

Miauen war kein Ventilschaden – Kätzchen aus Motorraum gerettet

Wenn aus dem Motorraum seltsame Geräusche kommen, denken erfahrene Autofahrer an einen Ventilschaden oder an ähnliche Probleme. Im Parkhaus an der Merschstraße in Lünen war aber die Verursacherin eine kleine Katze, die sich am Mittwochmorgen unter eine Motorhaube verkrochen hatte.



Ein 48-jähriger Autofahrer aus Münster hatte in der sechsten Etage des Parkhauses das Wehklagen der kleinen Katze. Wie er selbst berichtete, befreite er die kleine Katze und rief die Polizei.

Die kleine „Stubentigerdame“ wurde durch die Beamten in Obhut genommen und befindet sich mittlerweile in guten Händen.

VHS-Kurs macht es möglich: Qi Gong zum Ausprobieren

Wer immer schon mal wissen wollte, was Qi Gong ist und wie es wirkt, ist am Samstag, 16. November, von 11:15 bis 15.15 Uhr im Treffpunkt an der Lessingstraße genau richtig.

Qi Gong ist eine Bewegungskunst mit sehr alter Tradition in China. Sie beinhaltet Übungen zur Konzentration und Meditation sowie Kampfsportelemente. Wörtlich übersetzt bedeutet „Qi“ Energie oder Atem und „Gong“ Arbeit oder Können. Durch die Atem- und Bewegungsformen soll das „Qi“ in Fluss geraten und in die richtigen Bahnen gelenkt werden.

Qi Gong ist geprägt durch langsame und bedächtige Bewegungen. Es sieht aus wie eine Mischung aus Gymnastik, Meditation und Kampfsport. „Durch die sanften Bewegungen trägt es zur Gesundung und Harmonisierung des Menschen bei,“ sagt Dozentin Betty Schramm. „Qi Gong ist für jeden geeignet, auch für Menschen, die sich nur eingeschränkt bewegen können. Es sorgt für eine gute Haltung und Atmung und baut Stress ab.“

Wer diese „Entschleunigungsmethode“ einmal ausprobieren möchte, hat am Samstag, den 16.11.13, von 11:15 bis 15.15 Uhr einmal Gelegenheit dazu. „Wir möchten durch diesen Kompaktkurs am Samstag allen Interessierten die Möglichkeit bieten, sich mit Qi Gong vertraut zu machen“, erläutert die VHS-Leiterin Sabine Ostrowski. „Wer dann Gefallen daran findet, kann ab Januar 2014 in einen wöchentlich stattfindenden Kurs einsteigen, um durch regelmäßige Praxis seine Lebensenergie zu steigern und zu einer seelischen und körperlichen Ausgeglichenheit zu finden.“

Der Kurs „Qi Gong Kompakt“ findet im VHS-Gebäude „Treffpunkt“ statt und umfasst 5 Unterrichtsstunden. Anmeldungen für den Kurs Nr. 3114, für den eine Teilnahmegebühr in Höhe von 10,00 € zu entrichten ist, nimmt das VHS-Team persönlich während der Öffnungszeiten montags bis freitags von 08.30 – 12.00 Uhr und montags, dienstags 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 / 284 952 oder 284 954 möglich. Online können Interessierte sich jederzeit über vhs.bergkamen.de oder www.bergkamen.de anmelden.

Neu im Kamener Krankenhaus: Yoganastik für Schwangere

Für Schwangere beginnt in der Elternschule des Hellmig-Krankenhauses am Dienstag, 12. November, von 18.30 bis 20 Uhr der neu Kurs Yoganastik.

„Besonders in der Schwangerschaft ist es wichtig, Zeiten der Ruhe und Ausgeglichenheit für sich zu finden“, so Marianne Künstle, Leiterin der Elternschule. Yogaübungen lassen die Teilnehmerinnen Anspannung und Entspannung erfahren. Das Kind soll durch die bewußte und tiefe Yoga-Atmung mit besonders viel Sauerstoff und Energie versorgt werden.

Yogaübungen geben innere Ruhe und wirken nervenstärkend. Sie lindern Schwangerschaftsbeschwerden wie Rückenschmerzen oder Kreislaufprobleme. Yoga ist zudem eine gute Vorbereitung auf die Geburt. „Indem die Frau lernt, bewusst tief und lang zu atmen, kann der Wehenschmerz besser veratmet werden. Yogaübungen wirken ausgleichend und harmonisierend“, so Marianne Künstle. Gleichzeitig unterstützen gymnastische Übungen die Vorbereitung auf die Geburt.

Dieses Seminar kann zu jedem Zeitpunkt der Schwangerschaft besucht werden. Es gilt als schwangerschaftsbegleitende Maßnahme und ist somit sowohl zum Beginn als auch zum Ende einer Schwangerschaft ein interessantes Angebot.

Interessierte können sich melden unter der Telefonnummer 0231-922 1252 oder per e-Mail an elternschule@klinikum-westfalen.de.

Rekordbeteiligung beim 3. Bergkamener Rudelsingen erwartet

Eine Rekordteilnahme erwartet Organisator Detlef Göke beim 3. Bergkamener Rudelsingen am Donnerstag, 28. November, ab 19.30 Uhr in der Gaststätte Haus Schmülling in Overberge. Der 300. Gast darf sich auf eine Überraschung freuen.



Der Eintritt kostet 8 Euro. Eine Anmeldung ist im Internet erwünscht unter www.rudelsingen.de.

Mit dabei ist natürlich Vorsänger David Rauterberg. Er bringt zur musikalischen Begleitung einen Pianisten mit.

Was ist »RUDELSINGEN«?

In lockerer Atmosphäre treffen sich Menschen jeden Alters und singen gemeinsam Hits und Gassenhauer von damals bis heute. Dabei werden sie live vom Sänger und Pianisten begleitet. Die Texte werden per Beamer an die Wand projiziert.

Hits und Gassenhauer

Von ABBA, Adele, Beatles, über Elvis, Grönemeyer, Lindenberg, Marius, und Nena bis zu Prince, Rolling Stones, Udo Jürgens und viele viele mehr!

Jede **Anmeldung** garantiert einen festen Platz auf der exklusiven Gästeliste.

„Bergschäden und Schadensersatz wg. RAG-Erschütterungen“

„Bergschäden und Schadensersatz wg. RAG-Erschütterungen“ (zw. 2004 und 2010, Bergwerk Ost) lautet der Titel einer Informationsveranstaltung des Aktionskreises Wohnen und Leben Bergkamen am Freitag, 08. November, um 20 Uhr in der Hellweg-Hauptschule, Rünther Straße 80, in Bergkamen-Rünthe (Klassenraum). Referenten sind zwei Rechtsanwälte einer Düsseldorfer Kanzlei.

Nachfragen/Anmeldungen bei:

Aktionskreis Wohnen und Leben Bergkamen e.V., Karlheinz Röcher, Tel.: 02389-535302, mobil: 0177-8780397, eMail: AK-Zukunft-Bergkamen@web.de

Second-Hand-Markt rund um das Baby im Hellmig-Krankenhaus

In Zusammenarbeit mit dem Familienservice der Stadt Kamen organisiert die Elternschule des Klinikums Westfalen am Samstag, 9. November, von 10 bis 12.30 Uhr einen Second-Hand-Markt im Hellmig-Krankenhaus.

Die Besucher finden dort Schwangerschaftsbekleidung, Erstlingsausstattung, Kinderkleidung für Kinder im Alter von 0 bis 2 Jahren. Auch Kinderwagen, Wiegen, Spielzeug und alle weiteren wichtigen Dinge rund um das Kind werden angeboten. Die „Wiederverwertungsborse“ macht es möglich, dass alles, was in der einen Familie nicht mehr gebraucht wird, anderen Familien für ihre Sprösslinge angeboten werden kann. Gerade im Hinblick auf das kommende Nikolaus- und Weihnachtsfest lohnt sich ein Besuch im Hellmig Krankenhaus, denn auch Spielzeug kann gebraucht, aber gut und günstig erworben werden. Alle Interessenten sind eingeladen zu einem Bummel entlang der Stände in gemütlicher Atmosphäre.

Sigrid Tech vom Familienservice der Stadt Kamen wird beim Second-Hand-Markt zudem neue Informationen für werdende und junge Eltern in Kamen bereithalten, Marianne Künstle stellt dort die Angebote der Elternschule vor.

Weitere Informationen gibt es bei Marianne Künstle, Telefon 0231-922 1252 oder per e-mail an elternschule@klinikum-westfalen.de

„Arbeit und Leben“ und VHS bieten Persönlichkeitstraining an

Arbeit und Leben bietet in Kooperation mit der VHS Bergkamen Persönlichkeitstraining mit Felizitas Kaluzny an. Es findet in kompakter Form im VHS-Gebäude „Treffpunkt“ am 15. und 16. November statt.

„Die Art und Weise, wie wir von unseren Mitmenschen wahrgenommen werden, hat einen entscheidenden Einfluss auf den Erfolg unserer Berufs- und Lebensgestaltung“, sagt Dozentin Felizitas Kaluzny. „Das Wissen um die eigenen Stärken und Schwächen ist ein erster Grundstein für eine gelungene Darstellung unserer Persönlichkeit. Es ist eine gelungene Präsentation nach außen und ist ein Werkzeug, mit dem wir die uns gesteckten Ziele kreativ anstreben können.“

Das Herausarbeiten des persönlichen Profils im Rahmen des Kurses soll die Teilnehmerinnen und Teilnehmer dazu befähigen, in eine Diskussion über Selbstwahrnehmung und Fremdwahrnehmung zu treten. Dieses Wochenendseminar soll die Teilnehmenden in die Lage versetzen, eigene Stärken besser hervorzuheben und die eigenen Schwächen gekonnter zu relativieren und den Umgang mit ihnen zu verbessern. „So gelangen die Teilnehmenden zu einer verbesserten Selbstdarstellung in Harmonie mit den eigenen Möglichkeiten“, sagt Kaluzny.

Die Kurszeiten sind im Einzelnen: Freitag, 15. November, 19.00 – 22.00 Uhr, und Samstag, 16. November, 9.00 – 16.00 Uhr. Zur Teilnahme an diesem Wochenendseminar mit Kursnummer 1003 ist eine vorherige Anmeldung bei der VHS zwingend erforderlich. Anmeldungen für diesen Kurs, für den ein Kursentgelt Höhe von 5,00 € zu entrichten ist, nimmt das VHS-Team persönlich während der Öffnungszeiten montags bis freitags von 08.30 –

12.00 Uhr und montags, dienstags 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 vhs.bergkamen.de oder www.bergkamen.de anmelden.

Selbstbehauptungskurs für Mädchen: Es sind noch Plätze frei

„Mädchenselbstbehauptung“ heißt es am Samstag, 30. November, in der Zeit von 10 bis 16 Uhr während eines Schnuppertages in der VHS Bergkamen. Die Tagesveranstaltung spricht Mädchen von 13 bis 14 Jahren an, die lernen sollen, sich in unterschiedlichen Situationen zu behaupten.

Ziel des Kurses ist die mentale und körperliche Stärkung der Mädchen als Prävention gegen Gewalt. Die Mädchen sollen bestärkt werden, ihren Gefühlen und Wahrnehmungen zu vertrauen, die eigene Kraft spüren, das eigene Durchsetzungsvermögen entdecken und einfache aber wirkungsvolle Techniken zur körperlichen Verteidigung erlernen und Warnsignale zu erkennen.

Die Veranstaltung wird gemeinsam von der Gleichstellungsstelle und der Streetwork der Stadt Bergkamen unter Anleitung der Kriminaloberkommissarin Petra Landwehr aus dem Kommissariat Kriminalprävention/Opferschutz des Kreises Unna durchgeführt.

Der Kostenbeitrag für den Kurs beträgt 5 Euro. Hierin ist auch ein Mittagessen enthalten. Für den sportlichen Teil sollen die Teilnehmerinnen dementsprechende Kleidung und Turnschuhe mitbringen.

Persönliche Anmeldungen nimmt ab sofort das Kinder und Jugendbüro der Stadt Bergkamen, Zimmer 208, entgegen. Die Teilnehmerzahl ist auf 16 Mädchen begrenzt.

Taxifahrer in Kamen ausgeraubt – Polizei bittet um Hinweise

Ein Taxifahrer wurde am frühen Dienstagmorgen an der Karl-Arnold-Straße in Kamen überfallen und ausgeraubt. Die Polizei sucht jetzt nach Zeugen.

Am Dienstag wurde nach Angaben der Polizei gegen 3.15 Uhr ein Taxi zur Karl-Arnold-Straße 12 in Kamen bestellt. Dort angekommen, attackierten zwei männliche Personen den Taxifahrer und zwangen ihn zur Herausgabe der Geldbörse. Anschließend flüchteten die Täter zu Fuß in unbekannte Richtung.

Die Täter werden wie folgt beschrieben: Beide etwa 180 – 185 cm groß, etwa 25 Jahre alt, beide Täter hatten kurze schwarze Haare und einen südländischen Teint, beide Täter waren dunkel gekleidet.

Hinweise nimmt die Polizei in Kamen unter der Rufnummer 02307 921 3220 oder 921 0 entgegen.

Weihnachtsmarkt Weddinghofen: Anmeldungen nur noch bis Mittwoch (6.11.)

Nur noch bis Mittwoch, 6. November, können sich Vereine, Institutionen oder Ähnliches für den Weddinghofer Weihnachtsmarkt am Samstag, 14. Dezember, anmelden. Der findet nicht mehr, wie in den Vorjahren, auf dem Sportgelände am Häupenweg, sondern auf dem Platz am Albert-Schweitzer-Haus an der Schulstraße statt.

Organisator ist auch nicht mehr der VfK, sondern der Verein „Wir in Weddinghofen“. Deshalb sollten sich Interessenten an dessen Vorsitzenden Christian Weischede (Barbara-Apotheke) oder an Ramona Romahn, Mail: r.romahn@gswwcom.biz, wenden.

Bereits jetzt verspricht der Weddinghofer Weihnachtsmarkt, der am 14. Dezember um 15 Uhr gestartet wird, eine runde Sache zu werden. Mit dabei ist natürlich auch der „Erfinder“, der VfK. Verkaufsstände werden dazu von folgenden Organisationen betrieben: Auktion des Lebkuchenhauses der Bäckerei Mohr, Dirk Haverkamp/SPD (Grünkohl, Potts, Kräuterschnaps), AWO Kindergärten (50 kleine Hexenhäuschen), Freiwillige Feuerwehr (Alles, was brennt, Brände (Schnaps), Stockbrot), Kita Grüner Weg/Frauenhilfe (Waffeln, Kuchen, Kaffee), VfK Weddinghofen (Kaltgetränke, Bratwürstchen), Brigitte Matiak (Basteln vor Ort für Kinder), Blaues Kreuz (alkoholfreie Warmgetränke, Dessertgläser), Förderverein Pfalzscheule (Holzbastelarbeiten), Bärbel Guschall/CDU (Weihnachtsmann, der mit Engeln Süßigkeiten verteilt.), Verein „Luca – kleiner Engel“ mit selbstgemachten Marmeladen und Holzfiguren sowie Lampen.

Dazu kommt natürlich ein Stand des Veranstalters „Wir in Weddinghofen“. Dessen Verkaufserlöse kommen Projekten in Stadtteil zugute. Er überlegt, im nächsten Jahr eine Standgebühr zu erheben, die ebenfalls in die Projekte fließen soll.

Abgerundet werden soll dieser gemütliche Weihnachtsmarkt vorweihnachtlichen Klängen. Hierzu werden noch einige Gespräche mit Chören etc. geführt.

Faszination der modernen Physik und die Frage nach Gott

Die Gruppe Bergkamen der IVCG (Internationale Vereinigung Christlicher Geschäftsleute“ lädt am Samstag, 16. November, um 18.30 Uhr zu einer Vortragsveranstaltung ins Trauzimmer in der Marina Rünthe ein. Das Thema lautet: „Grenzen des Vorstellungsvermögens – Faszination der modernen Physik und die Frage nach Gott“ von Prof. Dr. Thomas Schimmel.



Faszination der modernen Physik und die Frage nach Gott

Der allgemein verständliche Vortrag gibt einen Einblick in die Wunder der Natur – von kleinsten Welten im Inneren der Atome bis hin zu den Weiten des Universums und der Frage nach der sogenannten „Dunklen Materie“. „Beeindruckende Bilder und faszinierende Zahlen lassen uns staunen, und es stellt sich die Frage nach dem „Woher“. Die Ordnung in der Schöpfung lässt das Wirken eines Schöpfers erahnen“, erklärt der IVCG. Der bekannte Physiker und Nobelpreisträger Werner Heisenberg habe es einmal so formuliert: „Der erste Trunk aus dem Becher der Naturwissenschaft macht atheistisch, aber auf dem Grund des Bechers wartet Gott“.

Der Referent Prof. Dr. rer. nat. Thomas Schimmel promovierte in Physik an der Universität Bayreuth. Er erhielt Rufe auf Professuren an die Ludwig-Maximilians-Universität München, die Universität Linz und Universität Karlsruhe. Seit 1996 lehrt er am Institut für angewandte Physik der Universität

Karlsruhe, Karlsruhe Institute of Technology (KIT) und beteiligt sich an zahlreichen Forschungsvorhaben. Er ist Initiator und Sprecher des Forschungsnetzwerks „Funktionelle Nanostrukturen“. Für seine Forschungsergebnisse wurde er wiederholt mit Preisen ausgezeichnet.

Seit nun schon 10 Jahren organisiert die IVCG-Gruppe Bergkamen/Werne, bestehend aus 9 Mitarbeitern, mehrmals im Jahr Veranstaltungen zu christlichen Themen. Dazu laden sie Referenten des öffentlichen Lebens aus z.B. dem Gebiet der Medien, der Wissenschaft, der Medizin und der Wirtschaft ein. In einem Vortrag weisen sie alle trotz unterschiedlicher Persönlichkeiten auf das hin, was sie verbindet: den christlichen Glauben als tragfähige Basis eines erfolgreichen Lebens. Nach dem Vortrag besteht die Möglichkeit für weitere Diskussionen.

Los geht es allerdings mit einem Sektempfang mit herbstlichem Eintopf und Fingerfood (auch für Vegetarier)

Wer oder was aber ist eigentlich die IVCG?

Die IVCG wurde 1957 gleichzeitig in der Schweiz und in Deutschland durch Dr. Adolf Guggenbühl (1921 – 2001) gegründet. Ihr Ziel ist die Verbreitung des christlichen Glaubens unter Menschen in persönlicher und beruflicher Verantwortung. Sie sollen ermutigt werden, die christlichen Werte bewusst zu leben. Diese Zielsetzung beruht auf der Erfahrung der Mitarbeitenden, dass es sich beim Christsein um mehr als eine Zugehörigkeit zu einer Kirche und dem Einhalten ethischer Normen handelt. Es geht in erster Linie um die unmissverständlich erfahrene Antwort auf die Frage nach Sinn und Bewältigung des Lebens auf Grund einer persönlichen inneren Beziehung zu Jesus Christus.

Als Besonderheit gilt die Tatsache, dass die Mitarbeitenden sich an der Bibel orientieren. In ihrer Tätigkeit für die IVCG nehmen sie nicht für oder gegen eine bestimmte christliche Kirche und deren spezielle Lehren Stellung. Sie halten sich an den Grundsatz des Kirchenvaters Augustinus: „In Hauptfragen Einheit – in Nebenfragen Freiheit – in allem aber Liebe!“

Die IVCG ist auch kein „christlicher Serviceclub“, dem es darum geht Christen zu sammeln. Sie bietet aber für Menschen, die sich entscheiden Schritte im Glauben zu wagen, Gesprächsrunden, Seminare und Mentoring an. Ziel ist es dabei nicht, diese Menschen an die IVCG zu binden, sondern sie zu ermutigen, sich einer christlichen Kirche oder Gemeinde ihrer Wahl anzuschließen.

Weiter informationen bei Margarete und Helmut Hackmann, Mail: Bergkamen@ivcg.org, Telefon : 02307 88088