

OBERADEN



Informations-Zeitschrift für Oberaden

aktuell

www.fkw.de

Dariusz Lassotta
Boxprofi aus Oberaden
Mehr auf Seite 4.



Meisterschaften in Paderborn

Leichtathleten vom SuS Oberaden überzeugen



Kürzlich fanden verschiedene Wettkämpfe in Paderborn statt, zu denen Leichtathlet*innen des SuS Oberaden anreisen und auch mit Erfolgen und Rekorden heimkehrten.

Seniorenmeisterschaften

Die Leichtathletikhalle in Paderborn war der diesjährige Austragungsort der westfälischen Seniorenmeisterschaften der Leichtathleten. Für die Teilnehmer des SuS Oberaden begann der Tag mit den 60m sowie dem Kugelstoßen. Auf den 60m erreichte Fabian Ewens als 3. der M40 nach 8,39 Sek. mit neuem

Vereinsrekord das Ziel. Parallel trat Alexandros Katsigiannis im Kugelstoßen gegen die westfälische Konkurrenz an und errang mit 10,25m ebenfalls Platz 3. Den folgenden 800m Lauf finishte Ewens mit 2:19,83 Min. und gewann damit den ersten Westfalenmeistertitel für den SuS an diesem Tag. Daran anschließend ging Katsigiannis über die 200m Strecke an den Start und sicherte sich auf dieser Strecke ebenfalls seinen ersten Titel des Tages. Weiter ging es für ihn beim Hochsprung Wettbewerb. Die von Katsigiannis übersprungene Höhe von 1,64m bedeutete nicht nur den

nächsten Westfalenmeistertitel, sondern auch, dass Katsigiannis den fast 30 Jahre alten Vereinsrekord von Klaus-Peter Münzer übertraf. Zeitgleich ging Jürgen Graeber über die für ihn ungewohnte Strecke von „nur“ 3.000m auf die Rundbahn. Gewohnt souverän lief er seiner Konkurrenz davon und gewann den nächsten Titel. Den Abschluss des Wettkampftages bildeten die Stafeln über 4x200m. Für den SuS an den Start gingen Fabian Ewens, Alexandros Katsigiannis, Philipp Winkelmann und Arthur Pop und errangen mit 1:51,81 Min. den letzten Westfalenmeistertitel des Tages und sicherten sich ebenfalls einen neuen Vereinsrekord. Ein überaus erfolgreicher Wettbewerb ging für den SuS Oberaden und seine Athleten zu Ende.

U14 Westfalenmeisterschaften

Erstmalig gab es Anfang März Westfälische Meisterschaften in der Leichtathletik Altersklasse U14. Der Fußball- und Leichtathletik Verband Westfalen hatte dazu die besten Nachwuchskräfte aus ganz Westfalen in den Ahorn-Sportpark nach Paderborn eingeladen. Die vier Athleten*innen vom SuS Oberaden überzeugten mit starken Leistungen und vorderen Platzierungen.

Hannah Loges (W12) gelang mit dem 4. Platz über 60m Hürden dabei die beste Platzierung. Über 60m kam sie in 9.10 sec. ins Ziel, was ebenfalls eine neue Bestleistung bedeutete. Die Finalläufe verpasste sie als 17. um ganze 3 Hundertstelsekunden. Annemieke Ewens (W12) kam mit 9.15 sec. auf Rang 18. knapp an ihre Bestzeit heran, war aber durch Hüftprobleme gehindert und verzichtete daher auf den Start über die 800m. Charlotte Ewens (W12) lieferte ein beherztes Rennen über 800m. Sie kam schließlich in 2:41,84 auf Platz 6 in einem sehr starken Teilnehmerfeld ins Ziel.

Louis Zeidler (M12) hatte sich durch seine starken Leistungen im Training und im Wettkampf einen Platz im Hochsprungfeld gesichert. Sein Ziel war es, seine persönliche Bestleistung von 1.20m an diesem Tag zu bestätigen. Seine Versuche beim Einspringen sahen sehr vielversprechend aus, jedoch scheiterte er dreimal knapp an 1.20m und erreichte Rang 12. Insgesamt war das Trainergespann Stefan Prothmann und Alexandros Katsigiannis sehr zufrieden mit den Leistungen der noch jungen Sportler*innen, war es doch der erste Wettkampf auf Landesebene gegen wirklich starke Konkurrenz aus dem gesamten Westfalengebiet.



Stolpersteinverlegung

RSO-Schüler*innen beteiligten sich

Am Mittwoch, 25. Januar 2023, wurden unter Beteiligung des Bergkamener Museums sowie des Arbeitskreises Demokratie zwei Stolpersteine an der Jahnstraße verlegt.

Einen wichtigen Beitrag zur historischen und demokratischen Bildung leistete SV- und Geschichtslehrer Nico Vanclooster, der die Teilnahme von RSO-Schüler*innen an der Ak-

tion „Stolpersteine“ initiierte. Die RSO-Schüler*innen gestalteten diesen Moment durch verschiedene Beiträge wie ein Gedicht, die Biografie der Familie Rumpf, die unter der Herrschaft des Nazi-Regimes zu leiden hatte, sowie eigene Gedanken und Gefühle den Rahmen der Steinsetzung. Es war ein stiller, aber besonderer und beeindruckender Moment für alle Beteiligten.



Impressum:
Methler/Oberaden aktuell erscheint 6 x im Jahr mit einer Auflage von 10.000 Exemplaren und wird kostenlos an Geschäfte und Betriebe in Methler, Husen, Kurl, Lanstrop und Oberaden verteilt.

Herausgeber:
FKW – Fachverlag für Kommunikation und Werbung GmbH
Delecker Weg 33 • 59519 Möhnesee-Wippringsen • Tel.: 02924/879700 • Fax: 02924/8797029
www.fkwverlag.com

Anzeigen:
Evelyn Böving Tel. (02303) 3 01 07-25
boeving@fkwverlag.com

Frank H.G. Meurer Tel. (02303) 3 01 07-23
meurer@fkwverlag.com

Es gilt die Preisliste Nr. 6, April 2022

Druck:
Senfelder Misset, Doetinchem

Titelfoto: www.torstenhelmke.de

Anzeigen, Fotos und redaktionelle Inhalte dieses Heftes dürfen nicht ohne unsere Genehmigung weiter verwendet werden.

Pflegedienst

GesundheitsPartner **GB**
Bergkamen GmbH

Am Römerberg 32 • 59192 Bergkamen
Telefon (02306) 84 98 710
verwaltung@gesundheitspartner-bergkamen.de

OPEL FLAT² FOR FREE

DER OPEL CORSA – MEISTVERKAUFTER KLEINWAGEN 2022*

JETZT INKL. WARTUNG UND OHNE ANZAHLUNG!

z.B. als Corsa Edition 1.2, 55 kW (75 PS), Start/Stop, Euro 6e, Dynamik Orange Metallic, Spurhalteassistent, Berg-Anfahr-Ass., Intellig. Geschwindigkeitsregler und -begrenzer, Müdigkeitserk., Telefonschnittstelle Bluetooth, DAB+, Klimaanlage, u.v.m. **149€**

Kraftstoffverbrauch nach WLTP (Benzin), kombiniert 5.3 l/100km, CO₂ Emission nach WLTP** (Benzin), kombiniert 119 g/km, Effizienzklasse A.** Irrtum/Zwischenverkauf vorbehalten. *Gemäß offizieller Zulassungsstatistik des deutschen Kraftfahrt Bundesamtes im Gesamtzeitraum Januar bis November 2022. **Bei den Angaben handelt es sich um Herstellerangaben, die Werte wurden nach dem realitätsnäheren Prüfverfahren WLTP (Worldwide harmonized Light vehicles Test Procedure) ermittelt, das das Prüfverfahren unter Bezugnahme auf den NEFZ (Neuer Europäischer Fahrzyklus) ersetzt. Ein Leasingbeispiel der Opel Bank S.A., Mainzer Str. 190, 65428 Rüsselsheim, für die wir als ungebundener Vertreter tätig sind. Voraussetzung für dieses Angebot ist der Besitz (mindestens 6 Monate) eines Fahrzeuges (auch Verwandtschaft 1. Grades) – eine Inzahlungnahme ist nicht zwingend notwendig; Laufzeit 36 Monate, Sonderzahlung 0€, gebundener Sollzins 5,69%, effektiver Jahreszins 5,84%, Gesamtfahrleistung 30.000km, Fahrzeugpreis/Gesamtkreditbetrag 18.970€, Monatliche Rate 149€, zzgl. 995€ Überführungskosten, voraussichtlicher Gesamtbetrag 5.364€. *inkl. Opel Flat: 3 Jahre Fahrzeuggarantie (2 Jahre Herstellergarantie und 1 Jahr Anschlussgarantie im Umfang der Herstellergarantie gemäß den Garantiebedingungen), europaweiter Mobilservice (gemäß den Bedingungen der Opel Assistance) und Wartungen (gemäß Opel Serviceplan). Gültig für Neuwagen und Vorführwagen bis 12 Monate nach Erstzulassung. Gültig bis zum 31.3.2023. Nicht kombinierbar mit anderen Rabatten oder Aktionen. Angebot gilt nicht für Movano-e.

Rüschkamp

44145 Dortmund • Evinger Str. 20 – 24 • Telefon 0231/31 72 75-0
59368 Werne • Lünener Str. 41 • Telefon 02389 / 98 40-0
44532 Lünen • Viktoriastr. 73 • Telefon 02306 / 2 02 03-0
59379 Selm • Schachtstraße 1 • Telefon 02592 / 9 34-0
59348 Lüdinghausen • Seppenrader Str. 17 • Telefon 02591/79 79-0
Frank Rüschkamp GmbH & Co. KG www.opel-rueschkamp.de

Profiboxer aus Oberaden

Dariusz Lassotta erfüllt sich seinen Traum

Der 24-jährige Dariusz Lassotta aus Oberaden hat im Januar bei AGON Sports seinen ersten Profivertrag als Boxer unterschrieben. Zum ersten Mal im Ring als Profi stand er am 25. Februar, diesen Kampf konnte er nach Punkten für sich entscheiden. Über den Start im Boxen, den Sport und seine Ziele haben wir mit ihm gesprochen.

Wer sind Sie, was machen Sie?

Ich bin Dariusz Lassotta Profiboxer mit einer Größe von 1,88cm und boxe im Cruisergewicht 90,7kg. Ich bin am 19.08.1998 in Werne geboren, bin somit 24 Jahre alt, und lebe in Oberaden. Außerdem arbeite ich als Vertretungslehrer an der Preinschule in Oberaden, studiere an der Technischen Universität Dortmund und bin Model.

Wie sind Sie zum Boxen gekommen? Seit wann üben Sie den Sport aus?

Das erste Mal war ich beim Training 2011 in Bergkamen. Ich wollte es nur für Selbstverteidigung machen, da ich als Kind oft gehänselt, geschlagen, angespuckt und getreten wurde. Mein großer Bruder hat mich oft beschützt vor Schlägen von meist älteren Kindern.

Ich habe etliche Sportarten ausprobiert: Erst Fußball und auch Eishockey, aber das war nichts für mich. Mit dem Boxen habe ich relativ spät begonnen, Anfang Januar 2014. Ich habe bei einem Kollegen Silvester gefeiert und er hat gesagt „zieh mal Handschuhe an“. Er hat mir nach ein paar Sekunden eine blutige Nase geschlagen. Dann haben seine Eltern zu mir gesagt, dass er bereits seit fünf Jahren boxt und schon Wettkämpfe gemacht hat. Ich habe zu meinem Kollegen gesagt: „Gib mir sechs Monate Training und du hast keine Chance mehr gegen mich.“

Anschließend habe ich direkt in der ersten Januar Woche mit



Foto: www.torstenhelmke.de

dem Boxen begonnen. Und zwar in dem Verein, bei dem ich schon 2011 zur Selbstverteidigung war, aber nach zwei Wochen habe ich gemerkt, dass ich etwas anderes brauche. Ich habe mich im Internet nach Alternativen in der Umgebung umgesehen und dann bin ich auf den Boxclub Gahmen gestoßen.

Dort habe ich eine Stunde trainiert, es wurde individuell auf mich eingegangen und meine Stärken und Schwächen ausfindig gemacht. Ich war super zufrieden mit dem Training und besonders mit der Betreuerin vom Verein, Helga Gutkowski, die sich um alles gekümmert hatte, um Anmeldung, Boxequipment etc..

Ich habe ein Anmeldeformular mitgenommen und mich direkt beim nächsten Training angemeldet. In den ersten zwei Jahren habe ich kein einziges Training verpasst. Im Nachhinein kann ich sagen, dass es eventuell übertreiben war, dennoch hat mich das äußerst motiviert, hart dran zu bleiben.

Innerhalb der ersten sechs Monate absolvierte ich meinen ersten Kampf und gewann in der zweiten Runde durch Techni-

sches K.O.. Ab diesem Tag war es nicht mehr mein Ziel, Selbstverteidigung zu erlernen, sondern Profiboxer zu werden.

Als ich dann meinen Real schulabschluss mit Qualifikation beendet hatte, habe ich mich nach einer Schule umgesehen, wo ich früh genug zu Hause bin, um wie bisher pünktlich am Boxtraining teilzunehmen. Dann bin ich auf das Lippe Berufskolleg in Lünen gekommen, da hatte ich bis maximal 14.15 Unterricht. Somit hatte ich genug Zeit, um nach Hause zu gehen, zu essen, ein kleines Mittagsschlafchen zu machen, und dann fit zum Training zu fahren.

In der Anfangszeit auf dem Lippe Berufskolleg hatte ich es schwer, da ich 24/7 nur ans Boxen gedacht habe. Es ist so weit gekommen, dass mir fast alle Lehrer geraten haben, mein Abitur abzubrechen und eine Ausbildung anzufangen. Bis auf Ralf Lenzian, der komplett von Anfang an hinter mir stand und gesagt hat „benutz deinen Ehrgeiz, den du im Boxen aufbringst, und dann schaffst du auch problemlos dein Abitur.“ Ich habe ihm viel zu verdanken. Er war mehr als nur ein Lehrer für mich, eher ein

Freund.

2017 fuhr ich zur Vorbereitung der Elite deutsche Meisterschaft nach Münster ins Boxzentrum gefahren und bereitete mich dort für das Turnier vor. Dennoch musste ich mich knapp im ersten Kampf geschlagen geben.

Im darauffolgenden Jahr stand mein Abitur vor der Tür. Ich habe mich mehr darauf konzentriert und nur drei Kämpfe in dem Jahr bestritten. Ende 2018 war ich dann nochmal im Boxzentrum Münster, da ich von dem Trainer Engin Bereketoglu, der mehrfache deutscher Meister bei der Jugend und Junioren war, zum Sparring eingeladen wurde. Er hat eine beachtliche Größe von 2,08 m und ist somit ein optimaler Sparringspartner in meiner Gewichtsklasse, da ich mit meinen 1,88 im Superschwergewicht relativ klein bin und immer gegen Größere boxen musste.

Nach dem Sparring habe ich Engin gefragt, ob er mich auch trainiert. Wir starteten im Januar 2019 das Training und ich habe schnelle Fortschritte gemacht. 2019 habe ich in Australien das erste Mal für die deutsche Nati-



Fotos: Michael Hein

onalmannschaft auf mich aufmerksam gemacht, indem ich zwei gute Kämpfe gegen den australischen Meister und Jugend-Weltmeister bestritten habe. Einen Monat später habe ich in Italien auf einen Ländervergleichskampf gegen Clemente Russo geboxt und umstritten verloren. Clemente Russo ist zweimaliger Vize-Olympiasieger, Europameister und zweimaliger Weltmeister.

Ende des Jahres holte ich mir Unterstützung von einem Ernährungscoach, damit ich die Gewichtsklasse ändern kann. Im November 2019 habe ich angefangen, mein Gewicht von 114 kg Stück für Stück zu reduzieren. Im Dezember habe ich die Chance bekommen, beim „Round Robin“ in Kienbaum zu boxen, das war die nationale Qualifikation für Olympia 2020. Ich musste mich allerdings gegen Nelvie Tiafack geschlagen geben. Während des Kampfes hatte ich ein Gewicht von 98 kg.

Anfang 2020 kam Corona und ich habe trotzdem diszipliniert zu Hause weiter trainiert und hatte stabil mein Gewicht unter Kontrolle. Dann wurde ich im September 2020 erneut zum „Round Robin“ in Chemnitz eingeladen, konnte mich „Round Robin“-Sieger nennen und habe mich zur U22-Europameisterschaft sowie den Cologne World Cup qualifiziert.

Nach dem Turnier hatte ich

ein paar Anfragen verschiedener Olympiastützpunkte. Ich habe mich dann für den Olympiastützpunkt in Schwerin entschieden und bin dann Anfang Oktober dorthin gezogen. Dort habe ich mich bei Michael Timm relativ schnell entwickelt.

Was sind Ihre größten sportlichen Erfolge bisher?

Mein größter sportlicher Erfolg war die Bronze Medaille 2021 beim Cologne World Cup. Des Weiteren bin ich mehrfacher internationaler Medailen-Gewinner bei der U22-Europameisterschaft und Weltmeisterschaft-Teilnehmer bei den Männern. Zweimal „Round Robin“-Sieger (Deutscher Meister), der Wettkampf war Ersatz für die Deutsche Meisterschaft. 2022 war ich ungeschlagen in der ersten Bundesliga.

Was hat das Boxen aus mir gemacht? Natürlich konnte ich durch das Boxen einige Erfolge feiern und schon allein der Erfolg macht einen sehr glücklich, aber der Erfolg an sich ist eher temporär. Ich war als Kind schon gut Übergewichtig mit Hilfe des Boxsports konnte ich die erste große Hürde überwinden.

Außerdem habe ich durch das Boxen charakterliche Eigenschaften entwickelt, wie Disziplin, Ehrgeiz und Fleiß. Auch im Alltag habe ich die Eigenschaften integriert – angefangen in



meiner Schulzeit bis zu meiner Lehrertätigkeit.

Mein bislang größter Gewinn ist meine Freundin Jenin Heck (Vize Europameisterin im Jahr 2021 und Europameisterin 2022), die ich im Trainingslager Anfang 2021 mit der Nationalmannschaft kennenlernen durfte.

Es ist wunderbar, wenn man die gleichen Interessen teilt, einen ähnlichen Charakter hat, man sich gegenseitig unterstützt und immer für einander da ist. Seit dem 29.01.2023 darf ich sie nicht nur meine Freundin, sondern mein Verlobte nennen! Es war ein ganz besonderer Monat für mich, ich habe meinen ersten Profivertrag unterschrieben und ich habe mich verlobt.

Was ändert sich jetzt für Sie? Was ist Ihr nächstes Ziel?

Es kommt immer drauf an, was ansteht. Jetzt habe ich Semesterferien, das bedeutet ich mach mich morgens auf dem Weg ins Fitnessstudio in Oberaden. Danach wird eine Kleinigkeit gegessen und anschließend geht es paar Stunden zur Preinschule, an der ich weiterhin als Vertretungslehrer tätig bin.

Ich versuche den Kindern nicht nur den Lehrplan zu vermitteln, sondern ihnen gleichzeitig Disziplin beizubringen und sie auf das Leben vorzubereiten. Nach der Arbeit fahre ich nach Hause und lerne für

meine anstehenden Klausuren. Abends geht es ins Box-Gym für die zweite Trainingseinheit am Tag. Anschließend etwas Essen und dann gehe ich schlafen, damit ich eine optimale Regeneration habe. Sonntag ist Family Day: Da wird mit Oma gemeinsam gegessen und den Rest des Tages verbringe ich mit meiner dann nach Essen zu meiner Verlobten und ihrer Familie.

Es ändert sich nicht viel: Die Vorbereitungen sind genauso hart wie bei der Nationalmannschaft. Weil meine Verlobte weiterhin Teil der Nationalmannschaft ist, bereitet sie sich auf die Olympia-Qualifikation vor. Ich stehe 1.000 Prozent hinter ihr. Es ist unser gemeinsames Ziel, dass sie Olympiasiegerin wird und ich Weltmeister bei den Profis.

Was sagt die Familie?

Meine ganze Familie ist unglaublich stolz auf mich und auf das, was ich in den letzten Jahren alles erreicht habe. Ich habe mein Studium ziemlich weit nach vorne gebracht, ich bin Hauseigentümer geworden, ich habe meinen ersten Profivertrag unterschrieben und der letzte Schritt in Richtung des Erwachsenwerdens war meine Verlobung. Ich bekomme von meiner eigenen Familie – mit meiner Oma angefangen – und von meinen Schwiegereltern jede Unterstützung.

Die Disziplin hat sich ausgezahlt: Dariusz Lassotta bezwang bei seinem ersten Profikampf den starken Polen Patryk Polasik mit einer tollen Leistung und einem einstimmigen Punktsieg. Ob er einen KO geplant hatte, fragte man den angehenden Lehrer Lassotta nach dem Kampf:

„Auf keinen Fall. Ein Knockout entwickelt sich im Kampf. Ich habe seit zehn Monaten nicht mehr im Ring gestanden und wollte locker boxen. Ich wollte treffen, ohne selbst getroffen zu werden und das ist mir ganz gut geglückt. Besonders habe ich mich darüber gefreut, dass meine Oma am Ring saß. Sie hat nicht einen meiner Amateurlämpfe gesehen und nun war sie bei meinem Profidebüt dabei. Danke Oma!“

RSO-Fußballturnier

Freude über die Wiederkehr



Fotos: RSO

Nach drei Jahren Pause konnte endlich wieder das RSO-Fußballturnier durchgeführt werden.

In den Jahrgängen 5/6 stellten sich schnell mit den Klassen 6c und 6b zwei Favoriten heraus. Für eine kleine Überraschung konnte die 5c sorgen, die sich einen guten dritten Platz sicherte. Sieger wurde die Klasse 6b, obwohl die

Klasse 6c sogar mehr Treffer erzielen konnte. Den Fan- und Fairplaypreis sicherte sich die lautstarke 6a – angetrieben von ihrer enthusiastischen Klassenlehrerin.

In den Jahrgängen 7/8 fiel die Entscheidung erst im vorletzten Spiel. Den Pokal errang die Klasse 7c, die sich in ihrem letzten Spiel entscheidend und fußballerisch verdient mit 2:1 gegen die 7b durchsetzen konnte. Auch den



Fan- und Fairplaypreis konnte die sich die 7c hauchdünn vor der Klasse 7a sichern.

Im abschließenden Turnier der ältesten Jahrgänge bewies das Team der Klasse 10c Moral. Trotz ungünstiger, personeller Voraussetzungen und ausschließlich Niederlagen bewies man Sportsgeist. Umso größer war die Freude über das einzige erzielte Tor. Sportlich hatte die Klasse 10a die

Nase vorn. Im letzten Spiel konnte man durch ein 2:0 noch den Konkurrenten 10b abfangen und sich den Wanderpokal sichern. Die beste Stimmung verbreitete die Klasse 9a, deren Team insgesamt einen guten dritten Platz belegte. Neben den ehrgeizigen, aber stets fair geführten Spielen stach vor allem die Begeisterung und die Freude über die Wiederkehr des Traditionsturniers hervor.

SV-Disco

Party an der Realschule

Einen stimmungsvollen Einstieg in das zweite Schulhalbjahr erlebten die Schüler*innen der Realschule Oberaden. Nach drei Jahren konnte im Rahmen der traditionellen SV-Disco getanzt und gefeiert werden.

Einige ehemalige Schüler*innen statteten ihrer alten Schule einen Besuch ab und schwangen das Tanzbein. Die Eltern unter-

stützten tatkräftig die Lehrkräfte, so dass die Schüler*innen einen rundum gelungenen Abend genießen konnten. Für die musikalischen Klänge und eine tolle Beleuchtung zeichnete sich wieder einmal DJ Alex mit seinem Team verantwortlich, der seine ehemalige Schule ehrenamtlich unterstützt. Für viele Kinder und Jugendlichen war es die erste Disco. Die Freude darüber konnten man in ihren Gesichtern ab-



Foto: RSO

lesen. Für das leibliche Wohl sorgte der RSO-Küchenexpress. Zudem wurde auch das Angebot einer Fotobox begeistert ange-

nommen. Um kurz nach 21.00 Uhr endete der Abend. Viele Schüler*innen freuen sich bereits jetzt auf die Neuauflage im Jahr 2024.

KERAK
Naturstein
MEISTERBETRIEB

Bergkamen-Weddinghofen
Am Hauptfriedhof 6
Telefon: 0 23 07 - 6 93 50
E-Mail: kerak@t-online.de
www.naturstein-kerak.de

Grabmale und Skulpturen

Jörg Kampmann

Garten- u. Landschaftsbau
Grabpflege- u. Gestaltung

Dorfstraße 21a · 59192 Bergkamen
Tel. (02389) 78 142 92 · 0162-23 79 935
info@gartenbau-kampmann.de · www.gartenbau-kampmann.de

Sonnige Aussichten fürs Urlaubsbudget

Mit einer guten Vorbereitung das eigene Budget schonen

Foto: djd/Geld und Haushalt/S-Com/Getty Images/Muriel de Seze



Die Reiselust der Menschen in Deutschland ist groß: Zwei von drei Personen (65 Prozent) planen laut Statista für das Jahr 2023 eine mindestens fünftägige Urlaubsreise. 28 Prozent beabsichtigen, im eigenen Land zu bleiben, 41 Prozent wollen innerhalb Europas urlauben und 16 Prozent möchten eine Fernreise unternehmen.

Egal, ob nah oder weit, ob Meer oder Gebirge, Reisen haben in jedem Fall ihren Preis. Damit die erholsame Zeit nicht zum Stressfaktor für das private Budget wird, kommt es auf eine gute Vorbereitung und Planung an.

Euro-Challenge für die Urlaubskasse

Wenn nach der Rückkehr aus dem Urlaub das Konto unter den finanziellen Belastungen ächzt, ist die Erholung schnell wieder dahin. Deshalb ist es ratsam, sich im Vorfeld gut zu überlegen, wie viel Urlaub man sich leisten kann und will. „Reisen sind eine hoch emotionale Angelegenheit. Umso wichtiger ist es, rational zu bleiben und sich vorab ein festes Urlaubsbudget festzulegen, das nicht überschritten werden soll“, empfiehlt Korina Dörr, Leiterin des Beratungsdienstes Geld und Haushalt. Zur Vorfreude auf den Urlaub gehört nach ihren Worten auch das Vorsparen: „Wer je-

den Monat einen festgelegten Betrag auf ein Extrakonto einzahlte, kommt gar nicht erst in Versuchung, das Geld anderweitig auszugeben.“ Daraus könnte auch ein kleiner Wettbewerb innerhalb der Familie werden: Bei der Euro-Challenge wandert zum Beispiel jeder Fünfeuro-Schein aus der Geldbörse direkt in die Urlaubskasse. So gibt es rasche Erfolgserlebnisse und auch Kinder merken schnell, dass Sparen viel Spaß machen kann.

Nachhaltig reisen und Geld sparen

Neben den finanziellen Aspekten ist vielen auch das Thema Nachhaltigkeit auf Reisen wichtig: Die Bahnfahrt innerhalb Deutschlands zum Beispiel weist eine wesentlich bessere Klimabilanz als ein Fernflug auf. Zudem ist es eine gute Idee, bei



Foto: djd/Geld und Haushalt

der Wahl des Urlaubsziels die Entfernung und die Dauer der Reise gegeneinander abzuwägen: Je kürzer die Reise, desto näher sollte auch das Ziel sein. Mehr Tipps, um klimafreundlich unterwegs zu sein und gleichzeitig Geld zu sparen, gibt es in der Broschüre „Ökologisch haushalten“. Sie ist kostenfrei

unter 030-20455818 oder www.geld-und-haushalt.de erhältlich. Noch ein Tipp: Nah gelegene Sehenswürdigkeiten und Städte, ob für einen Tagesausflug oder ein verlängertes Wochenende, lassen sich auch mit dem neuen Deutschlandticket erreichen. So spart man Geld und reist gleichzeitig nachhaltiger. (djd)

Biohof
OSTENDORFF
Bergkamen - Weddinghofen
Hanenstr. 5
Tel. 02307-69836
www.biohof-ostendorff.de

Verkaufszeit im Hofladen
Himmel und Erde
Mo, Mi und Fr: 15.00 - 18.00 Uhr
Getreide, Kartoffeln, Obst und Gemüse,
Eier, Milch und Milchprodukte, Rindfleisch,
Schweinefleisch, Naturkostsortiment,
Bier und Wein

Besuchen Sie unseren Hofladen auch auf Instagram

Wir geben
Reha-Sport Raum!

OVERHAGE

Praxis Overhage
info@praxis-overhage.de
www.praxis-overhage.de

Rehasport in kleinen Gruppen
Rehasport für psychisch belastete Menschen

Gesprächspsychotherapie / Gruppentherapie
Musiktherapie
Meditation

Taiji Qigong
Yin Yoga

FitKids – optimale Ernährung für Kinder
Iss für Dich –
Blutzuckerspiegel
Gewicht
und Entzündungen reduzieren

Kursanmeldungen und aktuelle Zeiten bitte in der Praxis oder unter Tel. 02306/7648888 erfragen.

Ökologiestation:

Ostereier färben am Feuer

Am Sonntag, 2. April bietet das Umweltzentrum Westfalen in der Zeit von 10.00 bis 13.00 Uhr die Aktion „Ostereier färben am Feuer“ für Kinder ab 7 Jahre in der Ökologiestation an.

Ostern steht vor der Tür! Genau der richtige Zeitpunkt um Eier zu färben. Am Feuer rühren die Kinder Farben aus Kräutern, Rinde und Wurzeln an und verzieren die Eier nach eigenen Ideen und Wünschen. Spiele rund um das Thema Ostern runden die gemeinsamen Stunden im Freien ab.

Die Kinder sollten regenfeste und warme Kleidung tragen; eine Trinkflasche inkl. Getränke und Kartons zum Transport der Eier mitbringen. Die Kosten für diese Veranstaltung betragen 30 Euro (inkl. Material). Maximal können 16 Kinder an dieser Aktion teilnehmen. Durchgeführt wird die Veranstaltung von Sandra Bille (Wildnispädagogin) und Heike Barth (Naturerlebnis-Pädagogin). Anmeldungen ab sofort bei Dorothee Weber-Köhling (Tel. 02389-980913) oder dorothee.weber-koehling@uwz-westfalen.de



Foto: Karolina Grabowska/pixabay.com

„Abie Alba“-Mitmach-Lesung

Inklusionsprojekt in der Ökologiestation

In der ersten Osterferienwoche (3. bis 7. April 2023) bieten das Umweltzentrum Westfalen und die Naturförderungsgesellschaft Kreis Unna ein Inklusionsprojekt für Kinder von 9 bis 12 Jahren in der Ökologiestation an.

Die Kinderbuchautorin und Schauspielerin Katrin Bühring und die Sprachheilpädagogin

und UK-Coach Maike Freiberg geben Kindern und Jugendlichen mit und ohne Behinderung als Baumkinder eine Stimme. Die Baumkinder ziehen los, um den Wald vor der Abholzung zu retten.

Die Kostüme und das Bühnenbild werden von den Kindern gebastelt. Für die Aufführung werden Szenen aus dem Kinderbuch „Abie Alba – Die Ret-

tung des Waldes“ geübt. Dabei kommen auch Kinder zu Wort, die auf individuelle Hilfsmittel aus dem Bereich der Unterstützenden Kommunikation angewiesen sind. Am letzten Tag wird die Mitmach-Lesung vor Publikum aufgeführt. Das Basteln und Proben findet Mo bis Do (3. bis 6.4.) von 9.30 bis 13.30 Uhr statt. Am Freitag, 7. April, treffen sich die Kinder um

14.00 Uhr für die Generalprobe; die abschließende Aufführung findet ab 16.30 Uhr in der Ökologiestation statt.

Die Kosten für dieses Inklusionsprojekt betragen 100 Euro. Eine Begleitperson für beeinträchtigte Kinder ist an jedem Tag notwendig. Anmeldungen ab sofort bei Dorothee Weber-Köhling (02389-980913) oder dorothee.weber-koehling@uwz-westfalen.de

				2				
		9				1	5	4
7	1	5			9			6
9			2	8		6	1	3
	8			5			4	
6	4	2		1	7			8
5			1			9	3	2
1	9	6				8		
				9				

Reparaturen aller Fabrikate

Egal ob Mechanik oder Elektrik, ob Wartung oder Inspektion - wir kümmern uns um alle Belange rund um Ihr Auto:

NEU! Reifengarantie: Jetzt 36 Monate Schutz im Schadensfall! (Fragen Sie uns).

Reifenwechsel und Frühjahrscheck

Jetzt bei uns!

Autohaus Jehrke

Bambergstr. 116, Bergkamen, ☎ (0 23 07) 96 26 30
Internet: www.Jehrke.de e-mail: info@Jehrke.de

Neue Fotoausstellung mit Vortrag:

„Vielfältige Tierwelt im heimischen Garten“

Am Donnerstag, 16. März, um 19 Uhr wird die Ausstellung „Vielfältige Tierwelt im heimischen Garten“ von Herbert und Dr. Janine Teuppenhayn wird mit einem Einführungsvortrag in der Ökologiestation eröffnet, der auch Einblicke in die Entwicklung des Gartens sowie die Entstehung der Fotografien gibt. Einlass ist bereits ab 18 Uhr.

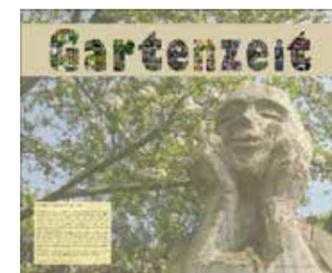
Herbert und Dr. Janine Teuppenhayn haben seit über 15 Jahren in ihrem Hausgarten im Birnenweg in Bönen die tierischen Besucher beobachtet und fotografiert. In den letzten Jahren richteten sie ihr Augenmerk vermehrt auch auf die Welt der Insekten. Dabei erstaunt es immer wieder, welche Vielfalt sich einfindet, wenn ein Garten nahezu ganzjährig blühende Pflanzen



Fotos: Herbert und Janine Teuppenhayn

bietet und durch abwechslungsreiche Gestaltung unterschiedliche Lebensräume bereitstellt. Das Ausstellungsprojekt leistet einen lokalen Beitrag zu dem sehr aktuellen Problem des weltweiten Insektensterbens. Die Bilder demonstrieren, dass sich selbst in einem recht kleinen Hausgarten von ca. 450 m² eine kleine Oase für die heimi-

sche Insektenwelt schaffen lässt und es sich lohnt, auch im Kleinen tätig zu werden. Die Dokumentation zahlreicher Vogelarten im Garten liefert ebenfalls dafür den Beweis. Etwa 17 Mill. Gärten in Deutschland machen 2 Prozent der Landesfläche aus. Mit seinem eigenen Garten kann jeder Hausbesitzer sogenannte Trittsteine für die be-



drohte Tierwelt schaffen. Das Ehepaar erhielt im September 2021 den Heimatpreis der Gemeinde Bönen. Für die Ausstellung haben die beiden über 600 Einzelaufnahmen thematisch auf 60 großen Schautafeln zusammengestellt, um gleichzeitig mit den dargestellten Pflanzen die ökologischen Zusammenhänge zu verdeutlichen. Alle Fotos sind ausschließlich im eigenen Garten entstanden.

Die Ausstellung ist bis zum 25. April jeweils zu den Öffnungszeiten Mo. - Do. 8.30 bis 16. Uhr, Fr. 8.30 14 Uhr und nach Vereinbarung zu sehen.

Neue Ortsgruppe

Die NaturFreunde sind nun in Bergkamen vertreten

Neben Kamen, Hamm und Lünen hat jetzt auch Bergkamen wieder eine Ortsgruppe der NaturFreunde. Oliver Wendenkampf und Dr. Talin Kalatas, Geschäftsführer des Landesverbandes der NaturFreunde, gründeten am Montag, 06.02.2023, die neue Ortsgruppe und planen weitere Projekte mit dem Umweltzentrum Westfalen.

„Wir freuen uns sehr, dass wir nun auch für die Bergka-

mener Bürgerinnen und Bürger eine Anlaufstelle für die NaturFreunde bieten können“, so Oliver Wendenkampf, der sich bereits in Sachsen-Anhalt stark für die Umweltschutzorganisation engagiert hat. Die NaturFreunde setzen sich aktiv, wirksam und nachhaltig für eine sozial gerechtere Gesellschaft in einer lebenswerten Umwelt ein – und dies seit mehr als 125 Jahren. Dabei sind auch Themen wie Gleichheit, Freiheit und Selbstbestimmung wichtig.

„Mit unseren vielfältigen Angeboten richten wir uns an all die Menschen, die sich der Verantwortung für ihr Umfeld und ihre Umwelt (wieder) bewusst werden wollen, und auch gemeinsam mit uns diese Verantwortung für sich und künftige Generationen übernehmen werden“, so Dr. Talin Kalatas. In über 50 Ortsgruppen bieten die NaturFreunde NRW ein vielfältiges Programm an – aktive Freizeitgestaltung in der Natur, umwelt- und gesellschaftliches



Grafik: www.naturfreunde.de

Engagement. Sie wollen Mitglied werden und den Umweltschutz unterstützen? Dann wenden Sie sich an Herrn Wendenkampf, bergkamen@naturfreunde-nrw.de ,Tel. 0151/65232077.

GEBR. MÖLLER

CONTAINERDIENST • TIEFBAU • BAUSTOFFE • TRANSPORTE

44532 Lünen • Kreuzstraße 132
Tel. 0 23 06/16 00-0
Fax 0 23 06/16 00-16
www.gebr-moeller.de

HOF HENTER

Produkte aus der Region

Jetzt NEU:
Eier aus eigener Freilandhaltung

Kartoffeln

Zwiebeln

Eier

Bambergstr. 85 | 59192 Bergkamen
Tel. 02307/60712 | Montag - Samstag von 8 bis 18 Uhr

Ostern

Köstlichkeiten für den Brunch

Gern trifft sich die Familie an Ostern zu einem ausgiebigen Brunch. Wir haben zwei dazu passende Rezepte für Sie: ein süßes Lämmchen und fruchtige Marienkäfer zum Dessert.

Genießen Sie an Ostern ein paar entspannte Stunden im Kreise Ihrer Lieben. Am schönsten ist es doch, wenn man zusammen genießen und schlemmen kann. Herzhaftes, aber auch Süßes darf dann auf dem Buffet nicht fehlen. Zum Beispiel das österliche Zupfbrot aus Hefeteig in Lamm-Form. Oder eine niedliche, frühlinghafte Quarkspeise mit Erdbeeren, die nicht nur Kinder lieben werden!

Osterlamm aus Hefeteig

Zutaten für etwa 16 - 20 Portionen:

Für das Backblech (40 x 30 cm): Backpapier. Hefeteig: 250 ml Milch, 100 ml Speiseöl, z. B. Sonnenblumenöl, 500 g Weizenmehl, 1 Pck. Dr. Oetker Trockenbackhefe, 75 g Zucker, 1 Pck. Dr. Oetker Vanillin-Zucker, 1 TL Salz, etwa ½ gestr. TL gemahlener Anis, 1 Ei (Größe M). Außerdem: etwa 100 g Hagelzucker, 2 Rosinen, Milch.

Zubereitung:

Vorbereiten: Milch und Öl in einem kleinen Topf erwärmen. Hefeteig zubereiten: Mehl mit Hefe in einer Rührschüssel sorgfältig vermischen. Übrige Zutaten und die warme Milch-Öl-Mischung hinzufügen und alles mit einem Mixer (Knethaken) kurz auf niedrigster, dann auf höchster Stufe in etwa 5 Min. zu einem glatten Teig verkneten. Teig zugedeckt an einem warmen Ort so lange gehen lassen, bis er sich sichtbar vergrößert hat. Backblech mit Backpapier belegen. Backofen vorheizen. **Ober-/Unterhitze etwa 180 °C, Heißluft etwa 160 °C**

Teig auf leicht bemehlter Arbeitsfläche kurz durchkneten, zu einer Rolle formen und in 48 gleich große Stücke schneiden. Die Stücke zu Kugeln formen. 5 Teigkugeln zusammenkneten,



Foto: Dr. Oetker Nahrungsmittel KG

zu einem Oval (etwa 11 cm lang) formen und als Kopf des Lamms auf das Backblech legen. 2 Teigkugeln als Ohren an den Kopf legen, 3 Kugeln erst auf ein mit Wasser angefeuchtetes Stück Küchenpapier, dann in Hagelzucker drücken und zwischen die Ohren an den Kopf legen. Von den übrigen Teigkugeln 8 für die Beinchen beiseitelegen, alle übrigen Kugeln ebenso befeuchten, in Hagelzucker drücken und in Form eines Lamms auf das Backblech legen. Für die Beinchen je 2 Kugeln aneinander un-

ten an den Lammkörper legen. Die Rosinen als Augen in den Kopf drücken.

Teig an einem warmen Ort so lange gehen lassen, bis er sich sichtbar vergrößert hat. Alle Teigstücke ohne Hagelzucker mit Milch bestreichen und das Lamm backen. **Einschub: Mitte, Backzeit: etwa 20 Min.**

Das Gebäck mit dem Backpapier auf einen Kuchenrost ziehen und erkalten lassen.

Marienkäfer-Dessert

Zutaten für etwa 6 Portionen:

Quarkspeise: 200 g frische oder tiefgekühlte Erdbeeren, 1 Pck. Dr. Oetker Quarkfein Erdbeergeschmack, 250 g Speisequark (Magerstufe). Zum Verzieren: Dr. Oetker Lustige Zuckeraugen, Dr. Oetker Zuckerschrift Schwarz, 4 Schokoladeneier oder Kinder® Schoko-Bons, Dr. Oetker Schoko-Tröpfchen.

Zubereitung:

Quarkspeise zubereiten: Frische Erdbeeren waschen und putzen oder tiefgekühlte Erdbeeren auftauen lassen. Erdbeeren in einer Rührschüssel pürieren. Quarkfein hinzufügen und mit einem Schneebesen gut verrühren. Quark zugeben und glattrühren. Quark bis oben hin und kuppelförmig (als Marienkäferkörper) in kleine Gläser füllen. Gläser bis zum Servieren in den Kühlschrank stellen.

Dessert verzieren: Zuckeraugen mit Zuckerschrift an ein Schokoladenei oder Schoko-Bon kleben. Vor dem Servieren die beklebte Schokokugel als Kopf auf den Quark legen. Mit Zuckerschrift die Flügel malen. Die Schoko-Tröpfchen als Pünktchen auf den Quark setzen. (Dr. Oetker Nahrungsmittel KG/hs)

Guten Appetit und frohe Ostern!

Foto: Dr. Oetker Nahrungsmittel KG

Sperrmüll

Voll-Service wieder möglich

Nachdem im Jahr 2020 pandemiebedingt der Voll-Service bei der Sperrmüllabholung ausgesetzt wurde, bietet der Entsorgungsbetrieb Bergkamen (EBB) diesen Service ab sofort wieder an.

Voll-Service bedeutet, dass die Mitarbeiter des EBB die zur Sperrmüllabfuhr vorgesehenen Teile direkt aus der Wohnung

oder dem Keller abholen und verladen. Es gilt zu beachten, dass die abzuholenden Teile direkt transportierbar sind, also nicht mehr durch die EBB-Mitarbeiter auseinandergelassen oder von der Wand geschraubt werden müssen.

Die Gebühr beträgt bei bis zu drei Kubikmeter Sperrmüll 40,- Euro zusätzlich zur Grundgebühr, bei größeren Mengen wird



Foto: Wolfgang Eckert/Pixabay.com

eine Zusatzgebühr nach Aufwand fällig. In jedem Fall erfolgt vor der Abholung ein Besichtigungstermin, bei dem unter anderem die Kosten durch den

EBB-Mitarbeiter ermittelt werden. Für die Absprache eines Besichtigungstermins erreichen Sie den EBB unter der Rufnummer 02307/28 503 290.

Comedy

LOL – Das Comedy Start-up

Mit der Show LOL – Das Comedy Start-up treten am Freitag, 17. März, und am Freitag, 5. Mai, jeweils um 20 Uhr „Die Stars von Morgen“ auf der Kleinkunstabühne im Stadtmuseum auf.



Das Publikum darf sich auf eine unterhaltsame Stand-up Mixed-Show mit den neuen aufstrebenden Comedians und Comediennes der deutschsprachigen Stand-up Szene freuen. Die Show wird immer mit drei bis vier Acts besetzt, wobei eine/r der Künstler*innen auch durch den Abend führt. Die Namen der auftretenden

Künstler*innen werden vorab nicht verraten, so dass die Neugier und Spannung für das Publikum bestehen bleibt.

Weitere Infos und Eintrittskarten unter: Tel. 02307/ 965 464 oder tickets.bergkamen.de

Judo-Erfolg:

Lynn Dammermann wird

Bezirksmeisterin

Anfang Februar fand in Holzwickede die Bezirksmeisterschaft der U11 statt.

Die Bezirksmeisterschaft ist für die U11 die höchstmögliche Meisterschaft für diese Altersklasse. Vom SuS Oberaden nahm Lynn Dammermann in der U11 in den Gewichtsklassen bis 48 kg teil. Ungeschlagen erreichte sie den 1. Platz. Ihre Trainerin Katrin Benholz war hocherfreut über diesen Erfolg.



Foto: Ralf Heimbach/SuS Oberaden 2023

Ostern kommt!

Hof Brüggemann
Eier Erdbeeren Kartoffeln Gemüse Obst
Jahnstraße 82 Bergkamen-Oberaden
Telefon 0 23 06-8 02 70

GEMÜSE, köstliche ÄPFEL und KARTOFFELN aus der Region.
Frische EIER aus eigener Hühnerhaltung und bunte OSTEREIER solange der Vorrat reicht.
Geöffnet: Mo. + Mi. 9 - 13 Uhr, Di. 15 - 18 Uhr, Do. + Fr. 9 - 13 + 15 - 18 Uhr, Sa. 8 - 13 Uhr

SIEFER S GARN

24 Stunden für Sie da!

Sanitär · Heizung · Klima · Solartechnik
Wärmepumpen · kontrollierte Wohnraumbelüftung

Unsere Sanitär-Ausstellung
Besuchen Sie unsere exklusive Sanitärausstellung im Loftwerk. Vereinbaren Sie gerne einen Termin!

Siefer GmbH, Kampstraße 4, 59192 Bergkamen
Tel.: +49 (0) 2307 / 806 19 www.siefer-gmbh.de

LoftWERK

Sie suchen gute Werbung?



Ihre Kreativagentur am Möhnesee

Wir als Full-Service-Kreativagentur entwerfen nicht nur Start-ups ein individuelles und professionelles Erscheinungsbild, sondern verleihen auch etablierten Unternehmen einen neuen Anstrich. Ob Logo, Geschäftspapiere, Prospekte, Anzeigengestaltung, frische Texte, Fotografie oder Websites: Bei uns sind Sie richtig!

Mit frischen Ideen, Einsatzfreude und jahrelanger Erfahrung setzen wir Ihre Wünsche um.



Delecker Weg 33 • 59519 Möhnesee
Fon 0 29 24 - 87 970-31 • Fax 0 29 24 - 87 970-29
info@4cminds.de • www.4cminds.de

Vertreten durch F.K.W. Verlag GmbH

SuS-Leichtathleten

Erinnerung an Ehrenmitglied Hermann Blanck

Viele Mitglieder aber auch Ehemalige der Abt. Leichtathletik im SuS Oberaden erinnern sich gerne an Hermann Blanck, der am 26.02.1923, also vor 100 Jahren geboren wurde. In der LA-Abteilung ist der langjährige Erfolg auf vielfältige Weise mit seiner über 35-jährigen Mitgliedschaft verknüpft.

In verschiedensten Positionen z.B. in den 60er und 70er Jahren als Abteilungsleiter, zeitweise als Vorsitzender der LG Bergkamen (SuS mit Tura Bergkamen), als Kampfrichter mehr als 30 Jahre, davon viele Jahre als Obmann und Starter, als Mitglied im Kreisleichtathletikausschuss Unna-Hamm, fast 20 Jahre als Übungsleiter, mehr als 30 Jahre als Sportabzeichen-Prüfer, davon 10 Jahre als Oberadener Obmann hat er sich unermüdlich und in der ihm eigenen konsequenten und verlässlichen Art zum Wohle der Abteilung und der sportlichen Bevölkerung in Bergkamen zur Verfügung gestellt. Ein besonderes ehrenamtliches Betätigungsfeld war der ihm am Herzen liegende 1979 durch Unterstützung des städtischen Sportamts eingerichtete Lauftreff Bergkamen. 1989 wurde ihm deshalb für die Gründungs-Beteiligung und langjährige Leitung die Silbermedaille der Stadt Bergkamen verliehen. In Erinnerung wird allen der am Sonntagvormittag oft mehr als 100 anwesenden Teilnehmern seine be-



Hermann Black beim Hochsprung 1997. Foto: SuS/Ebeling

sonders kraftvolle und lautstarke Begrüßung sowie das imposante Zählen der Teilnehmer bleiben.

Zahlreiche Ehrungen

Eine weitere große Anerkennung erfuhr Hermann Blanck durch die Abteilung LA, die ihm 1993 anlässlich seines 70. Geburtstages die Ehrenmitgliedschaft verlieh und ihm diese außergewöhnliche Ehre als erstem und bisher einzigem Mitglied zuteilwerden ließ. Weitere Ehrungen für sein Engagement gab es durch Auszeichnungen mit Silber- und Goldmedaillen durch den SuS Oberaden, den Fußball- und Leichtathletikverband Westfalen (FLVW) und den Deutschen Leichtathletik-Verband (DLV). Aber auch seine über 30-jährige aktive Laufbahn als Leichtathlet im SuS Oberaden bescherte ihm eine Vielzahl von Erfolgen. Über von ihm aufgestellte Ver-

einsrekorde in Disziplinen von Sprint über 50m bis 400m, längeren Strecken bis 5000m bis hin zur Ultra-Langstrecke über 100km, im Kugelstoßen und besonders in seinen Lieblingsdisziplinen Hoch- und Weitsprung ist noch heute in den Rekordlisten der Abteilung nachzulesen. Eine stattliche Sammlung an Kreis-

und Bezirksmeistertiteln sowie vordere Platzierungen in den Kreis-, Westfälischen und Deutschen Bestenlisten waren weitere sichtbare Ergebnisse seiner sportlichen Leistungen.

Einen besonderen Erfolg erzielte er bei den Deutschen Seniorenmeisterschaften 1988 mit Erringung der Vizemeisterschaft im Hochsprung, der im gleichen Jahr gute Platzierungen in Hoch- und Weitsprung bei den Europäischen Seniorenspielen in Cesenatico/Italien folgten. Krankheitsbedingt musste er in seinen letzten Lebensjahren kürzertreten, konnte aber 1999 noch die Bedingungen des Deutschen Sportabzeichens zum 37x in Gold erfüllen. 2002 verstarb er nach langer schwerer Krankheit kurz vor seinem 80. Geburtstag und hinterließ eine große Lücke in der Abteilung Leichtathletik. Alle SuS-Leichtathleten und SuS-Leichtathletinnen sowie Laufteilnehmer*innen früherer Jahre werden ihren Sportfreund Hermann Blanck in bester Erinnerung behalten. (Eb)

**Zu Ihrer Sicherheit:
Weiterhin Maskenpflicht!**

Termine nach Vereinbarung

Unsere Leistungen
CMD (Kiefergelenksbehandlung)

Krankengymnastik • Gerätegestützte Krankengymnastik • Krankengymnastik nach Bobath • Klassische Massage • Bindegewebe-massage • Fußreflexzonenmassage • Thermo-Therapie Fango-, Heißluft- Kälteanwendungen • Manuelle Lymphdrainage • Triggerpunkt Behandlungen • Elektrotherapie und Ultraschall • Hausbesuche ärztl. verordnet • Medizinische Fußpflege

Praxis für Physiotherapie Böhme
Inh. Ulrike Wolf
Jahnstraße 90 • 59192 Bergkamen
Telefon (02306) 8 09 09 • Fax (02306) 94 06 57
www.boehm-wolf.de

Lackschmeichler
Unsere besonders schonenden
SofTecs Waschprogramme

Gaumenschmeichler
Unsere vollmundigen Kaffeespezialitäten
von **ALVORE** auch zum Mitnehmen
und **frische Sonntags-Brötchen**

Markant Tankstelle • Schulstraße 32 • Bergkamen-Weddinghofen
Inh. Liane Ronge • Tel. (02307) 96 31 60

Wanderpokal

Jahnschule gewinnt Sportabzeichenwettbewerb 2022

Die **Stadtsporgemeinschaft Bergkamen** hat im vergangenen Jahr wieder den **Sportabzeichenwettbewerb für die Bergkamener Grundschulen** veranstaltet, der durch Corona zwei Jahre lang pausiert hat.

Bei dem Wettbewerb gewinnt die Grundschule, die im Verhältnis zur Schülerzahl die meisten Sportabzeichen abgenommen hat. In 2022 hat die Jahnschule 119 Sportabzeichen abgenommen und eine Quote von 51,97 Prozent erzielt. Auf den weiteren Plätzen folgten die Freiherr-von-Ketteler-Schule aus



Foto: Stadt Bergkamen

Rünthe und die Overberger Schule.

Die Jahnschule erhielt aus den Händen von Bürgermeister Bernd Schäfer einen Wanderpokal. Die Siebtpremie der Stadtsporgemeinschaft Bergkamen in Höhe von 150,00 Euro überreichte Heinz-Georg Wessels aus dem Vorstand der Stadtsporgemeinschaft an Schulleiterin Susanne Fahrner.

Insgesamt konnten die Bergkamener Grundschulen 270 Sportabzeichen in 2022 abnehmen, für die noch 1,00 Euro pro Sportabzeichen an die Schulen gezahlt wird.

Walderlebnisse:

Sechs Tipps für Groß und Klein

Der Wald ist ein vielseitiger Ort, der den Kleinen viel Spaß bietet. Eltern und Großeltern können ihren Kindern und Enkeln bereits früh vermitteln, wie wichtig die Wälder sind.



Ganz neue Erfahrungen mit dem Wald können Kinder sammeln, wenn sie barfuß die verschiedenen Facetten eines Waldbodens erkunden. Foto: djd/PEFC

Die Besitzer nehmen trotz der Herausforderungen des Klima-

wandels die Anstrengung in Kauf, familienfreundliche Erholungswälder zu schaffen. Anregungen für pädagogisch wertvolle Erlebnisse im Wald gibt es beispielsweise unter www.pefc.de/waldposter. PEFC ist die größte deutsche Institution zur Sicherstellung einer nachhaltigen Waldbewirtschaftung. Tipps: 1. Stöcke schnitzen. 2. Barfuß laufen oder mit verbundenen Augen durch den Wald geführt werden. 3. Schätze des Waldes sammeln. 4. Picknick und grillen an dafür vorgesehenen Plätzen. 5. Sich mit Fernglas und Lupe auf Tiersuche begeben. 6. Erlebnispfade erkunden. (djd/h)

Blues, Country und Bluegrass

Bad Temper Joe im Sparkassen Grand Jam

Vor der großen Sommerpause erwartet das Publikum im Sparkassen Grand Jam am Mittwoch, 5. April, um 20 Uhr einen grandiosen Künstler. Denn dann ist Bad Temper Joe mit Hut, seiner Lapsteel-Gitarre und seiner Band im Thorheim, Landwehrstraße 160, zu Gast.

Sein Name steht für den Blues. Wenn er sich über seine Lap-Slide-Gitarre beugt, den Blues spielt und singt, entwickelt er einen absolut herzerreißenden, gefühlvollen Sound. Seine Songs nehmen das Publikum mit auf eine Reise durch musikalische Land-

schaften. Auf Jubelstürme und Freudenschreie wartet man bei ihm vergeblich. Das ist der ursprüngliche, wahre, aber immer auch unverkennbar eigene Blues des mürrischen Endzwanzigers Bad Temper Joe. Wenn es um Blues in deutschen Landen geht, führt mittlerweile kein Weg mehr an dem 1,95-Meter-Hünen aus Bielefeld vorbei. Ein Online-Bluesmagazin nennt ihn „einen der wirklich wichtigen Songwriter und Gitarristen der deutschen Blueszene“. Kartenbestellungen und weitere Infos unter: Tel. 02307/ 965 464 oder tickets.bergkamen.de.

Ein frohes Osterfest wünscht:

Tschaeye Bedachungen

Inhaber Thomas Tschaeye Dachdecker

Thomas Tschaeye Bedachungen Telefon: 02307 - 28 69 50
 Hof Theiler 24 Fax: 02307 - 28 69 51
 59192 Bergkamen Mobil: 0179 - 2216 657

Jahnstraße

Achtung, noch mehr Tempo 30!



Bild: Doris Metternich/Pixabay.com

Nach vielen Gesprächen zwischen der Stadt Bergkamen mit Straßen.NRW als Eigentümer der Jahnstraße in Oberaden gelten seit 2. März neue Geschwindigkeitsregeln in Teilen der Jahnstraße.

Bislang ist im südlichen Teil der Jahnstraße im Umfeld der Jahnschule tagsüber bereits Tempo 30 als zulässige Höchstgeschwindigkeit erlaubt. Ab sofort gilt diese Regelung auch im Bereich des Schulwegs zur Real- schule zwischen den Einmündungen Hermann-Stehr-Straße und Pantenweg. Im Anschluss daran, d.h. zwischen Pantenweg und dem Penny-Markt, erfolgt zum Schutz des Straßenkörpers und zur Vermeidung

weiterer Schäden eine ganz- tägige Geschwindigkeitsredu- zierung auf maximal 30 km/h. Der neue Technische Beigeord- nete Jens Toschläger freut sich: „So ist es gelungen, zumindest in Teilen der Jahnstraße sowohl die Verkehrssicherheit zu erhö- hen als auch die Lärmbelästi- gung für die Anwohner zu ver- ringern.“ Mit der nun geltenden Rege- lung wurde ein Beschluss des Ausschusses für Bauen und Ver- kehr aus dem vergangenen De- zember umgesetzt. Nun wurden dazu die entsprechenden Ver- kehrsschilder von Straßen.NRW angebracht. Die Stadt Bergka- men hat zudem eine entspre- chende mobile Hinweistafel auf- gestellt.

Frühling ist...

... wenn Ihr neues Haarstyling anderen den Kopf verdreht.

Auf den Birken 1
 59192 Bergkamen
 Telefon (02306) 3 04 67 20
 Öffnungszeiten:
 Di. bis Fr. von 8.30 bis 18 Uhr
 Sa. von 8 bis 14 Uhr



Fleischerei Kralemann

60 Jahre Familientradition

1963 übernahm Heinz Kralemann die Fleischerei seines Onkels, seit 1967 begrüßen er und seine Familie am Standort in Heil die Kundschaft in herzlicher und kompetenter Weise. Am 13. März feiert der Traditionsmetzger sein 60-jähriges Jubiläum.

Senior Heinz, mittlerweile 92 Jahre alt, hat längst den Betrieb in die fachkundigen Hände von Sohn Hermann gegeben, der selbst auch bereits seit 33 Jahren die Wünsche seiner Kunden erfüllt. Mit dessen Sohn Sven steht die nächste Generation ebenfalls in den Startlöchern – auch der „Junior“ ist Fleischermeister, wie sein Vater und Großvater, der sogar den Diamantenen Meisterbrief besitzt. Viele Stammkunden kommen gern in den Fachbetrieb, wo sie nicht nur Fleisch- und Wurstwaren in Top-Qualität, sondern auch stets Informationen und Tipps von den sympathischen Verkäuferinnen hinter der Theke erhalten. Der Kundenkontakt macht für Veronika Kralemann das Besondere an diesem Beruf aus, den die gesamte Familie mit viel Leidenschaft ausübt. Gemeinsam mit ihrem Mann Hermann hat sie den Party-Service aufgebaut und seit Corona gibt es ein „Drive-in“-Abholfenster, das die Kunden auch heute noch gern zur praktischen Abholung von Vorbestellungen nutzen. Selbstverständlich stehen auch die beliebten Klassiker wie die „Dickes Heiler“, die schlesische Bratwurst und die westfälische Lufttrockene immer noch bei den Kunden hoch im Kurs. Wo das Fleisch herkommt, wo welches Stück am Tier zu finden ist, wie man es am besten zubereitet – all diese Informationen werden gern über die Ladentheke an die Kunden weitergereicht. Auch Kindergartengruppen und Schulklassen können herkommen und erhalten spannende Einblicke in das Berufsfeld des Fleischers. Nachwuchsförderung liegt der Familie sehr am Herzen und gern würden sie auch wieder Fleischer/innen oder Fleischereifachveräuer/innen im eigenen Betrieb ausbilden und ihr Wissen an die Fachkräfte von Morgen weitergeben.

Für ihre Treue möchte sich das gesamte Team von Fleischerei Kralemann bei allen Kunden herzlichst bedanken!

Leckerer für die Ostertage? Wer rechtzeitig bestellt, muss bei uns nicht lange warten.



Verkäufer/in (m/w/d) gesucht. Werden Sie Teil unseres sympathischen Familienbetriebes!

Montag Ruhetag, Mittwoch nachmittags geschlossen!
 Di., Do., Fr. 7.30 bis 13.00 und 15.00 bis 18.00 Uhr
 Mi. 7.30 bis 13.00 Uhr, Sa. 7.00 bis 13.00 Uhr
 Jahnstraße 144 • 59192 Bergkamen-Heil • Tel. (02306) 8 00 60