

Hilfe bei bipolarer Störung

Kreis Soest – In Deutschland leiden laut einer Mitteilung des Kreises Soest fast 1,5 Millionen Menschen an einer bipolaren Störung. Für viele Betroffene oder Angehörige sei die Krankheit schwer zu verstehen. Der regelmäßige Besuch einer Selbsthilfegruppe könne hier hilfreich sein. Da es in der Region Ostwestfalen-Lippe (OWL) bislang noch an einer entsprechenden Selbsthilfegruppe mangelte, befindet sich dazu jetzt eine neue Gruppe mit dem Namen „Berg- und Talfahrt“ für Betroffene und Angehörige in der Gründung.

Dana Stinson, Leiterin der Kontakt- und Informationsstelle für Selbsthilfegruppen im Kreis Soest (KISS) erläutert in der Mitteilung aus dem Kreishaus: „Früher sagte man noch manisch-depressiv zur bipolaren Störung. Typisch für bipolar Erkrankte sind extreme, in Episoden verlaufende Schwankungen der Stimmung und des Antriebs.“ In Hochphasen, den sogenannten Manien, sind Patienten typischerweise in einer unbegründet hohen Stimmungslage, die von außerordentlich kreativen Phasen geprägt ist.

Allerdings haben auch diese Hochphasen teils schwerwiegende Auswirkungen auf den Alltag der Betroffenen: Typisch sind nämlich auch Rastlosigkeit und Unruhe, Gereiztheit und vermindertes Schlafbedürfnis. Auch der Verlust jeglicher sozialen Hemmungen oder ein unkontrollierter Umgang mit Geld können dazu gehören. Das weiß auch ein Betroffener aus Lippstadt, der sich unter anderem deswegen zur Gründung einer Selbsthilfegruppe entschlossen hat. Oft kippt diese Manie in eine Depression.

Bipolare Störungen gehören laut WHO zu den zehn Erkrankungen, die weltweit am häufigsten zu dauernden Behinderungen führen. Heutzutage sind die Möglichkeiten einer Behandlung jedoch durchaus vorhanden, wie Dana Stinson ausführt: „Während einerseits medikamentöse Behandlungen möglich sind, ist eine begleitende Psychotherapie ebenfalls hilfreich.“

Eine weitere wichtige Säule, die Betroffenen zu lang anhaltender Stabilität im Alltag verhelfen kann, sei die Selbsthilfe. In einer solchen Selbsthilfegruppe können sich Betroffene und Angehörige austauschen sowie Erfahrungen und hilfreiche Alltagstipps teilen.

Kontakt

Die neugegründete Gruppe trifft sich 14-tägig in Lippstadt. Genaue Informationen zum Start der Gruppe und den Räumlichkeiten sind bei der KISS unter der Telefonnummer 02921/302162 oder per E-Mail unter kiss@kreis-soest.de erhältlich.



Teilnehmerurkunden gab es für alle Kinder, die beim Bobbycar-Rennen dabei waren.

FOTOS: ARNO FRANKE

Schnelle Lilly war nicht zu schlagen

Im Möhnetal lieferten sich Kinder beim Ferienspaß wieder ein Bobbycar-Rennen

VON ARNO FRANKE

Allagen – Einen Volltreffer landete jetzt die Dorf-Initiative Allagen/Niederbergheim, mit ihrem Ferienspaß-Angebot im Dassel-Park ein Bobbycar-Rennen zu organisieren. Schon in der Vorbereitungsphase stellten die Dorf-Initiative-Vertreter Siggie Kutscher, Jürgen Wrede und Uwe Schreier überraschend fest, dass das vorliegende Gelände ein erhebliches Gefälle aufweist, die roten Flitzer somit eine enorme Geschwindigkeit erreichen würden, was zwingend notwendig machte, Sicherheitsmaßnahmen vorzunehmen. Schnell waren Strohballen von heimischen Landwirten ausgeliehen und an kritischen Punkten ausgelegt, so dass dort vorhandene Kurven deutlich gesichert wurden.

Dorfinitiative lud zum Mitmachen ein

Fast 20 Kinder hatten sich für die Maßnahme angemeldet. Sie fanden sich jetzt im Dassel Park ein, um sich miteinander zu messen.

Mitglieder des Arbeitskreises Haus Dassel der Dorfinitiative Allagen/Niederbergheim hatten die Rennen bestens vorbereitet, sodass dem Start nichts mehr im Wege stand.

Die Jungen und Mädchen



Fix ging es die Straßen hinab.

fanden sich dann mit Helmen ausgestattet am Start des abgesteckten Parcours ein. Starter Jürgen Wrede gab das Zeichen für den Beginn der Rennen und startete das erwartungsfroh gestimmte Feld der Teilnehmer. Die Streckenposten Jürgen Kellerhoff und Uwe Schreier sicherten den Parcours ab, um jeglichen Unfall zu vermeiden.

Diana Wohlmeiner und Siggie Kutscher stoppten die Zeiten und Eugen Diemel-Relcke hielt die Ergebnisse schriftlich fest.

Lagen die ersten Fahrzeiten aufgrund fehlender Übung noch bei etwa 30 Sekunden, steigerten sich die Teilnehmerinnen und Teilnehmer sich von Lauf zu Lauf, meisterten selbst haarige Stellen einwandfrei und erreichten schließlich Zeiten von 18 Sekunden und gelegentlich noch schneller.

Nach den ersten drei Durchgängen legten Organisatoren und Teilnehmer eine Grillpause ein. Sie stärkten sich mit einer von Heiner Kemper frisch gegrillter Brat-

wurst im Brötchen und gekühlten Getränken.

Anschließend wurden die letzten beiden Durchgänge absolviert. Danach kam natürlich mächtig Spannung auf, da die jungen Bobbycar-Experten auf die von Uwe Schreier und Siggie Kutscher vorgenommene Auswertung aller Läufe warteten. Endlich standen dann die Ergebnisse fest. Die Bestzeit erzielte Lilly Miersch mit 16,10 Sekunden. Auch mit ihrer Durchschnittszeit der fünf Durchgänge von 17,14 Sekunden glänzte Lilly als Beste. Auf Platz 2 folgt Jette Wirth mit 16,34 Sekunden (Durchschnittszeit: 17,23 Sek.). Platz 3 belegte Leana Hansen mit 18,54 Sekunden (Durchschnittszeit: 19,03 Sek.).

Urkunde für Teilnehmer

Alle Teilnehmer erhielten zur Erinnerung an den gelungenen Wettkampf eine Erinnerungs-Ehren-Urkunde und ein Geschenk.

Kinder und Eltern zeigten sich sehr dankbar über den abwechslungsreichen, überaus gelungenen Nachmittag.

Gegen 19 Uhr verabschiedeten die Mitglieder des Arbeitskreises Haus Dassel dann die Teilnehmer und ihre Eltern in der Gewissheit, gemeinsam einen wertvollen Beitrag für das Zusammen-



Spaß und Sicherheit standen an erster Stelle.

spiel Allagener und Niederbergheimer Kids und deren Familien im Rahmen der diesjährigen Ferienzeit geleistet zu haben.

„Es hat Spaß gemacht. Der

Aufwand war vertretbar. Auf dieser Basis könnten sich sicher noch viel mehr Vereine am Ferienspaß beteiligen“, zog Siggie Kutschers ein abschließendes Fazit.

Warstein soll „Vorzeigestadt für E-Mobilität“ werden



Dr. Thomas Schöne will die E-Mobilität ausbauen. FOTO: LUX

Warstein – „Die Stadt Warstein steht fest im Zeichen der Elektromobilität und setzt sich entschieden für eine nachhaltige und zukunfts-fähige Verkehrsentwicklung ein. Bürgermeister Dr. Thomas Schöne hat sich selbst als Treiber der Elektromobilität und Energiewende positioniert und verfolgt mit großem Engagement den weiteren Ausbau der Ladeinfrastruktur in der Stadt und Umgebung.“ Dieses Fazit zog Dominik Lux vom E-Mobility Stammtisch Kreis Soest nach einem Gespräch mit dem

Bürgermeister. Wichtig sei die Errichtung neuer Ladestationen. Dabei lege die Stadt Warstein Wert auf die Integration der Ladeinfrastruktur in städtische Entwicklungsprojekte, wie beispielsweise das neue Feuerwehrgebäude in Warstein, erfuhr Lux.

Die Pläne der Stadt Warstein zielten darauf ab, die Themen Klimaschutz, erneuerbare Energien und Elektromobilität eng miteinander zu verknüpfen. In Zusammenarbeit mit regionalen Energieversorgern und Unternehmen sollen die Projekte reali-

siert werden. Dabei würden Fördermöglichkeiten genutzt.

Um eine hohe Effizienz und eine breite Abdeckung zu gewährleisten, sollen die Ladestationen an strategisch wichtigen Standorten wie öffentlichen Plätzen, Parkplätzen, Unternehmen und Wohngebieten integriert werden. Zudem ist die Stadt Warstein interessiert an der Einrichtung sogenannter Schnellladeparks für Elektroautos, die insbesondere für Durchreisende aber auch für Bewohner nützlich im Alltag

sein können. Diese ermöglichen eine Schnellladung innerhalb von nur 10 bis 25 Minuten, wodurch die meisten Elektroautos bereits wieder eine Reichweite von über 200 Kilometern erreichen. Unter anderem gibt es im Stadtgebiet bereits zwei Schnellladestationen: einmal bei der Firma MetallSolar, eine zweite befindet sich auf dem WISAG-Gelände im Wiebusch in Belecke. Diese ist öffentlich jederzeit zugänglich.

Ein weiterer Aspekt ist die Barrierefreiheit und universelle Zugänglichkeit der Lade-

stationen. Die Stadt Warstein lege großen Wert darauf, dass alle Bürger gleichermaßen von der Ladeinfrastruktur profitieren können, erklärte Schöne. Darüber hinaus setze die Stadt Warstein „konsequent auf grünen Strom und erneuerbare Energien, um eine nachhaltige Ladeinfrastruktur zu gewährleisten“, so Dominik Lux. Denn nur durch den Einsatz von klimaneutralem Strom fahren Elektroautos wirklich zu 100 Prozent umweltfreundlich. Bürgermeister Dr. Thomas Schöne und die

Stadtverwaltung seien fest entschlossen, Warstein zu einer „Vorzeigestadt für E-Mobilität und nachhaltige Verkehrsentwicklung zu machen“, erklärte Dominik Lux.

Bürger die bereits vollelektrisch unterwegs sind und sich weiter informieren wollen sowie auch Neueinsteiger, lädt Lux ein, sich an den E-Mobility Stammtisch Kreis Soest zu wenden. Informationen gibt es auch unter www.emobility-kreis-soest.de oder gerne gibt Dominik Lux unter Tel. 0160-2626184 weitere Auskunft.