

Sonnenbrandgefahr durch Arzneimittel

Einige Arzneimittel vertragen sich nicht mit dem Sonnenlicht und können sonnenbrandartige Nebenwirkungen verursachen. Weil die Reaktion zeitlich verzögert eintreten kann, gibt Amtsapothekerin Birgit Habbes beim Kreis Unna ein paar Hinweise.

„Ob ein Arzneimittel Hautreaktionen auslöst, hängt unter anderem von dem Wirkstoff, dem Hautzustand und der Lichtmenge ab“, erklärt die Amtsapothekerin. Zu den Auslösern gehören z.B. einige Wirkstoffe aus der Gruppe der Antibiotika (z.B. Ciprofloxacin oder Tetracyclin), der Schmerzmittel (z.B. Naproxen oder Diclofenac), der Anti-Depressionsmittel (z.B. Johanniskraut, Amitriptylin oder Imipramin) und der Medikamente, die auf das Herz-Kreislauf-System (z.B. Captopril, Simvastatin) wirken. Ob ein Arzneimittel riskant ist, kann im Beipackzettel nachgelesen oder in der Apotheke erfragt werden.

Wenn die Gefahr einer sogenannten phototoxischen Nebenwirkung besteht, sollte möglichst wenig Licht an die Haut kommen. „Man kann die Haut ganz einfach mit Kleidung schützen. Hilfreich ist auch die Einnahme eines Arzneimittels mit kurzer Halbwertszeit abends statt morgens“, so Birgit Habbes.

In der Mittagszeit sollte die Sonne gemieden werden. Ein ausreichender Sonnenschutz mit hohem UV A-Schutz sei zudem ebenso wichtig wie der Verzicht auf den Solariumsbesuch. „Wer ein Medikament mit phototoxischen Stoffen länger einnehmen muss, sollte für die Fenster in der Wohnung oder im Auto über spezielle UV-undurchlässigen Folien nachdenken“, gibt Amtsapothekerin Birgit Habbes einen praktischen Tipp.

Gut für Gesundheit und Klima: Pedelecs im Kreis-Fuhrpark

Rauf aufs Rad – das schont nicht nur das Klima, sondern bringt auch eine Menge für die Gesundheit. Und für die können Kreis-Mitarbeiter jetzt besonders komfortabel etwas tun: Im Rahmen der Betrieblichen Gesundheitsförderung stehen zwei Pedelecs für Dienstfahrten zur Verfügung.



Kreisdirektor Dr. Thomas Wilk (2.v.r.) stellte das erste Dienst-Pedelec des Kreises zusammen mit Gabriele Bierwolf-Sigrist (stellvertretende Leiterin Zentrale Dienste, 2.v.l.), Jochen Pfeiffer (Fuhrpark) und Diana von der Heyde (Betriebliche Gesundheitsförderung, r.) vor. Foto: B. Kalle –

Kreis Unna

Für kürzere Wege können Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter schon seit einigen Jahren Dienstfahrräder satteln. Ergänzt wird diese Möglichkeit, umweltschonend von A nach B zu kommen, nun durch die beiden Pedelecs. Sie unterstützen die Fahrer bei Bedarf mit einem kleinen Elektromotor während des Tretens. „Bei etwas weiteren Dienstfahrten und wenn es bergauf geht, muss also niemand befürchten, nassgeschwitzt zum Termin zu kommen“, nennt die beim Kreis für die Betriebliche Gesundheitsförderung zuständige Mitarbeiterin Diana von der Heyde einen Vorteil.

Mit einer Reichweite von 100 bis 130 Kilometern könnte das Kreisgebiet nahezu einmal komplett umrundet werden, bevor das Pedelec wieder an die Steckdose angeschlossen werden muss. „Wir freuen uns, wenn künftig viele Dienstfahrten auf zwei statt auf vier Rädern stattfinden“, sagte Kreisdirektor Dr. Thomas Wilk bei der Vorstellung der Pedelecs.

Wenn es um Mobilität geht, bietet die Kreisverwaltung übrigens zahlreiche Alternativen zum Auto an: Zwei ÖPNV-Tickets für Dienstreisen, das Jobticket für die Fahrt zur Arbeit und zurück oder auch der Fahrradkeller mitsamt Umkleidemöglichkeit gehören längst zum Standard.

**Automatisierte Notfall-SMS
löst in Rünthe große
Suchaktion aus – „Vermisste“**

sitzt mit Freundin in einem Café

Eine automatisiert versandte Notfall-SMS führte am heutigen Dienstagnachmittag gegen 15:30 Uhr zu umfangreichen Suchmaßnahmen nach einer 55-jährigen Kamenerin in Bergkamen-Rünthe im Bereich Westenhellweg.

Der Ehemann der vermeintlich Vermissten erhielt über ein auf dem Smartphone der Frau installiertes Programm eine Text- und Bildnachricht, die den Schluss zuließ, dass für diese eine Gefahr für Leib und Leben besteht.

Da Rückrufe von der Kamenerin nicht entgegengenommen wurden und erste Suchmaßnahmen durch insgesamt fünf Streifenwagenbesatzungen erfolglos verliefen, wurde zur Absuche von Freiflächen im Bereich des Westenhellweg / ehemalige Mülldeponie ein Polizeihubschrauber hinzugezogen.

Im Laufe der zweistündigen Suche ergaben weitere Ermittlungen, dass sich die 55-Jährige während der Suchmaßnahmen in Begleitung einer Freundin in einem Café in der Marina-Rünthe aufgehalten hat. Aufgrund dieser Erkenntnisse, wurden die Suchmaßnahmen daraufhin gegen 17:30 Uhr eingestellt.

Die Kamenerin teilte anschließend mit, dass sie den Versand der Notfall-SMS überhaupt nicht mitbekommen und ihr Mobiltelefon wie immer lautlos geschaltet habe.

Den Einsatz des Polizeihubschraubers habe sie allerdings im Café sitzend beobachtet.

Großer Flohmarkt in der Stadtbibliothek

Vom 16. Juli bis zum 06. August 2016 lädt ein Flohmarkt in die Stadtbibliothek Bergkamen, Am Stadtmarkt 1, zum Stöbern ein. Zum Preis von je 0,50 Euro werden Sachbücher, Romane und Spiele angeboten.

Wasserspaß mit Neugeborenen

Planschen, Spielen, Wasserspaß! – Unter diesem Motto beginnen am Donnerstag, 21. Juli, und am Montag, 1. August, um 16 Uhr neue Babyschwimmkurs für Kinder, die von Dezember 2015 bis Mai 2016 geboren sind. Die Kurse werden von der Elternschule im Hellmig-Krankenhaus organisiert und finden im Schwimmbad von Reha Sport Kamen am Hellmig-Krankenhaus statt. Sie werden in Kooperation mit der Familienbande Kamen durchgeführt.

Babyschwimmen ist ein liebevolles „miteinander spielen“ und „sich bewegen“ im dreidimensionalen Raum. Sich im Wasser wohl fühlen und entspannen zu können stehen im Vordergrund. Das Babyschwimmen hat sich längst als Entwicklungsförderung etabliert. Neue Bewegungsanreize im Wasser, gemeinsame Spiele und Spaß für Eltern und Kinder im warmen Wasser des Bewegungsbades fördern das Wohlbefinden und die Entwicklung des Kindes.

Interessierte können sich bei Marianne Künstle in der Elternschule unter der Telefonnummer 0231-922 1252 oder per Mail an elternschule@klinikum-westfalen.de anmelden. Die Kurse erstrecken sich über 8 mal 30 Minuten, die Teilnahme kostet 64 €.

Kreis sucht Nachwuchs: Sieben Ausbildungsberufe im Angebot

Die Kreisverwaltung hat rund 1.000 Mitarbeiter. Viele davon verabschieden sich in den kommenden Jahren in den Ruhestand. Der Kreis sucht deshalb bereits jetzt für das Jahr 2017 Nachwuchs. Im Angebot sind 23 Ausbildungsplätze und sieben Berufe.

Gesucht werden Auszubildende für den gehobenen nichttechnischen Verwaltungsdienst (8), für den mittleren allgemeinen Verwaltungsdienst (5) und als Verwaltungsfachangestellte (5). Ausgebildet werden sollen ab 2017 außerdem zwei Vermessungstechniker, ein Straßenwärter, ein Fachinformatiker – Fachrichtung Anwendungsentwicklung – und ein Tierpfleger.

Wer genauer wissen möchte, was der Kreis konkret im Angebot hat und welche Voraussetzungen für eine erfolgversprechende Bewerbung erfüllt sein müssen, findet alle Informationen unter www.kreis-unna.de, Suchbegriff „Ausbildung beim Kreis“. Das Portal für die Online-Bewerbung ist bereits freigeschaltet. Bewerbungsschluss ist am 26. August, also dem letzten Tag der NRW-Sommerferien.

Übrigens: Aufgrund der bedarfsgerechten Einstellungsplanung des Kreises stehen die Chancen gut, nach der erfolgreich absolvierten Ausbildung in ein unbefristetes Arbeitsverhältnis übernommen zu werden.

Betrunkener Kamener wählt 19 Mal die 110 – Polizei nimmt ihm das Handy weg

Insgesamt 19 Mal wählte ein betrunkenen 27-jähriger Mann aus Kamen am Montagmorgen den Polizeinotruf. Seine Begründung: „Im Bahnhof sollte sich eine Gruppe Osteuropäer aufhalten, welche der deutschen Sprache nicht mächtig waren“.

Gegen 04:00 Uhr informierte die Essener Polizei die Bundespolizei über eine Person die sich im Essener Hauptbahnhof aufhielt und insgesamt 19 Mal den Polizeinotruf betätigt hatte. In einer Notlage befand sich der Mann jedoch nicht. Im Gegenteil, der 27-jährige Kamener beschwerte sich über eine Gruppe von Männer, die sich nicht in deutscher Sprache unterhielten.

Trotz mehrfacher telefonsicher Belehrungen, den Notruf nur in Notfällen zu wählen und den Hinweis auf ein Strafverfahren wegen Missbrauchs von Notrufen, wählte der Kamener erneut die 110.

Eine Streife der Bundespolizei ermittelte den 27-Jährigen daraufhin im Personentunnel des Hauptbahnhofs und stellte sein Mobiltelefon zur Beendigung der anhaltenden Störung sicher. Ein Atemalkoholtest auf der Bundespolizeiwache ergab einen Wert von 1,4 Promille. Nach einer erneuten Belehrung und ohne sein Mobiltelefon, verließ er später die Wache.

In diesem Zusammenhang weist die Polizei Essen darauf hin, dass der Missbrauch von Notrufen kein Spaß ist. Wer über Notruf Sachverhalte vortäuscht, die zu Einsätzen von Rettungskräften führen, begeht eine Straftat.

Wer absichtlich oder wissentlich Notrufe missbraucht oder vortäuscht, dass wegen eines Unglücksfalls oder wegen gemeiner

Gefahr oder Not die Hilfe anderer erforderlich sei, kann mit Freiheitsstrafe bis zu einem Jahr oder mit Geldstrafe bestraft werden. Zudem können die Kosten für den Polizeieinsatz in Rechnung gestellt werden.

Der Missbrauch von Notrufen kann sich unter Umständen negativ auf die Bearbeitung von eingehenden, tatsächlichen Notfällen auswirken. Jemandem, der tatsächlich Hilfe bedarf, können unter Umständen durch einen Missbrauch des Notrufes große Nachteile entstehen, weil Rettungskräfte durch den vorgetäuschten Einsatz gebunden sind.

Aber: Wer sich oder andere in Not sieht, wer die Polizei vor Ort benötigt, wer etwas Verdächtiges beobachtet, einen eigenartigen Anruf bekommen hat oder unsicher ist, weil ein unbekannter Besucher vor der Tür steht, sollte sich nicht scheuen, den Notruf 110 zu wählen. Hier gilt in jedem Fall: „Lieber einmal zu viel 110 wählen als einmal zu wenig“

Neues Kulturprogramm 2016/17 liegt vor – Kartenvorverkauf ab 1. August

Das Bergkamener Kulturprogramm für die Saison 2016/17 liegt druckfrisch vor. Der Kartenvorverkauf fürs Kabarett startet allerdings erst am 1. August. Die Gastspiele von Wilfried Schmickler oder „Storno“ werden schnell ausverkauft sein, prophezeit Andrea Knäpper, die im Kulturreferat unter anderem für den Kartenverkauf zuständig sind.



Das Kulturreferat stellte jetzt das neue Kulturprogramm mit über 69 Einzelveranstaltungen vor.

Das wissen natürlich auch die Fans der Bergkamener Kabarettreihe. 323 haben ihre Plätze schon mit einem Abonnement gesichert. „Wir sorgen aber dafür, dass auch für den freien Verkauf genügend Karten übrig bleiben“, versichert Kulturreferentin Simone Schmidt-Apel.



Wilfried Schmickler eröffnet die große Kabarett-Reihe im studio theater am 15. September.

Und wenn es beim Wunschtermin nicht klappt, dann gibt es mindestens 68 andere Angebote im reichhaltigen und guten Kulturprogramm. Zum Beispiel im MittwochsMix in der Galerie „sohle 1“. Der startet am 28. September mit Anny Hartmann, die die drei großen H des Kabarets in sich vereinigt: Haltung, Humor und Hirn.

An gleicher Stelle spielen am 20. November Anton Niculesco (Violoncello) und Bertrand Giraud (Klavier) Werke von Beethoven, Debussy und Saint-Saens. Hierbei handelt es sich um ein Konzert des Celloherbsts 2016 in der Hellwegregion.

Musik einer ganz anderen Art bringt der Sparkassen Grand Jam. Hier können sich schon die Freunde von Ron Williams auf ein Wiedersehen bzw. Wiederhören freuen. Der beliebte Sänger und Entertainer kommt am 4. Januar 2017 nach Bergkamen in die Gaststätte „Almrausch“ (ehem. Haus Schmülling“).

Längst etabliert hat sich die Weltmusik-Reihe im Trauzimmer der Marina Rünthe. Sieben Konzerte wird es bis Mai 2017 geben. Den Auftakt macht hier am 19. September Nancy Viera, die auf

den Kapverden geboren wurde und seit vielen Jahren in Portugal lebt.

Noch in diesen Sommerferien wird es an der Holz-Erde-Mauer in Oberaden spannend. Am 30. und 31. Juli wird dort ein Zimmermann den Weiterbau der Rekonstruktion der Wehranlage des Römerlagers in Angriff nehmen. Vom 12. bis 14. August sind Kind und Jugendliche zum Drususcamp im Römerlager eingeladen. Sein Ziel sei es, dieses Drususcamp in den nächsten Jahren zu einem einwöchigen Ereignis auszubauen, erklärt Museumsleiter Mark Schrader.

Das gesamte neue Kulturprogramm gibt es hier als PDF zum Herunterladen: kulturprogramm.2016.2017

Grauer Audi TT Roadster gestohlen

In der Nacht von Montag auf Dienstag ist zwischen 22.00 und 06.00 ist auf der Klosterstraße in Kamen ein grauer Audi TT Roadster gestohlen worden. Das Fahrzeug hatte zum Tatzeitpunkt das Kennzeichen UN-MB 790. Hinweise bitte an die Polizei Kamen unter 02307 921 3220 oder 921 0.

Lernen zusätzlich zum

Vollzeitjob: 13 Bayer-Mitarbeiter sind jetzt Industriemeister

Mit 31 noch einmal die Schulbank drücken? Ferhat Aksel aus Lünen hat es getan – sogar drei Jahre lang. Zusätzlich zum Vollzeitjob. Jetzt wurden seine Mühen belohnt. Der Chemikant, der bei Bayer in einem Betrieb zur Herstellung pharmazeutischer Wirkstoffe arbeitet, darf sich ab sofort Industriemeister nennen. Und nicht nur er. 12 Kollegen – unter ihnen vier aus Bergkamen – haben diese Weiterbildung der Industrie- und Handelskammer (IHK) zu Dortmund, die Bayer aktiv unterstützt, ebenfalls erfolgreich absolviert.



Von ursprünglich 36 gestarteten Teilnehmern haben 20 den Lehrgang zum Industriemeister bestanden – 13 von ihnen arbeiten bei Bayer in Bergkamen. Foto: Bayer

„Die beruflichen Herausforderungen nehmen in allen Bereichen spürbar zu. Wer ihnen auf Dauer gewachsen sein will, tut gut daran, sein Wissen kontinuierlich zu erweitern“, würdigte Standortleiter Dr. Stefan Klatt das freiwillige Engagement der Mitarbeiter. Anlässlich der feierlichen Urkundenübergabe drückte er den frisch gebackenen Industriemeistern seine hohe Anerkennung für die in mehr als 900 Unterrichtsstunden erbrachten Leistungen aus: „Sie haben Außergewöhnliches vollbracht und können stolz auf sich sein.“

Drei Jahre lang haben die Industriemeister jeden Donnerstagabend und jeden Samstag gebüffelt und zahlreiche Prüfungen abgelegt. „Das war ein ziemlicher Spagat“, bilanziert Ferhat Aksel. „Gerade in solchen Situationen war die Familie ein starker Rückhalt.“ Doch auch von den Kollegen gab es Unterstützung. Allerdings ließen sich die Schichten nicht immer tauschen. Wenn das der Fall war und der Unterricht mit der Arbeit kollidierte, musste Aksel schon mal Überstunden abbauen oder Urlaub opfern.

„Die Mühen haben sich dennoch gelohnt“, sagt Aksel. „Wir hatten tolle Ausbilder und haben viel gelernt.“ Etwa über Syntheseplanung, Wärmeberechnung und Arbeitsrecht. Und das Beste: Der Lehrgang fand direkt auf dem Bayer-Gelände in Bergkamen statt. Die notwendigen Räume stellte das Unternehmen gratis zur Verfügung. Dadurch wurden die Kosten für die Teilnehmer reduziert, ebenso die Fahrzeiten. Acht der Dozenten sind zudem ebenfalls bei Bayer beschäftigt. Genau wie ihre Schüler hatten sie beim Abendunterricht schon einen vollen Arbeitstag hinter sich. „Dieses Engagement ist gewiss nicht selbstverständlich“, dankte Ausbildungsleiter Karl Heinz Grafenschäfer seinen Kollegen für die gute Unterstützung.

Mehr als 10.500 Schüler

wurden von der VKU fit für den Bus gemacht

Seit fünf Jahren gibt die VKU Unterricht – und zwar im Busfahren. Melanie Strohschein leitet die Busschule und sorgt dafür, dass Kinder sicher mit dem Bus unterwegs sind. Denn auch Busfahren will gelernt sein. „Im vergangenen Schuljahr haben rund 2.800 Schüler die Busschule besucht“, sagt Strohschein.



Melanie Strohschein (NimmBus-Team), Busfahrer Jürgen Sutmeier, Klassenlehrerin und Kinder der Gewinnerklasse der Albert-Schweitzer-Schule, Christiane Doll (NimmBus) und Sabine Leiß, Leiterin des Bereichs Planung und Mobilität beim Kreis Unna.

Insgesamt waren mehr als 10.500 Kinder und Jugendliche bei der Busschule und wurden geschult. Die Tendenz ist steigend. „Inzwischen müssen wir mit einer Warteliste arbeiten, weil wir allen Anfragen nicht mehr nachkommen können“, erklärt

Strohschein. Die VKU führt das Projekt NimmBus als Dienstleister des Kreises Unna durch. Auch hier ist man mit der Resonanz mehr als zufrieden. „Die Nachfrage steigt und das zeigt ganz klar, dass die Busschule Erfolg hat. Wir als Kreis Unna sind vor allem froh, dass die VKU hier einen wichtigen Beitrag zur Prävention und zur Sicherheit im öffentlichen Nahverkehr leistet. Das wird bei der Busschule durch eine anschauliche und kindgerechte praktische Schulung, aber auch durch theoretischen Unterricht geleistet. So fördert die Busschule die Mobilitätskompetenz der Kinder und Jugendlichen und befähigt sie, mit allen Verkehrsmitteln sicher und bewusst umzugehen. Kinder und Jugendliche, die frühzeitig diese positiven Erfahrungen machen, sind die potentiellen ÖPNV-Nutzer/Kunden von morgen“, sagt Sabine Leiß, Leiterin des Bereichs Planung und Mobilität beim Kreis Unna.

Alles Gute zum Geburtstag

Zum Geburtstag hat die VKU schon einige Geschenke verteilt. Mit den tollen Logo-Aufklebern von NimmBus konnten die Schüler einen Gegenstand, ihre Tasche oder ihr Schulheft verzieren. Dann schnell ein Foto davon gemacht und das ganze an die VKU geschickt. Bei dem Logo-Foto-Wettbewerb haben drei Schüler für sich und ihre Klassenkameraden tolle Preise abgesehen.

Der erste Preis, ein Tag auf dem Hof rats rabatz in Fröndenberg, ging an die Klasse 3b der Albert-Schweitzer-Schule in Schwerte. Die Kinder hatten ein selbstgemachtes Plakat mit dem Logo gestaltet. Auf dem Hof rats rabatz konnten sie toben, spielen und bei der Aktion „Vom Korn zum Brot mit Treckerfahrt“ viel Neues lernen und entdecken.

Die Schüler der Klasse 3a der Schule am Lüserbach in Lünen konnten sich über einen Ausflug zur Freilichtbühne nach Werne freuen und dort „Urmel aus dem Eis“ erleben. Eingeschickt hatten die Kinder einen neu gestalteten Playmobilbus.

Die Klasse 3b der Gemeinschafts-Grundschule Hemmerde hat einen Tag im Bowling Center Unna gewonnen. Ein schön dekoriertes Boxsack wurde für das Gewinnspiel eingereicht.

Alle Kinder der Gewinnerklassen hatten vorher an der Busschule von NimmBus teilgenommen. Sie haben gelernt, wie der richtige und sichere Umgang im und rund um den Bus funktioniert.

Was NimmBus alles kann

Seit nun fünf Jahren gibt es die Busschule bei der VKU, die hier als Dienstleister des Kreises Unna das Projekt umsetzt. Neben der Busschule gibt es unter anderem das Projekt JederBus – Inklusion erfahren, die Mobilitätsberatung für Langzeitarbeitslose und das Mobilitätstraining für Senioren. So macht das Projekt NimmBus einfach jeden – vom Kind bis zum Senior – mobil.

Mehr Informationen gibt es unter www.vku-online.de oder per Email an nimmbus@vku-online.de.