



Frischer Wind im Tauschring mit anderem Namen, bewährtem Konzept und neuen Projekten.

Viel hat sich im ersten Halbjahr im Tauschring getan. Da gab es zunächst die alljährliche Mitgliederversammlung, in der auch Vorstandswahlen vorgesehen waren. Der alte Vorstand, bestehend aus Volker Manthei, Elfie Blees, Rikarda Wackermann und Uwe Barner wurde einstimmig wiedergewählt. Das Ergebnis zeigt, dass unter dieser Führung der Verein bislang gute Arbeit geleistet hat. Im Rahmen dieser Veranstaltung wurde auch die Namensänderung des Vereins in **'Tauschring Unna e. V.'** bekannt gegeben. Die Namensänderung war wünschenswert, um zu zeigen, dass der Tauschring nicht nur regional auf die Gartenvorstadt beschränkt ist. So gibt es mittler-

weile Mitglieder von Iserlohn über Schwerte bis Bergkamen. Aber der Tauschring schläft natürlich nicht. Neben dem Jugendprojekt, das neu aufgebaut werden soll, gibt es eine Reihe weiterer Projektideen. Eine Idee von Elfie Blees ist mittlerweile umgesetzt worden. Der Tauschring kooperiert nun mit dem **Evangelischen Krankenhaus**, um dort Patienten zu helfen, die Unterstützung im täglichen Leben benötigen. So bietet der Tauschring z. B. entgeltfrei kleine Fahrdienste an, Hilfe bei Besorgungen oder im Haushalt, Betreuung von Haustieren und, und, und... Die Hilfesuche werden an unsere Vereinsprojekt-



leiterin Anneliese Schaffranek weitergeleitet. Diese bemüht sich um einen Ansprechpartner, der sich bei dem Hilfesuchenden möglichst zeitnah melden soll. Aber es mangelt auch nicht an anderen Ideen. So ist zum Beispiel ein Gerätepool, eine Tauschring-Bücherei und eine Kooperation mit den örtlichen Landwirten angedacht und in Planung. Über den Sachstand dieser Projekte und den Tauschring allgemein, kann man sich auf unserer Webseite www.tauschring-unna.de ausführlich informieren. Interessenten sind auch stets auf unseren monatlichen Stammtischtreffen willkommen.

Kaum zu glauben...

Wenn Sie aufmerksam durch die Gartenvorstadt gehen, werden Sie viel Schönes aber mindestens ebensoviel Hässliches entdecken.



Das hier gezeigte Beispiel macht Freude. Bewohner in der Eichenstraße haben eine Baumscheibe vor ihrem Haus – obwohl dieser Platz gar nicht ihr Eigentum ist – von wild wachsenden Pflanzen und Unkraut befreit und auf eigene Kosten dort Blumen gepflanzt. Hier kann man nur DANKE-SCHÖN sagen. Aber es gibt auch Beispiele in der Nähe, wo sich die Eigentümer überhaupt nicht drum kümmern. Auch hier könnte man ein Bild zeigen, wir verzichten aber darauf.

Ärgerlich ist, dass immer wieder aus den Mietshäusern Bewohner aus- oder einziehen, die bei der Renovierung der

Wohnung den Abfall einfach an die Straße legen, denn irgendjemand wird das schon wegschaffen. Hier ein solches Beispiel, wo erboste Mitbewohner eine Nachricht an den Verursacher hinterlassen haben. Das war nur eine Warnung und wohl leider keine Mitteilung an das Ordnungsamt, weil der Täter wohl doch nicht sicher bekannt ist.



Und auch das folgende Bild ist kein Beispiel für Ordnungsliebe. Immer wieder entsorgen „nette“ Menschen ihren Hausmüll in der Nähe von Papierkörben. Hier eine große Plastiktüte mit Flaschen. Einen Tag später wurden die Flaschen von Unbekannten zerkleinert und auf dem Weg verteilt. Wir Menschen können uns mit Schuhen gegen die Scherben schützen, unsere Hunde zerschneiden sich aber hier ihre Pfoten. Müssten die

Verursacher hier barfuß gehen, würden auch sie die Folgen spüren.



Auch auf dem nächsten Bild haben Unbekannte ihr Unwesen getrieben. Der Eigentümer des Zaunes, dem schon früher Täter seinen Zaun mehrfach zerstört hatten, hatte mit Stahlmatten die Holzelemente geschützt. Trotz dieser Maßnahme haben die Täter den eisernen Schutz aus der Verankerung gerissen und in den Fußweg hineingeknickt. Kinder hätten sich hier gefährlich verletzen können.



Was noch? Unbekannte haben hinter der Brücke an der Feldstr. einen

Impressum

Herausgeber:
Initiativkreis Zukunft Garten-
vorstadt



Ansprechpartner:

Stadtteilzentrum Süd
Birgit Hannibal
Erlenweg 10
59423 Unna
Tel: 02303/103-553
stadtteilnachrichten@gmx.de

Redaktion:

Birgit Hannibal, Karl Thorwarth,
Klaudia Voß, Margot Kroll, Sarah
Schinkelewitz, Hubertus Luhmann

Beiträge:

Birgit Hannibal, Karl Thorwarth,
Klaudia Voss, Hubertus Luhmann,
Helmut Fritsche, Appolonia Wastl,
Christa Langels, Tauschring Garten-
vorstadt, Sarah Schinkelewitz,
Liedbachschule Hans Kuhn, Kita
Dürerstr., Zwergengarten, Waldorf-
kindergarten, HSV Sportverein Holz-
wickede

Layout: Hubertus Luhmann
Auflage: 3000 Exemplare

Mit freundlicher Unterstützung durch:



Packen von „Montakt“ vom 10. Mai „entsorgt“. Kennt jemand diesen Nunki?
Durst ist schlimmer als (Heimweh) Ordnung. Acht Flaschen wurden an der Lärmschutzwand der Feldstraße am 16. Mai einfach wegge-
worfen. Und das in der Nähe eines Papierkorbes.
Auch ein TV-Apparat einfach am Bürgersteig der Eichenstraße entsorgt. Täter auch hier leider unbekannt.

Gartenvorstadt



Osterferienspaß

Zwischen dem 14.04.14 und 16.04.14 konnten Kinder im Alter von 6-12 Jahren, bei uns im Stadtteilzentrum Unna Süd,

erleben wie man Seife herstellen kann. Es wurden verschiedene Möglichkeiten vorgeführt. Nun machten sich die Kinder ans Werk. Sie rieben mit einer alten

Reibe die Kernseife in kleine Flocken, die Küche wurde kurzerhand zum Chemielabor umfunktioniert und das ganze Stadtteilzentrum roch noch Tage lang nach Seife. Alle 33

Kinder waren mit Eifer dabei. Am letzten Tag wurden die Eltern eingeladen um sich eine Seifenop(a)er anzuschauen. Wir hatten viel Spaß.

Kräutergarten im Waldorfkindergarten Unna

In diesem Sommer darf sich der Waldorfkindergarten Unna über ein besonderes Projekt freuen. Im Rahmen einer Schüler-Projektarbeit zum Thema Heilkräuter wurde am Kindergartengebäude ein etwa 15 qm großes Beet für Heil- Küchen- und Wildkräuter angelegt. Diese sollen nicht

nur die täglich frische Kindergartenküche kulinarisch bereichern, sondern können die Kinder selbst das Pflegen, Ernten und Zubereiten der Pflanzen erlernen. Ganz praktisch und mit allen Sinnen wird ihnen dadurch die lebendige Natur und der bewusste Umgang mit ihr ermöglicht. Die Eröffnung des Kräutergartens findet unserem diesjährigen Sommer-Johanni-Fest statt.



Weitere Termine:
12. Juni 2014, 20:00 Uhr: Naturheilkundliche Hausapotheke. Die Heilpraktikerin Frau Braß gibt Tipps und Anre-

gungen zur Anwendung von Naturheilmitteln im häuslichen Alltag.
15. Juni 2014: Familiensonntag der Stadt Unna im Kurpark. Wir sind dabei!
25. Oktober 2014: Herbstbasar im Waldorfkindergarten Unna
Mehr Informationen finden Sie auch auf unserer Internetseite www.waldorfkinderhaus.de

Ein Besuch im Zoo

Die Kinder vom Zwergengarten nutzten das tolle Wetter im Mai und haben einen Ausflug gemacht. Zum Zoo sollte es gehen. Genauer gesagt in den Tierpark Hamm. Die Großen machten dort eine Rallye mit Quiz und entdeckten schnell, dass man im Tierpark keine Giraffen und Elefanten findet. Großtiere,

wie diese, gibt es nämlich nur im Zoo. Dafür sahen wir verrückt tanzende Gibbon-Affen und bewunderten die neugierigen, selten gezeigten Fossas (s.Foto). Die Maxis schauten Lama, Alpaka und Trampeltier mal genau ins Gesicht und erkannten: Die sind verwandt -alles Kamele. Meerschweinchen wurden ge-

zählt und der Tiger mit lautem Gebrüll geweckt. Richtig gefährlich wurde es im Streichelgehege! Die Ziegen, besonders "Muffin" und "Cookie", knabberten an den knallorangenen Zwergengarten T-Shirts und wollten uns gar nicht mehr gehen lassen. Nur mit Hilfe eines Tierpflegers gelang uns die Flucht. Gut, dass wir uns auf dem großen Spielplatz erholen



konnten. Nach einem ausführlichen Picknick und vielen Rutschpartien waren wir bereit zur Heimreise.

Spaß mit Formen und Zahlen in der KiTa Dürerstr. - Entdeckungen im Entenland und Zahlenland



Seit einigen Jahren bieten wir in unserer Einrichtung zwei besondere Projekte zum The-

ma „Zahlen, Formen und Farben“ an. Zuerst besuchen die Kinder mit ca. 3 Jahren das Entenland. Im Entenland geht es darum, den Kindern spielerisch einen ersten Eindruck von Farben, Formen und Zahlen zu vermitteln. Bei allen Aktivitäten wird bewusst die sprachliche Entwicklung der Kinder gefördert. Dies geschieht insbesondere durch

Reime, Rätsel und durch Geschichten vom Entenkind. Aufbauend zum Entenland besuchen die Kinder mit fast vier Jahren das Zahlenland. Hier wird auf spielerische Weise grundlegende Mathematikdiktik vermittelt. Das Projekt stützt sich auf den natürlichen Entdeckungsdrang und die lebendige Neugier der Kinder. Im Kern der „Entdeckungen im Zahlenland“ steht der Auf-

bau des Zahlbegriffs mit allen seinen Anwendungen anhand der drei Erfahrungs- und Handlungsfelder „Zahlenhaus“, „Zahlenweg“ und „Zahlenländer“. Aufgrund der spielerischen Durchführung dieser Projekte werden die Kinder mit viel Spaß an die mathematischen Denkweisen herangeführt.

22 Jahre HSV-Gesundheitssport - Angebote von A wie Autogenes Training bis Z wie ZUMBA

Ohne Sport hört der Spaß schnell auf. Gesund, körperlich und geistig fit und dies bis ins hohe Alter auch zu bleiben: Das ist heute wichtiger denn je. „Sport ist keine Option, Sport ist eine Notwendigkeit gerade angesichts steigenden Drucks im Arbeits- und Privatleben und der Tatsache, dass Kranksein heute für jeden teuer und der spürbaren Einbußen in der Lebensqualität sein kann“, sagt Susanne Werbinsky, Leiterin des HSV-Gesundheitssports. Der HSV-Gesundheitssport, inzwischen 23 Jahre aktiv, stellt bei seinen inzwischen über 160 Kursen den Menschen in den Vordergrund. Rund 50 Übungsleiter zum Teil mit speziellen Ausbildungen im Reha-Bereich, Diabetiker- und Herzsport, in der Krebsnachsorge, Experten für Haltung und Bewegung oder als Walking Instructor, betreuen über 2.000 Teilnehmer. Doch nicht nur die sportlichen Qualifikationen der Trainer überzeugen, es sind auch weitere Argumente, die die Sportinteressierten zum HSV zieht. Die Nähe zum Wohnort, vielfältige Angebote vom Kleinstkind bis zu Senioren, die gute Zusammenarbeit mit Krankenkassen, dem Kreis Unna, Kirchengemeinden, Kommunalverwaltungen, mit dem Landessportbund, dem Behindertensportverband, der Deutschen Herzstiftung, der

Kassenärztlichen Vereinigung sowie Ärzten sind Trümpfe des HSV-Gesundheitssports, die letztendlich jedem Teilnehmer an den Kursen zu Gute kommt. Die rekordverdächtigen über 160 Kurse finden in Unna, Holzwickede, Fröndenberg, Schwerte, Bönen und Kamen statt. Besonderen Wert legt der HSV auf die Zertifizierungen seiner



Kurse, damit sie von den Krankenkassen anerkannt und der Teilnehmerbetrag teilweise oder komplett erstattet wird. „Die im Sommer 2013 veröffentlichten neuen Richtlinien zu den Zertifizierungen der Präventionskurse sind sehr streng, die Erfüllung aber durch uns zeigt, dass unsere Angebote qualitativ auf hohem Niveau sind“, so HSV-Gesundheitssport-Chefin Susanne Werbinsky. Immer mehr Teilnehmer nutzen das Angebot der Flatrate von 18,50 Euro pro Monat. Damit können sämtliche Kurse genutzt werden sofern ein

Platz frei ist. „Ganz wichtig ist uns auch die Tatsache, dass es bei uns keine Knebelverträge gibt, die Teilnehmer lange binden. Ein Ein- und Ausstieg ist damit problemlos möglich“, so Werbinsky. Wie wichtig Sport ist, zeigen Fakten, die Susanne Werbinsky gerne vorträgt. 80 Prozent der Menschen bewegen sich heute weniger als die empfohlenen 1.000 Meter. Diese Bewegungsarmut und eine Fehlernährung führen zu Zivilisationskrankheiten wie Übergewicht, Bluthochdruck, Diabetes, Blutfettstoffwechselstörungen und auch Krebs. Dramatische Entwicklungen gebe es auch bei den jungen Menschen. 17 Prozent der Kinder sind übergewichtig, davon sechs Prozent fettleibig. 50 bis 65 Prozent, so Werbinsky, weisen Haltungsschwächen auf, 30 Prozent klagen bereits über Rückenprobleme, 40 Prozent haben Konzentrationsschwächen. „Sieben Jahre des sich-Bewegens und Spielens sind notwendig, um einem Kind die sensomotorischen Fähigkeiten zu vermitteln, auf die es als Grundlage für seine intellektuelle, soziale und persönliche Entwicklung angewiesen ist“, erklärt Susanne Werbinsky. Möglichst früh sollte mit Sport begonnen werden. Bereits ab Mitte 30 nimmt die Muskelmasse kontinuierlich ab und die Knochen verlieren an Festig-

keit. Ferner sinkt der Energieverbrauch von durchschnittlich 2.400 Kilokalorien pro Tag beim 45-jährigen Mann auf rund 1.900 Kilokalorien beim 65-jährigen, bei Frauen von 1.900 auf 1.700. Wer also seine Essensgewohnheiten nicht ändert, nimmt zwangsläufig zu. Es drohen Erkrankungen wie Bluthochdruck, Diabetes mellitus, Arthrose und Rückenbeschwerden. „Wenn Menschen älter werden, erkranken sie nicht zwangsläufig mehr aufgrund ihres Alters sondern aufgrund mangelnder Bewegung“, so Susanne Werbinsky. Ein regelmäßiges Training hingegen stärke das Herz-Kreislauf-System und das Immunsystem und aktiviere den Stoffwechsel. Wie aber soll nun trainiert werden? „Ideal wäre es an fünf Tagen zu je einer halben Stunde“, empfiehlt Werbinsky. Entscheidend sei gerade zu Beginn, langsam zu starten, öfter zu dehnen und leichtes Krafttraining einzubauen. „Damit unsere Teilnehmer so häufig trainieren können, bieten wir Ihnen unsere Flatrate“, so Susanne Werbinsky. Das aktuelle Programmheft gibt und Infos gibt es kostenlos unter 0 23 01 18 60 32 81 oder 18 60 12 93 (BKK vor Ort) und bei Susanne Werbinsky unter 0 23 01 12 109. (www.hsvgesundheitsport.de)

der Behörde als Ordnungswidrigkeit mit Bußgeld verfolgt wird. Das Ordnungsamt rät bei Auffindung der Karten an Pkw diese zu fotografieren und mit dem Kennzeichen des Autos, dem Datum der Tatzeit und der Unterschrift des Halters den Sachverhalt an die Behörde zur Ahndung weiterzuleiten. Die Anzeige kann auch im Stadtteilzentrum am Erlenweg abgegeben werden.



Unerlaubte Werbung



Immer wieder werden an den Seitenscheiben der Autos in der Gartenvorstadt solche

Kinderferienprogramm

Wir vom Initiativkreis „Zukunft Gartenvorstadt“ bemühen uns unser Stadtteil schöner zu machen. Damit die Lärmschutzwand (Feldstr.) nicht so trist

Werbungskarten gefunden. Die Fahrzeughalter ärgern sich darüber, entfernen die Karten und werfen sie achtlos auf den Boden. Wie Sie wissen, haben sich in unserem Wohngebiet 9 freiwillige Mitbewohner gefunden, die wöchentlich einmal einen Straßenzug in der Gartenvorstadt sauber halten. Auch für sie ist es ein andauerndes Ärgernis, denn die Karten können mit der

aussieht gestalteten Kinder und Jugendliche, im Rahmen des Kinderferienprogrammes, die Wände mit versch. Motiven. Normalerweise hält sich jeder, der Wände bemalt oder besprüht, an den Codex, was

Zange kaum erfasst werden, weil ihre Oberfläche zu glatt ist. Das bedeutet, dass jede einzelne Karte mit der Hand eingesammelt werden muss. In nur einer einzigen Woche wurden auf der Eichenstraße 50 !!! solcher Karten eingesammelt. Das Ordnungsamt hat mitgeteilt, die Verteilung dieser Karten an den Autos sei eine unerlaubte Werbung, die von bemalt ist, da wird nicht drüber gesprüht. Leider gilt das aber nicht für alle. Es gibt immer wieder Neider, die sogenannten Schmierfinken, die alles Schöne mit ihren Schmiere-reien verunstalten.

Sommerzeit - Fahrradzeit: Das verkehrssichere Fahrrad



Foto: Liedbachschule Hans Kuhn

Das Wetter ist schön, Ferienzeit beginnt. Da liegt es nahe mit den Kindern eine Fahrradtour zu machen. Im vierten Schuljahr der Grundschule lernen sie in der Fahrradausbildung die grundlegenden Verkehrsvorschriften, aber auch wie ein verkehrssicheres Fahrrad auszusehen hat. Und gerade das ist von elementarer Bedeutung, denn nur so werden im öffent-

lichen Straßenverkehr schwere Unfälle verhindert. Auch Radfahrer gehören zu den schwachen Verkehrsteilnehmern. Unfälle führen meist zu erheblichen Verletzungen. „Umso wichtiger ist es, dass die Erwachsenen den Kindern ein gutes Vorbild sind. Das fängt schon beim Tragen eines Fahrradhelmes an.“, weiß der Bezirksbeamte Hubertus Luhmann aus Erfahrung zu berichten. Unstrittig ist, dass das Verletzungsrisiko durch einen Helm deutlich gesenkt wird. Experten behaupten, dass ca. 80 % der schweren Hirnverletzungen allein durch das Tragen eines Helmes verhindert werden könnten. Ein weiterer, wichtiger Aspekt für verkehrssicheres Verhalten im Straßenverkehr ist die ordnungsgemäße Ausstattung des Fahrrades. Dies ist in der StVZO gesetzlich festgeschrieben. „Aus diesem

Grunde werden während der Fahrradausbildung auch die Fahrräder kontrolliert.“, erklärt Luhmann. Was gehört zu einem verkehrssicheren Fahrrad? Zunächst einmal zwei voneinander unabhängige, funktionstüchtige Bremsen. Natürlich auch eine funktionierende Beleuchtung hinten und vorne. Dann je zwei seitlich strahlende Reflektoren an den Rädern und je zwei Reflektoren an den Pedalen. Ein nach vorne gerichteter weißer Reflektor und zwei nach hinten gerichtete rote Reflektoren. Zu guter Letzt muss noch eine Klingel am Rad angebracht sein. Natürlich lässt sich die Verkehrssicherheit noch durch weitere Maßnahmen erhöhen, z.B. durch helle und reflektierende Sicherheitskleidung. Zu Fragen steht der Bezirksbeamte gerne zur Verfügung.

Forstwirtschaft und Naturschutz im Waldschulunterricht



Die KiTa Dürerstr. besucht verschiedene Institutionen.

Diebstahl in Krankenhäusern.

Oh Schreck – ein Krankenhausaufenthalt steht bevor! In diesen sogenannten offenen Einrichtungen können sich nicht nur Patienten, sondern auch Besucher bewegen. Aber auch **Diebe!** Damit Sie keine böse Überraschung erleben, empfehlen wir von **„Senioren helfen Senioren“**

Die Liedbachgrundschule im Unnaer Süden nennt sich ja selber: „Die Schule im Grünen“. Passend zu dieser Farbe und der Nahumgebung lud Schulleiter Hans Kuhn die rollende Waldschule ins Schulgebäude ein. Förster Achim Schmidt baute in einem großen Raum Baumscheiben, Tierpräparate, Pflanzen, Wandbilder oder Nistkastenmodelle auf und unterrichtete dann mit seiner sonoren Stim-

Im Rahmen der „Vorschularbeit“ erlebten die „Großen“ einige schöne Ausflüge um unterschiedlichste Institutionen wie z.B.

folgende Vorsichtsmassnahmen zu empfehlen: Nehmen Sie keine größeren Geldbeträge mit, auch keinen Schmuck. Wertgegenstände und Bargeld schließen Sie am besten in ein abschließbares Aufbewahrungsfach ein, Ihre Pin für die Kreditkarte lernen Sie möglichst auswendig! Schließen Sie Ihre Zimmertüre, auch bei kurzer Abwesen-

me und viel Engagement klassenweise alle Kinder der Schule über die Forstwirtschaft und die Pflanzen- und Tierwelt in den heimischen Wäldern. Anschaulich erfuhren die hochinteressierten Kinder Fakten aus diesem Bereich. Ihnen wurden aber in der zweiten Besuchsstunde zudem die ökologischen, aber auch die ökonomischen Zusammenhänge der Forstwirtschaft verdeutlicht. Spielerisch wurde

das Krankenhaus, die Feuerwehr, einen Erste-Hilfe-Kurs, den Flughafen, die Polizei und eine Stadtführung kennenzulernen. Bei

heit, denn *leerstehende Zimmer locken Diebe an!* Bei Mitpatienten achten auch Sie mit auf Handtaschen und Garderobe im Zimmer. Sprechen Sie fremde Personen in Ihrem Zimmer an oder rufen Sie die Stationschwester! Melden Sie jeden Diebstahl und erstatten Sie Anzeige bei der Polizei!

Termine im Stadtteil

- Sommerfest Initiativkreis / Stadtteilzentrum am 28. Juni 2014
- Kita Erlenweg Einweihung des neuen Gebäudes am 06. September 2014
- Familiennachmittag im Stadtteilzentrum, jeweils von 16 - 18 Uhr: 26. August 2014, 30. September 2014, 28. Oktober 2014, 25. November 2014
- Elternfrühstück im Stadtteilzentrum jeden Mittwoch ab 09:30 Uhr
- Bürgersprechstunde Ingrid Kroll jeden dritten Freitag im Monat von 10 Uhr bis 11 Uhr im Stadtteilzentrum (außer in den Schulferien)
- Tauschring im Stadtteilzentrum 26.07.14 Sommerfest, 08.11.14 5-Jahresfeier, 05.12.14 Weihnachtsfeier, Stammtische: 27.08.14, 24.09.14, Teamtreffen: Mittwochs ab 16 Uhr (siehe Webseite) / Termine (alle Angaben ohne Gewähr)

ihnen klar, dass z.B. bei zu engem Baumbestand keine optimale Entwicklung möglich ist. Gleichzeitig erkannten sie, dass durch Ausdünnungsmaßnahmen Schutzräume für größere Waldtiere oder Lebensräume von anderen Lebewesen eingeschränkt werden. Mit viel Fachwissen im Tornister wurde dann in den Klassen an dem Thema weiter gearbeitet.

allen Ausflügen haben die Kinder viel Neues und Wissenswertes erfahren und es hat allen viel Spaß gemacht.



Aktion der Polizei und des Weißen Rings