Flüchtlingshelferkreis benötigt dringend Kinderkleidung und Babyartikel

Der Flüchtlingshelferkreis Bergkamen sucht dringend Kinderkleidung und Babyartikel. Zu Beginn des Sommers wird dringend Kinderkleidung in allen Größen gesucht, ebenso Babykleidung und Babyartikel wie MaxiCosy, Kinderwagen und Buggys.

Auch Kinderfahrräder, die nicht mehr gebraucht werden, egal in welchem Zustand können gern abgegeben werden in der Krümmmelkiste des Flüchtlingshelferkreises. Geöffnet ist sie immer montags ab 15 Uhr im „HausFRIEDEN“ an der Präsidentenstraße 46.

VeBu e. V. lädt am 20. Mai zum Tag der offenen Tür ein

Der Verein für Betreuung und Unterstützung von Menschen mit Behinderung und deren Familien – VeBU e.V. – in Rünthe, Marie-Curie-Straße 1, lädt am Samstag, 20. Mai, von 11 bis 16 Uhr zum Tag der offenen Tür ein.



In diesem Gebäude befindet sich unter anderem eine inklusive Tagesstätte, in der Kinder, die von VeBU-Schulassistenten betreut werden, nach dem Unterricht den Nachmittag verbringen können. VeBU betreut mit rund 50 Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern Kinder im gesamten Kreis Unna. Der Verein ist vor drei Jahren von Kamen nach Rünthe in ein eigenes, barrierefreies Gebäude umgezogen.

In den kommenden Sommerferien organisiert VeBU erstmals an einer Bergkamener Grundschule ein inklusives Zirkusprojekt in Zusammenarbeit mit dem Mitmachzirkus „Manegentraum“ aus Bocholt. Auch darüber wird bei dem Tag der offenen Tür Näheres zu erfahren sein.

Pflege- und Wohnberatung im Bergkamener Rathaus

In Bergkamen findet die nächste Sprechstunde der Pflege- und Wohnberatung am Donnerstag, 18. Mai von 10 bis 12 Uhr statt. Die Pflegeberaterin Anne Kappelhoff ist im Rathaus, Rathausplatz 1, Raum 600 zu erreichen. Eine telefonische Kontaktaufnahme ist unter 0 23 07 / 965 218 möglich.

Bei der Beratung geht es um alle Fragen rund um das Thema Pflege, wie zum Beispiel zu den Leistungen der Pflegeversicherung, zum Pflegetagebuch oder der Begutachtung

durch den Medizinischen Dienst der Krankenversicherung. Informationen gibt es auch zu Hilfeangeboten, die pflegende Angehörige eines an Demenz erkrankten Menschen entlasten können.

Auch wer einen Gesprächskreis für pflegende Angehörige, einen ambulanten Pflegedienst, eine Tages- oder Kurzzeitpflegeeinrichtung oder ein Pflegeheim sucht, bekommt Adressen und Informationen über ortsnahe Angebote. Außerdem werden Fragen zur Finanzierung dieser Hilfeangebote beantwortet. Pflegende Angehörige können sich auch über den Umgang mit an Demenz erkrankten Menschen informieren. Die Beratung ist kostenlos und anbieterunabhängig.

Wer den Termin nicht wahrnehmen kann, später noch Fragen hat oder einen Hausbesuch vereinbaren möchte, erreicht die Pflege- und Wohnberatung im Kreis Unna im Severinshaus, Nordenmauer 18 in Kamen unter Tel. 0 23 07 / 28 99 060 oder 0 800 / 27 200 200 (kostenfrei).

Weitere Informationen gibt es im Internet unter www.kreis-unna.de (Suchbegriff Pflege- und Wohnberatung). PK | PKU

Herzlichen Glückwunsch: Lidda Grömmer feiert ihren 102. Geburtstag

Bei Grömmers in der Droste-Hülshoff-Straße in Weddinghofen herrscht am heutigen Mittwoch Festtagsstimmung: Lidda Grömmer kann ihren 102. Geburtstag im Kreise ihrer Familie feiern. Sie ist damit Bergkamens zweitälteste Einwohnerin. Bürgermeister Roland Schäfer ließ es sich am

Nachmittag nicht nehmen, ihr zu ihrem Ehrentag im Namen aller Bergkamenerinnen und Bergkamener zu gratulieren.



Bürgermeister Roland Schäfer gratulierte am Mittwochnachmittag Lidda Grömmer zu ihrem 102. Geburtstag.

Geboren wurde sie am 10. Mai 1915 in Riesa in Sachsen, aufgewachsen ist sie allerdings in Berlin. Nach dem Krieg und den Notjahren fand ihr Mann Arbeit auf der Zeche Grillo 1 in Kamen. 1954 ergab sich dann die Möglichkeit, ein Haus in der damals in Bau befindlichen ECA-Siedlung an der heutigen Droste-Hülshoff-Straße zu beziehen.

In diesem Haus wohnt sie zusammen mit ihrem Enkel Andreas noch immer. Heute ist es natürlich etwas drubbeliger als üblich, denn die ganze Familie ist gekommen, um mit ihr zu feiern. Dazu gehören natürlich auch die beiden Urenkel Judith und David.

Aktionswoche Alkohol 2017: Weniger ist besser

Die meisten wissen es nicht: Bereits das erste Glas Alkohol senkt die Aufmerksamkeit beim Autofahren oder während der Arbeit. Und das tägliche zweite Glas Bier oder Wein erhöht das Risiko für die Gesundheit. Die Botschaft der Aktionswoche Alkohol ist daher: Weniger Alkohol ist besser.

Dieses Motto können die Fachleute aus der gemeinsamen Suchtberatungsstelle im Kreis Unna nur unterschreiben. Während der Aktionswoche Alkohol vom 13. bis 21. Mai sind sie mit zwei Veranstaltungen in Lünen präsent, um auf das Thema aufmerksam zu machen.

Patienten, Besucher und Mitarbeiter des Marien Hospitals in Lünen können am Samstag, 13. Mai von 13 bis 17 Uhr an einem von Mitarbeiterinnen des Kreises und des Deutschen Roten Kreuzes Lünen sowie Vertretern des Arbeitskreises Suchtselbsthilfe betreuten Infostand probieren, wie lecker alkoholfreie Cocktails schmecken. Außerdem können sie einen Parcours mit einer Rauschbrille bewältigen.

Kreis Unna, DRK Lünen und Arbeitskreis Suchtselbsthilfe laden darüber hinaus zu einer Filmvorführung ein: Am Mittwoch, 17. Mai wird im Gesundheitshaus am Roggenmarkt 18-20 in Lünen der Film „Wenn die Liebe ertrinkt“ gezeigt. Er dauert ca. 20 Minuten und widmet sich dem Thema Co-Abhängigkeit. Anschließend soll eine Diskussionsrunde stattfinden. Beginn ist um 18 Uhr im Dachgeschoss des Gesundheitshauses, alle Interessierten sind eingeladen. PK | PKU

Hintergrund: 2017 wird die Aktionswoche Alkohol bundesweit bereits zum 6. Mal aufgelegt. Nach wie vor ist sie eine einzigartige Präventionskampagne. Denn sie baut in erster Linie auf Freiwilligkeit, Bürgerengagement und Selbsthilfe.

Tausende Engagierte sind neun Tage lang dabei: Mitglieder von Selbsthilfegruppen, Fachleute von Beratungsstellen, Fachkliniken und aus der Suchtprävention, Ärzte, Apotheker und Menschen, die in Vereinen und in Kirchen aktiv sind.

Neue Amnesty-AG am Gymnasium setzt sich für Menschenrechte ein

Der Philosophie-Kurs im Jahrgang acht des Städtischen Gymnasiums Bergkamen von Fachlehrerin Nina Weber nahm im Rahmen einer Unterrichtsreihe am internationalen Briefmarathon von Amnesty teil, der von Amnesty International rund um den „Internationalen Tag der Menschenrechte“ organisiert wird.



Schülerinnen und Schüler des Philosophie-Kurses im Jahrgang acht von Frau Weber (rechts) mit den Urkunden sowie die

Mitglieder der neuen AG „Amnesty SGB“. Fotos: Pytlinski/SGB

Mit der Aktion will die Hilfsorganisation auf Menschenrechtsverletzungen aufmerksam machen. Für die engagierte Teilnahme der Schülerinnen und Schüler erhielten sie jetzt als Dankeschön eine Urkunde überreicht. Auch zukünftig wollen die Jugendlichen sich aktiv im Kampf für Menschenrechte einsetzen. Unter der Leitung von Nina Weber findet daher seit einigen Wochen die „Amnesty SGB“-AG statt. Am Freitag wurde diese AG nun offiziell aus der Taufe gehoben.

„Das Interesse wurde nicht nur durch die Unterrichtsreihe und den Briefmarathon geweckt, sondern auch durch Gaby Fendel von Amnesty International, die das Interesse der Schüler bereits bei ihrem ersten Besuch geweckt hat“, berichtet AG-Leiterin Nina Weber. Fendel hatte die Jugendlichen im Philosophie-Unterricht besucht und über die Arbeit von Amnesty International berichtet.

Gaby Fendel hatte nun auch die Idee, die AG-Gründung zu feiern. Sie brachte nicht nur Kuchen und Schokolade mit, sondern stattete die Gruppe auch mit Material aus. Jeder erhielt eine gelbe Mappe von Amnesty mit Namen. In diese Mappe konnten die Schüler weitere Informationen einheften (Flyer, die Allgemeine Erklärung der Menschenrechte, Zahlen zu Menschenrechtsverletzungen, einen Kalender mit geplanten Aktionen von Amnesty, etc.). „Des Weiteren hat Gaby Fendel uns Ideen für mögliche Aktivitäten unserer Gruppe gegeben und wird der AG als Ansprechpartnerin weiterhin zur Seite stehen“, freut sich Nina Weber, die sich immer freitags, 7. Stunde, mit den AG-Teilnehmern zusammensetzt.

Burnout – Selbsthilfeangebot für Betroffene und Angehörige

Die Selbsthilfegruppe Burnout lädt zum nächsten Treffen am Donnerstag, 18. Mai ein. Treffpunkt ist um 19 Uhr das Gesundheitshaus, Massener Straße 35 in Unna. Willkommen sind nicht nur Teilnehmer aus Unna, sondern aus dem gesamten Kreisgebiet und darüber hinaus.

Dieses Angebot bietet Betroffenen einen Ankerpunkt für ihr Anliegen. Da nicht nur Menschen mit einem Burnout-Syndrom von den negativen Folgen dieser Erkrankung betroffen sind, sondern auch deren Angehörige, können auch sie sich an die Gruppe wenden. Allerdings richtet sich dieses Angebot nicht an Menschen mit einem akuten Suchtproblem.

Menschen, die von Burnout betroffen sind, befinden sich in einem Zustand seelischer Erschöpfung. Als Folge von ständig negativem Stress, also dem Verbrauch der inneren Leistungsreserven, geraten Betroffene in eine Abwärtsspirale, aus der sie allein nicht mehr herausfinden.

Dieses Erkrankungsbild entwickelt sich nicht nur bei Menschen, die in ihrem Beruf hohen Anforderungen ausgesetzt sind, zum ernsthaften Problem, sondern auch bei jungen Menschen im Studium oder in der Ausbildung. Und auch langanhaltende, stressbedingte Lebensumstände können zu diesen Erschöpfungszuständen bei Menschen führen.

Interessierte können sich bei der Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.) im Gesundheitshaus in Unna, Massener Straße 35 melden. Ansprechpartnerin ist Margret Voß, Tel. 0 23 03 / 27-28 29, E-Mail: margret.voss@kreis-unna.de. Alle Informationen werden streng vertraulich behandelt. PK | PKU

Lions-Tombola auf dem Kamener Frühlingsmarkt lockt mit tollen Preisen

Zum siebten Mal beteiligt sich der Lionsclub BergKamen am Kamener Frühlings-markt mit der beliebten Lions-Tombola.



Lions-Tombola auf dem Frühlingsmarkt 2016. Foto: Lions

Und natürlich locken am kommenden Wochenende wieder jede Menge tolle Preise, die das Mitmachen auch lohnen – wie zwei Markenfernseher von Grundig 40 und 32 Zoll groß, ein Tablet-PC von Samsung, eine Micro-Hifi-Anlage, ein Kaffeeautomat, ein Einrad, zwei Radio-CD-Geräte, ein elektrischer Standkamin, ein Werkzeugkoffer, Garten- und Haushaltsgeräte und Unterhaltungselektronik Insgesamt haben die Lions über 1200 Preise zusammengetragen – darunter zehn wertvolle Hauptpreise

– da sind die Chancen auf einen Gewinn wie immer sehr groß.

Neben den Hauptgewinnen gibt es viele wertvolle Sachpreise wie zum Beispiel Einkaufsgutscheine örtlicher Einzelhändler, Taschen und Geldbörsen, Haushaltswaren und Bücher. Und natürlich gibt auch dieses Jahr die beliebten Bussi-Eimer, prall gefüllt mit Leckereien, zu gewinnen.

Die Preise haben Händler, Gewerbetreibende, Banken und Sparkassen aus Kamen und Bergkamen gestiftet. Der komplette Erlös dieser Tombola kommt wieder der Förderung von Projekten für Kinder und Jugendliche in Kamen und Bergkamen zu: Es profitiert also nicht nur der Loskäufer bei einem Gewinn, es profitieren sehr viele Menschen in unserer Region davon.

Mit zwei Euro pro Los ist man dabei, drei Lose gibt es für fünf Euro. Zu finden ist der Lions-Stand in diesem Jahr wieder in der Marktstraße vor dem Optiker Gert Schulte. Der Losverkauf beginnt am Samstag um 10.00 Uhr, am Sonntag um 12.00 Uhr. An beiden Tagen ist die Lions-Tombola durchgehend bis 18.00 Uhr geöffnet.

Von Rockband bis Kinderchor: Lionsclub BergKamen lädt zur „Geburtstagsparty“ ein

Kamener und Bergkamener Jugendliche trainieren und üben zurzeit für ihre Auftritte in der Kamener Konzertaula. Dort wird am kommenden Samstag ab 18.00 Uhr der Lionsclub BergKamen seine „Geburtstagsparty“ ausrichten. Dazu lädt der Club alle

interessierten Menschen beider Städte ein.

In diesem Jahr feiern die Lionsclubs weltweit ihr 100jähriges Bestehen. Diese international tätige Vereinigung ist mit über 1.4 Millionen Mitgliedern in fast 50.000 Clubs die mitgliederstärkste Service-Cluborganisation der Welt.

Gemessen daran ist der Lionsclub BergKamen noch recht jung. Doch auch die Kamener und Bergkamener Lions in diesem Club feierten im vergangenen Jahr ihr 20. Gründungsjubiläum. Ihr derzeitiger Präsident, der Bergkamener Reinhard Middendorf, lädt nun alle Bergkamener und Kamener zu einer großen „Geburtstagsparty“ ein: „In den vergangenen zwei Jahrzehnten konnten wir viel für Kinder und Jugendliche in Bergkamen und Kamen tun. Das war immer unsere wichtigste Aufgabe und ist es bis heute. Dabei hatten und haben wir immer Menschen und Organisationen vor Ort, die wir unterstützen dürfen. Das 100jährige Bestehen unserer Organisation möchten wir zum Anlass nehmen, am Samstag, dem 13. Mai 2017, von 18.00 Uhr bis etwa 20.30 Uhr in der Kamener Konzertaula diese Menschen und Gruppen und deren Arbeit vorzustellen.“

Bei einem bunten Abend mit musikalischen und tänzerischen Darbietungen, mit Kunst und Gesprächen, mit viel Unterhaltung und Spaß treten unter anderem der Bachkreis und die Schreberjugend aus Bergkamen auf. Auch andere Kinder- und Jugendgruppen und ehrenamtlich tätige Menschen aus beiden Städten präsentieren ihre Arbeit. Ein Kinderchor wird singen, eine Tanzgruppe aus dem Freizeitzentrum Lüner Höhe wird nicht nur ihre Fans begeistern. Die Bürgermeister beider Städte, Hermann Hupe und Roland Schäfer, werden die Arbeit aller Beteiligten in ihren Ansprachen würdigen. Und am Ende des Abends wird auch noch eine Rockband spielen….

„Außerdem möchten wir an diesem Abend unseren zahlreichen Unterstützern danken. Unser Club kann jedes Jahr eine beträchtliche Summe für Projekte in unseren beiden Städten verteilen. Das ist auch deshalb so, weil sich für unsere

großen Aktionen wie den Lions-Weihnachtskalender und die Tombola beim Kamener Frühlingsmarkt immer wieder Sponsoren begeistern lassen“, erklärt Middendorf.

Der Eintritt zu dieser Veranstaltung ist kostenlos. Die Lions freuen sich an diesem Abend über eine kleine Spende für ein Projekt, das sie in der Konzertaula vorstellen werden.

Projekt der Gleichstellungsbeauftragten: Luisa ist hier!

Sexuelle Gewalt im öffentlichen Raum – das ist seit der Silvesternacht in Köln auf jeden Fall ein Thema. Die Gleichstellungsbeauftragten im Kreis haben es aufgegriffen und ein Projekt daraus gemacht: „Luisa ist hier!“



Die Gleichstellungsbeauftragten werben für das Projekt „Luisa ist hier!“ Foto: privat

Die daraus abgeleitete Frage: „Ist Luisa hier?“ soll zum Code werden, der Frauen in Kneipen, Bars und Diskotheken hilft, in bedrängenden Situationen schnell und unkompliziert Hilfe zu bekommen. „Jede dritte Frau hat bereits Situationen erlebt, in denen sie angemacht, angestarrt oder betatscht wird“, nennt die Gleichstellungsbeauftragte des Kreises, Heidi Bierkämper-Braun, Zahlen.

„Fühlt sich eine Frau belästigt, bedrängt oder bedroht, kann sie das Kneipenpersonal ansprechen und nach „Luisa“ fragen. Die Frau muss keine weitere Erklärung abgeben oder erzählen, warum sie Hilfe sucht“, beschreibt Anne Reichert von der Fachstelle zu sexualisierter Gewalt der Frauen- und Mädchenberatungsstelle die Idee. „Das Personal kennt den Code und wird Unterstützung anbieten.“

Die Gleichstellungsbeauftragten im Kreis werben bei Gastronomiebetrieben, in Kneipen, Bars und Diskotheken für die Unterstützung des Projektes. Interessierte Wirte können sich

an die kommunalen Gleichstellungsbeauftragten oder an Anne Reichert wenden: frauenberatungsstelle3@frauenforum-unna.de. Warum es genau geht, findet sich im Internet unter http://luisa-ist-hier.de/. PK | PKU

Neues Selbsthilfeangebot für Menschen mit Depressionen und Ängsten

Eine Frau, die erst kürzlich nach Bönen gezogen ist und unter Depressionen und Ängsten leidet, sucht andere Menschen, mit denen sie sich in einer Gruppe austauschen kann. Darauf weist die Kontakt- und InformationsStelle für Selbsthilfegruppen des Kreises Unna (K.I.S.S.) hin.

Wenn man das Sprichwort „Wo Licht ist, ist auch Schatten“ als Vergleich nimmt, so leben Menschen, die von Depressionen betroffen sind, vorwiegend im Bereich des Schattendaseins. Ihre Gefühlswelt wird von Niedergeschlagenheit, einem negativen Selbst- und Fremdbild, Zweifeln und Ängsten bestimmt.

Symptome wie Schlaflosigkeit, Konzentrationsstörungen, Appetitlosigkeit, Antriebslosigkeit stellen sich ein, und ein stetiger Rückzug aus sozialen und gesellschaftlichen Bezügen geht mit den Symptomen einher und kann bis in die totale Isolation führen.

Um dieser Spirale zu entrinnen, hilft es sehr, sich mit anderen Betroffenen in einer von Vertrauen und Akzeptanz getragenen Atmosphäre auszutauschen. Regelmäßigen Treffen geben den Menschen Struktur und Halt und können dabei helfen,

Mut und Zutrauen für die Zukunft zu entwickeln.

Interessierte können sich bei der K.I.S.S. im Gesundheitshaus in Unna, Massener Straße 35 melden. Ansprechpartnerin ist Margret Voß, Tel. 0 23 03 / 27-28 29, E-Mail: margret.voss@kreis-unna.de.
Alle Informationen werden streng vertraulich behandelt. PK | PKU