Tanzspaß für Menschen mit und ohne Handicap im Jugendzentrum Yellowstone

Menschen mit und ohne Handicap aus dem gesamten Kreisgebiet sind herzlich eingeladen gemeinsam zu tanzen und zu feiern. Die Diakonie Ruhr-Hellweg bietet am Freitag, 18 November, im JZ Yellowstone, Preinstraße 14, in Oberaden ab 19 Uhr großen Tanzspaß mit Liveband.

Im Jugendzentrum Yellowstone heizt die Band „DUO Musikfieber“ auch bei trüben Novemberwetter allen Gästen ordentlich ein. Die Gruppe lockt zwischen 20 und 22 Uhr mit fetziger Partymusik und Schlagern auf die Tanzfläche. Der Eintritt beträgt 2 Euro und Getränkte sind schon für 1 Euro zu haben. Damit bleibt die beliebte Disco für jeden erschwinglich.

Das Ambulant Betreute Wohnen für Menschen mit geistiger Behinderung der Diakonie Ruhr-Hellweg freut sich auf seine Stammgäste und heißt ebenso neue Besucher herzlich willkommen. Infos unter: 02303 94743-16

Bescherung für Tiere im Winterwald

Weihnachten steht vor der Tür! Geheimnisvolle Stimmung und das gespannte Warten auf Geschenke machen diese Zeit so besonders. Am Samstag, 10. Dezember, können Kinder ab 7 Jahre mal die

Tiere im Winterwald beschenken. Sie stellen in der Zeit von 13.00 – 17.00 Uhr essbare Kleinigkeiten für die Tiere her, machen sich mit Keksen und Weihnachtsduft dann auf den Weg in den Wald und feiern mit den Waldbewohnern Bescherung.

Mitzubringen sind: wetterfeste Kleidung und festes Schuhwerk. Durchgeführt wird diese Aktion von der Wildnispädagogin Sandra Bille und der Naturerlebnispädagogin Heike Barth.

Die Kosten für diese Veranstaltung betragen 25 Euro. Maximal können 20 Kinder an der Bescherung im Winterwald teilnehmen. Anmeldungen ab sofort bei Dorothee Weber-Köhling (02389-980913) oder umweltzentrum_westfalen@t-online.de.

Beim 16. Bergkamener Lichtermarkt verwandelt sich der Monopol-Förderturm in ein Lichtkunstwerk

Vor Wochen wurde die Programm-Flyer für den 16. Bergkamener Lichtermarkt verteilt. Jetzt präsentierte der Leiter des Stadtmarketings Karsten Quabeck eine wichtige Programmergänzung: Mit dem Sonnenuntergang am Freitag, also ab 18.10 Uhr wird der denkmalgeschützte Förderturm der Zeche Monopol künstlerisch illuminiert.

Das Zeus Stelzentheater aus Bielefeld

Und weil das Ganze so vielversprechend klingt und die Technik aufgebaut ist, wird die Lichtkunst-Aktion am Samstag, 29. Oktober, wiederholt. Beginn ist dann um 18.08 Uhr, weil die Sonne am Tag danach zwei Minuten früher untergeht.

Präsentierte die Programm-Höhepunkte des 16. Bergkamener Lichtermarkts (v. l.): Karsten Quabeck, Matthias Lopez y Stift, der für die Walk-Acts verantwortlich ist, und er Leiter der Jugendkunstschule Gereon

Kleinhubbert.

Die zweite Änderung ist eigentlich nur ein Ortswechsel. Die „Flashing Lights“ – Dancers Home werden auf dem Platz vor der St. Elisabeth-Kirche ihre Tanzshow präsentieren. Hierbei handelt es sich um eine 25-köpfige Tanzgruppe der Bergkamener Jugendmusikschule unter der Leitung von Rudi Bogner, die sich jetzt auf die Teilnahme an Wettbewerben vorbereitet. Sie wird die Wartezeit der Lichtermarktbesucher vor dem Portal des Gotteshauses verkürzen, die sich die Kirchenakrobatik der Gruppe „LaMetta“ nicht entgehen lassen wollen. Die Lichtermarkt-Organisatoren haben sich inzwischen mit der Kirchengemeinde darauf geeinigt, dass nur jeweils 600 Personen die Show in der St. Elisabeth-Kirche miterleben dürfen.

Hier nun die weiteren Attraktionen des 16. Bergkamener Lichtermarkts, an dem außerdem 38 weitere Künstlerinnen und Künstler mit ihren Walkacts beteiligt sind:

„Moving Shadows“ (Markttor/Stadtmarkt]

„Moving Shadows“ – stündliche Highlight-Show vor dem Markttor – zaubert aus Händen, Menschen, Körpern und Bewegung Assoziationen auf die Leinwand. In den 15-minütigen Shows verschmelzen die Körper der Künstler zu Gegenständen, Menschen und Phantasiefiguren.

- 19.30 Uhr / 20.30 Uhr / 21.30 Uhr / 22.30 Uhr

Kirchen-Akrobatik (St. Elisabeth-Kirche]

Durch die verschiedenen Kombinationen von Akrobatik, Tanz, Musik, Pantomime, Gesang und Didgeridoospiel entstehen einmalige, sinnliche und emotionale Erlebnisse für Auge und Ohr. LaMetta steht für hochwertige und einzigartige Showact's – von akrobatischen Pyramiden über Kraftakrobatik bis hin zu Kunststücken, die der Schwerkraft zu trotzen scheinen.

- 19.00 Uhr / 20.00 Uhr / 21.00 Uhr / 22.00 Uhr

Bitte sichern Sie sich rechtzeitig Ihre Plätze; Speisen und Getränke sind in der Kirche nicht gestattet.

Enrique Plazaola (Ebertstraße)

ln seiner Chillout-Musik liegt die faszinierende Ruhe der weiten Welt. Erleben Sie mit ihm eine musikalische Fantasiereise; Die Augen schließen, den leichten Klängen lauschen und sich auf die Osterinseln entführen lassen.

- 18.00 Uhr – 23.00 Uhr (inkl. Pausen]

Die Marching-Band Hansa Gold aus Hamburg

„Flashing Lights“ – Dancer’s Home (Platz vor der St. Elisabeth-Kirche]

Tanz und Lichtshow – deutsch afrikanische Sounds verschmelzen mit modernen Bewegungen aus Hip Hop und Streetdance. Verschiedene Lichtelemente lassen diese Tanzaufführung besonders erstrahlen! Tauchen Sie für ein paar Minuten ein – in eine Welt voll Voodoo…

- 18.30 Uhr / 19.30 Uhr / 20.30 Uhr

Luftartistin Sophia Hartung (Stadtwald]

An zwei weißen Stoffbahnen in schwindelerregender Höhe zeigt Sophia Hartung eine träumerische Mischung aus Poesie und Perfektion, aus Anmut und Kraft. Eine Darbietung bei der komplizierte Figuren hoch in der Luft spielerisch leicht erscheinen.

- 18.00 Uhr – 23.00 Uhr (inkl. Pausen]

„Scheinriesen“ – Mitmachaktion der Jugendkunstschule (Stadtwald]

Benjamin Wiemann lässt Bilder entstehen, die sich ein Stück weit selbst erschaffen und weiterentwickeln. In Diarahmen eingeklemmte Präparate wie Pflanzenteile reagieren mit natürlichen Substanzen und lassen surreale Färb- und Formwelten entstehen. Machen Sie Ihre eigenen Erfahrungen mit

diesem filigranen Medium!

- 18.00 Uhr – 22.30 Uhr

Kunst im öffentlichen Raum/Lichtkunst- führungen (Stadtgebiet Bergkamen]

Fahren Sie mit! Das Kulturreferat bietet kostenfrei geführte und moderierte Bus-Touren zu den ständigen Bergkamener Lichtkunst¬installationen an.

Informationen: Stadt Bergkamen, Kulturreferat, Telefon; 02307/965-263, Kulturreferat@bergkamen.de

Start:

Sonderbushaltestelle St. Elisabeth-Kirche / Parkstraße Zeiten: 18.15 Uhr /19.00 Uhr /19.45 Uhr / 20.30 Uhr / 21.15 Uhr / 22.00 Uhr / Dauer: jeweils ca. 35 Minuten

---

Bergkamener Hobby-Koch übersteht ZDF-Küchenschlacht mit geräucherter Forelle

Carsten Blum (l.) mit Koch-Star Alexander Hermann.

Seine geräucherte Forelle hat den Bergkamener Hobby-Koch Carsten Blum bei der ZDF-Küchenschlacht in die nächste Runde gerettet. Dazu servierte er eine Petersiliensuppe, die Juror Ali Güngörmüs weniger mundete. Der 46-jährige Bergkamener gestand selbst ein, dass sie ihm diesmal nicht so gelungen sei.

Die Koch-Kandidaten mussten sich am Dienstag mit dem Thema Vorspeisen auseinandersetzen. Am morgigen Mittwoch kommt alles auf den Herd, was in Österreich die Gourmets erfreut.

Wer die Sendung heute Nachmittag verpasst hat, findet sie in der ZDF-Mediathek. Die Rezepte zum Nachkochen gibt es hier: Rezepte 25., Oktober

---

Führung „Mühlenbruch“ und Haus Velmede am kommenden Sonntag

Eine geführte Rundwanderung durch das Wald- und Naturschutzgebiet „Mühlenbruch“ bis zum Gut „Haus Velmede“ und zurück bietet der Bergkamener Gästeführerring am kommenden Sonntag, 30. Oktober, an. Gestartet wird zu der Tour um 10.00 Uhr auf dem Wanderparkplatz „Mühlenbruch“ an der Lünener Straße gegenüber der Einmündung der Straße Goekenheide an der Grenze zwischen den Stadtteilen Weddinghofen und Oberaden, wo sie später auch wieder endet.

Die Führung der Wanderung übernimmt Stadtarchivar Martin Litzinger, der den Teilnehmerinnen und Teilnehmern allerlei Wissenswertes aus der Geschichte des Stadtteils Weddinghofen, des Gutes Velmede, des zugehörigen Privatfriedhofes und der

Familie von Bodelschwingh sowie den früheren adligen Besitzerfamilien erzählen wird.

Für die Teilnahme an der etwa zweieinhalbstündigen Rundwanderung ist pro Person ein Kostenbetrag von drei Euro zu entrichten. Für Kinder bis zu zwölf Jahren ist die Teilnahmekostenfrei. Wer mitwandern möchte, sollte festes Schuhwerk und witterungsangepasste Bekleidung anziehen. Die Führung findet allerdings nur statt, wenn sich bis zu ihrem Beginn mindestens fünf interessierte Personen am Ausgangspunkt einfinden.

Bergkamener am Kochtopf: Carsten Blum bei der ZDF-Küchenschlacht eine Runde weiter

Carsten Blum aus Bergkamen hat bei der ZDF-Küchenschlacht die erste Runde heil überstanden. Er sollte zusammen mit fünf weiteren Kandidatinnen und Kandidaten sein Leibgericht bruzzeln. Obwohl er wusste, dass es der begutachtende Sterne-Koch Nelson Müller nicht so scharf mag, servierte er ihm ein thailändisches Gericht „**Massaman-Curry aus dem Wok mit Gewürzreis“. Seine Risikobereitschaft wurde letztlich belohnt. Am 25. Oktober geht es im ZDF um 14.15 Uhr weiter.**

Carsten Blum (l.) mit Koch-Star Alexander Hermann.

Carsten Blum ist 46 Jahre alt und Polier im Straßenbau. Das ZDF stellt den Hobby-Koch auf der Homepage der Küchenschlacht so vor:

„Carsten Blum aus Bergkamen kennt seine Frau bereits aus dem Sandkasten – schon damals stand fest: „Eines Tages werden wir heiraten!“ Über Umwege sollte dies auch realisiert werden.

Der 46-Jährige hat neben seiner Leidenschaft zum Fußball auch eine Vorliebe für schnelle Autos. Er drehte schon Runden auf dem Nürburgring und dem Bilster Berg – einmal hatte er dabei 610 PS „unterm Hintern“!

Carsten findet die „echte französische Küche“ furchtbar liebt aber die Kombination von Mäusespeck mit Schokolade.“

Die Küchenschlacht vom 24. Oktober kann man sich in der ZDF-Mediathek noch mal ansehen.

Hier nun das Rezept des Massaman-Curry“:

Leibgericht: „Massaman-Curry aus dem Wok mit Gewürzreis“ von Carsten Blum

Zutaten für zwei Personen

Für das Curry:

3	Hähnchenbrustfilets à 160 g
50 g	ungesalzene Erdnüsse
3	Frühlingszwiebeln
1 EL	brauner Zucker
1 EL	Weißweinessig
4 EL	Fischsauce
200 ml	Kokosmilch
2 EL	Erdnussbutter
2 EL	gelbe Currypaste
	Salz, aus der Mühle

Für den Reis:

140 g	Basmatireis
5	Zuckerschoten
1 TL	Kurkuma
1 TL	Erdnussöl
	Salz, aus der Mühle

Für die Garnitur:

2	Bananenblätter

Zubereitung

Für den Gewürzreis Reis in einem Topf mit kochendem Salzwasser circa zwölf Minuten bissfest garen.

Für das Curry das Fleisch waschen, trockentupfen und in grobe Stücke schneiden. Frühlingszwiebeln waschen, putzen und in feine Ringe schneiden. Currypaste im heißen Wok anrösten. Kokosmilch, Fischsauce und Essig angießen und aufkochen lassen. Fleisch hinzufügen und circa zehn Minuten gar ziehen lassen. Frühlingszwiebeln, Erdnussbutter und Zucker unterrühren. Mit Salz abschmecken.

Erdnüsse grob hacken und in einer heißen Pfanne ohne Fett rösten.

Zuckerschoten in feine Streifen schneiden, Erdnussöl in einer Pfanne erhitzen, Zuckerschoten darin andünsten und Reis hinzufügen. Kurkuma unterrühren und mit Salz abschmecken.

Das Massaman-Curry mit Gewürzreis auf einem Bananenblatt anrichten, mit den Erdnüssen garnieren und servieren.

Family-Pool-Party am Samstag im Hallenbad Bergkamen

Zum Schluss der Herbstferien laden die GSW am Samstag, 22. Oktober, von 13:30 bis 17:30 Uhr zur großen Family-Pool-Party im Hallenbad in Bergkamen-Mitte.

Das Zephyrus-Disco-Team verwandelt das Bergkamener Hallenbad im Handumdrehen in eine familienfreundliche Vergnügungsoase. Zwischen einem einladenden Musikprogramm und munteren Mitmach-Aktionen für die jungen Besucher kommt kein Moment der Langeweile auf:

Gigantische Wasserspielgeräte, der etwas andere Luftgitarren-Contest oder die Li-La-Laufmatte gewährleisten das. Die irrwitzigen Wasserbälle zum Hineinklettern sorgen für riesigen Wasserspaß bei der ganzen Familie.

Für diesen besonderen Hallenbadtag gilt der normale Eintrittspreis.

Führung „Zum Sonnenaufgang auf die Halde“ fällt aus

Die vom Gästeführerring Bergkamen für den kommenden Samstag, 22. Oktober, geplante Sonderführung „Zum Sonnenaufgang auf die Halde“ mit Gästeführerin Elke Böinghoff-Richter fällt aus, da die Wetterprognose für das kommende Wochenende sehr ungünstig

ist.
Die Führung soll, wenn es die Witterung dann erlaubt, im kommenden Januar nachgeholt werden. Eine entsprechende Ankündigung erfolgt rechtzeitig einige Tage vorher über die örtliche Presse und die Homepage der Stadt Bergkamen.

Kochaktion im Familienzentrum „Tausendfüßler“ Oberaden

Das Familienzentrum „Tausendfüßler“, Im Sundern 7 in Oberaden, bietet Interessierten eine kulinarische Reise rund um den Globus an. An vier Abenden, dem 27.10., 03.11., 10.11. und 17.11.2016, jeweils ab 18:30 Uhr, werden gemeinsam traditionelle Speisen aus aller Welt zubereitet. Eine Anmeldung ist aus organisatorischen Gründen erforderlich.
Weitere Informationen sind unter der Rufnummer 02306-80141 erhältlich.

Auf den Spuren der Steine – ein Tag in der Steinzeit in der Ökologiestation

„Auf den Spuren der Steine – ein Tag in der Steinzeit“ lautet das Motto eines Workshops am 5. November auf der Ökologiestation in Heil.

Stein, Holz, Knochen und Pflanzenfasern bilden die Grundlagen steinzeitlicher Werkzeugherstellung. Für Menschen des 21.

Jahrhunderts ist es kaum vorstellbar, dass Menschen mit den Händen, die sich seit tausenden von Jahren nicht entscheidend verändert haben, solche praktischen, ergonomisch sinnvolle und kunstvolle Artefakte hergestellt haben.

Herauszufinden, ob wir dazu immer noch in der Lage sind, ist das Ziel dieses Steinzeitworkshops.

Feuersteine an der richtigen Stelle mit der notwendigen Kraft zu treffen, um brauchbare Abschläge zu erhalten und daraus zusammengesetzte Werkzeuge zu fertigen ist dabei nur die Vorbereitung für den Bau von Lanzen und der Zubereitung einer steinzeitlichen Mahlzeit. Dazu gehört die Entfachung eines Feuers, dessen Unterhalt und der Bau einer Kochgrube.

Das Essen wird eingeleitet durch Gesang und Tanz.

Der Workshop ist auch für Familien geeignet und findet am Samstag, 5. November 2016; 10.00 – 16.00 Uhr auf dem Gelände der Ökologiestation statt. Geleitet wird der Steinzeitworkshop von dem Museumspädagogen Olaf Fabian-Knöppges. Die Kosten betragen für Einzelpersonen 45 Euro ein Familienteam von zwei Familienmitgliedern bezahlt 80 Euro.

Maximal können 20 Personen an dem Steinzeitworkshop teilnehmen.

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

Anmeldungen ab sofort bei Dorothee Weber-Köhling (02389-980913) oder umweltzentrum_westfalen@t-online.de.

Jumbo-Laufzeit in der Eissporthalle während der Herbstferien

Eissporthalle Weddinghofen

Die GSW bieten in ihrer Eissporthalle am Häupenweg in den Herbstferien ab 11 Uhr bis 17.30 Uhr Jumbolaufzeiten an, und zwar von montags bis freitags, also vom 10. bis 14. und vom 17. bis 21. Oktober. Die Zeiten am Wochenende verändern sich nicht.

Alle weiteren Angebote bleiben bestehen:

- **Montag:**
  19:30 – 22:00 Uhr (Oldie-Time – kein Schlittschuhverleih)
  Eisstockschießen auf Anfrage
- **Donnerstag:**
  14:00 – 16:00 Uhr (Kinder- und Familienlaufzeit)
- **Freitag:**
  19:00 – 22:00 Uhr (Freitagsdisco)
- **Samstag:**
  14:00 – 17:30 Uhr
  Eisstockschießen ab 18:00 Uhr auf Anfrage
- **Sonntag:**10:00 – 13:00 Uhr (Familienlaufzeit)
  14:00 – 17:30 Uhr (Disco-Laufzeit)