



Rockmusik zum Genießen

Siegen. Erlesene Perlen der Rock-Musikgeschichte präsentiert die Band „Middle of the Hees“ am kommenden Sonntag, 18. Juli, in der Siegener Veranstaltungsreihe „Sonntag-

nachmittag um 4 im Schlosspark“. Lieder von Eric Clapton, The Doobie Brothers, The Eagles, Santana, Stevie Wonder, Gerry Rafferty und anderen werden interpretiert. Bei ihrem

Auftritt am Sonntag wird die Band erstmals je ein Lied von Sting und von Mike & The Mechanics in neuen und ungewöhnlichen Arrangements vorstellen.

Literatur sportlich

Highlander Slam am Sonntag in Siegen

Siegen. „Poetry Slam, das ist Literatursport, Poesie und Kultur um Wettkampfformat“, lautet eine Definition, mit der auf eine Veranstaltung im Rahmen des Siegener Sommerfestivals hingewiesen wird. Am Sonntag, 18. Juli, ab 19.30 Uhr, findet der 22. Siegener Poetry Slam „Highlander Slam“ entweder im Hof des Oberen Schlosses oder, bei ungünstiger Witterung, im Apollo-Theater statt. „Es kann nur einen geben“, lautet das kompromisslose Motto dieses Highlander Slams, zu dem sich alle Finalisten der vorangegangenen Slams angekündigt. Wie immer gibt es keine inhaltlichen oder stilistischen Vorgaben. In beiden Vorrunden

entscheidet eine aus dem Publikum rekrutierte Jury. Im Finale kürt das Publikum den Sieger. Er tritt bei den deutschsprachigen Meisterschaften im November in Essen an. Moderiert wird der Siegener Slam von Olaf n. Schwanke. Teilnehmer sind: Gauner und Wehwalt Kowalski aus Berlin, Sven Fritze aus Bielefeld, Sushi aus Düsseldorf, Flo Cieslik aus Freiburg, Schriftsteller aus Hamburg, Anke Fuchs aus Köln, Julius Fischer aus Leipzig, Andreas Weber und Andy Strauss aus Münster, Sulaiman Masomi aus Paderborn, Michael Kühn aus Siegen, Torsten Sträter aus Waltrup, Fabian Navarro aus Warstein und Christian Ritter aus Würzburg.

Gut ist, wer sich steigert

Kinder-Aktionstag zum Thema Bewegung und Ernährung



Siegener Grundchüler trafen sich jetzt zum Aktionstag „Klasse in Bewegung“, auf den sie sich schon vorbereitet hatten. Fitness war das Thema des Wettbewerbs.

Siegen. 163 Siegener Grundschüler absolvierten am Aktionstag „Fit Kids – Klasse in Bewegung“ einen Fitnessstest und genossen das bunte Rahmenprogramm. Die DRK-Kinderklinik Siegen veranstaltete diesen Aktionstag, an dem es um die Themen Bewegung und Ernährung ging.

Die Drittklässler absolvierten einen Fitnessstest, auf den sie vorher schon an den Schulen vorbereitet wurden. Das Ziel ist dabei die individuelle Leistungssteigerung. Gewinner des Aktionstages ist also nicht derjenige, der absolut am weitesten springen oder eine Übung in

der vorgegebenen Zeit am häufigsten wiederholen kann. Gewonnen hat derjenige, der seine individuelle Leistung von der erstmaligen Durchführung des Tests bis zur Wiederholung am Aktionstag prozentual am meisten steigert.

So gewinnen am Aktionstag immer wieder Kinder, die im Sportunterricht nicht unbedingt zu den Besten gehören. Neben dem Test boten eine Kletterwand, Nordic Walking, ein Tanzworkshop, Bewegungsspiele und eine Bewegungsschule und ein Pfad der Sinne den Mädchen und Jungen die Gelegenheit, sich zu verausgaben.

Zum Thema Ernährung gab es unter anderem ein Spiel, bei dem es galt mit den Augen den Geschmack von Lebensmitteln zu erraten. In einem Schätzspiel ging es darum, zu erraten, wieviel Zucker in bestimmten Lebensmitteln steckt.

Den Abschluss der Veranstaltung bildeten eine gemeinsam eingenommener gesunder Mittagssnack und die Siegerehrung. Dabei erhielten sowohl die drei besten Schüler als auch die drei besten Klassen einen Pokal und Preise. Den Aktionstag organisierten Mitarbeiter der Kinderklinik zusammen mit Ehrenamtlichen.

Rekordhöhe

Selbsthilfe wird gefördert

Siegen. Das Selbsthilfefördergremium in Siegen-Wittgenstein besteht aus Vertretern der gesetzlichen Krankenkassen, Vertretern der Selbsthilfegruppen und den Mitarbeitern der Selbsthilfekontaktstellen. Dieses Gremium berät die Anträge der Selbsthilfegruppen auf pauschale Förderung. 2010 wurden 50 Gruppen mit über 24 000 Euro gefördert. Mit diesem Geld werden die Grundkosten einer Selbsthilfegruppen wie Porto, Fotokopien, Telefon, unterstützt. „Die Zusammenarbeit zwischen Selbsthilfe und Krankenkassen funktioniert in Siegen-Wittgenstein hervorragend“, so Klaus Hambloch

von der Signal Iduna IKK. „So konnte acht Wochen nach Ablauf der Antragsfrist das Geld an die Selbsthilfegruppen überwiesen werden. Zusätzlich zur finanziellen Anerkennung möchten wir uns auch bei den vielen Aktiven der Selbsthilfegruppen für ihr Engagement bedanken.“ Zusätzlich können die Selbsthilfegruppen Anträge auf Förderung von Projekten bei den Krankenkassen stellen. Diese parallele Förderstruktur wurde aufgrund einer gesetzlichen Änderung 2008 eingeführt. Fragen zum Förderverfahren können bei den Mitarbeitern gestellt werden oder bei den Krankenkassen vor Ort.

Tagesmütter gesucht

Siegen/Bad Berleburg. Der Fachservice Jugend und Familie des Kreises Siegen-Wittgenstein sucht dringend interessierte Tagesmütter und -väter für den Kreuztaler Raum. Kreisweit nehmen immer mehr Eltern für ihre Kinder die Kindertagespflege in Anspruch. In einer 160-stündigen Fortbildung, die der Kreis in Kooperation mit dem Roten Kreuz regelmäßig anbietet, werden die Tagesmütter und -väter umfassend über die körperliche, emotionale und kognitive Entwicklung von Kindern informiert. Wer an einer solchen Qualifizierung teilnimmt, erhält ein bundesweit anerkanntes Zertifikat. Weitere Auskunft erteilt Silke Ebertz, (02 71) 3 33 13 27.

GEWINNE EINEN SEAT IBIZA
ALLE INFOS ONLINE UNTER
www.verano-online.de

Verano

EDITION 2

DIE 90er PARTY

SAMSTAG • 17.07.10

AB 21 UHR

BRAVO

VERANO!

Die Bravo Charts
& Dance Hits der
90er Jahre

www.verano-online.de

Am Brüderbund 13 | 57080 Siegen-Eiserfeld
Öffnungszeiten: FR, SA & vor Feiertagen ab 21.00 Uhr

Trecker auf Tour

200 Fahrzeuge werden erwartet



Bloß keine Hektik: In gemütlichem Tempo durchqueren die Teilnehmer der Trecker-Tour demnächst wieder Siegen.

Siegen. Noch bis Mittwoch, 28. Juli, nehmen die Treckerfreunde Siegen Anmeldungen entgegen für die Trecker-Tour am Sonntag, 1. August. Rund 200 Traktoren und historische Fahrzeuge werden schon jetzt dazu am Schützenhaus in Siegen-Breitenbach erwartet. Die Teilnehmer treffen sich dort um 9 Uhr. Nach der Begrüßung wird

gemeinsam ein Gottesdienst gefeiert. Anschließend startet die Trecker-Tour durch Siegen, die zur Siegerlandhalle und zum Unteren Schloss führt. Die Tour findet zugunsten der Aktion Lichtblicke und einer Kinderhilfsaktion der DRK-Kinderklinik Siegen statt. Anmeldungen werden unter www.treckerfreunde-si.de angenommen.

SCHULZE hat reduziert!

Bis zum 31.07.2010 im Sieg Carré, in Bürbach und im Outlet.

20%

zusätzlich auf reduzierte Ware

Frühjahr-/Sommermode um bis zu 50% reduziert!
Zusätzlich 20% Rabatt auf reduzierte Ware!

schulze:

MODE IM SIEG CARRÉ

S1

UNITED STYLE

schulze:

MODE IN BÜRBACH

schulze:

OUTLET IN BÜRBACH

Schulze & S1 im Sieg Carré
Telefon 0271/770-186-0

Am Bahnhof 19
57072 Siegen

Öffnungszeiten:
Mo.-Sa. 9:30 - 20:00 Uhr

Schulze & Outlet in Bürbach
Telefon 0271/660-74-0

Untere Dorfstraße 141
57074 Bürbach

Öffnungszeiten:
Mo.-Fr. 9:00 - 19:00 Uhr, Sa. 9:00 - 18:00 Uhr