

Frauenhilfe Wichernhaus trifft sich im Haus am Nordberg

Die Frauenhilfe Wichernhaus lädt für kommenden Mittwoch, den 28. Juni um 15:00 Uhr zu Ihrem nächsten Treffen ins Seniorenzentrum „Haus am Nordberg“ ein. Gast wird an diesem Nachmittag Inge Freitag vom Seniorenbüro der Stadt Bergkamen sein.

Zugleich werden an diesem Nachmittag das erste Mal Karten für den Tagesausflug der Frauenhilfen Wichernhaus und Friedenskirche verkauft. Er findet dieses Jahr am 23. August statt und führt dieses Jahr nach Ungarn und an die Ruhr. Der Preis von 40 € beinhaltet neben dem Besichtigungsprogramm Busfahrt, Mittagessen und Kaffeetrinken auf einem Boot. Die Mitglieder der Frauenhilfe Friedenskirche haben die Möglichkeit Karten bei der am Donnerstag anstehenden Fahrt zur Frauenhilfe Gelsenkirchen zu erstehen. Die Restkarten werden dann bei den Frauenhilfstreffen im Juli verkauft.

Grundschüler entdecken Westfalen-Lippe: Sparkasse Bergkamen-Bönen versorgt alle Drittklässler mit dem Westfalen-Rätselbuch

Grundschüler in Bergkamen und Bönen entdecken jetzt Westfalen-Lippe, weil die Sparkasse alle Drittklässler wie hier an der

Schillerschule mit dem Westfalen-Rätselbuch versorgt.



Die Drittklässler der Bergkamener Schillerschule freuen sich über das Westfalen-Rätselbuch, das ihnen die Sparkasse jetzt geschenkt hat.

Was ist das eigentlich: Westfalen-Lippe? Wie heißen seine Städte und Flüsse? Welche Sehenswürdigkeiten, Denkmäler und Besonderheiten gibt's hier zu sehen? Diese und viele andere Fragen beantwortet das neu aufgelegte Westfalen-Rätselbuch. Spielerisch gestaltet, machen Rätsel und Aufgaben Lust darauf, Westfalen-Lippe zu entdecken.

679 Drittklässler aus Bergkamen und Bönen erhalten in diesen Tagen von der Sparkasse Bergkamen-Bönen den Sonderdruck „Wir entdecken Westfalen. Mein lustiges Rätselbuch 2017“. Abgestimmt ist es auf den Lehrplan der dritten Klassen – das Thema Nordrhein-Westfalen steht an. „Dieses Buch zeigt Kindern, was die Region ausmacht. Wenn sie es aufschlagen,

öffnen sie eine westfälische Wundertüte. Diese Idee unterstützen wir als Geldinstitut, das sich der Region besonders verbunden und verpflichtet fühlt, gerne“, erläutert Michael Krause, Leiter Marketing / Vertrieb der Sparkasse Bergkamen-Bönen, das Engagement.

Die Sparkassen in Westfalen-Lippe, die Westfalen-Initiative und der Coppenrath Verlag machen diese Aktion möglich. 2011, 2013 und 2015 haben sie bereits über 250.000 Schüler mit dem Rätselbuch begeistert. Mittlerweile liegt das Buch in der vierten Auflage vor. Mithilfe der Sparkassen, der Schulämter und der Schulträger werden die Hefte an alle 90.000 Drittklässler in den drei Regierungsbezirken verschenkt. Die drei Partner wollen mit dieser Aktion die Identifikation mit der Region stärken.

Auf 28 Seiten erforschen die Kinder die sagenhafte Atta-Höhle in der Nähe von Attendorn, sie fahren gemeinsam mit Rudi Radl entlang der 100-Schlösser-Route, erforschen ein Römerlager in Haltern, besuchen das Deutsche Fußballmuseum in Dortmund und erfahren mehr über das Wisentgehege Wittgenstein. Und selbstverständlich erhalten sie auch einen Überblick über die Orte in Westfalen-Lippe.

Ein Preisausschreiben rundet die Aktion ab. Schulklassen können nach Lösung eines Kreuzworträtsels an einem Gewinnspiel teilnehmen und Preise für die gesamte Schulklasse gewinnen: Ein Klassenausflug ins Deutsche Fußballmuseum in Dortmund, ein Klassenausflug ins Heinz-Nixdorf-Museums-Forum in Paderborn, Geld für die Klassenkasse oder Bücher.

Interesse war groß: Informationsveranstaltung zur Finanzierung eines Pflegeheimplatzes

Das Interesse an der Informationsveranstaltung des Bergkamener Seniorenbüro zur Finanzierung eines Pflegeheimplatzes am vergangenen Dienstag war groß: Trotz des sonnigen Wetters besuchten fast 50 Bürgerinnen und Bürger den Vortrag im Treffpunkt an der Lessingstraße.



Rund 50 Interessierte folgten dem Vortrag von Kerstin Solaße im Treffpunkt. Foto: Stadt Bergkamen

Viele Fragen konnten beantwortet werden: Was kostet es im Pflegeheim zu wohnen? Kann ich mir eine Heimversorgung überhaupt leisten? Wie prüfe ich meine Rechnung? Welche staatlichen Hilfen kann ich bekommen? Was hat sich durch das Pflegestärkungsgesetz II wirklich verändert?

Der Vortrag dauerte eine Stunde. Das komplexe Thema wurde von der Referentin der Veranstaltung Kerstin Solaße, Juristin bei der gemeinnützigen Bundesinteressenvertretung für alte und pflegebetroffene Menschen (BIVA) e.V., anschaulich und verständlich dargestellt. Danach ging sie umfassend auf alle Fragen der Anwesenden ein und beantwortete jeder Besucherin und jedem Besucher die mitgebrachten Fragen. Bei komplizierteren, individuellen Problemen versprach Frau Solaße eine telefonische Beratung in den kommenden Tagen. Ihre Visitenkarten wurden gern entgegen genommen.

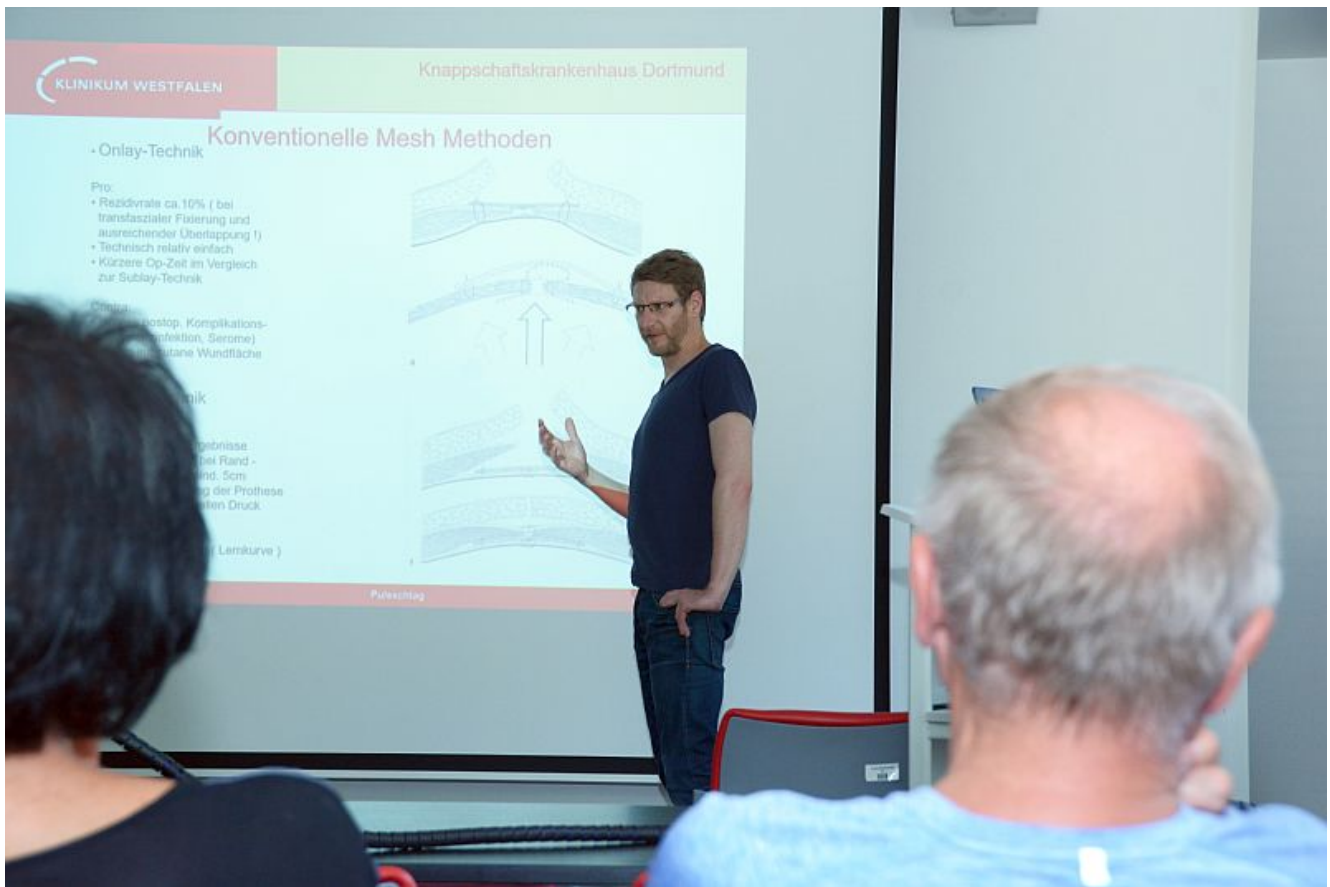
Die Informationsveranstaltung fand in Kooperation mit dem Seniorenbüro der Stadt Bergkamen statt. Eine umfangreiche Broschüre zu dem Thema war schnell vergriffen. Jedoch ist eine Nachbestellung bereits geordert und wird in Kürze im Seniorenbüro der Stadt Bergkamen bei Frau Scherney im Seniorenbüro kostenlos erhältlich sein.

Führung über den Römerberg mit „römisch-westfälischem Picknick“

Eine Römerbergführung mit einer besonderen Note bietet der Gästeführerring Bergkamen in einer Woche am Sonntag, 2. Juli, an.

Unter der bewährten Leitung von Gästeführerin Elke Böinghoff-Richter geht es an diesem Sonntag vormittags wieder auf eine längere fußläufige Erkundungs- und Besichtigungstour über das Gelände des früheren Legionslagers auf dem Römerberg, wobei allerlei Wissenswertes über die römische Geschichte und das Lager selbst zu erfahren ist.

Narbenbruch – was tun?



Oberarzt Gordon Schramm

Schwachstellen in der Bauchwand begünstigen die Bildung von Nabel-, Narben-, oder Leistenbrüchen. Es entstehen Auswölbungen, so genannte Hernien, in die im besten Falle Fettgewebe, oft aber auch Teile des Darms rutschen.

Rund 170.000 solcher Hernien werden in Deutschland jährlich operativ behandelt, berichtete Oberarzt Gordon Schramm von der Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie am Hellmig-Krankenhaus Kamen. Im Rahmen der beliebten Veranstaltungsreihe „Pulsschlag“, die die Klinik in Kooperation mit der VHS anbietet, wies er darauf hin, dass ein Bruch nicht immer gleich einen chirurgischen Eingriff nach sich ziehen muss.

Einem Arzt aber sollten Hernien sicherheitshalber immer vorgestellt werden. Spätestens wenn Schmerzen auftreten, sei es unverzichtbar, einen Chirurgen – eventuell auch Notarzt –

aufzusuchen. Schmerzen können dadurch ausgelöst werden, dass Darmteile eingeklemmt werden, so dass weitere, oft lebensgefährliche Komplikationen drohen.

In Fachkliniken mit entsprechender Erfahrung wie dem Hellmig-Krankenhaus Kamen wird heute in vielen Fällen schonend und nachhaltig operiert mit Einsatz moderner Netze in minimalinvasiven Verfahren.

Lach-Yoga in der Ökologiestation

Wir lachen zu wenig! Nur 15 bis 20 mal am Tag im Durchschnitt. Dabei ist Lachen gesund: wer viel lacht, kann sein Befinden positiv beeinflussen. Am Sonntag den 9. Juli praktiziert Shyney Vallomtharayil in der Ökologiestation in Bergkamen-Heil, Westenhellweg 110, das gemeinsame Lachen nach den Erkenntnissen des indischen Arztes Dr. Madan Kataria.

Gemeinsam wird in kleinen Spielen und einfachen Dehn- und Streckübungen gelacht. Eventuelles Unbehagen bei „Erstlachern“ verschwindet schnell, denn sich selbst beim freien Lachen zuzuhören und anderen zuzusehen ist Spaß pur! Bei der Veranstaltung, die von 11.00 bis 13.00 Uhr dauert und 15,00 Euro kostet, sollten die Teilnehmer bequeme Kleidung anhaben und etwas zu trinken mitbringen. Eine Anmeldung ist bis zum 2. Juli unter 0 23 89 – 98 09 11 (auch Anrufbeantworter) oder 0 23 89 – 9 80 90 beim Umweltzentrum Westfalen möglich. Interessierte können sich auch vorab unter www.ojas-vitality.com im Internet informieren.

Mein Helm, mein Speer, mein Marschgepäck... – eine Wanderung zu den Spuren der Römer in Bergkamen

Die Ausrüstung eines römischen Soldaten war nur eines der Highlights, die den Lateinschülerinnen und -schülern des 6. Jahrgangs des Städtischen Gymnasiums Bergkamen am Mittwoch im Stadtmuseum Bergkamen geboten wurden.



Foto:

Frederking&Heiling/S

GB

Nach einer etwa vierzigminütigen Wanderung vom Gymnasium aus stieg die Gruppe unter der Leitung von Frau Frederking und Frau Heiling in eine Zeitmaschine und konnte zwei Stunden lang in der Ausstellung des Museums Kleidung und Ausrüstung eines römischen Soldaten testen, die im römischen Heer übliche Art Brunnen aus alten Weinfässern zu bauen kennenlernen und selbst

unter einigem Kraftaufwand Getreidekörner zwischen zwei Steinen per Hand zu Mehl mahlen, denn der typische Legionär stärkte sich nach langem Marsch mit „Pulsum“, einem kräftigen Getreidebrei ... Fleisch war rarer als es uns die vielen Wildschweine aus „Asterix und Obelix“ glauben machen.

Auch die Latrine, die Soldaten im Lager erwartete, konnten die Schüler aus der Nähe betrachten. Für verzogene Gesichter sorgte dabei die Information, wie genau der Toilettendienst aussah, den ungehorsame Soldaten als Strafe bekommen konnten.

Im Anschluss an die vielseitige Führung erwartete die Kinder dann ein Workshop, in dem sie in die Rolle eines Legionärs schlüpfen, der auch für seine Freizeitgestaltung selbst erstmal handwerkliches Geschick beweisen musste: Es galt, ein tragbares Mühlespielfeld herzustellen und anschließend natürlich einem, auf jeden Fall erfolgreichen, Praxistest zu unterziehen.

Mit vielen neuen Eindrücken machten sich die Lateinschüler schließlich wieder auf dem Rückweg, kehrten dann in Ermangelung einer ausreichenden Menge „Pulsum“ kurz in der nahegelegenen Eisdiele ein, bevor es endgültig zurück zur Schule ging. Der Ausflug wird allen lange in guter Erinnerung bleiben. Den Mitarbeitern des Stadtmuseums bleibt uns Lateinern noch zu sagen: „Gratias vobis agimus!“ („Wird danken euch!“).

Tag des KID-Sports des SuS Oberaden

Der Hauptverein SuS Oberaden veranstaltet am Sonntag, 2. Juli, von 11 bis 15 Uhr den Tag des KID-Sports in der Oberadener

Römerberg-Sporthalle. Dort werden alle Sportarten beim SuS vorgestellt. Dazu sind alle Kinder und Eltern eingeladen. Hier erhalten sie einen genauen Überblick darüber, welche für Kinder geeignete Sportarten der SuS Oberaden im Angebot hat.

Offener Informations- und Beratungstag für Mütter mit Migrationshintergrund

Das Mütterprojekt „Starke Mütter – Starke Unternehmen“ bietet am Mittwoch, 28. Juni einen Informations- und Beratungstag für Mütter mit Migrationshintergrund an. Themen wie der (Wieder-)Einstieg in den Beruf, die Berufswahl, die Erstellung der Bewerbungsunterlagen, die Möglichkeiten der Kinderbetreuung können besprochen werden. Außerdem gibt es allgemeine Informationen zum deutschen Arbeitsmarkt.

Zwischen 10 und 12 Uhr können interessierte Frauen kostenlos und ohne Anmeldung bei den beiden Projektmitarbeiterinnen Emine Sancar und Pelin Sarı beim Multikulturellen Forum in der Präsidentenstraße 44 in Bergkamen vorbeikommen.

Kinder-Uni in Kamen-Methler:

Geheimschrift-Experten

„Jhkhlp Qdfkulfkwhq“ – Schon seit mehr als 2.000 Jahren gibt es Geheimschriften. Doch wie wird eine solche Nachricht entschlüsselt, um sie für alle wieder verständlich zu machen? Um diese Frage dreht sich die nächste Kinder-Uni-Vorlesung am Freitag, 30. Juni in Kamen-Methler.



Martina Bier (li.) und Elena Zannetin (re.) stellen das Programm zur nächsten Kinder-Uni vor – Foto: Kreis Unna

Prof. Dr. Christoph Selter und Elena Zannetin von der TU Dortmund geben Tipps und Tricks in ihrer Vorlesung. Natürlich wird nicht nur referiert, sondern auch viel experimentiert.

Das Prinzip: Ein Text wird verschlüsselt und nur die Person kann ihn auch verstehen und wieder entschlüsseln. Man muss den Trick kennen, wie aus einem normalen Text Geheimsprache entsteht, denn dann ist auch klar, was genau dort steht. Bei der Vorlesung werden verschiedene Möglichkeiten gezeigt, wie sich Texte entschlüsseln lassen, und nach, und nach werden die Kinder zu Geheimschrift-Experten.

Aus organisatorischen Gründen ist eine Anmeldung für diese

Veranstaltung erforderlich. Die Anmeldefrist wurde bis zum 26. Juni verlängert.

Beginn der Kinder-Uni-Vorlesung ist am Freitag, 30. Juni um 17 Uhr im Bürgerhaus Kamen-Methler, Heimstraße 3 in Kamen. Eingeladen sind alle Kinder im Alter von 8 bis 12 Jahren. Die Vorlesung dauert rund 60 Minuten; der Eintritt ist frei.

Nach der Veranstaltung findet auf dem Außengelände des Bürgerhauses für alle interessierten Kinder eine Schatzsuche statt. Den Schatz können nur die Kinder finden, die Geheimschrift lesen können.

Das komplette Halbjahresprogramm wurde an alle Grundschulen und weiterführenden Schulen im Kreis verteilt. Unter www.kreis-unna.de steht es als PDF-Datei zur Verfügung. Dort gibt es auch weitere Informationen zum Kinder-Uni-Projekt und zur Kinder-Uni Spezial.

Zum Hintergrund:

Veranstaltet wird die Kinder-Uni, ein Projekt des 2006 von Landrat Michael Makiolla initiierten „Zukunftsdialog Kreis Unna“ und Teil seiner Bildungsoffensive, vom Kreis Unna in Kooperation mit den Hochschulen der Region. Unter dem Motto: „Wissen macht Spaß!“ lösen Wissenschaftler von „echten“ Universitäten mit den jungen Hörerinnen und Hörern einige Rätsel dieser Welt. PK | PKU

**Bei Reise bedenken:
Führerschein nicht immer
unbefristet gültig**

Wer kennt das nicht? Kurz vor dem Urlaub stellt man mit Entsetzen fest, dass der Personalausweis oder Reisepass

abgelaufen ist. Aber wer denkt schon an den Führerschein?

Die „großen“ Klassen (zum Beispiel die frühere Klasse 2) werden nur noch zeitlich befristet erteilt. Angaben zur Befristung finden sich auf der Rückseite des Kartenführerscheins in der Spalte 11. „Mit Ablauf des dort eingetragenen Datums dürfen Fahrzeuge der entsprechenden Klasse nicht mehr gefahren werden“, weiß Christoph Funke als Leiter der Führerscheinstelle beim Kreis Unna.

Bei wem eine solche Befristung eingetragen ist, muss – wenn die Fahrerlaubnisklasse weiterhin genutzt werden soll – einen Antrag auf Verlängerung stellen. Das trifft für die Inhaberinnen und Inhaber von Führerscheinen zu, die 2009 oder früher für die so genannten großen Klassen erteilt oder verlängert wurden.

Führerscheine werden bei der Bundesdruckerei erstellt. „Bevor der Auftrag erteilt werden kann, muss die Führerscheinstelle beim Verkehrszentralregister nachfragen, ob es Gründe gegen die Ausstellung gibt“, so Funke. Er empfiehlt daher, im Bürgerbüro im Kreishaus Unna rechtzeitig einen Antrag auf Verlängerung zu stellen.

Auch wenn die Reise in ein Land geht, in dem ein internationaler Führerschein verlangt wird, ist etwas Vorbereitung erforderlich. Der internationale Führerschein darf nur für Bürgerinnen und Bürger ausgestellt werden, die einen Kartenführerschein haben.

Wer noch eine graue oder rosa „Flepe“ besitzt und einen internationalen Führerschein benötigt, sollte den Umtausch bald beantragen. „Die Bearbeitung bei der Bundesdruckerei dauert derzeit rund drei Wochen“, nennt Funke ein Zeitfenster.

Weitere Informationen rund um den Führerschein finden sich im Internet unter www.kreis-unna.de – Service – Führerschein. PK
| PKU