unternehmen aus Dortmund, Hamm und dem Kreis Unna dabei sein. Insgesamt werden sich rund 120 Ausbildungsbetriebe aus dem ganzen Ruhrgebiet den potenziellen Bewerbern vorstellen.

Die Besucher der „AzuBeYou“ gelangen per Computer oder Smartphone in den Messebereich. In der virtuellen Eingangshalle können sie ihren Rundgang durch die Messehallen planen. Die Jugendlichen können dann per Video- oder Livechat mit den Betrieben kommunizieren. Außerdem besteht die Möglichkeit, Bewerbungsunterlagen hochzuladen, Kontaktdaten zu hinterlegen, Unternehmensvideos anzugucken oder Visitenkarten abzuspeichern.

„Mit diesem neuen Messeformat möchten wir Betrieben und Bewerbern die Chance geben, sich trotz Corona-bedingter Einschränkungen besser kennenzulernen. Wir sind sehr optimistisch und rechnen mit guten Besucherzahlen“, sagt Michael Ifland, Geschäftsführer für Berufliche Bildung und Fachkräftesicherung bei der IHK zu Dortmund. Weitere Infos haben Corinna Jozwiak, Tel.: 0231 5417-261, E-Mail: c.jozwiak@dortmund.ihk.de und Jasmin Azer, Tel.: 0231 5417-416, E-Mail: j.azer@dortmund.ihk.de.

Wartungsarbeiten an Bayer-Kläranlage: Mögliche Geruchsentwicklung

Am Mittwoch, 22. Juli, beginnt Bayer mit Wartungsarbeiten an einem Becken der werkseigenen Kläranlage. Im Rahmen der damit

verbundenen Tätigkeiten, die voraussichtlich bis zum Nachmittag des Folgetages dauern werden, muss der Wasserspiegel des Beckens abgesenkt werden. Dadurch können sich gesundheitlich unbedenkliche Gerüche bilden, die je nach Windrichtung auch im Umfeld der Kläranlage wahrnehmbar sind.

Bayer hat Vorkehrungen getroffen, eine mögliche Geruchsentwicklung auf das absolute Minimum zu reduzieren und bittet um Verständnis für die Durchführung der Arbeiten, die aus technischen Gründen unvermeidbar sind.

Die zuständige Aufsichtsbehörde ist über die Wartungsarbeiten informiert.

Freie Plätze bei den KinderKulturTagen

Bei den anstehenden KinderKulturTagen der Jugendkunstschule sind noch Plätze frei. Das Angebot der Bergkamener Jugendkunstschule richtet sich an Kinder ab 6 Jahren. Unter dem Motto „Wir sind draußen! 2020“ finden die KinderKulturTage in der fünften Sommerferienwoche vom 27.-31. Juli, jeweils von 10.00-14.00 Uhr auf dem Gelände des Pestalozzihauses in Bergkamen-Mitte statt.

Auch unter Coronabedingungen warten auf die Teilnehmenden kreative Entfaltungsmöglichkeiten in vielfältigen Workshops mit Literatur, Theater, Musik, Tanz, LandArt und Bildhauerei. Die Kinder werden in Kleingruppen aufgeteilt, in denen dann die ganze Woche gemeinsam Kreativität erlebt wird. Die Teilnahme ist kostenlos.

Unterstützt werden die KinderKulturTage vom Lions Club BergKamen, der Kulturregion Hellweg und dem Ministerium für Kultur und Wissenschaft. Anmeldungen für die Kinderkulturtage sind per E-Mail an g.kleinhubbert@bergkamen.de oder telefonisch unter 02307/288848 möglich.