Didgeridoo spielen nach den Herbstferien auf der Ökologiestation

An fünf Freitagen im November und Dezember 2020 bietet das Umweltzentrum Westfalen auf der Ökologiestation ein Praxis-Workshop „Didgeridoo spielen“ an; eines der ältesten Blasinstrumente der Menschheit. Unter fachkundiger Anleitung wird den Teilnehmern die Technik des Didgeridoo spielens näher gebracht.

Der Atem wird beim Didgeridoospiel zum hörbaren Rhythmus und ermöglicht vielfältige Klangmöglichkeiten; darüber hinaus machen die Übungen auch noch Spaß und wirken sich positiv auf den Organismus aus. Damit die Teilnehmer die verschiedenen Übungen auch im Alltag fortführen können, erfahren sie, wie ein Übungsinstrument zu Hause selber anfertigen können.

Dieser Praxis-Workshop findet an den Freitagen 6./13./20./27. November und 4. Dezember jeweils 18.30 – 20.00 Uhr statt.

Die Kosten für diese 5 Termine betragen 50 Euro je Teilnehmer. Maximal können 15 Personen an dem Kurs teilnehmen. Leiter des Workshops ist Volker Hardebusch. Veranstaltungsort ist die Ökologiestation Bergkamen-Heil. Veranstalter sind das Umweltzentrum Westfalen und Naturförderungsgesellschaft Kreis Unna e. V.

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

Aktion für Kinder in den Herbstferien in der Ökologiestation: „Waldindianer unterwegs“

In der zweiten Herbstferienwoche vom 19. – 23. Oktober 2020 bietet das Umweltzentrum Westfalen eine Ferienaktion für Kinder ab 7 Jahre an.

In dieser Woche tauchen die Kinder ein in die Zeit der Bisonherden, Rauchzeichen und Friedenspfeifen. Im Wald bauen sie ihr eigenes Indianerlager, schnitzen Pfeil und Bogen, gehen auf Erkundungstouren und stellen ihren eigenen Indianerschmuck her. Am selbst entfachten Lagerfeuer probieren die Kinder ihre selbst gebauten Trommeln aus.

Mitzubringen sind: Schnitzmesser (falls vorhanden), waldtaugliche, warme und regenfeste Kleidung; festes Schuhwerk; Trinkflasche und ggf. Sonnenschutz.

Diese Ferienwoche geht von Mo – Fr jeweils von 10.00 – 15.00 Uhr.

Durchgeführt wird die Herbstferienaktion von der Naturerlebnis-Pädagogin Heike Barth und der Wildnispädagogin Sandra Bille.

Maximal können 18 Kinder an dieser Ferienaktion teilnehmen.

Die Kosten für diese Woche betragen 105 Euro (Geschwisterkind: 80 Euro).

Anmeldungen noch bis Dienstag, 6. Oktober bei Dorothee Weber-Köhling (02389-980913) oder umweltzentrum_westfalen@t-online.de

Echt wanderbar! – Tourenvorschläge im Kreis Unna



Foto: Birgitt Kalle / Kreis Unna

Herbstzeit ist Wanderzeit. Und sie eröffnet mitunter ganz neue Ausblicke – zum Beispiel im Ruhrtal oder an der Lippe, wenn Nebelschwaden die Landschaft früh morgens in eine verwunschene Märchenwelt verwandeln.

Dazu raschelt das Laub nicht nur unter den Füßen, sondern malt an den Bäumen auch eine farbenfrohe Kulisse. Die Temperaturen sind so angenehm, dass Sonnenstrahlen eine Rast im Grünen möglich machen. Wer noch Tipps für die perfekte Wanderung benötigt, ist beim Kreis Unna an der richtigen Adresse: Auf der Internetseite www.kreis-unna.de (Suchbegriff: Wandertouren) finden sich 16 Tourenvorschläge von 4 bis 18

Kilometer. Echt wanderbar!

Echte Insider-Tipps
Alle Routen liegen entweder direkt vor der Haustür oder können bequem mit Bus oder Bahn erreicht werden. Die Beschreibungen der Tourenvorschläge sind zum Teil echte Insider-Tipps. Entstanden sind sie unter anderem aus Wettbewerbsbeiträgen von Bürgern, andere Strecken haben Studenten erarbeitet.

Von Fröndenberg bis Selm – die malerischen Landschaften zwischen Münsterland, Hellweg
und Sauerland bieten abwechslungsreiche Eindrücke ganz nah. Broschüren erhältlich bei der Stabsstelle Planung und Mobilität unter Tel. 0 23 03 / 27-19 61 oder per E-Mail an tourismus@kreis-unna.de. PK | PKU

Unsere heimischen Wildkräuter: Vortrag in der Ökologiestation

Wilde Pflanzen am Wegesrand hat schon jeder gesehen. Doch wie heißen sie, wie erkennt man sie und was kann man mit ihnen anfangen? Welche Inhaltsstoffe haben sie und wie lassen sich die Giftpflanzen unterscheiden? All diese Fragen thematisiert Claudia Backenecker am Mittwoch den 7. Oktober in ihrem Vortrag in der Ökologiestation in Bergkamen Heil, und erzählt die Geschichte der Wildkräuter von unseren Ahnen bis heute.

Abgerundet wird dieser virtuelle, etwa zweistündige Spaziergang durch die Kräuterwelt, der um 19.00 beginnt, mit Tipps zum Sammeln, Lagern und Verarbeiten sowie leckeren Rezepten. Die Kosten betragen 5,00 Euro je Teilnehmer.

Eine Anmeldung ist unter 02389-98 09 11 (auch Anrufbeantworter) beim Umweltzentrum Westfalen wegen coronabedingter begrenzter Teilnehmerzahl unbedingt notwendig. Bitte eine Mund-Nasen-Bedeckungen für den Weg zum Sitzplatz mitbringen.

Zwei Führungen des Gästeführerrings am kommenden Wochenende

Der Gästeführerring Bergkamen plant für das kommende Wochenende unter den Vorgaben der aktuell geltenden Corona-Verordnung zwei fußläufige Führungen unter der Leitung der Gästeführer Dieter Tatenhorst und Klaus Lukat

Samstag, 3. Oktober 2020, 14.00 Uhr

Führung „100 Jahre Friedhof Oberaden“

Start: Pavillon auf dem evgl. Friedhof, Mühlenstraße, Bergkamen-Oberaden

Wegen des unerwarteten und außerordentlichen großen Interesses an der Friedhofsführung vor knapp zwei Wochen im Stadtteil Oberaden, die rasch ausgebucht war, folgt Gästeführer Dieter Tatenhorst jetzt am kommenden Samstag einer inzwischen mehrfach an ihn herangetrageenen Bitte und wiederholt diese Führung anlässlich des Jubiläums „100 Jahre Friedhof Oberaden“ am kommenden Samstag.

Alte Friedhöf sind in aller Regel immer auch Orte von besonderer kulturhistorischer Bedeutung, an denen sich oft in überraschender Weise und Vielfalt die Facetten örtlicher

Geschichte widerspiegeln. Das gilt, wie DieterTatenhorst im Rahmen der Führung deutlich machen wird, auch für den 1920 angelegten Friedhof der früheren Gemeinde Oberaden.

Zwei mögliche weitere Wiederholungstermine für diese Führung wurden übrigens wegen des großen Interesses ebenfalls bereits festgelegt (31. Oktober und 14. November)

Sonntag, 4. Oktober 2020, 14.30 Uhr

Römerberg-Führung in Bergkamen-Oberaden

Start: Museumsplatz/Jahnstraße vor dem Stadtmuseum, B.-Oberaden

Gästeführer Klaus Lukat lädt am kommenden Sonntag zu einer herbstlichen Wanderung über den Römerberg im Stadtteil Oberaden ein, um dabei den Spuren der „alten Römer“ zu folgen.

Der Startpunkt zu dieser gut zweieinhalbstündigen Erkundungs- und Besichtigungstour ist vor dem Eingang zum Stadtmuseum. Von dort aus geht es dann auf eine Rundwanderung über das Gelände des früheren römischen Legionslagers auf dem „Römerberg“.

Während des Rundgangs werden mehrere markante Punkte des früheren Lagers angesteuert und an Ort und Stelle direkt in Augenschein genommen, darunter auch die Rekonstruktion der früheren Holz-Erde-Mauer des Lagers nahe der katholischen St. Barbara-Kirche. Außerdem ist viel zu erfahren über die Lebensbedingungen der römischen Soldaten und der früheren einheimischen germanischen Bevölkerung in dieser Region.

Mit Blick auf die Corona-Verordnung gelten für die Führung folgende Grundsätze: Eine vorherige namentliche Anmeldung unter Angabe der Wohnadresse ist zwingend erforderlich (Rathaus, Tel. 02307-965 233 M. Litzinger oder per Mail an m.litzinger@bergkamen.de).

Es werden Teilnehmerlisten nach Reihenfolge der Anmeldungen geführt, eine spontane

oder unangemeldete Teilnahme ist also nicht möglich. Die maximale Teilnehmerzahl bei den Führungen liegt bei zehn Personen (einschl. Gästeführer). Alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer sind verpflichtet, die bekannten Verhaltensmaßregeln und Hygieneregeln einzuhalten, um etwaige Corona-Infektionen zu verhindern.

Für die Teilnahme an den beiden Führungen ist wie immer pro Person zu Beginn der Führung ein Kostenbeitrag von drei Euro zu entrichten, für Kinder bis zu zwölf Jahren ist die Teilnahme kostenfrei.

Anmeldeschluss zu beiden Führungen ist am kommenden Freitag, d. 2. Oktober, mittags um zwölf Uhr.

Beim Bauern in der Lippeaue – Hofbesuch in Bergkamen-Heil

Auch im dichtbesiedelten Ruhrgebiet gibt es Bauernhöfe. Wie seit Jahrhunderten wird zum Beispiel das Grünland an der Lippe zwischen Lünen und Hamm für die Milchviehhaltung genutzt. Die Bedingungen haben sich allerdings erheblich verändert.

Am Donnerstag, 8. Oktober, ab 16.30 Uhr zeigt der Bauer bei einem etwa einstündigen Rundgang über seinen Hof in den Lippeauen in Bergkamen-Heil die Rinder- und Schweinehaltung auf Weiden und in Ställen. Er berichtet aus der Geschichte und über die Herausforderungen unserer Zeit für die bäuerliche Landwirtschaft. Die Exkursion ist auch für Kinder sehr interessant! Sie können hier erfahren, dass Lebensmittel nicht einfach aus dem Supermarktregal kommen, sondern wie und wo sie

produziert werden.

Eine verbindliche Anmeldung ist bis zum 2. Oktober unter 0 23 89-98 09 11 (auch Anrufbeantworter) wegen coronabedingter begrenzter Teilnehmerzahl unbedingt notwendig. Bitte eine Mund-Nasen Bedeckung mitbringen.

Praxis-Workshop für Erwachsene auf der Ökologiestation: Shinrin Yoku – Waldbaden (2)

In Japan ist das „Shinrin Yoku“, das „Baden in der Waldathmosphäre“ bereits seit den 80er Jahren eine wissenschaftlich begleitete und anerkannte Stressbewältigungsmethode. Ein Waldbad hat einen wunderbaren Effekt auf Körper, Geist und Seele. Es senkt den Stresshormonspiegel, stärkt das Immunsystem und sorgt für ein inneres Gleichgewicht.

Bei der Kursreihe tauchen die Teilnehmer – mit Hilfe kleiner achtsamer Übungen – mit allen Sinnen in die heilende Atmosphäre des Waldes ein, erkunden auf sanfte und bewusste Art den Wald, bewegen sich auf leisen Sohlen und spüren die entspannende Wirkung der Natur.

Der Treffpunkt wird rechtzeitig vor der Veranstaltung bekannt gegeben. Der zweite Kurs findet am Freitag, 9. Oktober 2020 in der Zeit von 17.00 – 19.00 Uhr statt.

Letzter Termin: Freitag 13. November. Jeder Termin ist einzeln

buchbar!

Durchgeführt wird der Praxis-Workshop von der Wildnispädagogin Sandra Bille

Die Kosten je Praxis-Workshop betragen 15 Euro je Teilnehmer

Teilnehmen können maximal 15 Personen.

Anmeldungen noch bis Do, 24. September bei Dorothee Weber-Köhling (02389-980913) oder umweltzentrum_westfalen@t-online.de.

Unsere heimischen Wildkräuter: Vortrag in der Ökologiestation

Wilde Pflanzen am Wegesrand hat schon jeder gesehen. Doch wie heißen sie, wie erkennt man sie und was kann man mit ihnen anfangen? Welche Inhaltsstoffe haben sie und wie lassen sich die Giftpflanzen unterscheiden?

All diese Fragen thematisiert Claudia Backenecker am Mittwoch den 7. Oktober in ihrem Vortrag in der Ökologiestation in Bergkamen Heil, und erzählt die Geschichte der Wildkräuter von unseren Ahnen bis heute. Abgerundet wird dieser virtuelle, etwa zweistündige Spaziergang durch die Kräuterwelt, der um 19.00 beginnt, mit Tipps zum Sammeln, Lagern und Verarbeiten sowie leckeren Rezepten.

Die Kosten betragen 5,00 Euro je Teilnehmer. Eine Anmeldung ist unter 02389-98 09 11 (auch Anrufbeantworter) beim

Umweltzentrum Westfalen wegen coronabedingter begrenzter Teilnehmerzahl unbedingt notwendig. Bitte eine Mund-Nasen-Bedeckungen für den Weg zum Sitzplatz mitbringen.

Aktion für Kinder in den Herbstferien in der Ökologiestation: „Waldindianer unterwegs“

In der zweiten Herbstferienwoche vom 19. – 23. Oktober 2020 bietet das Umweltzentrum Westfalen eine Ferienaktion für Kinder ab 7 Jahre an.

In dieser Woche tauchen die Kinder ein in die Zeit der Bisonherden, Rauchzeichen und Friedenspfeifen. Im Wald bauen sie ihr eigenes Indianerlager, schnitzen Pfeil und Bogen, gehen auf Erkundungstouren und stellen ihren eigenen Indianerschmuck her. Am selbst entfachten Lagerfeuer probieren die Kinder ihre selbst gebauten Trommeln aus.

Mitzubringen sind: Schnitzmesser (falls vorhanden), waldtaugliche, warme und regenfeste Kleidung; festes Schuhwerk; Trinkflasche und ggf. Sonnenschutz.

Diese Ferienwoche geht von Mo – Fr jeweils von 10.00 – 15.00 Uhr. Durchgeführt wird die Herbstferienaktion von der Naturerlebnis-Pädagogin Heike Barth und der Wildnispädagogin Sandra Bille. Maximal können 18 Kinder an dieser Ferienaktion teilnehmen.

Die Kosten für diese Woche betragen 105 Euro (Geschwisterkind:

80 Euro).

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

---

Filzspaß auf der Ökologiestation: Tagesseminar für Anfänger

Am Sonntag, 4. Oktober, gibt es in der Ökologiestation in Bergkamen-Heil einen „Filzstart“ für Menschen, die schon immer mal Filzen ausprobieren wollten – oder über ein erstes Stück hinaus kommen möchten.

Das Grundprinzip ist einfach, und doch braucht es einiges an Tipps, Gefühl und Erfahrung, um das individuelle Einzelstück nach eigenen Vorstellungen Schritt für Schritt zu gestalten: Aus farbig feiner Wolle, Wasser und Seife entstehen Kugeln, Scheiben, Bänder und Flächen, aus denen kreative Schmuckstücke und dekorative Accessoires kombiniert werden können. Mitzubringen sind zwei bis drei Handtücher, Schreibzeug, Schere, Noppenfolie. Falls vorhanden: eigene Filzwolle und Filzprodukte, Filzbücher – und alles, was sich sonst kreativ verarbeiten lässt, wie Perlen, Schmuckzubehör, Steine etc..

Das Seminar unter Leitung von Monika Ullherr-Lang dauert von 9.30 bis 17.00 Uhr und kostet 30,- € je Teilnehmer, dazu kommen Materialkosten ab 8,- € (2,- € Hilfsmittel, Wolle nach Verbrauch). Anmeldungen sind bei der Volkshochschule Bergkamen, Lessingstr. 2, 59192 Bergkamen, Telefon 0 23 07 – 28 49 54 möglich.

nachtfrequenz20 – Open Air-Konzert am Yellowstone mit Scampis & Co.



Am Samstag, 26. September, wird es sie zum elften Mal geben – die Nacht der Jugendkultur. Auch unter Coronabedingungen findet die nachtfrequenz20 zeitgleich in 82 Städten und Gemeinden in NRW statt.

Der Bergkamener Beitrag zu diesem Event ist ein Open Air-Konzert unter dem Motto “Get loud for Youth culture pt. 11” direkt vor dem Yellowstone in Oberaden. Auf der Bühne stehen ab 18:00 Uhr The Awesome Scampis mit Ska-Punk-Rock. Die aus Bergkamen stammenden Musiker freuen sich ganz besonders auf

die Veranstaltung, da auch für sie Konzerte in Corona-Zeiten Mangelware geworden sind. They Promised Me Ponies aus Dortmund spielen Hardcore im klassichen Sinn und bringen erstmalig Songs des bald erscheinenden neuen Albums auf die Bühne. Den Abend eröffnen wird Rasputin Douglas, ein Singer Songwriter aus Bergkamen. Die Gruppen wurden ausgesucht und das Programm wird durchgeführt unter Teilhabe von Jugendlichen und jungen Erwachsenen des „Workshop Konzertgruppe“ unter fachlicher Anleitung.

In diesem Jahr mussten coronabedingt viele Veranstaltungen in Bergkamen und im Jugendzentrum Yellowstone abgesagt werden. Doch für die Veranstaltung zur nachtfrequenz20 haben sich das veranstaltende Kinder- und Jugendbüro und die Jugendkunstschule der Stadt Bergkamen noch einmal extra ins Zeug gelegt und ein spezielles Veranstaltungskonzept entwickelt. Unter Einhaltung der Hygiene- und Coronoschutzbedingungen findet somit die nachtfrequenz20 als Open-Air mit limitierter Besucheranzahl und Abstand auf der Fläche und Maskenpflicht, außer am Sitzplatz, statt.

Der Eintritt zur Veranstaltung ist frei. Einlass ist zwischen 17:00 Uhr und 18:00 Uhr. Für die Teilnahme ist aufgrund der begrenzten Teilnehmerzahl eine vorherige Anmeldung beim Team des Yellowstones erforderlich.

Anmelden kann man sich per E-Mail unter jh.oberaden@helimail.de. Telefonische Nachfragen können gerne an 02307-965371 gerichtet werden.

Die nachtfrequenz20 wird von der LKJ – Landesvereinigung Kulturelle Jugendarbeit NRW e.V. sowie dem Ministerium für Kinder, Familie, Flüchtlinge und Integration des Landes Nordrhein-Westfalen gefördert.