

Wenn die Schilddrüse außer Kontrolle gerät – Pulsschlagvortrag am Hellmig-Krankenhaus

Die Schilddrüse hat eine wichtige Funktion für unseren Stoffwechsel. Produziert sie aber zu viele oder zu wenige Hormone, kann das vielfältige Beschwerden auslösen, warnt Gordon Schramm, Oberarzt der Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie am Hellmig-Krankenhaus.



Gordon Schramm, Oberarzt am Hellmig-Krankenhaus referiert in der Pulsschlagreihe über die Schilddrüse. Foto: Klinikum

In der Pulsschlagreihe von VHS und Klinikum Westfalen referiert er am Mittwoch, 13. September, ab 18.30 Uhr im Hellmigium, dem Vortragssaal am Krankenhaus. Dort wird es auch um Vorbeugungsstrategien gehen, um Beschwerden zu vermeiden. Wichtig ist es, entsprechende Symptome zu beachten und rechtzeitig diagnostische und notfalls therapeutische Maßnahmen bis hin zu einem eventuellen chirurgischen Eingriff einzuleiten, so Schramm. Aber auch Auswirkungen der Ernährung und die nötige Jodversorgung sind an diesem Abend Thema.

Herbst-Aktion mit Kochclub im Garten-Center röttger.

Anzeige

Am kommenden Freitag und Samstag, 15. und 16. September geht es im Garten-Center röttger „herbstlich bunt & kulinarisch“ zu. Herbstliche Blühpflanzen für Terrasse und Balkon sowie Gartenpflanzen werden mit fachlicher Beratung angeboten – und wer mag kann seinen Balkonkasten mitbringen und herbstlich bepflanzen lassen. An beiden Tagen gibt es die Blumenerde dafür gratis dazu.



Am Samstag, 16. September, tischt der Kochclub „Leckereien“ rund um das Thema „Kürbis“ auf (11-16 Uhr) und freut sich auf kulinarische Gespräche. Dazu passend kann dann gleich der richtige Speisekürbis eingekauft werden.

Der Kochclub ist genauer gesagt eine Männer-Kochclub, dessen

Mitglieder ihre Leidenschaft zum Kochen. Die Herren sind teilweise noch berufstätig, kochen bereits seit einigen Jahren zusammen

und würden sich freuen, wenn sich ihnen weitere Koch-Begeisterte anschließen,

Ebenfalls am Samstag, 16. September, berät ein Experte (10-17 Uhr) zu allen Fragen der Pflanzenernährung und der richtigen Rasenpflege im Herbst.

Wasserfreunde schwimmen erfolgreich im Freiwasser

Am vergangenen Samstag haben vier Schwimmerinnen und drei Schwimmer der Wasserfreunde TuRa Bergkamen erfolgreich am 500m-Einlagenschwimmen der Internationalen NRW-Freiwassermeisterschaften und SV-SW Meisterschaften im Seebad Haltern teilgenommen.



Die erfolgreichen Freiwasserschwimmerinnen und -schwimmer:
Lisa-Marie Kardatzki, Jana Vonhoff, Kim Loreen
Ptasinski, Saskia Nicolei, Marco Steube, Kevin-Noah Kaminski,
Maximilian
Weiß und ihr Trainer Tobias Jütte. Foto: TuRa

Bei recht kalten Wassertemperaturen und durchwachsenem Wetter meisterten die sieben TuRaner die 500m Freistil dennoch mit Bravour.

Lisa-Marie Kardatzki (Jg.2001) und Marco Steube (Jg.2003), durften sich über eine Silbermedaille freuen. Kim Loreen Ptasinski (Jg.2001) und Maximilian Weiß (Jg.2002) bekamen je eine Bronzemedaille überreicht.

Kevin-Noah Kaminski, Saskia Nicolei und Jana Vonhoff komplettierten die Mannschaft mit guten Zeiten.

Somit war Trainer Tobias Jütte wieder einmal sehr zufrieden

mit den guten Leistungen seiner Schwimmer.

Schmiedeworkshop für Erwachsene und/oder Familien auf der Ökologiestation

Die Beherrschung des Feuers war schon immer ein Merkmal der Menschen. Aber wie entfachte man ein Feuer vor den Zeiten von Feuerzeug und Streichhölzern?

Im Rahmen dieses Workshops werden die notwendigen Kenntnisse zum Feuermachen vermittelt und jeder Teilnehmer kann unter Anleitung ein Feuereisen und ein Messer schmieden. Das Schmieden erfolgt an dafür errichteten kleinen Lehmbänken, in denen der Stahl erhitzt und im Team bearbeitet wird. Nach dem Schmieden werden das fertige Feuereisen und das Messer gehärtet. Alles was die Teilnehmer hergestellt haben dürfen sie mit nach Hause nehmen und sie erhalten zusätzlich etwas Zunder und einen scharfkantigen Feuerstein.

Der Workshop ist auch für Familien geeignet und findet am Samstag, 30. September in der Zeit von 10.00 – 16.00 Uhr auf dem Gelände der Ökologiestation statt. Geleitet wird der Schmiedeworkshop von dem Museumspädagogen Olaf Fabian-Knöppges. Die Kosten betragen für Einzelpersonen 40 Euro ein Familienteam von zwei Familienmitgliedern bezahlt 74 Euro.

Maximal können 20 Personen an dem Schmiedeworkshop teilnehmen.

Veranstalter sind das Umweltzentrum Westfalen und Naturförderungsgesellschaft Kreis Unna e. V.

Anmeldungen bis Do, 14. September bei Dorothee Weber-Köhling

(02389-980913) oder umweltzentrum_westfalen@t-online.de.

Aus Kunstnachten wird Kunstlese: Neue Wege der „kunstwerkstatt sohle 1“

Mit ihrem Jubiläumsjahr möchten die Künstler der „kunstwerkstatt sohle 1“ auch etwas Neues beginnen. Wurde im vergangenen Jahr das letzte Kunstnachten, der alternative Weihnachtsmarkt der kunstwerkstatt, veranstaltet, so wartet in diesem Jahr nur einen Monat nach der Jubiläumsfeier in der Kühlerfabrik Adam die Nachfolgeveranstaltung „Kunstlese“ auf ihre Besucher.

So wie das Kunstwort „Kunstnachten“ sich von „Weihnachten“ herleitet, nimmt die „Kunstlese“ im Herbst die in diese Jahreszeit passende „Weinlese“ auf. Dabei sind natürlich auch noch andere Deutungen in den Verbindungen „Erlesenes“ oder „lesen“ möglich. Diesen und anderen Spielarten möchte das neue Konzept am alten Ort, der Ökologiestation, gerecht werden: Im 2-Jahres-Wechsel sollen Veranstaltungen mit Ausstellungs- oder Messecharakter einmal und Veranstaltungen mit Workshop-Charakter ums andere Mal stattfinden. Natürlich muss der Besucher nicht ganz auf Liebgewonnenes verzichten: So wird es natürlich weiterhin ein Café geben, wird auch Dieter Treeck zu hören sein und wird es immer Interessantes zu sehen und auch zu kaufen geben, manchmal vielleicht auch zu gewinnen.

Da die Künstler gerade eine große Werkschau veranstaltet haben, ist jetzt zur ersten neuen Veranstaltung natürlich der Workshop-Charakter angesagt. Am 7. und 8. Oktober sollen die großen und kleinen Besucher unter dem Motto „schauen, schaffen, schlemmen“ selbst tätig werden. An

acht Ständen kann mit verschiedenen Materialien gearbeitet und das Erschaffene mitgenommen werden. Gute Kleidung sollte man dazu allerdings nicht tragen, gute Laune und etwas Zeit dagegen mitbringen. Der Eintritt ist frei und die Materialien werden gestellt. Allerdings erbitten die Künstler eine kleine Spende vom schaffenden Besucher. Anregungen, was man so machen könnte, sind von den jeweils betreuenden Künstlern ausgestellt und können von denjenigen, die sich noch nicht trauen, selbst Hand anzulegen, einfach nur angeschaut (oder gekauft) werden.

Auch der Jubiläumskatalog, einige gestaltete Segel von der Veranstaltung in der Marina oder eines der Stadtteilbilder stehen zum Verkauf.

Ort: Ökologiestation

Zeit: Samstag, 7.10., 15:00 bis 18:00 Uhr

Sonntag, 8.10., 11:00 bis 17:00 Uhr

Wegen Krankheitsfälle: Wenige Restkarten für Fritz Eckenga im studio theater

Aufgrund von Krankheitsfällen gibt es für die Startveranstaltung der großen Kabarett-Reihe im studio theater am kommenden Freitag, 15. September, ab 20 Uhr mit Fritz Eckenga noch wenige Restkarten.

Die Restkarten können Sie telefonisch unter der Durchwahl 02307/ 965 464 (Kulturreferat Bergkamen) erwerben.

Unbekannter Täter entwendet Klein-Lkw: 2-jähriger Besitzer erstattet Anzeige bei der Polizei



Am Sonntag, 3. September, kam es in Werne zum Diebstahl eines Kleinlasters: Gegen 13 Uhr parkte der 2-jährige Fahrzeugbesitzer ordnungsgemäß auf einem Grundstück in der Straße „Lange Hege“ ein. Als er nach der Mittagspause gegen 15

Uhr mit seinem Vater zurückkehrte, stellte er fest, dass das Fahrzeug von offensichtlich herzlosen Dieben entwendet wurde. Die Polizei veröffentlicht mit dieser Pressemitteilung auch ein Foto des gestohlenen Fahrzeuges. Wer kann Hinweise auf den Täter oder auf den aktuellen Standort des Fahrzeuges geben? Hinweise nimmt die Polizei in Werne unter der Rufnummer 02389/921-3420 oder 921-0 entgegen.

Oliver Kaczmarek erhält Unterstützung vom Landeschef:

Haustürwahlkampf mit Michael Groschek

Auf Wahlkampftour in Bergkamen-Rünthe gehen am Dienstag, 12. September, der SPD-Bundestagsabgeordnete Oliver Kaczmarek und der NRW-Landesvorsitzende Michael Groschek sowie weitere engagierte Bergkamener SPD-Mitglieder. Um 17 Uhr treffen sie sich am großen Parkplatz in der Straße Fürstenhof, um im Stadtteil von Haustür zu Haustür zu gehen und mit Bürgerinnen und Bürgern ins Gespräch zu kommen, über ihre Sorgen und Nöte zu sprechen und über Inhalte und politische Positionen der SPD zu informieren.

Anmeldefrist verlängert: Gedächtnistrainer gibt Tipps in Werne

Namen gehört – Namen vergessen: So geht es vielen. Ab dem 18. September kann das aber anders werden. Im Freiherr-vom-Stein Berufskolleg in Werne können Interessierte an Europas erfolgreichstem Gedächtnistraining mit Markus Hofmann teilnehmen. Die Anmeldefrist wurde jetzt bis zum 14. September verlängert.

Mit Unterstützung vom Regionalen Bildungsbüro Kreis Unna holt das Freiherr-vom-Stein Berufskolleg den namhaften Gedächtniscoach zum „Brain-Power-Tag“ in den Kreis. Bekannt wurde er durch die Schottenwette bei „Wetten, dass...?“. Er trat als Gedächtnistrainer einer 11-jährigen Kandidatin auf, die gewettet hat, 100 schottische Clans am Muster ihrer Kilts zu

erkennen – mit Erfolg.

Die Veranstaltung findet am 18. September um 19.30 Uhr im Freiherr-vom-Stein Berufskolleg in Werne, Becklohhof 18 statt. Anmeldungen sind bis zum 14. September nur online unter www.un.rbn.nrw.de (unter dem Menüpunkt „Termine“) möglich. Kosten: 7 Euro. PK | PKU

Gesamtschüler werden fit für Fahrten mit dem Linienbus

Die Willy-Brandt-Gesamtschule führt am 14. und 15. September für die neuen Klassen des 5. Jahrgangs erneut eine Busschulung im Rahmen des Projekts „NimmBus“ in Zusammenarbeit mit Frau Melanie Strohschein vom Verkehrsmanagement der VKU durch.

Das Projekt „NimmBus“ macht die Schüler fit für den Busverkehr. Die Schüler sollen lernen, sicher, verantwortungsvoll, umweltfreundlich und vor allem selbstständig mit dem Bus mobil zu sein. Als Busschule kommt „NimmBus“ in die Schule und führt während ca. zweier Zeitstunden eine theoretische Schulung und praktische Übungen durch, in denen z. B. Gefahrenstellen an der Haltestelle und am Bus demonstriert und Sicherheitseinrichtungen erläutert werden. Auch das richtige Verhalten bei Bremsmanövern wird erprobt.

Tag des Friedhofs in Oberaden und Spendenübergabe

Am kommenden Sonntag, 17. September, begeht die Ev. Martin-Luther-Kirchengemeinde Bergkamen den Tag des Friedhofs auf dem Oberadener Friedhof. Die Veranstaltung beginnt mit einem Gottesdienst am 15.00 Uhr, der durch den Posaunenchor mit gestaltet wird. Nach dem Gottesdienst gibt es die Möglichkeit zu Kaffee und Kuchen, zur Besichtigung, zum Kennen Lernen des Friedhofs sowie zur persönlichen Kontaktaufnahme mit Vertretern der Kirchengemeinde.

Um 15.45 Uhr, im direkten Anschluss an den Gottesdienst wird der SPD Ortsverein Oberaden eine Sitzbank übergeben, die er aus dem Erlös des Weihnachtsmarktes 2016 dem Friedhof Oberaden gespendet hat. Die Übergabe werden MdL Rüdiger Weiß und Ortsvorsteher Michael Jürgens vollziehen.