

Workshop Mobile Seilspielgeräte auf der Ökologiestation – klettern, schaukeln, balancieren

Am Sonntag, 3. September, bieten das Umweltzentrum Westfalen und die Naturförderungsgesellschaft Kreis Unna für Erwachsene einen Workshop zum Thema „Mobile Seilspielgeräte“ an. In der Zeit von 10.00 bis 14.00 Uhr wird gezeigt und ausprobiert, wie mit Hilfe einfach zu erlernender Knoten Hängebrücken, Baumschaukeln und Astleitern zwischen zwei Bäumen gespannt werden. Aufgrund des geringen Zeit- und Materialaufwandes eignen sich mobile Seilspielgeräte als originelles Spiel- und Bewegungsangebot bei Ausflügen in die Natur, auf dem Schulhof oder im eigenen Garten.

Mobile Seilspielgeräte sind eine spannende Alternative zu herkömmlichen Spiel- und Bewegungserfahrungen für Kinder und Jugendliche. Auf horizontaler und vertikaler Ebene laden sie zum Schwingen, Klettern und Balancieren ein. Motorik, Konzentration und Ausdauer werden auf spielerischem Weg gefördert.

Durchgeführt wird dieser Workshop von der Naturerlebnis-Pädagogin Heike Barth. Die Kosten betragen 50 Euro / Person.

Hinweis: Dieser Kurs ist kein Kletterkurs. Alle Spielgeräte werden bodennah konstruiert, so dass der Einsatz von Helmen und Sicherheitsgurten nicht erforderlich ist. Maximal können 10 Personen an dem Workshop teilnehmen.

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

Anmeldungen ab sofort beim Umweltzentrum Westfalen

(02389-98090) oder dorothee.weber-keohling@uwz-westfalen .de.

„Kino-Open-Air“ am 5. August auf der Overberger Schützen- und Bogenschießanlage



Schon traditionell findet das Kino Open-Air auch in diesem Jahr auf der Schützen- und Bogenschießanlage in Overberge statt. Am 5. August heißt es dann wieder „Popcorn-Rascheln und Nacho-Knistern“. Präsentiert wird die deutsche Kinokomödie „Es

ist nur eine Phase, Hase“ – ein Film von Florian Gallenberger mit Christoph Maria Herbst und Christiane Paul.

Die Handlung:

Eigentlich waren Paul und Emilia immer ein Vorzeige-Paar: Er schreibt Bücher über die „Generation Golf“, sie synchronisiert Telenovelas. Zur Familie gehören außerdem die drei Kinder Bo, Marie und Fe.

Popcorn, Nachos, Speisen & Getränke

KINO

Open Air

5. AUGUST 2023

Schützen- und Bogenschießanlage Overberge, Hansastrasse 82

18.00 Uhr: Musikalisches Vorprogramm
22.00 Uhr: Filmstart

Es ist nur eine Phase, Hase

Eine Komödie von Florian Gallenberger mit Christoph Maria Herbst, Christiane Paul und Jürgen Vogel.

EINTRITT FREI!

...natürlich BERGKAMEN

Sparkasse Bergkamen-Öden
Gründlicher Partner GSW
B&G
Stadt Bergkamen - Zentrale Dienste - Stadtrabatt und Touristik - Telefon: 0 20 07-960 234 - E-Mail: stadtmarketing@bergkamen.de - Homepage: www.bergkamen.de

Aber dann kommt da diese Phase, die manche als Midlife-Krise und andere als Alterspubertät bezeichnen würden: Ende 40 beginnen sie das eigene Alter zu spüren, wenn alles nachlässt: Haare, Sehkraft und Sexleben. Seitensprünge und Beziehungspausen zeigen die fehlende Harmonie auf und Testosteron-Tablette und Antidepressiva können das Glück auch nicht einfach so wiederherstellen.

Aus den Rissen in der Beziehung werden Brüche. Auf der 50. Geburtstagsfeier einer Freundin kommt es endgültig zur

Eskalation. Doch ist die Scheidung wirklich nicht mehr abzuwenden?

Vorprogramm:

Bereits ab 18:00 Uhr sind alle Besucherinnen und Besucher zu einem kleinen Vorprogramm mit einem mobilen Akustiktrio eingeladen, Filmbeginn ist bei Einbruch der Dämmerung um ca. 22.00 Uhr. Ein kleines Speisen- und Getränkeangebot rundet die Veranstaltung ab.

Der Eintritt ist wie immer kostenlos.

Das Stadtmarketing empfiehlt, Decken und/oder Sitzkissen für die späten Abendstunden mitzubringen.

Jubiläumswochen: Bergkamen feiert 10 Jahre Römer-Lippe- Route



Von April bis Oktober feiern wir 10 Jahre Römer-Lippe-Route mit unseren Jubiläumswochen. Jede Anrainerkommune wird Schirmherr einer eigenen Woche, in der die Radreisenden erfahren, was die Römer-Lippe-Route für die jeweiligen Orte bedeutet. Es wird Einblicke in die Städte und Gemeinden entlang der Strecke geben und es können die Entwicklungen der Route erlebt werden. Dabei wird stets das Römer-Lippe-Routen-Rad als Staffelstab von der einen zur nächsten Anrainerkommune weitergegeben.

Quelle: <https://www.roemerlipperoute.de/10-jahre/jubilaeumswochen/>

Das Römer-Lippe-Routen-Rad wurde heute von Dr. Christian Klicki (Beigeordneter Stadt Lünen) an Jens Toschläger (Baudezernent Stadt Bergkamen) feierlich im Römerpark vor der Holz-Erde-Mauer übergeben.

Lust auf ENTDECKEN und ERLEBEN!

Das ist der Leitspruch der Stadt Bergkamen. Die Stadt lässt sich super mit dem Rad erkunden. Viele Routen verlaufen durch das gesamte Stadtgebiet.

Wer jedoch mehr über die historische Römer-Geschichte der

Stadt **ENTDECKEN** möchte, ist auf der Römer-Lippe-Route genau richtig.

Die Römer-Lippe-Route bietet „Römerkultur und Wassererlebnis“ von Detmold bis nach Xanten auf einer Gesamtstrecke von über 400 km. In Bergkamen geht es im Zuge der Tour ins Westfälische Sportbootzentrum, NRWs größter Marina und in den Römerpark mit der beeindruckenden Holz-Erde-Mauer. Eine weitere Besonderheit in Bergkamen, wer etwas Zeit hat, kann kurzzeitig die Hauptroute verlassen und erkundet das Naturschutzgebiet Beversee, die Ökologiestation oder nimmt sich Zeit für ein Bad im Naturfreibad Heil.

Auf der Nebenroute gibt es weitere Highlights zu **ERLEBEN** aber auch Ruhesuchende sind hier richtig.

Bergkamen freut sich alle Radreisenden, die in der nächsten Woche auf der Römer-Lippe-Route unterwegs sind, auf der Veranstaltung **Weingenuss am Wasser** (14. bis 16.07.) in der Marina Rünthe begrüßen zu dürfen.

Terminübersicht der Jubiläumswochen der Region:

29.06. – 06.07.2023 Lünen	
07.07. – 13.07.2023 Bergkamen	
14.07. – 20.07.2023 Werne	

10 Jahre „Weingenuss am Wasser“ vom 14. – 16. Juli 2023 im Westfälischen Sportbootzentrum Marina

Rünthe



Die Veranstaltung „Weingenuss am Wasser“ feiert in diesem Jahr einen runden Geburtstag – zum zehnten Mal findet diese äußerst beliebte Veranstaltung nun schon in der Marina Rünthe statt. Der Termin hat sich nie verändert, immer am zweiten Wochenende im Monat Juli steht der Hafenplatz ganz im Zeichen des Weines. Auch in diesem Jahr werden wieder edle Tropfen aus verschiedenen nationalen und internationalen Weinanbaugebieten im maritimen Ambiente und unter Schatten spendenden Sonnensegeln präsentiert – erstmals können auch armenische Weine

verkostet werden.



Im Jahre 2012 fing alles an, damals gerade mal mit drei Standbetreibern. Ein Jahr später konnten die Besucher/innen schon zwischen fünf Angeboten wählen. Die Veranstaltung wurde schnell zum Erfolg: Das „Rezept“ war und ist eine gute Speisen- und Getränkeauswahl gepaart mit einer bunten musikalischen Begleitung und einem reichhaltigen Rahmenprogramm in einer äußerst netten Veranstaltungsstätte – für viele Besucher/innen bedeutet das drei Tage lang Urlaubsstimmung. In den Folgejahren haben sich die Verkostungsmöglichkeiten nochmal deutlich erhöht, jedoch haben die Veranstalter des Stadtmarketings schnell gemerkt, dass der „Weingenuss am Wasser“ eher klein und gemütlich bleiben soll. Denn das, so haben neben den Händlern eben auch zahlreiche Besucher/innen bestätigt, ist genau so gewollt.

In den Folgejahren wurde die Qualität dieser Veranstaltung nochmals deutlich aufgewertet, großzügig bemessene Traversenaufbauten mit Sonnensegeln spenden reichlich Schatten und dekoriert wird mit viel Liebe zum Detail.

In jedem Jahr durften sich die Besucher/innen über ein unterschiedliches Rahmenprogramm freuen, so war zum Beispiel der „Gott des Weines“ (Dionisus Bacchus) auf Stelzen zu Gast, Profi-Karikaturist „Mirror-Man“ zeichnete gratis verschiedene Selbstportraits und die Gladiatorenschule von „Amor mortis“

kämpfte auf einer eigens aufgeschütteten Sandfläche um Römerwein. Im Jahre 2016 und 2017 musste die Veranstaltung wegen diverser Strandbaraufbauten vor dem ehemaligen Gate to Asia auf den Platz zwischen Hafencafé und seinerzeit noch „Neumanns Nauticus“ (heute Pier 47) umziehen. 2018 hat es erstmals eine kleine Bühne mit italienischer Live-Musik gegeben.

Zum kommenden Weinfest wird es wieder ein vielseitiges Weinangebot mit passenden Speisen geben, z. B. Flammkuchen, Schaschlik-Spieße im Teigmantel, diverse Käsespezialitäten und vegetarisches Streetfood. Darüber hinaus lädt das Weingut Pallhuber – erstmals Gast auf dem Weinfest – zur Verköstigung diverser Weinspezialitäten auf dem Platz am Pier 47 ein. Wer hier verköstigt und bestellt ist zur Gratis-Bootsfahrt eingeladen.

Das Bergkamener Stadtmarketing hat auch in diesem Jahr wieder für ein abwechslungsreiches musikalisches Rahmenprogramm gesorgt – an allen drei Tagen dürfen sich die Besucher/innen auf ein unterschiedliches Unterhaltungsprogramm freuen. Am Freitag kommt die Band „Rumbacoustic“, eine feurige Fusion aus spanischer und lateinamerikanischer Musik. Am Samstag spielt die gesangstarke „SoS Mobilband“ und am Sonntag „Flori`s Lemon Bar“ – hier dürfte für jeden Geschmack das Passende dabei sein.

Am Samstag und am Sonntag dürfen sich die Besucher/innen außerdem noch auf ein paar Überraschungen freuen, welche an dieser Stelle natürlich noch nicht verraten werden.

Darüber hinaus wird zum diesjährigen Jubiläum „Close Up Zauberer Chris Hill“ für magische Momente auf der Veranstaltungsfläche sorgen. Der Profimagier ist ein laufender, zaubernder Spaßmacher, der die Besucher/innen im Sitzen wie im Stehen mit verblüffenden Kunststücken bei bester Laune unterhalten wird. Er ist ein Eisbrecher „per Exzellente“ – immer wird irgendwo gelacht und vor allen Dingen gestaunt.

Und auch der Bogen für das das beliebte Wein-Quiz ist bereits mit neuen Fragen ausgestattet. Auf insgesamt drei Gewinner/innen warten im Anschluss an die Veranstaltung wieder nette (Wein-)Präsente.

Wein und Kunst – das harmoniert! Parallel zum Weinfest präsentiert die Künstlerin Marita Westermann im benachbarten Trauzimmer eine facettenreiche Bilderausstellung – hierzu sind alle Interessierten bei einem Glas Sekt und Live-Musik herzlich eingeladen. Die Ausstellung ist am Samstag in der Zeit von 15 – 19 Uhr und am Sonntag von 12 – 18 Uhr geöffnet. Der Eintritt ist frei – nähere Infos dazu erfolgen in Kürze von der Künstlerin selbst.

EXTRASCHICHT: DIE VKU IST DABEI



Foto. Jacoby

Am kommenden Samstag ist wieder die ExtraSchicht, das KulturFestival für die ganze Metropole Ruhr. An 50 Spielorte in bis zu 24 Städten, bespielen rund 2000 Künstlerinnen und Künstler ehemalige Industrieanlagen, Museen und Landmarken. Auf diese Weise füllen sie das Prinzip der Industriekultur mit Leben.

Zur ExtraSchicht wurde ein eigenes Mobilitätskonzept entwickelt. Die Gäste haben mit ihrem ExtraSchicht-Ticket nicht nur Eintritt zu allen Spielorten. Sie können auch zwischen den Standorten und Städten in den öffentlichen Verkehrsmitteln sowie in den Shuttlebussen kostenlos fahren. 12 ExtraSchicht-Buslinien im 15-Minuten-Takt und weitere 7 ExtraSchicht-Buslinien im 30-Minuten-Takt verbinden die Spielorte zwischen Hamm, dem Ruhrgebiet und dem Niederrhein.

Die VKU wird für den Veranstalter auf der Linie ES29 zwischen Dortmund, Hbf, dem Dortmunder U, der Lindenbrauerei Unna (Sonderhaltestelle am Pylon) und dem Bahnhof Unna im 30-

Minuten-Takt unterwegs sein. Die ersten Busse starten um 17:10 Uhr am Bahnhof Unna und um 17:15 Uhr am Dortmunder Hauptbahnhof. Die letzten Fahrten in Unna starten für besonders ausdauernde ExtraSchicht-Besucher Sonntagfrüh um 2:10 Uhr und um 2:15 Uhr in Dortmund.

Tickets für die Extraschicht (Nutzung des Nahverkehrs inklusive) gibts beim VKU Service in Kamen (Kirchstraße) oder Lünen (am ZOB). Das Einzelticket kostet 20 EUR, ermäßigt 16 EUR.

Mehr Infos sowie den Fahrplan zur Extraschicht gibt es unter: vku-online.de/fahrgast/aktuelles/extraschicht-2022-wir-sind-dabei

Entdeckerpass 2023 des Kreises Unna, Familientouren zu Fuß oder per Rad für die Ferien



Foto: Kreis Unna

Zehn Rad- und Wandertouren für Familien gibt es mit dem neuen Familien-Entdeckerpass 2023 zu erkunden. Bis Ende Oktober können große und kleine Entdecker auf den Touren Stempel sammeln und Preise gewinnen.

Die Touren sind speziell auf Familien ausgerichtet. Besonders spannend: Die Sehenswürdigkeiten laden Kinder auf vielfältige Art und Weise zum Mitmachen ein. Die Wandertouren sind in der Regel 10 Kilometer lang, die Radtouren 20 Kilometer. Einige sind teilbar, andere wiederum lassen sich durch einen Abstecher ergänzen und sind so perfekt für einen Familienausflug während der Sommerferien. In jeder Stadt bzw. Gemeinde im Kreis Unna gibt es eine Tour.

Touren sammeln und gewinnen

Wer eine Tour absolviert hat, kann sich diese im Pass stempeln lassen. Schon mit nur einem Stempel winken – bei Einsendung bis 31. Oktober – tolle Belohnungen. Pässe mit wenigstens drei Stempeln nehmen außerdem an einer Verlosung teil. In Aussicht stehen eine LWL-Familien-Museumskarte, Gutscheine für das Internationale Zentrum für Lichtkunst und für weitere Einrichtungen im Kreis Unna. Aktiv sein macht also nicht nur Spaß – es lohnt sich auch.

Sämtliche Touren und Karten inklusive der Stempelstellen finden sich auf www.kreis-unna.de/entdecker-pass. PK | PKU

Gästeführung am Freitagabend: Sonnenuntergang auf der Halde

Großes Holz bewundern



Sonnenuntergang auf der Halde Großes Holz. Foto: Frank Heldt

Es gibt in ganz Bergkamen – und der Region – wohl keinen schöneren Ort, um den sommerlichen Sonnenuntergang zu sehen. Genießt dieses Ereignis an einem der längsten Tage des Jahres – und bekommt dazu noch viele Infos rund um die Entstehung der Halde.

- Termin: Freitag, 23. Juni 2023
- Beginn: 20:30 Uhr
- Dauer: ca. 2 Stunden
- Treffpunkt: Haldenparkplatz, Erich-Ollenhauer-Straße, Binsenheide, Weddinghofen
- Kosten: € 3,00 (Kinder bis 12 Jahre frei)
- Mindestteilnehmerzahl: 5
- Leitung: Elke Böinghoff-Richter

Erfolgreiche Schatzsucher beim 21. Hafenfest wurden prämiiert



Die Gewinner der Schatzsuche beim 21. Hafenfest in der Marina Rünthe stehen jetzt fest. Mehrere hundert Kinder haben sich am ersten Juni-Wochenende begeistert auf die Suche nach dem Schatz der Marina gemacht. Zu gewinnen gab es drei Haupt- und sieben Trostpreise.

Am gestrigen Donnerstag konnten die glücklichen Gewinner der Hauptpreise ihre „Beute“ im Bergkamener Rathaus entgegennehmen:

- 1. Platz:

Maya Bohnenschäfer (Hamm) darf mit zehn Freunden eine Geburtstagsparty im Monkey Island feiern

- 2. Platz:
Emilia Weßelbaum (Bergkamen) kann mit der ganzen Familie einen Tag im Movie Park verbringen
- 3. Platz:
Julian Wood (Unna) hat eine Familien-Tageskarte für die Zoom-Erlebniswelt gewonnen

Die Kinder auf den Plätzen 4 – 10 dürfen sich über das Hafenfest-Maskottchen „Ottmar“ als Plüschi-figur freuen.

Im Bild zu sehen sind Maya B. und Julian W. – Emilia W. war leider verhindert und holt sich ihren Preis in der kommenden Woche ab.

Allen Gewinnern einen herzlichen Glückwunsch!

Zwei Gästeführungen am Wochenende: Verborgenes am Nordberg entdecken und Radtour durch Bergkamen-Nord

Der Nordberg hat sich in den letzten 100 Jahren ständig verändert. Entstand hier zunächst in der Nachbarschaft zur Zeche Grimberg 1/2 die erste Zechenkolonie, siedelten sich dann auch bald erste Geschäfte und Gaststätten an. Diese Tour führt entlang des Umweltkontors, Chemiewerk Bayer, Beversee, Bahnhof Bergkamen und über die Alm.

- Termin: Samstag, 17. Juni 2023
- Beginn: 14:00 Uhr
- Dauer: ca. 2 Stunden

- Treffpunkt: Stadtbrunnen vor Kaufhaus Schnüchel, Herbert-Wehner-Platz, Mitte
- Kosten: € 3,00 (Kinder bis 12 Jahre frei)
- Mindestteilnehmerzahl: 5
- Leitung: Michaela Strunk

Fahrrad Rundfahrt Bergkamen-Mitte Nordtour: Zeche Grimberg 1/2

Im Rahmen der Rundfahrt wird nicht nur der Entwicklung der früheren Zeche Grimberg 1/2 (später Monopol) und der früheren Chemischen Werke (später Schering AG, heute Bayer AG) bis zum heutigen Tage nachgespürt, auch der Beversee, das frühere „Große Holz“, der Marina-Sportboothafen im Stadtteil Rünthe, der alte Bergkamener Bahnhof sowie einige weitere interessante Anlaufpunkte werden angesteuert und von Gerd Koepe anschaulich mit Daten, Fakten und „Dönekes“ vorgestellt.

- Termin: Sonntag, 18. Juni 2023
- Beginn: 10:00 Uhr
- Dauer: ca. 2 Stunden
- Treffpunkt: Haupteingang Rathaus, Rathausplatz 1, Mitte
- Kosten: € 3,00 (Kinder bis 12 Jahre frei)
- Mindestteilnehmerzahl: 5
- Leitung: Gerd Koepe

Für alle Führungen gilt, wer mitwandern möchte, sollte witterungsangepasste Bekleidung tragen.

Noch Plätze frei auf

Kinderfreizeit an der Nordsee: Mit Freunden ans Meer

Sommerferien und dazu Sonne, Strand und Freunde: Die Diakonie Ruhr-Hellweg bietet in den Ferien eine Kinderfreizeit nach St. Peter-Ording an – und es sind noch Plätze frei.

Strandburgen bauen, als Pirat die See unsicher machen und nach Herzenslust im Sand toben: St. Peter-Ording ist für Kinder das reinste Urlaubsparadies. Auf dem zwölf Kilometer langen, feinen Sandstrand, in den Dünen und im Kiefernwald werden Freundschaften fürs Leben geschlossen.

Die Kinder wohnen im Haus „Nansen“ im Evangelischen Jugenderholungsdorf St. Peter-Ording. Der Badestrand liegt etwa 30 Gehminuten vom Jugenddorf entfernt. Volleyball-Tennis-, Bolz-, Spiel- und Sportplätze sind direkt am Haus. Ein Meerwasserhallenbad kann bei Regenwetter besucht werden.

Im Jugenddorf werden eine Reihe von Aktivitäten angeboten, so z. B. Mottopartys, Discos, Filmvorführungen, Klettern, sportliche Wettkämpfe und Spiele. Darüber hinaus hat das Betreuerteam ein tolles Freizeitprogramm vorbereitet und organisiert Ausflüge.

Die Fahrt findet vom 16. bis zum 28. Juli statt. Mitfahren können Kinder von acht bis 13 Jahre. Der Preis für Kurzentschlossene beträgt 550 Euro. Der Reisedienst der Diakonie weist darauf hin, dass die Freizeit bezuschusst werden kann. Dabei unterstützt das Team des Reisedienstes.

Am 25. Juni findet ein Vortreffen für Kinder und Eltern auf dem Caldenhof in Hamm statt. Hier lernen sich bei Kaffee, Limo und Keksen alle kennen, die schon angemeldet sind oder sich für die Fahrt interessieren. Anmeldung ist erforderlich.

Weitere Infos und Anmeldung bei Sandy Sohlich: ssohlich@diakonie-ruhr-hellweg.de oder kostenlos unter der Telefonnummer 0800 5890257.

YOGA auf der Ökologiestation für „Eingerostete“ und solche, die es NICHT werden wollen

Am Sonntag, den 11.06., von 11:00 bis 15:00 Uhr können Teilnehmende viele Aspekte des klassischen- authentischen Yoga kennenlernen und erleben, die normalerweise in der „Muckibude“ so nicht vermittelt werden. Alle Übungen und Techniken sind von Anfängern wie Fortgeschrittenen und auch körperlich leicht eingeschränkten Personen durchführbar. Kursleiter Lucas Wilkmann ist zertifiziert in drei Yoga-Verbänden, spiritueller Wegbegleiter für Menschen auf dem Meditationsweg, authentisch ernannter Zenlehrer mit abgeschlossenem Koan-Studium und besitzt, durch die Heilpraktiker-Praxis-Erfahrung in eigener Praxis von über 33 Jahren, auf dem Gebiet der Knochen und Gelenke (Chiropraktik, Osteopathie und Ortho-Bionomy), eine fundierte Anatomie-Basis für die Körperübungen des Yoga. Zusätzlich ist er Autor, Produzent von verschiedenen CDs und DVDs zu den Themen „Yoga, Qi Gong, Zen und Taiji“ sowie Fachreferent in diversen Fortbildungen im Ausland.

Das Besondere: Hier geht Yoga in die Tiefe. Erleben Sie vier Stunden lang die Übungen. Sie können gezielte Wünsche übermitteln, Übungen wiederholen und haben eine individuelle Beratung durch Lucas Wilkmann.

Gerne können Sie sich noch anmelden beim Umweltzentrum Westfalen, Sandrine Seth, 02389 9809 11, sandrine.seth@uwz-westfalen.de