Stadt Bergkamen wirbt für Teilnahme an der Aktion „Mit dem Rad zur Arbeit“ – der Gesundheit und der Umwelt zuliebe:



Werben für die Teilnahme an der Aktion „Mit den Rad zur Arbeit“ (v. l.): Bürgermeister Bernd Schäfer, Bergkamens Radbeauftragter Norman Raupach und Wolfgang Heese von der AOK NordWest.

Am 1. Mai starten die AOK NordWest und der Allgemeine Deutsche Fahrrad-Club (ADFC) die Aktion „Mit dem Rad zur Arbeit“, an der sich auch die Stadt Bergkamen beteiligt. Bürgermeister Bernd Schäfer ruft deshalb alle Beschäftigten – insbesondere natürlich die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Stadtverwaltung – dazu auf, in der Zeit bis zum 31. August das Auto stehen zu lassen und möglichst oft mit dem Rad zur Arbeit

zu fahren. Diesem Appell schließen sich Wolfgang Heese von der AOK NordWest und Dr. Andreas Abels, 1. Vorsitzender des ADFC-Kreisverbandes, an.

Fit bleiben, die Kondition stärken und die Umwelt schonen – das waren schon immer ehrenwerte Ziele. In Zeiten hoher Energiekosten zahlt es sich jetzt noch mehr aus, das Fahrrad für den täglichen Weg zur Arbeit zu nutzen. Ob als Einzelperson oder im Team – Ziel ist es zunächst, im Aktionszeitraum vom 1. Mai bis 31. August 2023 an mindestens 20 Arbeitstagen in die Pedale zu treten. Wer mitmacht, kann sicher sein, in keinen Stau zu geraten, die Umwelt zu schonen und zusätzlich etwas für die Gesundheit zu tun.

„Das Fahrrad ist klimafreundlich und daher als Verkehrsmittel angesagt wie nie“, ist Bernd Schäfer zuversichtlich, mit der Aktion noch mehr Menschen und weitere Arbeitgeber für das Radfahren zu begeistern. Wer mitmachen möchte, findet alle erforderlichen Informationen im Internet unter www.mit-dem-rad-zur-arbeit.de. Als zusätzliche Motivation zeichnet die AOK diejenigen Teams, die am meisten Kilometer mit dem Rad zurücklegen, mit attraktiven Gewinnen aus. Die Stadtverwaltung vergibt darüber hinaus weitere Preise in unterschiedlichen Kategorien.

Online-Kurs des Klinikums Westfalen: Erste Hilfe für Säuglinge und Kleinkinder

Einen Online-Kurs Erste Hilfe für Säuglinge und Kleinkinder bietet das Klinikum Westfalen am Mittwoch, 22. März, von 18.30 bis 21 Uhr an.

Wer Kinder hat oder betreut, der weiß, dass der Bewegungsdrang und das Temperament oft kaum zu zügeln sind. Zu wissen, was im Fall der Fälle zu tun ist, kann enorm beruhigen. In diesem Online-Kurs werden wertvolle Informationen zur Ersten Hilfe vermittelt. Themen sind beispielsweise Bewusstseinsstörungen, Bewusstlosigkeit, Atemnot, Kruppanfälle, Fieberkrampf, Vergiftungen, allergische Reaktionen, Verbrennungen und Verbrühungen. Außerdem erfahren die Teilnehmerinnen und Teilnehmer Wissenswertes zur Wiederbelebung von Säuglingen und Kleinkindern.
Die Gebühren betragen 15 Euro pro Person. Anmeldung und weitere Information montags bis freitags von 8 bis 14 Uhr unter Tel.: 0231 922-1252 oder per E-Mail an elternschule@klinikum-westfalen.de

---

Vortrag bei der Selbsthilfe „Sauerstoffliga“: Atmung und Inhalation bei Lungenerkrankungen

Für Menschen mit einer Lungenerkrankung ist das Leben oftmals nicht leicht – man kann oft nicht durchatmen. Deshalb wird beim nächsten Treffen der Selbsthilfegruppe „Sauerstoffliga“ für Menschen mit einer Lungenerkrankung, eine Atemtrainerin über richtiges Inhalieren und Atmung informieren. Die Veranstaltung findet am Mittwoch, 1. März, um 16.30 Uhr in dem Seminarraum der Reha Kamen, Nordstraße 34, statt.

Durch den Vortrag soll das richtige Atmen erleichtert werden. Teilnehmer können zum Thema Fragen stellen und weitere

Informationen erhalten. Es handelt sich um ein kostenfreies Angebot der Selbsthilfegruppe. Alle Menschen mit einer Lungenerkrankung sind herzlich dazu eingeladen an dem Termin teilzunehmen. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Für weitere Fragen können sich Interessenten bei der Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen im Gesundheitshaus in Unna, Massener Straße 35, melden. Ansprechpartnerin ist Margret Voß, Fon 0 23 03 27-28 29, E-Mail: selbsthilfe@kreis-unna.de . Alle Informationen werden vertraulich behandelt. PK | PKU

Corona-Quarantäne gibt es nicht mehr: Kreis Unna verschickt keine SMS-Info mehr

Der Fachbereich Gesundheit des Kreises Unna stellt den SMS Versand zur Corona-Quarantäneinfo ein. Fast genau vor einem Jahr hat der Kreis Unna das SMS Verfahren zur schnellen Übermittlung von Informationen zur Corona-Quarantäne eingerichtet – mit Erfolg!

Etwa 195.000 SMS sind aus dem Gesundheitsamt versandt worden. Oft konnten die betroffenen Personen bereits am Tag ihres positiven Testergebnis erreicht werden. Am 1. Februar endet die Quarantänepflicht in NRW – so hat es das Land NRW beschlossen: Personen, die an COVID erkrankt sind, müssen sich nicht mehr in Quarantäne begeben.

Quarantäne Ende

Für Personen, die sich aktuell noch in Quarantäne befunden haben, endet diese ebenfalls mit Ablauf des Januars – sie werden am heutigen 1. Februar darüber per SMS informiert. Es sind die letzten Quarantäne Infos, die das Gesundheitsamt auf diesem Weg verlassen. Die Info: Die Regeln haben sich geändert, die Quarantäne ist beendet. PK | PKU

Corona: Ab 1. Februar gibt es keine Sonderreglungen für Schulen

Das Ministerium für Schule und Bildung hat am Mittwoch die Schulen in Nordrhein-Westfalen über den weiteren Umgang mit Corona informiert. Hintergrund ist, dass die auch für den Schulbereich wichtigen Corona-Verordnungen des Gesundheitsministeriums zum 31. Januar 2023 auslaufen.

Schul- und Bildungsministerin Dorothee Feller hob den engen Abstimmungsprozess innerhalb der Landesregierung hervor und erklärte: „Mit unserem Handlungskonzept Corona sind die Schulen gut durch den Herbst und den Winter gekommen. Die Erfahrungen der vergangenen Wochen und Monate haben gezeigt, dass die Menschen in unserem Land und vor allem auch in unseren Schulen sehr verantwortungsvoll handeln. Das abnehmende Infektionsgeschehen und der hohe Immunisierungsgrad der Bevölkerung und damit auch bei Lehrkräften, Schülerinnen und Schüler machen es nun möglich, dass wir an unseren Schulen einen großen Schritt hin zu einer gelebten Normalität gehen.“

Die Corona-Test-und-Quarantäneverordnung wird mit dem 31. Januar 2023 ersatzlos entfallen. Die Corona-Schutzverordnung wird mit nur noch wenigen Vorschriften fortgeführt. Für den

Schulbereich wird es keine Sonderregelungen mehr geben. Bis zum 31. Januar 2023 gilt das Handlungskonzept Corona unverändert fort. Ab dem 1. Februar 2023 sind folgende Punkte von besonderer Bedeutung:

Testungen

Mit dem Wegfall der Corona-Test- und-Quarantäne-Verordnung entfällt ab dem 1. Februar 2023 die bisherige fünftägige Isolationspflicht. Ferner entfällt zu diesem Zeitpunkt die rechtliche Grundlage für anlassbezogene Testungen in der Schule. In der Folge endet auch die regelmäßige monatliche Ausgabe von fünf Selbsttests pro Monat. Übergangsweise besteht für die Schulen die Möglichkeit, Selbsttests in reduziertem Umfang über das bekannte Bestellportal zu bestellen. An den Schulen vorhandene Restbestände können auch danach noch auf Nachfrage und anlassbezogen an Schülerinnen und Schüler, Lehrerinnen und Lehrer und das weitere schulische Personal ausgegeben werden.

Masken

In Schulen kann weiterhin freiwillig zum Eigenschutz oder zum Schutz anderer eine Maske getragen werden. Lehrkräfte sowie Schülerinnen und Schüler bzw. deren Eltern entscheiden eigenverantwortlich.

Nach dem Wegfall der Isolationspflicht wird jedoch positiv getesteten Personen **dringend empfohlen,** für einen Zeitraum von fünf Tagen in Innenräumen außerhalb der eigenen Häuslichkeit mindestens eine medizinische Maske (sog. OP-Maske) zu tragen (Paragraph 3 Absatz 3 Corona-Schutzverordnung in der ab dem 1. Februar 2023 geltenden Fassung). Die allgemeine Empfehlung zum Tagen einer Maske wird aufgehoben.

Im Krankheitsfall

Es gilt selbstverständlich weiterhin der Grundsatz: **Wer krank ist, sollte nicht die Schule besuchen.** Das gilt für alle am

Schulleben Beteiligten. Eltern entschuldigen, wie bisher auch, ihre Kinder vom Schulbesuch.

Atteste

Nur bei begründeten Zweifeln, ob Unterricht aus gesundheitlichen Gründen versäumt wird, kann die Schule von den Eltern ein ärztliches Attest verlangen (§ 43 Absatz 2 Schulgesetz). Dies hat das Ministerium für Schule und Bildung erst kürzlich noch einmal klargestellt.

Hygiene

An den Schulen gelten die allgemeingültigen Hygieneregeln (Infektionsschutz | Bildungsportal NRW (schulministerium.nrw). Die bewährte Husten- und Nies-Etikette, regelmäßiges Händewaschen und -desinfektion sowie regelmäßiges Lüften entsprechend der jeweils aktuellen Hinweise gehören zu einem normalen Schulalltag (Lüftung, Raumluftfiltergeräte und CO2-Messgeräte | Bildungsportal NRW (schulministerium.nrw).

Abschließend erklärte Schul- und Bildungsministerin Feller: „Mein Dank richtet sich an alle, die am Schulleben beteiligt sind. Die Pandemie hat Ihnen und uns allen in den vergangenen Monaten und Jahren außerordentlich viel abverlangt. Die Landesregierung wird ihren Teil dazu beitragen, dass dieser lang ersehnte Schritt zur Normalität gelingt und so gut wie möglich abgesichert wird. Natürlich werden wir das Infektionsgeschehen weiter aufmerksam beobachten und bei Bedarf unseren Schulen entsprechende Unterstützung und Handlungsempfehlungen geben.“

Weitere Informationen finden Sie hier: https://www.schulministerium.nrw/schulbetrieb-und-corona

Maskenpflicht im ÖPNV sowie die Isolierungspflichten für Corona-Infizierte laufen zum 1. Februar aus

Die Landesregierung wird zum 1. Februar 2023 die Maskenpflicht im ÖPNV sowie die Isolierungspflichten für Corona-Infizierte auslaufen lassen. Schutzmaßnahmen werden sich ab dann auf Einrichtungen mit vulnerablen Personengruppen konzentrieren. Die meisten anderen Bundesländer verfahren ähnlich. Hierdurch wird eine sehr weitgehende Rückkehr zur Normalität ermöglicht.

„Das Infektionsgeschehen hat sich glücklicherweise abgeschwächt, und der Immunisierungsgrad in der Bevölkerung ist aufgrund von Impfungen, aber auch durch die Infektionen in diesem Herbst und Winter sehr hoch. Die Schutzmaßnahmen konzentrieren sich nun nur auf einige wenige Maßnahmen, die überwiegend aus Bundesrecht resultieren und dem Schutz besonders vulnerabler Einrichtungen dienen“, so Gesundheitsminister Karl-Josef Laumann.

Neben der Maskenpflicht im ÖPNV werden auch die Testregelungen für Schulen und Einrichtungen der Kindertagesbetreuung nicht verlängert. Gleiches gilt für Gemeinschaftsunterkünfte und Justizvollzugsanstalten.

Die Test- und Quarantäneverordnung läuft zum 31. Januar 2023 gänzlich aus. Somit endet die Pflicht, sich im Falle einer Corona-Infektion fünf Tage in häusliche Isolierung zu begeben. Alle Isolierungen aufgrund der auslaufenden Verordnung enden automatisch mit Ablauf des 31. Januar 2023. Ab dem 1. Februar 2023 gilt damit umso mehr der Grundsatz der Eigenverantwortung

und Rücksichtnahme auf andere, insbesondere vulnerable Personen. Minister Karl-Josef Laumann: „Es kommt nun noch stärker auf die Eigenverantwortung eines jeden Einzelnen an. Wer krank ist, bleibt zu Hause. Das ist jetzt besonders wichtig, und ich bitte alle Arbeitgeberinnen und Arbeitgeber dies auch so in ihren Betrieben zum Schutz der Belegschaft zu kommunizieren."

Bestehen bleiben hingegen die vorwiegend aus Bundesrecht resultierenden Schutzmaßnahmen für Einrichtungen für vulnerable Personen. Demnach gilt:

- Wer einen positiven Test hat, darf Einrichtungen für vulnerable Personen (zum Beispiel Krankenhäuser, Pflegeheime, Werkstätten für Menschen mit Behinderungen) für fünf volle Tage nach dem positiven Test nicht betreten. Der Tag der Testung wird dabei nicht mitgerechnet.
- Für Beschäftigte in diesen Einrichtungen gibt es weiterhin ein Tätigkeitsverbot bis zum Vorliegen eines negativen Testergebnisses; diese Vorgabe wird jetzt in der Coronaschutzverordnung geregelt (anstatt wie bisher in der Test- und Quarantäneverordnung).
- Allen positiv getesteten Personen wird dringend empfohlen, in Innenräumen außerhalb der eigenen Wohnung mindestens eine medizinische Maske tragen.
- Beschäftigte in Arztpraxen und vergleichbaren Einrichtungen müssen zum Schutz von vulnerablen Personen weiterhin mindestens eine medizinische Maske tragen.
- Die bisher schon geltenden Ausnahmeregelungen zu den Testpflichten des Bundes, zum Beispiel in Krankenhäusern, Pflegeeinrichtungen und vergleichbaren Einrichtungen, bleiben bestehen. Hier reicht ein Selbsttest für Besucher grundsätzlich aus, soweit nicht die Einrichtung eine Testmöglichkeit vor Ort anbietet.

Ökologiestation bietet zwei Tage Heilsamkeit für Körper und Seele mit Sabine Geisler.

Die Ökologiestation bietet zwei Tage Heilsamkeit für Körper und Seele mit Sabine Geisler. Den Anfang macht der Vortrag „Heilsame Indische Küche – Ernährungsaspekte im Ayurveda“ am Montag, 30.01., 14:30 – 15:45 Uhr. Was ist Ayurveda? Warum ist diese Ernährung so gut? Wussten Sie schon, dass es Lebensmittelkombinationen gibt, die nicht zusammen passen und unbekömmlich sind? Bei diesen Ausführungen genießen Sie gemeinsam einen Gewürztee aus dem Samowar. Die Teilnahme kostet 15 Euro je Teilnehmenden.

Direkt im Anschluss (Montag, 30.01.), zeigt Sabine Geisler welche Gewürze „Medizin in der Küche“ sind. Sie bekommen einen Einblick in die Vielfalt der Gewürze und deren medizinische Wirkung, in die Herstellung von Gewürzmischungen und können eine Gewürzmischung zum Mitnehmen selbst herstellen. Sie probieren Gewürzmischungen in Chutneys mit Papadam. Der Kurs kostet 15 Euro, zusätzlich 4 Euro für Gewürze und Tee sowie Materialkosten von 5 Euro und geht von 16:00 – 18:00 Uhr.

Der nächste Tag startet mit „Naturheilkunde für zu Hause – Kräuter und Heilpflanzen zur innerlichen und äußerlichen Anwendung“. Start ist am Dienstag, 31.01., 14.30 – 16:30 Uhr. Ob Husten oder Halsschmerzen, Bauchschmerzen oder Blasenentzündung, Schlaflosigkeit, Unruhe, Insektenstiche oder Gelenkschmerzen: Es gibt wunderbare, schonend und sanft wirkende Möglichkeiten zur Eigenbehandlung aus dem Garten der Natur! Der Vortrag mit praktischen Anwendungsdemonstrationen

kostet 15,00 Euro je Teilnehmenden.

Und zum Schluss können Teilnehmende die anregende Wirkung der Schröpfkopfmassage (SKM) erfahren. Von 17:00 – 19:00 Uhr wird nach einer Einleitung diese Partnermethode praktisch aneinander geübt. Die SKM ist eine Methode zur tiefen Bindegewebsmassage. Die Muskulatur wird stark durchblutet, Verspannungen im Schulter -, Nacken – und Rückenbereich werden gelöst. Schadstoffe werden über die Haut ausgeleitet, die Selbstheilungskräfte und der Stoffwechsel des Organismus werden angeregt. Bitte bringen Sie 2 Handtücher und ein kleines Kissen mit! Die Kosten betragen 15 Euro je Teilnehmenden und 2 Euro Materialkosten.

Sie können jeden Kurs einzeln buchen beim Umweltzentrum Westfalen unter der Nummer 02389 9809 11 oder per Mail an sandrine.seth@uwz-westfalen.de. Anmeldeschluss ist der 24.01.2023

Erwachsene mit AD(H)S: Selbsthilfegruppe in Kamen

Eine Selbsthilfegruppe für Erwachsene mit AD(H)S hat sich in Kamen gegründet. Das Folgetreffen der Selbsthilfegruppe findet am Donnerstag, 12. Januar, um 18.30 Uhr in den Räumen der Familienbande (Eingang ehemalige Firma Dr. Nüssken) an der Bahnhofstraße 46 in Kamen statt.

Das Angebot gilt für Erwachsene, bei denen ein Aufmerksamkeitsdefizit Syndrom mit oder ohne Hyperaktivität diagnostiziert wurde oder die den Eindruck haben, dass sie selbst davon betroffen sind. Die Selbsthilfegruppe bietet eine Austauschmöglichkeit und Hilfe bei der Bewältigung des Alltags

und den vielen Herausforderungen, die es zu meistern gilt. Es handelt sich um ein offenes und kostenfreies Angebot und Interessierte sind zu dem Treffen herzlich eingeladen.

Informationen gibt es bei der Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.) im Gesundheitshaus in Unna, Massener Straße 35. Ansprechpartnerin ist Margret Voß, Tel. 0 23 03 / 27-28 29 oder E-Mail selbsthilfe@kreis-unna.de. Anfragen werden selbstverständlich vertraulich behandelt. PK I PKU

Mehr Behandlungsplätze in der LWL-Klinik Dortmund und ihren Tageskliniken in Bergkamen, Lünen und Unna



LWL-Klinik in Dortmund.

Die LWL-Klinik Dortmund kann demnächst noch mehr Menschen behandeln. Durch neue Krankenhausplanungsentscheidungen aus dem Jahr 2022 kann sie nun 40 zusätzliche Behandlungsplätze für den Kreis Unna und an der Dortmunder Marsbruchstraße anbieten. „Das ist gut für unsere Patient:innen. Und wir freuen uns nun auf die Bewerbungen von zukünftigen Mitarbeitenden, die sich um sie kümmern können“, sagt LWL-Krankenhausdezernent Prof. Dr. Meinolf Noeker.

Behandelt werden soll sowohl stationär als auch tagesklinisch und im Bereich der „stationsäquivalenten Behandlung“ (StäB), innerhalb derer die Patient:innen zu Hause in ihren eigenen vier Wänden aufgesucht werden. „Wir können damit jetzt erfreulicherweise unseren Teil des rechtswirksamen Feststellungsbescheides aus dem NRW-Gesundheitsministerium zur psychiatrischen Krankenhausversorgung in Dortmund und im Kreis Unna umsetzen“, erklärt der Kaufmännische Direktor der LWL-Klinik Dortmund, Prof. Dr. Jens Bothe.

Tageskliniken betreibt die Klinik des Landschaftsverbandes Westfalen-Lippe (LWL) neben mehreren im Stadtgebiet Dortmund auch im Kreis Unna in, Bergkamen und Lünen, da die Klinik als sogenannter „Pflichtversorger“ auch für den gesamten Kreis Unna zuständig ist.

„Wir freuen uns sehr, dass das Behandlungsangebot für Menschen mit psychischen Erkrankungen damit noch größer wird“, sagt Prof. Dr. Hans-Jörg Assion, der Ärztliche Direktor der LWL-Klinik Dortmund. „Natürlich suchen wir deswegen jetzt auch noch mehr Mitarbeitende, z.B. Ärztinnen und Ärzte, sowie Pflegerinnen und Pfleger. Unsere Mitarbeitenden kommen aus vielen unterschiedlichen Berufsgruppen, und wir werden demnächst viele neue Kolleginnen und Kollegen einstellen können“, so Assion.

Impfstellen in Unna und Lünen schließen – Letzte Impfungen im Dezember

Das Land NRW rechnet damit, dass im kommenden Jahr 2023 keine ergänzenden staatlichen Impfangebote mehr nötig sind und hat damit die Schließung aller kommunalen Impfstellen beschlossen. Die letzten Impfungen finden in Unna am 9. Dezember und in Lünen am 17. Dezember statt. Corona-Impfungen gibt es dann nur noch bei der niedergelassenen Ärzteschaft und in Apotheken.

In der Impfstelle in Unna ist auch immer weniger geimpft worden – die Nachfrage sinkt erneut, nachdem sie Ende Oktober kurzzeitig angestiegen war:

- Kalenderwoche (KW) 42: 295

- KW 43: 470
- KW 44: 236
- KW 45: 207
- KW 46: 166

Letzte Impftermine

Die Impfstelle in Unna an der Platanenallee ist daher nur noch freitags geöffnet. Die letzten Öffnungstage sind der 25. November sowie 2. und 9. Dezember. Die Impfstelle in Lünen an der Borker Straße ist samstags geöffnet bis zum 17. Dezember.

Blick auf die Historie

Im September 2021 sind die Impfzentren in NRW geschlossen worden, seitdem hat die Kreisverwaltung die Kreissporthalle an der Platanenallee weiter als temporäre Impfstelle genutzt. Im November 2021 steuerte dann das Land NRW nach und hat alle Koordinierenden COVID-Impfeinheiten (KoCI) angewiesen, die Impf-Aktionen auszuweiten, weil die Coronazahlen wieder stiegen und dementsprechend auch die Nachfrage nach dem schützenden Pieks.

Von November bis Januar gab es in allen zehn Städten und Gemeinden wohnortnah die Möglichkeit zur Impfung – zusätzlich wurden auch 20 mobile Impfangebote u. a. in Moscheen, Quartiersbüros oder auf Wochenmärkten organisiert. Alleine darüber wurden 1.458 Impfungen von der KoCI seit Oktober 2021 durchgeführt.

„Es war ein enormer Kraftakt, die Vorgaben des Landes umzusetzen. Unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter haben extrem flexibel und vorausschauend reagiert“, so Landrat Mario Löhr. „Nur dank ihres Einsatzes war es möglich, die Impfstelle in Unna zu betreiben. Ein großer Dank geht auch an die Johanniter, die in Lünen die Impfstelle in enger Zusammenarbeit mit uns betrieben haben.“

Seit dem Start der Impfstelle im September 2021 sind alleine

in Unna an der Platanenallee 26.546 Personen geimpft worden, davon 2.947 Kinder von 5 bis 11 Jahren. Am häufigsten haben die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter die Spritzen mit dem Impfstoff von BioNTech/Pfizer (16.229) aufgezogen, gefolgt von Moderna (9.935). Auch die Impfstoffe der Hersteller Johnson & Johnson, Novavax und Valneva wurden angeboten.

– Max Rolke –

Gymnasium Bergkamen erhält modernes Calisthenicsgerät: Ein Wunsch wird Wirklichkeit



Offizielle Übergabe des Calisthenicsgeräts.

Noch sind es einige Wochen bis Weihnachten – und doch ist ein großer Wunsch der Schülervertretung (SV) des Städtischen Gymnasiums Bergkamen bereits jetzt in Erfüllung gegangen: Ein modernes Calisthenicsgerät sorgt auf dem Schulhof für neue Bewegungsmöglichkeiten. Im Beisein zahlreicher Vertreter von SV, Kollegium und Stadtverwaltung übergab Bürgermeister Bernd Schäfer die verschiedenen Elemente zum Klettern und Turnen heute offiziell an Schulleiterin Mirja Beutel. Geplant ist nun, das Gerät in den Sportunterricht zu integrieren, um motorische Kompetenzen systematisch zu verbessern.

Doch damit nicht genug: Um alle Optionen voll auszuschöpfen, steht das aus Stangen verschiedener Höhe und Position bestehende Sportgerät den Schülerinnen und Schülern in den Pausen zur freien Verfügung – wovon sie rege Gebrauch machen. „Sofort nach dem Entfernen des Bauzauns brach große Begeisterung aus“, bestätigt Mirja Beutel die starke Nachfrage. Offensichtlich entspricht das Gerät in idealer Weise dem ausgeprägten Bedürfnis nach Bewegung und sozialer Interaktion.

„Dieses Projekt zeigt, dass es immer wieder möglich ist, Ideen von Schülerinnen und Schülern sinnvoll umzusetzen“, so Bürgermeister Bernd Schäfer. Nach den Corona-bedingten Schulschließungen und Lockdowns in den Jahren 2020 und 2021 sowie den damit verbundenen Einschränkungen beim Schul- und Vereinssport ist ein deutlicher Nachholbedarf an Bewegung zu spüren. Dadurch ergibt sich jetzt die Chance, jene motorischen Defizite der Schülerinnen und Schüler auszugleichen, welche sich infolge der Pandemie eingestellt haben.

Doch was ist Calisthenics überhaupt? Diese Form der Körperübungen orientiert sich am Krafttraining und umfasst zusätzlich akrobatische Übungen sowie das Repertoire des klassischen Geräteturnens. Der Schwerpunkt liegt dabei auf der intermuskulären Koordination. Die Umsetzung des Calisthenicsprojekts am Städtischen Gymnasium Bergkamen ist mit einem Kostenaufwand von knapp 48.000 Euro verbunden. Der

größte Teil davon stammt aus dem Landesprogramm „Aufholen nach Corona“; die restlichen Mittel hat die Stadt Bergkamen beigesteuert.