

Fastenbrechen Kopfzerbrechen

ohne

„Am Aschermittwoch ist alles vorbei“, heißt es bei den Karnevalisten. Was für die einen nur ein Abschied ist, ist für die anderen auch der Startzeitpunkt – und zwar in die Fastenzeit. Und auch diese ist nun fast vorbei. Die ambulante Suchtberatung im Kreis Unna gibt Tipps zum Fastenbrechen ohne Kopfzerbrechen.

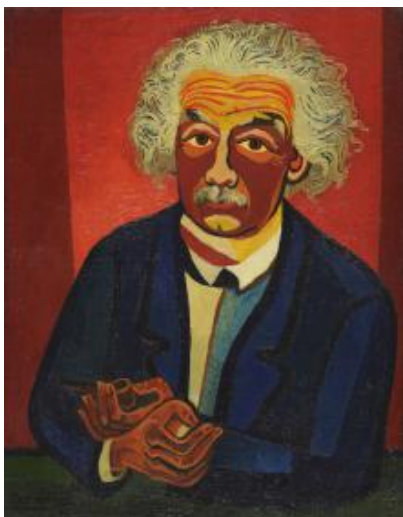
Für 40 Tage hieß es für viele, sich in Verzicht zu üben. Das Fasten ist längst aus dem religiösen Ursprung in das alltägliche Leben hinüber geschwappt. „Einige Menschen verzichten auf Fleisch, andere auf Süßigkeiten, wieder andere versuchen sich für diesen Zeitraum von ihrem Smartphone oder dem Fernseher loszueisen“, erklärt Nicole Bußmann aus dem Team der Suchtberatung.

Ebenso weit verbreitet ist der Verzicht auf Alkohol. 40 Tage kein Bier, Wein, Sekt oder Schnaps. Klingt einfach, ist aber für viele Menschen leichter gesagt als getan. Die Drogenbeauftragte der Bundesregierung benannte im November 2016 die Ziffer von rund 9,5 Millionen Bürgerinnen und Bürgern, die Alkohol in riskanter (also gesundheitsschädlicher) Weise konsumierten. „Also fällt grob geschätzt jedem achten Deutschen der Verzicht auf Alkohol nicht mehr leicht“, rechnet Bußmann vor.

Am Karsamstag (15. April) endet die diesjährige Fastenzeit. Dann könnte das „süße Sündigen“ also wieder losgehen. Bußmann unterstreicht: „Damit all jene, die sich dem Alkoholverzicht als Fastenziel verschrieben hatten, nicht mit Kopfschmerzen am nächsten Tag aufwachen, hilft vielleicht der Hinweis, dass nichts nachgeholt werden muss. Erst recht nicht, wenn es um Alkohol geht.“

Kunstaussstellungen in Holzwickede und Cappenberg

Wer über die Feiertage nicht nur Ostereier verstecken, suchen und essen möchte, sondern sich für Kunst und Kultur interessiert, für den lohnt sich der Weg nach Holzwickede und in die Cappenberger Stiftskirche: Der Kreis Unna lockt mit zwei Ausstellungen.

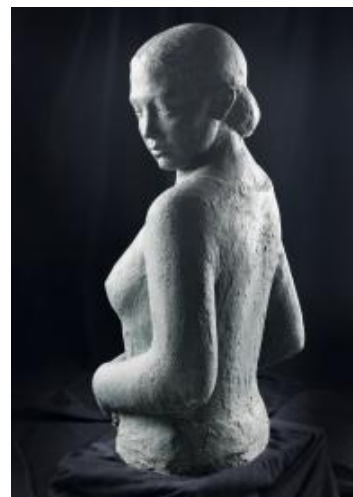


Josef Scharl, Albert Einstein, 1944, Öl auf Leinwand. Foto: Thomas Kersten

Seit dem vergangenen Wochenende ist sie zu sehen – und natürlich gibt es auch an den Feiertagen die Gelegenheit, durch die neue Ausstellung auf Haus Opherdicke zu flanieren. Unter dem Titel „Maler und Grafiker des Expressionismus“ sind auf dem kreiseigenen Gut an der Dorfstraße 29 fast 100 Arbeiten des expressionistischen Malers und Grafikers Josef Scharl (1896 – 1954) zu betrachten.

Zeit zum Besuch der Räume ist von Karfreitag bis Ostermontag,

14. bis 17. April jeweils von 10.30 bis 17.30 Uhr. Wer vor oder nach dem Kunstgenuss etwas zur Stärkung braucht, kann einen Abstecher ins Kulturcafé mit leckerem Kuchen und schönem Blick ins Ruhrtal machen.



Raimondo
Puccinelli,
Frauenoberkörper,
1930er Jahre,
Bronze

Die Ausstellung „Das plastische Werk“ mit Arbeiten von Raimondo Puccinelli in der Cappenerger Stiftskirche ist aufgrund des Osterfestes und der stattfindenden Gottesdienste zwar von Gründonnerstag bis Ostersonntag geschlossen. Am Ostermontag, 17. April ist die Schau aber von 10 bis 17 Uhr zu besichtigen. Der Eintritt ist frei.

Mehr Informationen zu den Ausstellungen, zu den regulären Öffnungszeiten oder den Eintrittspreisen für die Ausstellung auf Haus Opherdicke gibt es unter www.kreis-unna.de (Suchbegriff: Ausstellungen).

Kreisbrandmeister gibt Tipps zum sicheren Umgang mit dem Osterfeuer

Vielerorts werden als wohl bekanntester Osterbrauch wieder Holzhaufen errichtet und angezündet. „Damit nichts anbrennt“, gibt Kreisbrandmeister Ulrich Peuckmann einige Tipps. Ganz wichtig: „Vergessen Sie nicht, Ihr Osterfeuer bei der dafür örtlich zuständigen Behörde anzumelden.“



Dieses Osterfeuer-Foto hat Reinhard Kraasch gemacht.

Außerdem sollten sich Veranstalter über besondere Auflagen zum Abbrennen erkundigen. So vermeiden Sie einen ärgerlichen Fehleinsatz der Feuerwehr, der unter Umständen gebührenpflichtig ist“, rät der Kreisbrandmeister. Außerdem empfiehlt Peuckmann:

- Verwenden Sie nur trockene Pflanzenreste und unbehandeltes Holz – der Umwelt zuliebe. Kunststoffe wie Plastiktüten und Autoreifen, aber auch andere Abfälle haben im Osterfeuer nichts verloren.
- Denken Sie daran, das Brennmaterial kurz vor dem

Anzünden noch einmal umzuschichten, damit Ihr Osterfeuer nicht zur Flammenfalle für Tiere wird.

- Halten Sie wegen Rauch und Hitze ausreichend Sicherheitsabstand zu Gebäuden und Bäumen (mindestens 50 Meter) und zu Straßen (mindestens 100 Meter) ein. Beachten Sie die Hauptwindrichtung.
- Seien Sie vorsichtig beim Anzünden. Verwenden Sie keine brennbaren Flüssigkeiten als Brandbeschleuniger. Sie bergen ein hohes Risiko!
- Offenes Feuer muss grundsätzlich beaufsichtigt werden. Sorgen Sie dafür, dass das Feuer sich nicht unkontrolliert ausbreiten kann. Passen Sie auf kleine Kinder auf. Sie unterliegen schnell der Faszination des Feuers und unterschätzen die ihnen unbekannt Gefahr.
- Brennen Sie nicht zu viel Material auf einmal ab, vermeiden Sie gefährlichen Funkenflug.
- Strohballen können sich allein durch die Wärmestrahlung entzünden und sind deshalb eine gefährliche Sitzgelegenheit.
- Vermeiden Sie Rauchbelästigung durch zu feuchtes Material – Ihre Nachbarn werden es Ihnen danken.
- Halten Sie eine Zufahrt für die Feuerwehr und den Rettungsdienst frei.
- Kleinere Verbrennungen sollten sofort mit Wasser gekühlt werden. Bitte benutzen Sie keine so genannten Hausmittel wie Mehl; sie behindern die Behandlung, stören die Heilung und führen zu schlimmen Narben. Bei größeren Verbrennungen alarmieren Sie sofort den Rettungsdienst.
- Sollte Ihnen Ihr Feuer außer Kontrolle geraten, so zögern Sie nicht, sofort die Feuerwehr über den Notruf 112 zu alarmieren. Die mehr als eine Million Männer und Frauen in den deutschen Feuerwehren sind natürlich auch über Ostern rund um die Uhr einsatzbereit, um in Not und Gefahr zu helfen.

Maler-Fahrzeuge sollen sicherer werden

Das Thema „Ladungssicherung“ ist für viele Handwerksunternehmer ein tägliches Ärgernis. Gerade wenn viele kleinere Baustellen anzufahren sind, bleibt das sichere Verstauen von Werkzeug, Maschinen und Material im Kleintransporter schon mal „auf der Strecke“. Mit vielleicht fatalen Folgen!

Wenn bei einer plötzlichen Vollbremsung alles von hinten nach vorn fliegt, bedeutet das nicht nur zusätzliche (unnötige) Aufräum- und Reparaturarbeit im Auto. Leitern, Bohrmaschinen, Musterbücher oder Farbeimer werden dabei auch zu wahren Geschossen und sind gefährlich für Leib und Leben der Insassen.



Der neue Transporter wurde jetzt in Selm vorgestellt. Foto: Kreishandwerkerschaft Hellweg-Lippe

Das kennt auch Malermeisterin Nicole Walger, Obermeisterin der „Maler- und Lackierer-Innung Unna“, die jetzt mit ihren Innungskollegen eine neue Lösung des Problems in Augenschein nehmen konnte. Auf dem Gelände des Forschungs- und Technologiezentrums Ladungssicherung in Selm (LasiSe) wurde ein exakt auf die Bedürfnisse der Maler-Branche angepasstes Fahrzeug (in Kooperation u.a. mit Peugeot und dem „Bundesverband Farbe Gestaltung Bautenschutz“) vorgestellt: Der „Maler-Boxer“ traf auf ganz viel professionelles Interesse – und zudem auf ein paar interessante Verbesserungsvorschläge von Seiten der Praktiker vor Ort aus dem Kreis Unna. „Wenn erst auch in NRW (wie in Süddeutschland schon Standard) die Polizeikontrollen zum Thema Ladungssicherung ausgeweitet werden, wird sich die Investition in mehr Sicherheit für die Handwerker sogar täglich rechnen“, schätzt Ralf Damberg vom LasiSe. Mit seinen Mitarbeitern hat er auf dem Versuchsgelände in Selm Auto und Innenausbau genau getestet und hofft, dass nun ganz viele Handwerker auf das neue, sichere System umsteigen.

Osterfeuer der Löschgruppe Overberge

Die Löschgruppe Overberge der Feuerwehr Bergkamen lädt alle Bürgerinnen und Bürger zum traditionellen Osterfeuer am kommenden Ostersonntag auf dem Platz des Schützenvereins Overberge an der Hansastr. 82 ein. Die Veranstaltung beginnt um 18 Uhr, das Feuer wird um 18.30 Uhr entzündet. Es gibt Leckeres vom Grill und gekühlte Getränke.

Bürgerbüro geschlossen

Wegen des Feiertages am Freitag, 14. April, bleibt das Bürgerbüro auch am Samstag, 15. April, geschlossen. Am Dienstag, 18. April, ist das Bürgerbüro wie gewohnt von 7.30 Uhr bis 16.30 Uhr geöffnet.

Osterfeuer der Rünther Schützen

Der Schützenverein Rünthe lädt alle Rünther BürgerInnen zum traditionellen Osterfeuer am Samstag, 15. April, auf den Schützenplatz am Schacht III ein. Ab 18 Uhr wird überdies der Königsadler für das Schützenfest getauft. Um etwa 19 Uhr wird dann das Osterfeuer angezündet. Für das leibliche Wohl ist gesorgt.

Die Mitglieder treffen sich um 10 Uhr auf dem Schützenplatz zum Aufbau.

Ausgediente Altgeräte nimmt

der Wertstoffhof kostenlos

Immer wieder locken Händler mit günstigen Angeboten für Elektrogeräte. Viele Computer, Kaffeemaschinen, Fernseher oder Elektroherde wurden oder werden neu angeschafft. „Doch wohin mit den ausgedienten Altgeräten“, fragen viele BürgerInnen die GWA-Abfallberatung.

Seit Inkrafttreten des Elektro- und Elektronikgerätegesetzes (ElektroG) im Jahr 2006 können alle haushaltsüblichen Elektrogroß- und Kleingeräte kostenfrei an den Wertstoffhöfen abgegeben werden.

Obwohl inzwischen einige Jahre vergangen sind, gibt es im Hinblick auf diese bürgerfreundliche Veränderung offensichtlich immer noch Verunsicherungen. „Dies äußert sich in zahlreichen Nachfragen an unserem gebührenfreien Infotelefon“, berichtet Regine Hees, Abfallberaterin bei der Kreisentsorgungsgesellschaft GWA.

Die Hersteller von Elektrogeräten und Verbraucher werden durch das ElektroG jedoch auch in die Pflicht genommen: Die Hersteller sind verantwortlich für die kostenfreie Rücknahme und Verwertung der von den Kommunen gesammelten Altgeräte. Der Verbraucher wird in die Pflicht genommen, selbst kleinere Elektrogeräte z. B. ein Bügeleisen oder ein Föhn zum Wertstoffhof zu bringen. Diese kleineren Elektrogeräte sind weder über die gelbe Wertstofftonne noch über die Restmülltonne zu entsorgen.

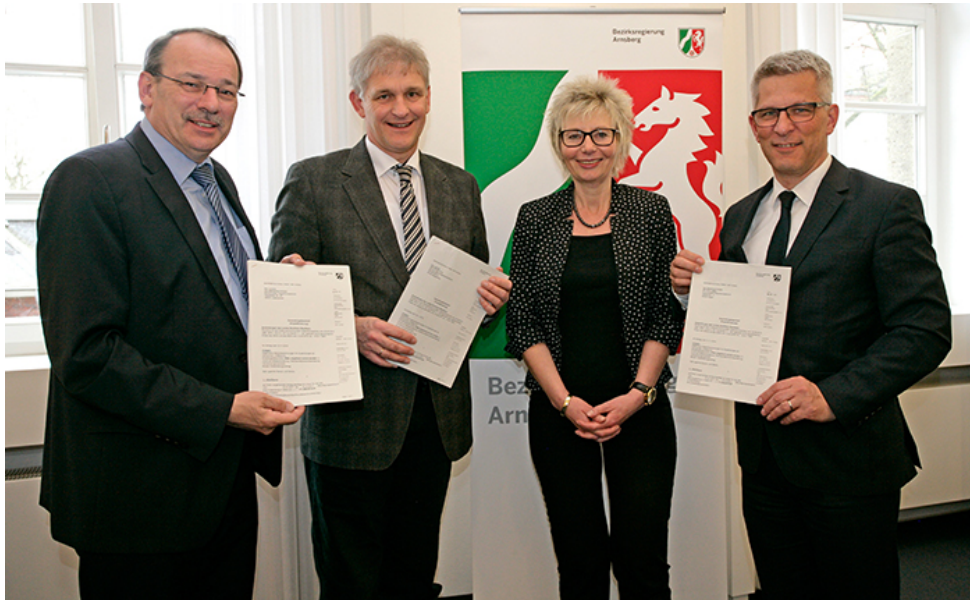
Laut Angaben des Bundesministeriums für Umwelt fallen in Deutschland jährlich ca. 2 Millionen Tonnen Elektro- und Elektronikmüll in Deutschland an. Neben wertvollen Rohstoffen wie Kupfer und Aluminium enthalten die Altgeräte auch umwelt- und gesundheitsgefährdende Stoffe wie Cadmium, Blei, Quecksilber oder Flammschutzmittel. Ziel des Elektro- und Elektronikgerätegesetzes ist es zum einen, diese Rohstoffe verstärkt zurück zu gewinnen und zu recyceln und zum anderen,

die Schadstoffe kontrolliert zu erfassen und zu entsorgen. „Unter dem Strich ist diese Regelung ein Gewinn für Verbraucher und Umwelt“, so GWA-Abfallberaterin Regine Hees.

Weitere Informationen gibt es bei der GWA-Abfallberatung unter der Telefonnummer 0 800 400 1 400 (gebührenfrei) montags bis donnerstags von 8.30 bis 17 Uhr und freitags von 8.30 bis 15.00 Uhr. Oder unter www.gwa-online.de

Förderprogramm „KOMM-AN NRW“: 153.000 Euro für den Kreis Unna

53 Bewilligungsbescheide konnten im Rahmen des Förderprogramms „KOMM-AN NRW“ in den letzten Tagen den Kreisen und kreisfreien Städten in NRW übergeben werden. Mit den Bescheiden wurden Fördermittel von rund 7 Mio. Euro für das Jahr 2017 zugesichert. „KOMM-AN NRW“ ist nach „Ehrenamt in der Flüchtlingshilfe“ und „Zusammenkommen und Verstehen“ das dritte maßnahmenorientierte Förderprogramm des Landes NRW in der Flüchtlingshilfe. Der Kreis Unna erhält aus diesem Topf 153.302 Euro.



Regierungspräsidentin Diana Ewert übergab die Förderbescheide an (v. l. n. r.) Thomas Gemke (Landrat Märkischer Kreis), Michael Makiolla (Landrat Kreis Unna) und Erik Olaf Schulz (Oberbürgermeister der Stadt Hagen). Foto: Bezirksregierung

Die Kommunalen Integrationszentren der Kreise und kreisfreien Städte können die Mittel an Träger vor Ort, die Projekte zur Integration von Flüchtlingen durchführen wollen, weiterleiten. Mit der Förderung werden bedarfsorientierte Maßnahmen vor Ort unterstützt. Dabei steht vor allem die Stärkung des ehrenamtlichen Engagements in der Flüchtlingshilfe, insbesondere durch die Förderung der Einrichtung und des Betriebes von Ankommenstreffpunkten, im Fokus. Die Flüchtlinge sollen dort die Möglichkeit erhalten, sich nach ihrer Ankunft räumlich, sprachlich, sozial und kulturell im neuen Umfeld zu orientieren. So wird auch die Durchführung von entsprechenden Maßnahmen des Zusammenkommens, der Orientierung und der Begleitung gefördert. Diese können in den Treffpunkten, aber auch außerhalb solcher durchgeführt werden. Konkret meint das

niederschwellige Sprach- und Lesegruppen, Spielgruppen für Kinder oder die Gewinnung von ehrenamtlichen Paten zur Begleitung der Flüchtlinge in der ersten Integrationsphase sein.

Die Flüchtlinge sind auf leicht zugängliche Informationen angewiesen, die ihnen die soziale Orientierung und das Zurechtkommen in der neuen Umgebung erleichtern. Daher werden auch Maßnahmen zur Informations- oder Wissensvermittlung gefördert. Dies können mehrsprachige Internetseiten oder Printmedien sein, aber auch Stadtpläne und Wörterbücher.

Neben Flüchtlingen sollen aber auch Ehrenamtler und hauptamtlich in der Flüchtlingshilfe tätige Personen profitieren, denn auch sie müssen sich vernetzen können und benötigen Informationen über Ansprechpartner und Anlaufstellen. Um gerade die Ehrenamtler bei ihrem Engagement zu unterstützen, wird zuletzt auch deren Austausch und Qualifizierung durch professionelle Coaches gefördert.

Bewohner schlafen, Einbrecher machen Beute

In der Nacht zu Montag (10. April) hebelten Einbrecher die Terrassentür eines Reiheneckhauses an der Karl-Arnold-Straße in Bergkamen auf. Während die Geschädigten im Obergeschoss schliefen, durchsuchten die Täter das Erdgeschoss. Sie entwendeten eine Handtasche, ein Laptop und ein Smartphone.

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

Sammler aufgepasst: Bärlauch hat giftige Doppelgänger

Wenn die Tage sonniger und wärmer werden, ist auch Bärlauch-Saison. Sammler sollten jedoch vor den Appetit die Vorsicht setzen, rät Kreis-Amtsarzt Dr. Bernhard Jungnitz, denn: „Bärlauch wird immer wieder mit giftigen Doppelgängern wie Maiglöckchen oder Herbstzeitlosen verwechselt.“

Bärlauch hat sich als schmackhaftes Küchenkraut in den letzten Jahren etabliert. Das frische Kraut wird für Kräuterquark, in Suppen und Soßen oder im Salat verwendet. Und immer mehr Bärlauch-Genießer möchten „ihr Kraut“ selbst sammeln. „Obwohl der knoblauchähnliche Geruch ein typisches Kennzeichen des Bärlauchs ist, kommt es immer wieder zu Verwechslungen mit giftigen Pflanzen“, warnt Amtsarzt Dr. Jungnitz. Er rät Sammlern daher, im Zweifel auf den Verzehr zu verzichten.

Um Bärlauch von giftigen Doppelgängern zu unterscheiden, reicht es in der Regel, ein Stückchen Blatt zwischen den Fingern zu zerreiben. Tritt dann nicht der für Bärlauch typische knoblauchartige Geruch auf, sollte man das Kraut lieber stehen lassen und die Hände sofort gründlich reinigen. Doch auch die Geruchsprobe hat ihre Tücken: Haftet der Lauchgeruch von einem vorangegangenen Test noch an den Händen, kann dies zu einer falschen Bewertung führen. „Bärlauch-Sammler sollten also die Pflanze mit all ihren Merkmalen gut kennen, um sie sicher von den Doppelgängern unterscheiden zu können“, unterstreicht Dr. Jungnitz.

Es gibt aber auch noch eine andere Möglichkeit, sich dieser Vergiftungsgefahr zu entziehen, ohne auf Bärlauch zu verzichten: Immer mehr Gemüsehändler bieten Bärlauch an, der aus kontrollierten Kulturen stammt. Außerdem besteht die Möglichkeit, Pflanzen im Fachhandel zu erwerben und sie dann auf der Fensterbank oder im Garten selbst anzubauen.