Was tun bei Nahrungsmittelunverträglichkeiten?

Nahrungsmittelunverträglichkeiten – Was tun? Antworten auf diese Frage bietet die Volkshochschule in einem Vortrag von Claudia Lindemann am Mittwoch, 12. Juni, ab 19 Uhr im Treffpunkt an.

Nahrungsmittelunverträglichkeiten sind auf dem Vormarsch. In erster Linie handelt es sich um Beschwerden, die nach dem Verzehr bestimmter Nahrungsbestandteile wie Milchzucker, Fruchtzucker, Sorbit, Gluten und Histamin auftreten. Etwas unbekannter ist noch die Unverträglichkeit auf Zuckerarten, die in Ballaststoffen und Gemüse vorkommen.

Vielfach reagieren die Betroffenen mit Symptomen, die den Magen-Darm-Trakt betreffen, aber auch unspezifische Anzeichen, wie Tagesmüdigkeit oder Abgeschlagenheit können sich einstellen. Dieser Vortrag vermittelt einen Einblick in die Ursachen und den Umgang mit den einzelnen Unverträglichkeiten und gibt Hilfestellung bei der Auswahl der erlaubten Nahrungsmittel.

Die Teilnahme kostet 4 Euro pro Person. Die zwingend notwendige Anmeldung per Telefon ist unter der Rufnummer 02307 / 284 952 oder 284 954 möglich. Online können Interessierte sich jederzeit über www.bergkamen.de oder direkt über vhs.bergkamen.de anmelden.

VHS erläutert soziale Kompetenzen

Um soziale Kompetenzen geht es bei einem Seminar der Bergkamener Volkshochschule am Samstag, 8. Juni, von 10 bis 16 Uhr im Treffpunkt an der Lessingstraße. Emotionale Intelligenz zeigt sich in geschicktem Umgang mit anderen Menschen. Sie sind besser in der Lage, mit anderen Menschen umzugehen und befriedigende zwischenmenschliche Beziehungen aufzunehmen. Wenn Sie Ihre emotionale Intelligenz mit Unterstützung durch die Dozentin Petra Hartig verbessern möchten, dann ist dieses Tagesseminar genau das Richtige für Sie.

Die Teilnahme kostet 55 Euro pro Person. Die zwingend notwendige Anmeldung per Telefon ist unter der Rufnummer 02307 / 284 952 oder 284 954 möglich. Online können Interessierte sich jederzeit über www.bergkamen.de oder direkt über vhs.bergkamen.de anmelden.

Integrationsbüro startet Inforeihe „Zuwanderung und Islam“

In Bergkamen zeigte sich nach Beobachtung des Integrationsbürs ein großes Interesse an anderen Religionen. Deshalb startet das Büro jetzt eine Informationsreihe zum Thema eine „Zuwanderung und Islam“ .

Als Auftakt der Reihe sind zwei Veranstaltungen im Juni vorgesehen. Los geht’s am Dienstag, 4. Juni, um 18 Uhr im

Treffpunkt, Lessingstraße 2 in Bergkamen mit der Veranstaltung: Islamische Gemeinden in Bergkamen und ihre Dachverbände.

Der Diplom-Sozialwissenschaftler Günter Semmler wird über die Unterschiede und religiösen Glaubensrichtungen einiger islamischer Organisationen, von denen örtliche Vereine auch in Bergkamen ansässig sind, referieren. Zu nennen wären: Die 3 DITIB-Gemeinden, die Aleviten, der Verband Islamischer Kulturzentren (VIKZ), Milli Görüs (IGMG) sowie die Föderation Islamischer Gemeinden im Ruhrgebiet (FIG). Bergkamener Bürgerinnen und Bürger sind herzlich eingeladen, an der kostenlosen Veranstaltung teilzunehmen. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Die interreligiöse und interkulturelle Erziehung der Kinder wirft ebenfalls viele Fragen auf. Daher ist für den 18. Juni ein zweiter Informationsabend für Bergkamener ErzieherInnen und PädagogInnen vorgesehen. Bei dieser Veranstaltung wird die Islamwissenschaftlerin Patricia Jessen auf die individuellen Herausforderungen im täglichen Umgang mit Kindern eingehen und praktische Lösungswege für die Arbeit vor Ort anbieten. Frau Jessen hat Islamkunde studiert und ist Dozentin für interkulturelle Seminare.

„Als Schwerpunkt der Veranstaltung soll deutlich werden, dass diejenigen die dem islamischen Glauben angehören, als Menschen und gleichberechtigte Bürger einer Stadt angesehen werden und nicht besonders behandelt und auch nicht behandelt werden wollen“, so Juditha Siebert, Leiterin des Integrationsbüros.

Die weiteren Informationsabende werden nach den Sommerferien durchgeführt. Dazu werden Referenten eingeladen, die die Strömungen des politischen Islam, den Islamismus, behandeln. Nähere Informationen dazu können vorab der Presse entnommen oder im Integrationsbüro unter 02307 965-272 angefragt werden.

Goekenheide: Zwei Unfälle

Zwei Unfälle auf der Goekenheide in Weddinghofen meldet die Polizei. Am Mittwoch, 29. Mai, gegen 18:50 Uhr befuhr ein 32jähriger Pkw – Fahrer aus Werne die Kampstraße, um anschließend nach links in die Goekenheide abzubiegen. Aufgrund Gegenverkehrs musste er sein Fahrzeug an der Einmündung anhalten. Ein nachfolgender 58jähriger Lünener konnte seinen Pkw nicht mehr rechtzeitig anhalten und fuhr auf das Fahrzeug des Werners auf. Die Beifahrerin des Werners wurde bei der Kollision leicht verletzt. Es entstand Sachschaden in Höhe von ca. 2000 Euro.

Am Freitag, 31. Mai, gegen 11:00 Uhr befuhr eine 60jährige Kamenerin mit ihrem Pkw die Straße Goekenheide. Das sie nach rechts in die Kampstraße abbiegen wollte, bremste sie ihren PKW an der Haltlinie der Goekenheide bis zum Stillstand ab, um einen bevorrechtigten Verkehrsteilnehmer auf der Kampstraße passieren zu lassen. Dies erkannte die nachfolgende 58jährige Kamenerin zu spät und fuhr mit ihrem Pkw auf das stehende Fahrzeug auf. Durch den Aufprall wurde die 58Jährige leicht verletzt. Es entstand ein Gesamtsachschaden in Höhe von ca. 3300 Euro.

Gleich elf Autobatterien geklaut

In Bergkamen waren wieder die Langfinger unterwegs. Objekt ihrer Begierde waren diesmal Autobatterien und Schmuck. Am 30.05.2013 gegen 23:00 Uhr drangen unbekannte Täter auf das Gelände eines Autohauses an der Werner Straße ein. Sie entwendeten 11 Autobatterien, welche in einem nahegelegenen Grüngürtel gebunkert wurden. Durch den Sicherheitsdienst wurden verdächtige Personen auf dem Gelände gemeldet. Bei Eintreffen der Polizei flüchteten die Täter. Das Diebesgut wurde aufgefunden und einem Berechtigten übergeben.

Zwischen dem 20. und 29. Mai brachen zudem unbekannte Täter in eine Wohnung in der 3. Etage eines Mehrfamilienhauses an der Lothar-Erdmann-Straße ein. Die Einbrecher durchsuchten die Wohnung nach Wertsachen und entwendeten nach ersten Feststellungen Schmuck.

Stadt bestellt Schulbücher für rund 252.000 Euro

In diesen Tagen werden die Aufträge zur Lieferung der Schulbücher für das kommende Schuljahr an die Schulbuchhändlergemeinschaft der Bergkamener Buchhändler vergeben. Bestellt werden Bücher im Wert von rund 252.000 Euro von den 15 Bergkamenern allgemeinbildenden Schulen.



Das Auftragsvolumen ist durch das Schulgesetz und die dazugehörigen Verordnungen vorgegeben. Grundsätzlich erhält jede Schülerin und jeder Schüler zum befristeten Gebrauch Lernmittel entsprechend eines festgelegten Durchschnittsbetrages. Dieser beträgt für Grundschüler bis zu 36 Euro und für Schülerinnen und Schüler der Sekundarstufe I bis zu 78 Euro. Die Eltern müssen allerdings Lernmittel in Höhe von 1/3 des Durchschnittsbetrages als Eigenanteil auf eigene Kosten anschaffen.

Bereits seit Jahren werden die benötigten Schulbücher von ortsansässigen Buchhandlungen geliefert. Es stehen den Schulen so Ansprechpartner bei Nachbestellungen und Rückfragen zur Verfügung, die auf kurzem Weg erreichbar sind.

Aufgabe der Schulen ist es, in den Tagen vor den Ferien die Bestelllisten an die Buchhändler zu versenden, damit die Auslieferung bis zum 1. Schultag, am 4. September 2013, abgeschlossen werden kann.

Führung durch die Marina Rünthe

Eine Themenführung durch den „Marina“-Sportboothafen Rünthe unter dem Motto „Lastkähne, Motoryachten und ein Hafen“ steht am kommenden Sonntag, 2. Juni, auf dem Programm des Gästeführerrings Bergkamen.

Gestartet wird zu dem etwa zweistündigen Rundgang, zu dem alle

interessierte Bürgerinnen und Bürger herzlich willkommen sind, um 15 Uhr im Westen des Hafengebietes auf dem Wendeplatz vor dem Restaurantl „Am Yachthafen“ (California) am Hafenweg. Sachkundig geführt wird die Gruppe von Gästeführer Detlef Göke, der selbst seit einigen Jahren in diesem Hafengebiet zu Hause ist und den Besucherinnen und Besuchern nun den weit über die Grenzen Bergkamen hinaus bekannten Marina-Sportboothafen im Stadtteil Rünthe mit all seinen Einrichtungen und Angeboten einmal genauer vorstellen möchte.

Und da der 1995 eingeweihte Hafen ohne den Datteln-Hamm-Kanal nicht denkbar ist, wird Detlef Göke auch über diese wichtige künstliche Wasserstraße, die nun auch schon seit fast 100 Jahren besteht, mancherlei Wissenswertes und bisher Unbekanntes erzählen.

Für die Teilnahme an dem etwa zweistündigen Rundgang ist pro Person ein Kostenbeitrag von 3 Euro zu entrichten. Für Kinder bis zu zwölf Jahren ist die Teilnahme frei.

Müll-Abfuhrtage verschieben sich wegen des Feiertags

Durch den Feiertag Fronleichnam verschieben sich die Abfuhrtage für Wertstofftonne und Restabfall.

Die Abfuhr erfolgt demnach in den Bezirken 7 und 8 für den Restmüllen und im Bezirk 9 für die Wertstofftonne auf den **Freitag** sowie in den Bezirken9 und 10 für den Restmüllen und im Bezirk 10 für die Wertstofftonne auf den **Samstag**.

Großeinsatz von Rettungskräften an den Turmarkaden

Ein Einsatz von Feuerwehr, Rettungskräften und der Polizei sorgte am Dienstagmorgen in der Stadtmitte für großes Aufsehen. Nach bisherigen Erkenntnissen ist dort ein Mann von einem Balkon aus großer Höhe aufs Dach des Turmarkadenkomplexes gesprungen. Ein Fremdverschulden liegt offensichtlich nicht vor. Der Mann erlag seinen schweren Verletzungen.

Mit dem Fahrrad durch den Süden des Stadtteils Bergkamen-Mitte

Eine Erkundung des Stadtteils Bergkamen-Mitte mit dem Fahrrad steht am kommenden Sonntag, 2. Juni, auf dem Programm des Gästeführerrings Bergkamen.

Gestartet wird zu der etwa zweieinhalbstündigen Rundfahrt, zu der alle interessierte Bürgerinnen und Bürger herzlich willkommen sind, mit eigenen Fahrrädern um 10 Uhr vor dem Rathaus-Haupteingang gegenüber dem Ratstrakt am Rathausplatz (Busbahnhof).

Sachkundig geführt wird die Fahrrad-Gruppe von Gästeführer Gerd Koepe, der im Rahmen der Tour die Geschichte und die Besonderheiten seines Heimatstadtteils vorstellen möchte. Dabei zeichnet er an etlichen Stationen die Entwicklung und den Wandel Bergkamens vom bäuerlichen Dorf zwischen Kugelbrink und Kuhbach zur Industrie- und Zechengemeinde am Nordberg nach.

Der eigentliche Schwerpunkt der Führung liegt dieses Mal allerdings mehr im Bergkamener Süden, wo Gerd Koepe u. a. auch anschaulich und originell über Höfe und Menschen im früheren Bergkamener Dorf erzählen wird. Da er aus einem reichen Fundus eigener Erlebnisse und Erfahrungen als Zeitzeuge schöpfen kann, dürften selbst „alte“ Bergkamener von ihm während der Radtour noch manche Neuigkeiten erfahren können.

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 an der Wanderung kostenfrei.

Einbrecher stehlen aus Klempnerei Werkzeug

In der Nacht zu Dienstag brachen unbekannte Täter in den Lagerraum einer Klempnerei an der Uferstraße ein. Die Täter durchsuchten das Lager und entwendeten diverse Werkzeuge. Wer hat Verdächtiges bemerkt? Hinweise bitte an die Polizei in Bergkamen unter der Rufnummer 02307/9217320 oder 921 0.