Nr. 49 · 11. Jahrgang - März/April 2020
Ausgabe Lippe - Zum Mitnehmen -

Monokel

Das Magazin für ein aktives Leben

Auch Haushalts-auflösung
05221 19719
www.recyclingboerse.org
Secondhand Kaufhäuser
RecyclingBörse!
Bad Salzuflen | Kreis Herford | Bielefeld

Liebe Leserinnen und Leser,

am Morgen zwitschern die Vögel, auf den Wiesen blühen die ersten Blumen und die Tage werden länger. Der Frühling steht unübersehbar in den Startlöchern. Kaum zeigt sich die Sonne wieder häufiger, bekommen wir Lust auf Bewegung, Unternehmungen und Natur pur. Die Anzahl der Möglichkeiten vergrößert sich nahezu täglich mit dem Frühlingserwachen. Wir haben für Sie eine Reihe von Ideen für Aktivitäten und Veranstaltungen zusammengestellt (z.B. am 31.03. Komödie „Alte Liebe“ im Sommertheater Detmold, am 12.04. Osterfeuer am Ziegeleimuseum Lage und auf dem Heimathof Leopoldshöhe, 25.04. Kräuterspaziergang des Umweltzentrums Heerser Mühle und am 28.4. liest Manuela Inusa aus ihrem neuen Buch „Orangenträume“ in der Stadtbücherei Bad Salzuflen). Mehr finanzielle Entlastung für Kinder von Pflegebedürftigen bringt jetzt das „Angehörigen-Entlastungsgesetz“, das am 01. Januar 2020 in Kraft getreten ist. Wir informieren Sie in dieser Ausgabe über die Rahmenbedingungen.

Wir wünschen Ihnen nun viel Freude beim Lesen und gute Anregungen. Bleiben Sie vor allem gesund!

Brigitte Sdun
Chefredakteurin

und das gesamte Redaktionsteam

Foto: Hh_yhs

Foto: Fotolia

Foto: Wolfgang Prietsch

Foto: NRW Landesportal

03 Aus der Region
Ziegeleimuseum Lage, Hoch- und Deutschmeister - Das Original

04 - 06 Aus Detmold
Alte Liebe, Mein Leben mit Martah, Klangkosmos Weltmusik, Termine aus Detmold, Kulturveranstaltungen im Augustinum, Veranstaltungen des Freilichtmuseums Detmold, u.a.

07 - 09 Aus Bad Salzuflen
Manuela Inusa: Orangenträume, Renate Ahrens: Der andere Himmel, Termine aus Bad Salzuflen, Schneewittchen, Musikalische Veranstaltungen in Bergkirchen, Umweltzentrum Heerser Mühle

10 - 11 Aus Leopoldshöhe
Netzwerk Leopoldshöhe, Termine aus Leopoldshöhe, Leo´s Kino

12 Aus Oerlinghausen
Termine aus Oerlinghausen, Tanztreff „Disco Ü 60“

13 - 14 Multimedia
App und Web-Version für leichtere Suche nach einem Pflegeplatz, Internet für Einsteiger für Senioren, Computer-Club für ältere Menschen, Computerkurse für Senioren, PC-Basis Kurs, Smartphone-Club Android, Wegweiser durch die digitale Welt - für ältere Bürgerinnen und Bürger

15 Pflege
Pflegewegweiser NRW - Hilfreicher Kompass für Pflegefragen, Kinder von Pflegebedürftigen werden finanziell entlastet - Angehörigen-Entlastungsgesetz trat am 1. Januar 2020 in Kraft

16 Literatur
2020, Willkommen du neues Jahrzehnt, Schalttag, Zwanzigzwanzig

17 Ausflugstipp
Wo 180.000 Tulpen und Krokusse blühen

18 - 19 Reisen
Burgen und Schlösser, Sommerpalais und Parks - eine Reiseimpression aus Südmähren

20 Wohnen im Alter
Umfrage zeigt: Senioren wünschen sich mehr Barrierefreiheit, Hohe Zuschüsse für erneuerbare Energien im Heizungskeller,

21 Bücherecke
Alle Tage, die wir leben; Sorg für dich selbst, sonst sorgt sich keiner! Mein größtes Rennen, Unterm Strich 2019

22 - 23 Gesund & Fit
Diabetes im Alter, Medizinischer Dienst ist unabhängig, Messe Gesund & Fit 2020, Treffpunkt Diabetiker - Bad Salzuflen

Impressum

Herausgeber:
Werk | 2 Werbeagentur
Markus Galla (ViSdP)
Salzufler Str. 145
33719 Bielefeld
Telefon: 0521-201 88-12
E-Mail: Info@Monokel.eu

Mitarbeiter dieser Ausgabe:
Harald Bollhöfener, Beate Koeppe, Ulrike Ksol, Wolfgang Prietsch, Brigitte Sdun

Layout & Anzeigen:
Werk | 2 Werbeagentur
Salzufler Str. 145
33719 Bielefeld
Telefon: 0521-201 88-12
E-Mail: Info@Monokel.eu
www.Monokel.eu

Druck:
Bruns Druckwelt, Minden

Titelfoto:
Gräflicher Park

Alle Rechte vorbehalten. Ein Nachdruck ist nur mit ausdrücklicher Genehmigung gestattet. Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben die Meinung der Autoren wieder. Service-Leistungen erfolgen ohne Gewähr. Für unverlangt eingesandte Manuskripte oder Fotos wird nicht gehaftet.

Monokel erscheint zweimonatlich und ist kostenlos in Bad Salzuflen, Leopoldshöhe, Oerlinghausen und Detmold an ca. 120 Verteilerstellen (Einzelhandel, Verbrauchermärkte, Banken, Apotheken, Krankenkassen, Arztpraxen, Kliniken, Behörden, städtische Einrichtungen, Touristen-Infos, diverse lokale Sport- und Freizeitvereine, Kirchengemeinden, Caritas, Diakonie, die AWO, Seniorenclubs, Begegnungsstätten sowie karitative Einrichtungen und beim Netzwerk Leopoldshöhe) erhältlich.

Die nächste Ausgabe Monokel Lippe Nr. 50 erscheint am: 08. Mai 2020

Ziegeleimuseum Lage

Sonntag, 8.3.2020 10:00 - 16:00 Uhr
Brechen-Schwingen-Hecheln
Handwerkvorführung und Mitmachaktion

Donnerstag, 12.3.2020, 16:30 Uhr
Ausstellungseröffnung „Kunst trotz(t) Armut“
Kunst ist ein ideales Medium, um in der Öffentlichkeit auf gesellschaftliche Missstände und soziale Probleme hinzuweisen. Die Ausstellung „Kunst trotz(t) Armut“ zeigt bekannte Kunstschaffende, die sich in unterschiedlichen Ausdrucksformen mit Armut, Obdachlosigkeit und sozialer Ausgrenzung beschäftigt haben. In Zusammenarbeit mit der Arbeitsgemeinschaft der freien Wohlfahrtsverbände in Lippe. Eintritt frei.

Freitag, 13.3.2020, 14:00 Uhr
Offener Stricktreff - Stricken wie die Zieglerfrauen
Offenes Treffen im Museumscafé. Eintritt frei

Sonntag, 22.3.2020, 14:00 - 17:00 Uhr
Handarbeitstreff - Spinnen & Handarbeiten in geselliger Runde
Anmeldung nicht erforderlich. Eintritt für alle Teilnehmerinnen frei.

Sonntag, 22.3.2020, 14:00 Uhr
Erzähl-Café: Familien in Not
Der Caritasverband Lippe berichtet darüber, warum Familien Hilfe suchen und wie Ihnen geholfen werden kann. Eintritt frei.

Samstag, 28.3.2020, 14:00 - 17:00 Uhr
Workshop - Pflastersteine: Akzente im Gartenweg
Workshop für Erwachsene. Anmeldung erforderlich.
Kosten: 25,- Euro inkl. Material und Brand.

Sonntag, 29.3.2020, 14:00 Uhr
Führung durch die Sonderausstellung „Kunst trotz(t) Armut“

Donnerstag, 02.4.2020, 15:00 Uhr
Politik-Talk: „Armut in Lippe- ist das ein Thema?“
Diskussion über das Thema Armut in Lippe. Eintritt frei.

Sonntag, 12.4.2020, 18:00 - 21:00 Uhr
Osterfeuer
Die Feldbahn fährt von 17:00 Uhr bis zum Einbruch der Dunkelheit.

Mittwoch, 15.4.2020, 14:00 Uhr
Oma, Opa & Enkel - Führung und Ziegelherstellung
Anmeldung unter Tel. 05232-94900, Kosten: 3,- Euro

Samstag, 25.4.2020, 14:00 - 17:00 Uhr
Ich schenke dir Zeit - Gemeinsam Wildbienenwand bauen
Anmeldung erforderlich, Kosten: Teilnahmegebühr 10,- Euro pro Elternteil mit einem Kind (inkl. Material)

Sonntag, 26.4.2020, 14:00 - 17:00 Uhr
Handarbeitstreff - Spinnen & Handarbeiten in geselliger Runde
Anmeldung nicht erforderlich. Eintritt für alle Teilnehmerinnen frei.

Sonntag, 26.4.2020, 14:00 Uhr
Erzählcafé: „Schulden als Armutsfalle“
Blick auf die Situation von Menschen, die durch Schulden in Armut geraten sind und durch ein Insolvenzverfahren einen Neuanfang wagen. Eintritt frei.

Donnerstag, 30.4.2020, 17:00 Uhr
Ausstellungseröffnung Arbeit 4.0
Die Arbeitswelt wird sich in den kommenden Jahren durch Digitalisierung und künstliche Intelligenz stark verändern. Die Ausstellung fragt nach unserer Einstellung zur Arbeit, wie sie entstanden ist und wie wir zukünftig arbeiten möchten. Eintritt frei.

Kontakt:
LWL-Industriemuseum - Ziegeleimuseum in Lage
Sprikernheide 77, 32791 Lage (Di - So, 10:00 - 18:00 Uhr)
Tel.: 05232 - 94 900, Fax 05232 - 94 90 38

Hoch- und Deutschmeister

Das Original aus Wien gastiert wieder in Oerlinghausen

Fr, 15.05.2020, 20:00 Uhr, Aula Niklas-Luhmann-Gymnasium Ravensberger Straße 11, 33813 Oerlinghausen

Im Jahr 1741 ordnete Kaiserin Maria Theresia an, dass jedes Regiment seine eigene Kapelle haben sollte, um die Truppen zur Parade zu führen. Im selben Jahr wurde zur Geburt Joseph II. die erste Parade mit einer eigenen Kapelle in Mailand abgehalten. 1781 stationierte Kaiser Joseph II. die Deutschmeister in Wien und so konnten sie seither ihren eigenen unvergleichlichen Wiener Klang kreieren. Sie wurden zur Lieblingskapelle des Kaisers und des Volkes und nicht nur zu offiziellen Anlässen eingesetzt, sondern spielten auch Konzerte und Tanzveranstaltungen in den bekannten Etablissements der Stadt. Sie waren damals schon mehr als eine Militärkapelle und wurden zu Interpreten des österreichischen musikalischen Prunkes in Friedenszeiten und bald die legendären „Wiener Edelknaben“. Oft verging in Wien kaum ein Tag, an welchem die Deutschmeister nicht im Prater, in Kaffeehäusern oder Tanzsälen konzertierten, und das in den verschiedensten Besetzungen, von den „Schrammeln“ über das Salon- und Streichorchester bis zum schneidig aufmarschierenden Blasorchester. Die Deutschmeister hatten in ihren Reihen berühmte Namen wie Philipp Fahrbach sen. und Carl Michael Ziehrer, den „Teufelsgeiger“ Josef Hellmesberger, der Ballettkomponist Josef Bayer, Wilhelm Wacek und Robert Stolz.
Zusammen mit der Wiener Sopranistin Anja Markwart lassen die Original Hoch- und Deutschmeister die k. und k. Monarchie wieder aufleben.

Gabriele Walter
FLORISTIK
mit Herz
Alte Wassermühle zu Bentrup
Salzufler Str. 145 · 33719 Bielefeld-Brönninghausen
Freitag von 15.00 bis 18.00 Uhr
Samstag und Sonntag von 13.00 bis 18.00 Uhr
Tel. 0160-94 55 31 87 · www.gw-floristik.de

„Von (un)ordenlicher und kostlicheyt der kleydung“

Bei einer Sonderführung erleben Sie die Geschichte der Mode hautnah im Detmolder Schloss.

Samstag 14.03.2020 um 11:30 Uhr
Fürstliches Residenzschloss, Schlossplatz 1

Bei dieser speziellen Modeführung, die ca. 90 Minuten dauert, werden Beispiele vom 15. bis zum 20. Jahrhundert präsentiert und anhand ausgewählter Gemälde erklärt. Warum trugen die Frauen im 16. Jahrhundert plötzlich so viel Schwarz? Welche Stoffe und Muster waren „high fashion“? Und wer trug eigentlich alles eine Perücke? Freuen Sie sich auf spannende Geschichten rund um Korsett, Panier, Flohfalle und Puder.
Die Plätze in der Modeführung sind begrenzt. Daher wird um eine vorherige Anmeldung unter Email: besichtigung@schloss-detmold.de oder Telefon 05231/7002-0 gebeten.

Alte Liebe

Komödie nach dem Roman von
Elke Heidenreich und Bernd Schroeder
Di., 31. März, 19.30 Uhr - Sommertheater Detmold

Alte Liebe rostet nicht. Aber die Zeit ist an Lore und Harry nach 40 Jahren Ehe nicht spurlos vorbeigegangen. Die leidenschaftliche Lore hat Angst, bald mit dem frisch pensionierten Harry untätig im Garten zu sitzen.

Elke Heidenreich und Bernd Schroeder fabulieren in dem Roman „Alte Liebe“ gemeinsam aus, was aus ihnen geworden wäre, wenn sie sich nicht getrennt hätten. Selten war eine Ehekrise so amüsant und bewegend zugleich.

In “Alte Liebe“ brillieren Kerstin Klinder und Jürgen Roth vom Landestheater Detmold.

Kulturveranstaltungen im Augustinum

Sonntag, 8. März 2020, 19:30 Uhr
Jazz! Swing! Hardbop!
Jazz-Konzert mit dem Raphael-Klemm-Sextett
Das Raphael Klemm Sextett widmet sich jener Musik, die auf vielen Bühnen zur Rarität geworden ist: swingender, frischer und unverstaubter Combo Jazz, inspiriert vom swingin´ Sound der 50er und 60er Jahre. Stilsicher, solistisch individuell und als Band perfekt harmonierend spielt das Sextett um den WDR-Bigband-Posaunisten Raphael Klemm.

Mittwoch, 11. März 2020, 19:30 Uhr
„Der tiefe Brunnen weiß es wohl...“
Konzertprobe für den Deutschen Musikwettbewerb
Der junge Pianist Jonas Harksen bereitet sich auf diesen Wettbewerb vor, Sie kommen in den Genuss seines Programms.

Dienstag, 17. März 2020, 19:30 Uhr
Bildvortrag Hamburg - die Schöne am Wasser (Teil 3)
mit Dipl. Geograph Wolfgang Senft
Was ist geworden aus der ehemals „Schlafenden Schönen“, wie Helmut Schmidt seine Heimatstadt einst nannte? Der „Hamburger Jung“ Wolfgang Senft stellt seine Heimatstadt vor, die eine der schönsten Städte der Welt ist.

Pixabay: Huskyherz

Freitag, 20. März 2020, 19:30 Uhr
Cinema Augustinum - Die Wiese - ein Paradies nebenan
Deutschland 2019, Regie: Jan Haft
Täglich tummeln sich die verschiedensten Arten von Vögeln, Insekten und anderen Tieren zwischen den Gräsern und Kräutern. Diese Vielfalt macht die bunte, saftige Sommerwiese zu einer faszinierenden Welt, in der ein Drittel unserer heimischen Pflanzen- und Tierarten sein Zuhause hat. Der auf Naturfilme spezialisierte Regisseur Jan Haft schuf mit hohem technischem Aufwand nie da gewesene Bilder von einem vermeintlich unscheinbaren Lebensraum direkt vor unserer Haustür.

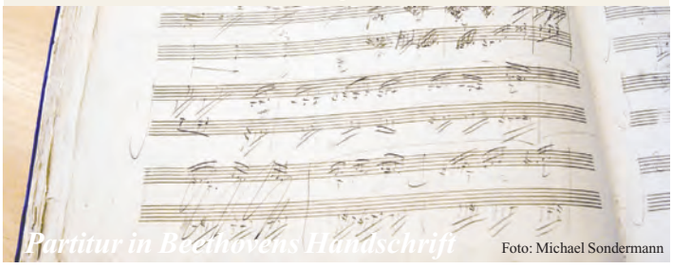
Augustinum - 32760 Detmold - Römerweg 9
Tel.: 05231/984-0 - www.augustinum.de

4. Abonnementkonzert

des Detmolder Kammerorchesters am 4. April 2020

18.30 Uhr, Konzerteinführung im Palais der HfM Detmold
19:30 Uhr, Hochschule für Musik, Konzerthaus, Neustadt 22
Ludwig van Beethoven (1770–1827)
Konzert für Violine und Orchester D-Dur op. 61
Konzert für Klavier und Orchester Nr. 5 Es-Dur op. 73

Frank-Michael Erben, Violine und Leitung
Alfredo Perl, Klavier und Leitung - Detmolder Kammerorchester


Partitur in Beethovens Handschrift
Foto: Michael Sondermann

Mein Leben mit Martah

Autorenlesung mit Martina Bergmann
Dienstag, 17.03.2020 um 19:30 Uhr
Stadtbibliothek, Leopoldstraße 5, 32756 Detmold

Das Leben ist schön! Martina kümmert sich um Martha. Martha ist Mitte achtzig und in einer „poetischen Verfassung“. Martina beschließt, sich der alten Dame anzunehmen, ohne mit ihr verwandt zu sein oder sie auch nur gut zu kennen. Oder ist es vielmehr Martha, die sich Martina ausgesucht hat? So genau ist das nicht mehr auszumachen, aber es ist auch nicht wichtig, weil sie nämlich beide glücklich sind, so wie es ist. Ein bewegendes Portrait zweier unkonventioneller Frauen.

Veranstaltungen Freilichtmuseum Detmold

Mittwoch, 01.04.2020, 09.00 Uhr
Erzähl mir was vom Pferd! - Eröffnung Sonderausstellung
Das facettenreiche Miteinander von Mensch und Pferd in Westfalen stellen wir in Kooperation mit dem LWL-Medienzentrum für Westfalen anhand von über 100 Fotografien in der diesjährigen inklusiven Sonderausstellung in den Mittelpunkt. Vom 1. April bis 31. Oktober 2020 zeigen die eindrucksvollen Bildstrecken der Fotografin Tuula Kainulainen die vielfältigen Verbindungen zwischen Mensch und Pferd. Mi., 01.04. bis Sa., 31.10.2020

Sonntag, 5.4.2020, ab 10 Uhr - Zäune flechten
Workshop für Erwachsene

Sonntag, 5.4.2020, 11-14 Uhr - Naturbegegnungen
Ausflug in die Welt der Vögel - Workshop für Kinder ab 6 Jahren

Sonntag, 5.4.2020, 15.30 Uhr - Gartenführung
Spaziergang durch die ländlichen Gärten

Dienstag, 7.4.2020, 14-17 Uhr - Naturbegegnungen
Wilden Bienen muss geholfen werden - Workshop ab 6 Jahren

Mittwoch, 8.4.2020, 14-17 Uhr - Naturbegegnungen
Das Pferd - mehr als ein Reittier - Workshop für Kinder ab 6 Jahren

Donnerstag, 9.4.2020, 14-17 Uhr - Ostereierei
Naturbegegnungen Workshop für Kinder ab 6 Jahren

Freitag, 10.4.2020, 11-17 Uhr - Mitmachprogramm
Eierfärben nach Urgroßmutterart

Samstag, 11.4. bis Sonntag, 12.4.2020, 11-17 Uhr
Inschriften schnitzen - Handwerksvorführung

Samstag, 11.4.2020, 14 Uhr - Alarm für die Biene
Rundgang und Mitmachprogramm

Sonntag, 12.4.2020, 11 Uhr - Führung zum Fachwerk
Westfälisches Fachwerk genauer betrachtet

Sonntag, 12.4.2020, 14 Uhr - Führung
Ein Tag im Gräftenhof 1806: „Morgen ist Taufe“

Dienstag, 14.4. bis Freitag, 17.4.2020, jeweils 10-13 Uhr
Holzrücken mit Kaltblutpferd für Jedermann
Workshop für Kinder und Erwachsene

Donnerstag, 16.4.2020, 18-21 Uhr - Fotowalk
Dämmerungsspaziergang

Freitag, 17.4.2020, 15-17 Uhr - Im Galopp durch das Museum
Museumswissenschaftler führen

Samstag, 18.4.2020, ab 14 Uhr - Ackertraining
mit Kaltblupferden

Sonntag, 19.4.2020, 15.30 Uhr - Gartenführung
Spaziergang durch die ländlichen Gärten

Freitag, 24.4.2020, 14 bis 17 Uhr - Handarbeitscafé
Kreativer Austausch

Freitag, 24.4.2020, 15-17 Uhr - Restauratoren führen
Einblicke in aktuelle Restaurierungsobjekte

Samstag, 25.4. bis Sonntag, 26.4.2020, 10-17 Uhr
Weben im Museum: Gut gebäumt ist halb gewebt
Workshop für Erwachsene (ab 16 Jahre) mit Vorkenntnissen

Sonntag, 26.4.2020, 14-17 Uhr - Naturbegegnungen
Wildbienen helfen - aber richtig - Workshop für Erwachsene

Klangkosmos Weltmusik

Safar

Sufi Musik und klassische Stücke aus der Blütezeit afghanischer Musikkultur

Freitag, 13. März 2020, 20:00 Uhr
Aula der Alten Schule am Wall, Am Wall 5, 32756 Detmold

Foto: ANIM

Es gibt feinste Klänge vom Hindukusch zu hören! Jenseits der täglichen Bilderflut, lohnt es sich einige spannend-bewegte Momente der Musikgeschichte Afghanistans zu erkunden und dem Meisterensemble Safar des „Afghanistan National Institute of Music“ (ANIM) in Kabul zu lauschen, das nach dem Ende der Taliban die letzten im Land lebenden Meistermusiker wieder versammelt hat. Safar rekonstruiert und vermittelt die komplexen, oral tradierten Musikwelten.
Seit 2012 besteht eine regelmäßige Kooperation mit dem „Afghanistan Music Research Center AMRC“ der Hochschule für Musik FRANZ LISZT Weimar und Safar. In intensiver Kooperation afghanischer und deutscher Musikerinnen und Musiker wurden seitdem Lieder, Klänge und musikalisches Wissen zwischen Deutschland und Afghanistan hin- und zurück getragen und fast verloren geglaubte musikalische Früchte geerntet. Der Name des Ensembles hätte nicht treffender gewählt werden können: Safar heißt Reise. Seine Musik ist kraftvoller Ausdruck von Hoffnung, Freude, Leid und Freiheit sowie Werkzeug für Bildung und Wissen.

Spalato Pflegedienst
Gute Pflege an jedem Ort!
Leistruper-Wald-Straße 1 · 32760 Detmold
Tel.: 05231 / 3089938 und 6023582
Fax: 05231 / 6023584
Email: info@pflegedienst-spalato.de

Termine aus Detmold

März 2020

07.03.2020
Ausstellung - Die Handbibliothek Fürstin Paulines zur Lippe
Pauline zur Lippe verfolgte mit großem Interesse die politischen, philosophischen und literarischen Strömungen ihrer Zeit. Sie war selbst kulturell interessiert, ihre Aktivitäten entsprachen dabei ganz ihrem adeligen Selbstverständnis: Sie schrieb Gedichte, diskutierte Literatur und Politik, veranstaltete Liebhabertheater und verfügte über eine eigene Privatbibliothek.
Lippische Landesbibliothek, Hornsche Straße 41

14.03.2020
Creativ-Kunstmarkt
10:00 - 18:00 Uhr, Stadthalle Detmold

Gospelkonzert - Afrika.
Mit dem Chor „S(w)inging for freedom“, und der Trommelgruppe „Bandolé“.
19:00 Uhr, Erlöserkirche am Markt

15.03.2020
Creativ-Kunstmarkt
11:00 - 17:00 Uhr, Stadthalle Detmold

17.03.2020
Wanderung des TWV
Jeden Dienstag wandert der TWV ca. 10 km in der näheren und weiteren Umgebung von Detmold.
Treffpunkt: 09:00 Uhr, Bahnhof Detmold

21.03.2020
Repaircafé Detmold
„Ressourcen und Geld sparen in gemütlicher Atmosphäre bei Kaffee und Kuchen“ unter diesem Motto steht das Repaircafé jeden dritten Samstag im Monat. Anstatt Sachen wegzuwerfen, können Bürger diese reparieren lassen und bei der Reparatur zuschauen oder mithelfen.
14:00 - 17:00 Uhr, AWO Begegnungszentrum, Elisabethstraße 45

Afrikanischer Abend
Neben der afrikanischen Trommel Djembé erklingen weitere Percussioninstrumente, es werden Märchen gelesen und Bilder aus Afrika gezeigt.
18:00 Uhr, Johannes-Brahms-Musikschule, Woldemarstraße 2

27.03.2020
Chorkonzert mit dem Chor des Landestheaters
Ordinariumsvertonungen durch die Epochen. Chor des Landestheaters Detmold.
19:30 Uhr, Martin-Luther-Kirche, Schülerstraße 14

Älter werden ist voll sexy
Das ultimative Lesekonfetti für Postjugendliche ab 50: Eine Stand-Up Comedy mit Lesungsanteilen mit der Autorin Sabine Bode. Älterwerden ist gut. Unverblümt nimmt die Komikerin Familie und Freunde, die Werbung und sich selbst aufs Korn.
19:30 Uhr, Stadtbibliothek, Leopoldstraße 5

Wie man mit Schokolade Zeit messen kann
Comedy-Wissenschaftsshow mit Konrad Stöckel
19:30 Uhr, Sommertheater, Neustadt 24

28.03.2020
Frühlingszauber Kreativmarkt
11:00 - 17:00 Uhr, Haus des Gastes Hiddesen, Hindenburgstraße 58

Mandolins meet Irish Folk
Mandolinenorchester Detmold-Hiddesen: Musik zum Mitsingen, Tanzen und Träumen
19:00 Uhr, Immanuelkirche, Mühlenstr. 16

29.03.2020
Frühlingszauber Kreativmarkt
11:00 - 17:00 Uhr, Haus des Gastes Hiddesen, Hindenburgstraße 58

April 2020

02.04.2020
Detmold, die Kunst und Paris
Lesereihe Weggefährten: Jelka Rosen und Ida Gerhardi
19:30 Uhr, Lippische Landesbibliothek, Hornsche Straße 41

05.04.2020
Fürstin Pauline: „Gescheidt, thätig, aber sehr eigenwillig...“
Eine Führung auf den Spuren der lippischen Sozialreformerin. Die Führung besucht das Schloss und setzt sich an den Stätten ihrer Tätigkeit fort.
14:00 Uhr, Lortzingdenkmal am Eingang Schlossplatz

11.04.2020
Hexen - Lumpen - Trunkenbolde
Friedrich Türmer führt mit seinem Erlebnisgang musikalisch durch die Zeit der Hexenverfolgung.
Treffpunkt: 16:00 Uhr, Rathaustreppe am Marktplatz

19.04.2020
Lippske Dönekes
Der Lippische Schütze, Diekmanns Fritze, erwartet Sie zu einem humorvollen, musikalischen Erlebnisgang. Nicht in Plattdeutsch und nicht militärisch führt die singende Schnapsflasche mit lippischen Anektoten und Liedern durch die Residenzstatt.
Treffpunkt: 14:00 Uhr, Rathaustreppe am Marktplatz

20.04.2020
Stellar Singers
aus Auckland - Neuseeland
19:30 Uhr, Gemeindehaus Martin-Luther-Kirche, Schülerstraße 14

21.04.2020
Konzert „Musikalische Kontemplationen“ des Ensembles „Tuli Taevast“
Die Gruppe „Tuli Taevast“ (zu deutsch: „Feuer vom Himmel“) aus Estland spielt mittelalterliche Kirchenmusik und religiöse Volkslieder auf entsprechenden Instrumenten.
19:30 Uhr, Erlöserkirche am Markt

25.04.2020
BTHVN2020
Detmold Kammermusik in Detmold I
Auszüge aus „Faust“ und „Satyros oder der vergötterte Waldteufel“
19:30 Uhr, Hochschule für Musik, Konzerthaus

27.04.2020
Blühstreifen, Blühwiesen, Blühbeete...
Welchen Beitrag leisten sie zur Erhaltung der Artenvielfalt? Vortrag von Matthias Füller, Schieder.
19:30 Uhr, Landesarchiv, Willi-Hofmann-Straße 2

29.04.2020
Vortragsabend der Klasse
Prof. Jacob Leuschner (Klavier). Eintritt frei
19:30 Uhr, Hochschule für Musik, Brahms-Saal, Neustadt 22

Bäckerei · Konditorei Ellermeier
Steinofen Café
www.steinofencafeellermeier.de

Manuela Inusa: Orangenträume

Manuela Inusa liest aus ihrem neuen Buch „Orangenträume“
Dienstag, 28. April um 19:30 Uhr
Stadtbücherei Bad Salzuflen, Ostertor Galerie, Osterstr. 52

Wenn die Orangen in den Bäumen leuchten und die Sonne hoch am kalifornischen Himmel steht, ist es Zeit, sich zu verlieben... Endlich ist für Lucinda die schönste Zeit des Jahres gekommen: Wie jeden Juli besuchen ihre drei besten Freundinnen sie auf ihrer geliebten Orangenfarm im sonnigen Kalifornien. Der Plan: Orangen pflücken, die Sonne genießen, in Erinnerungen schwelgen und über das Leben und die Liebe sprechen.
Manuela Inusa wurde 1981 in Hamburg geboren und wollte schon als Kind Autorin werden. Kurz vor ihrem dreißigsten Geburtstag sagte die gelernte Fremdsprachenkorrespondentin sich: „Jetzt oder nie!“

Schneewittchen

als spannendes Musical am So., 5. April 2020 um 15 Uhr im Kur- und Stadttheater, Bad Salzuflen

Groß und Klein erleben im Kur- und Stadttheater in Bad Salzuflen ein märchenhaftes Abenteuer: Das Theater Liberi inszeniert die berühmte Geschichte als modernes Musical für die ganze Familie. Professionelle Musicaldarsteller sorgen mit rasanten Songs und Choreografien, viel Energie und jeder Menge Humor für ein unterhaltsames Live-Erlebnis für Kinder ab vier Jahren, Eltern und Großeltern.
Seit Jahrhunderten kennt jedes Kind die berühmte Frage: „Spieglein, Spieglein an der Wand, wer ist die Schönste im ganzen Land?“ Als die Antwort darauf plötzlich „Schneewittchen“ lautet, schmiedet die böse Königin, von Selbstsucht getrieben, einen Plan, um ihre Stieftochter loszuwerden. Doch die mutige Titelheldin schafft es, zu entkommen und flüchtet tief in den Wald. Sie trifft auf die sieben Zwerge, die dort versteckt und zurückgezogen von den Menschen leben und ein altes Geheimnis hüten. Nur der draufgängerische Prinz scheint von den Zwergen eingeweiht zu sein. Schneewittchen will herausfinden, was es damit auf sich hat und schon ist sie mittendrin im Abenteuer rund um Freundschaft, Liebe, vergiftetes Obst und einen gestohlenen Zaubertrank…

Wohnen am Obernberg - 11 ETWs

Vom Focus Immobilienatlas zum 6. Mal als einer von 1.000 empfohlenen Maklern in Deutschland ausgezeichnet.

Unser Beratungsangebot für die Generation 55plus: Hochwertiges barrierefreies Wohnen in der Stadt. Kostenlose Verkehrswertermittlung für Ihre Immobilie.

Eickmeier Immobilien
Lange Straße 51 · 32105 Bad Salzuflen
Tel. 05222-9839711 · info@eickmeierimmobilien.de
www.eickmeierimmobilien.de

Renate Ahrens: Der andere Himmel

Renate Ahrens liest aus ihrem Buch „Der andere Himmel“
18. März 2020 um 19:30 Uhr
Stadtbücherei Bad Salzuflen, Ostertor Galerie, Osterstr. 52

Bewegend erzählt Renate Ahrens, 1955 in Herford geboren, in ihrem Roman von einem dramatischen Flucht-Versuch aus der DDR in den 70er-Jahren, einer großen Liebe und einer zweiten Chance. Die bewegende Autobiografie des Schriftstellers Frank Hollmann sorgt in ganz Deutschland für Schlagzeilen, berichtet sie doch von einem dramatisch gescheiterten Flucht-Versuch. Den diversen Besprechungen und Experten-Runden kann irgendwann auch Irina Lohrisch nicht mehr aus dem Weg gehen, obwohl sie es nach Kräften versucht. Denn für Irina ist Frank nicht irgendein Schriftsteller, und er beschreibt nicht irgendeinen Flucht-Versuch - diese Geschichte ist ihre Geschichte, die Geschichte der Liebe ihres Lebens und das Zeugnis eines bitteren Verrats. Oder kann es mehr als nur eine Version von Wahrheit geben?

Ralf Hauptstein
steuerberater

- Steuererklärungen
- Jahresabschlusserstellung
- Finanz- und Lohnbuchhaltung
- Steuerliche Gestaltungsberatung
- Steuerrechtsdurchsetzung
- Betriebswirtschaftliche Beratung

Am Herforder Tor 3 · 32105 Bad Salzuflen
Telefon 05222-850 700 · www.hauptstein.eu

Termine aus Bad Salzuflen

März 2020

06.03.2020
Avanti! Avanti!
Komödie mit Livemusik der 50er und 60er Jahre von Samuel Taylor
19:30 Uhr, Kur- und Stadttheater Parkstraße 26

07.03.2020
Rundgang durch die historische Altstadt
14:30 Uhr, Kurgastzentrum, Parkstraße 20

08.03.2020
Sonntagskonzert
mit dem Staatsbad Salzuflen Orchester
10:00 Uhr, Konzerthalle im Kurpark

Tag der Archive - Kommunikation
Von der Depesche bis zum Tweet. Das Stadtarchiv Bad Salzuflen öffnet seine Türen zum Blick in seine Räume, historischen Bestände und hinter die Kulissen. Führungen durch die Benutzer-, Werkstatt- und Magazinräume informieren über die Aufgaben und den Arbeitsablauf im Stadtarchiv.
11:00 Uhr, Martin-Luther-Str. 2

09.03.2020
Giora Feidman
Klezmer Meets Beatles
19:30 Uhr, Kur- und Stadttheater Parkstraße 26

13.03.2020
Fit in den Tag: Gymnastik 60+
09:00 Uhr, Staatsbad Vitalzentrum, Salinenstraße 1

14.03.2020
Rundgang durch die historische Altstadt
14:30 Uhr, Kurgastzentrum Therme 3, Parkstraße 20

Hauptsache es knallt!
Triple-A - Kabarett mit Robert Griess
19:30 Uhr, Gelbe Schule, Martin-Luther-Str. 2

Lovejogging
Die Retzer Bühne präsentiert eine Komödie in zwei Akten von Derek Benfield. Jeden Mittwoch geht Brian joggen, so glaubt es jedenfalls seine Frau Hilary. Brian joggt aber nur bis zur Wohnung seines Freundes George, um sich dort mit Wendy zu einem romantischen tête á tête zu treffen...
19:30 Uhr, Gasthaus Rickmeyer, Alte Landstraße 51, 32108 Bad Salzuflen

15.03.2020
Sonntagskonzert
mit dem Staatsbad Salzuflen Orchester
10:00 Uhr, Konzerthalle im Kurpark

Lovejogging
Die Retzer Bühne präsentiert eine Komödie in zwei Akten von Derek Benfield.
16:00 Uhr, Gasthaus Rickmeyer, Alte Landstraße 51, 32108 Bad Salzuflen

20.03.2020
Fit in den Tag: Gymnastik 60+
09:00 Uhr, Staatsbad Vitalzentrum, Salinenstraße 1

21.03.2020
Rundgang durch die historische Altstadt
14:30 Uhr, Kurgastzentrum, Parkstraße 20

VI. Sinfoniekonzert
der nordwestdeutschen Philharmonie
Felix Mendelssohn Bartholdy, Edvard Grieg
19:30 Uhr, Konzerthalle im Kurpark

Lovejogging
19:30 Uhr, Gasthaus Rickmeyer, Alte Landstraße 51, 32108 Bad Salzuflen

22.03.2020
Sonntagskonzert
mit dem Staatsbad Salzuflen Orchester
10:00 Uhr, Konzerthalle im Kurpark

Lovejogging
16:00 Uhr, Gasthaus Rickmeyer, Alte Landstraße 51, 32108 Bad Salzuflen

27.03.2020
Fit in den Tag: Gymnastik 60+
09:00 Uhr, Staatsbad Vitalzentrum, Salinenstraße 1

Oscar und die Dame in rosa
Schauspiel von Eric-Emmanuel Schmitt
19:30 Uhr, Kur- und Stadttheater, Parkstr. 26

28.03.2020
Rundgang durch die historische Altstadt
14:30 Uhr, Kurgastzentrum, Parkstraße 20

Lovejogging
19:30 Uhr, Kur- und Stadttheater, Parkstr. 26

29.03.2020
Sonntagskonzert
mit dem Staatsbad Salzuflen Orchester
10:00 Uhr, Konzerthalle im Kurpark

Lovejogging
16:00 Uhr, Kur- und Stadttheater, Parkstr. 26

April 2020

02.04.2020
Fackelführung
Bad Salzuflen im Fackelschein, ein stimmungsvoller Abendspaziergang durch die historische Altstadt.
20:30 Uhr, Historisches Rathaus, Am Markt 26

03.04.2020
Fit in den Tag: Gymnastik 60+
09:00 Uhr, Staatsbad Vitalzentrum Salinenstraße 1

05.04.2020
Sonntagskonzert
mit dem Staatsbad Salzuflen Orchester
10:00 Uhr, Konzerthalle im Kurpark

08.04.2020
Rundgang durch die historische Altstadt
14:30 Uhr, Kurgastzentrum, Parkstraße 20

11.04.2020
Die neue Wandelhalle erleben
Gesundheit, Geschichte, Sole & Kneipp. Entdecken Sie die umgestaltete Wandelhalle. Nach längerer Umbaupause ist sie ab dem Frühjahr 2020 wieder für Besucherinnen und Besucher geöffnet und wartet mit einer Vielzahl neuer Attraktionen auf.
10:30 Uhr, Parkstraße 20

Der kleine Horrorladen
Landestheater Detmold
19:30 Uhr, Kur- und Stadttheater, Parkstr. 26

16.04.2020
Fackelführung
Bad Salzuflen im Fackelschein, ein stimmungsvoller Abendspaziergang durch die historische Altstadt.
20:30 Uhr, Historisches Rathaus, Am Markt 26

17.04.2020
Fit in den Tag: Gymnastik 60+
09:00 Uhr, Staatsbad Vitalzentrum, Salinenstraße 1

18.04.2020
Karl Valentin und die laute Zeit
Franz Josef Strohmeier hat einen Abend zusammengestellt, mit unbekannten, dunkel grundierten, todkomischen Werken von Karl Valentin und diese zum Teil neu vertont.
Gelbe Schule, Martin-Luther-Straße 2

24.04.2020
Fit in den Tag: Gymnastik 60+
09:00 Uhr, Staatsbad Vitalzentrum, Salinenstraße 1

Spatz und Engel
Das Stück wirft einen Blick auf die innige Beziehung zwischen beiden Bühnengrößen Marlene Dietrich und Edith Piaf.
19:30 Uhr, Kur- und Stadttheater, Parkstr. 26

25.04.2020
VII. Sinfoniekonzert
der nordwestdeutschen Philharmonie
19:30 Uhr, Konzerthalle im Kurpark

Musikalische Veranstaltungen in Bergkirchen

Ev.-luth. Kirchengemeinde Bergkirchen
Bergkirchen 54, Tel.: 05266-992181, www.bergkirchen.net

„Frühlinghaft gestimmt“

Sonntag, 15. März, um 16.30 Uhr
Sarah Romberger und Yangfan Xu

Hier endet die Reihe „Winterkonzerte mit der Hochschule für Musik Detmold“ in der Kirche zu Bergkirchen. Zu Gast sind Sarah Romberger (Mezzosopran) und Yangfan Xu (Klavier).

Foto: privat

Sarah Romberger ist der aufgehende Stern in der Gesangsszene der Region. Seit 2015 studiert sie bei ihrer Mutter Gerhild Romberger an der HfM Detmold. Mittlerweilen ist sie in zahlreichen Oratorienkonzerten und in Produktionen des Landestheaters und der HfM Detmold zu hören. Mit großer Leidenschaft gestaltet sie außerdem bereits diverse Liederabend-Programme, wobei sie in Bergkirchen erstmalig einen ganzen Konzertabend bestreitet.

Foto: Sebastian Palzhoff

Die Chinesin Yangfan Xu ist Preisträgerin mehrerer Wettbewerbe und hat seit 2017 einen Lehrauftrag als Korrepetitorin an der HfM Detmold.
Sarah Romberger und Yangfan Xu laden ihr Publikum ein, den Frühling bereits mit den Sinnen zu erfassen und bekannten Kunstliedern für Mezzosopran und Klavier von Franz Schubert, Hugo Wolf und Johannes Brahms nachzuspüren. Mit Pause im Gemeindehaus bei Punsch, Sekt und Kaffee.
Eintrittskarten gibt es an der Tageskasse ab 15.00 Uhr in der Kirche. Karten für 15,- Euro mit Platzreservierung kann man im Vorverkauf unter musik@bergkirchen.net erwerben.

Giora Feidman und das Rastrelli Quartett

Klezmer Meets Beatles
09.03.2020 um 19:30 Uhr, Kur- & Stadttheater, Bad Salzuflen

Auch zu Beginn seines 81. Lebensjahres kann von Ruhestand keine Rede sein. Nach wie vor ist sein Tatendrang ebenso wenig zu bremsen wie seine Spielfreude. Giora Feidman hat zusammen mit dem Rastrelli Cello Quartett das große Beatles Songbook aufgeschlagen, um ein neunzigminütiges Programm zusammenzustellen, das ausschließlich aus Kompositionen der „Fab Four“ besteht. Konnten die Beatles die Richtung ihrer Kompositionen durch die Kombination von Gesang und Text bestimmen und ihren Songs damit den legendären Glanz verleihen, mussten die fünf Instrumentalisten diese Elemente durch andere ersetzen. Mit der virtuosen Umsetzung der fabelhaften und nahezu genialen Arrangements der Ensemblemitglieder ist dies Giora Feidman und dem Rastrelli Cello Quartett vortrefflich gelungen. Man darf sich zu Recht auf einen außergewöhnlichen Musikabend freuen, denn so zeitlos und generationsübergreifend wird man Giora Feidman noch nie erlebt haben. „Ich komme nicht auf die Bühne, um zu zeigen, dass ich ein Instrument spielen kann. Ich nehme meine Klarinette zur Hand, um die Menschen an meinem Inneren teilhaben zu lassen.“

Tanz im Kurhaus

Lebensfreude mit Musik und Tanz!

Das Staatsbad Salzuflen Orchester spielt ein besonderes Programm für alle Tanzbegeisterten. Zudem kann an jedem ersten Sonntag im Monat, gemeinsam mit Tanzsporttrainerin Svetlana Doskotz je ein Standard- und ein Lateintanz erlernt werden. Der Unterricht dauert immer von 14:00 bis 14:45 Uhr. Die Teilnahme ist ohne Voranmeldung möglich. Der Eintrittspreis kann direkt an der Kasse vor dem Start der Veranstaltung entrichtet werden und im Preis für die Tanzstunde ist der Eintritt zur anschließenden Tanzveranstaltung bereits enthalten.

Sonntag 05.04., 19.04., 03.05., 17.05. jeweils 15:00 - 17:00 Uhr im Kurhaus, Parkstraße 26, 32105 Bad Salzuflen

Veranstaltungen des Umweltzentrums Heerser Mühle

Heerser Mühle 1-3 · Bad Salzuflen-Schötmar

12. März 2020 um 19:30 Uhr
Vortrag: Naturnahe Gärten
Was zeichnet naturnahe Gärten aus?

26. März 2020 um 19:30 Uhr
Jahreshauptversammlung
des Trägervereins Umweltzentrum Heerser Mühle. Mit Übergabe des Umweltpreises des Umweltzentrums 2020 und Vortrag über den Naturpark Vercors in Frankreich von Ulrich Kaminsky.

02. April 2020 um 18:00 Uhr
Schulung zum Flusskrebs-Kartierer
Anmeldung bis zum 25. März 2020 unter Tel. 05222-797151

03. April 2020 um 14:00 Uhr
Praxis-Seminar: Rankgerüste und Staudenhilfen flechten
Wir bauen Klettergerüste aus Naturmaterial für unsere Außenbegrünung selbst oder soll es eine Rankhilfe für den Blumentopf sein?
Anmeldung bis zum 26. März 2020 unter Tel. 05222-797151

04. April 2020 von 10:00 Uhr - 11:00 Uhr
Die Pflanzentauschbörse im Umweltzentrum
Auf der traditionellen Pflanzentauschbörse können neben Stauden und Sträuchern auch abgestochene Staudenteile, Sämlinge oder Samen mitgebracht, bestimmt und getauscht werden. Auch BesitzerInnen neuer Gärten ohne Tauschangebot sind herzlich willkommen und können Stauden gegen eine kleine Spende erwerben.

07. April 2020 um 19:00 Uhr
Vortrag: Das Naturschutzgebiet Enger Bruch - durch das Jahr
Der Eintritt ist frei, Spenden sind herzlich willkommen.

21. April 2020 um 19:30 Uhr
Reisebericht: Auf ‚Glyndwr‘s Way‘ durch die „rollenden“ Hügel im Herzen von Wales
‚Glyndwr‘s Way‘ ist einer von drei Fernwanderwegen in Wales. Er führt von Knighton über Machynlleth nach Welshpool.

25. April 2020 um 15:00 Uhr
Kräuterspaziergang
Die Teilnehmer lernen die heimischen Wildkräuter kennen, die in der Küche Verwendung finden, erfahren aber auch vieles Interessante mehr über die heimischen Pflanzen.
Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Anmeldung (bitte jeweils 1 Woche vor dem Termin) unter Tel. 05222-797151.

07.03. und 04.04.2020 Netzwerkfrühstück
jeden 1. Samstag im Monat im Forum der Grundschule Asemissen, Berliner Straße 10
Infos: Ullrich Wellmann, Tel.: 05208-8778

Boule-Gruppe
Jeden Montag von April bis Oktober um 15:00 Uhr auf dem „St.-Gaultier-Platz“ (Mehrgenerationenspielplatz) am Heinrich-Lübke-Weg.
Infos: Klaus Hoffmann, Tel.: 05202-9569605, E-Mail: hoffmannklaubi@t-online.de

Digitale Medien
Jeden 2. und 4. Dienstag im Monat: PC- und Internet-Workshop mit einem ausgewählten Thema, jeweils um 09:30 Uhr
Begegnungszentrum „B vier“ Asemissen, Parkstraße 6, Raum „Schweina“. Infos: Harald Poppek, Tel.: 05202-81735
Nächster Termin 03.03.2020: Beantwortung von Fragen, allgem. Themen, Problemlösungen

Erzählcafé
09.03.2020, 16:00 Uhr - Karl Harbaum erzählt: Partnerschaften der Gemeinde
im LEO´S, Schulstraße 33, Leopoldshöhe - Infos: Heinz-Detlev Gadow, Tel.: 05202-81321, E-Mail: hdgadow@gmx.de

Gemeinsames Mittagessen
Gemeinsam schmeckt das Essen noch besser - am 4. Donnerstag im Monat. Es kocht für uns Party Service Wilkenloh, Asemissen. Treffen: 12:00 Uhr im Begegnungszentrum B-vier in Asemissen, Parkstraße 6, Raum „Schweina“, Essen: 12:30 Uhr. Bitte beim Netzwerkfrühstück oder telefonisch bis Dienstag vor dem Essen anmelden. Geschirr und Getränke mitbringen. Wird ein Salat mitgebracht, wird ein Kostenanteil vergütet. Infos: Helga und Christian Erlecke, Tel.: 05208-9581234, E-Mail: christian.erlecke@gmail.com

Gymnastik-Gruppe „Fit bis ins hohe Alter“
Jeden Montag in den geraden Kalenderwochen um 09:00 Uhr Gymnastik in der Turnhalle des Begegnungszentrums „B-vier“ in Asemissen.
Infos: Renate Kunst, Tel. 05208-8346. Nächste Termine: 02.03.2020

Hilfe beim Einkaufen, Spazierengehen
Älteren oder kranken Damen/Herren wird Hilfe angeboten. Infos: Giesela Rössler, Tel.: 05202-80897

Kleine handwerkliche Dienste
Hilfe bei Problemen, die ein handwerklich begabter Hausmann lösen kann.
Infos: Ullrich Wellmann, Tel.: 05208-8778, Georg Matyssek, Tel.: 05202-84381

Kunstkreis - Besuch von Ausstellungen
Infos: Margarete v. Bieberstein, Tel.: 05202-84132, Email: m.vbieberstein@netzwerk-leopoldshoehe.de

Malkreis
Jeden 1. Mittwoch im Monat um 16:00 Uhr in der Felix-Fechenbach-Gesamtschule, Aulatrakt AU 14, Schulstraße 25, Leopoldshöhe
Infos: Edith Neuhaus, Tel.: 05202-81581 - Nächste Termine: 04.03.2020, 01.04.2020

Radfahrkreis
Monatliche Radtour: Jeden 1. Mittwoch im Monat von April bis Oktober um 15:00 Uhr ab Evenhausen.
Fr. 15.05.2020: Tagestour Mühlenroute entlang der Weser von Petershagen bis Minden Radroute vom Schloß Petershagen durch das NSG Lahder Marsch zur Mindener Schiffsmühle dann über die neue Weserschleuse entlang der Weser bis zur Büschings Mühle.
Infos: Reinhard Leimkühler, Tel.: 05208-219, E-Mail: r.leimkuehler@gmx.de

Schwimmen und Wassergymnastik
Jeden Dienstag in den ungeraden Kalenderwochen im VITASOL in Bad Salzuflen.
Treffpunkt um 10.50 Uhr im großen Aktivbecken zur Wassergymnastik.
Wenn Sie keine Fahrmöglichkeit haben, rufen Sie bitte Herbert Ruthe, Tel.: 05208-376, an. Nächster Termin: 10.03. und 24.03.2020

Skatgruppe
Jeden Donnerstag von 10:00 bis 12:30 Uhr im BIB, Leopoldshöhe, Bürgermeister-Brinkmann-Weg
Mitspielerinnen und Mitspieler sind willkommen! Infos: Werner Rittmann, Tel.: 05202-81660

Spazierengehen
Treffen: Jeden ersten Freitag im Monat (März bis November) um 14.30 Uhr, Parkplatz Grundschule Asemissen. Nächster Termin: 06.03.2020
Infos: Anne Wernke, Tel.: 05202-81959, Ina Poppek, Tel.: 05202-81735

Spielenachmittag
Jeden 3. Donnerstag im Monat um 15:00 Uhr im Haus der Gemeinde am Heimathof, Leopoldshöhe, Zum Heimathof 12.
Bringen Sie Ihr Wunschspiel mit: Kartenspiele, Bridge, Canasta, Rommé, Rummikub, Mühle, Dame oder Schach, Tischspiele usw., wir erklären auch neue Spiele. Infos: Renate Lissel, Tel.: 05202-2977736, Giesela Stöve, Tel.: 05202-927366 - Nächster Termin: 24.03.2020

Gruppe Studienfahrten
Infos: Udo Blöbaum, Tel.: 05202-884460, E-Mail: u.bloebaum@netzwerk-leopoldshoehe.de
Heinz-Detlev Gadow, Tel.: 05202-81321, E-Mail: hd.gadow@netzwerk-leopoldshoehe.de

Tanztreff
Jeden 2. Freitag im Monat von 17:00 bis 19:00 Uhr im Forum der Grundschule Süd, Asemissen, Berliner Straße.
Infos: Helga Leweke, Tel.: 05208-8151 und Horst Kramer, Tel.: 05208-7332 - Nächster Termin: 13.03.2020

Wandern mit dem Netzwerk
28.03.2020 - Von Oerlinghausen zum Bokelfenner Krug (Tel. 05202-72449) über 4,3 km. Der Rückweg ist knapp 4 km über andere Wege.
Treffpunkt: 12:45 Uhr Lidl, dann Abfahrt nach Oerlinghausen dort auf die Straße Welschenweg abbiegen, am Ende links Wanderparkplatz
Infos: Horst Kramer, Tel.: 05208-7332, E-Mail: hlkramer@gmx.de - Helga Leweke, Tel.: 05208-8151, E-Mail: he.leweke@t-online.de

Termine aus Leopoldshöhe

März 2020

08.03.2020
Goldene und Diamantene Konfirmation
der Konfirmationsjahrgänge 1960 und 1970
09:45 Uhr, Ev.-ref. Kirche, Leopoldshöhe

09.03.2020
Offenes Café im Quartier
15:30 Uhr, B-vier, Parkstr. 6, Asemissen

Altenclub der ev.-ref. Kirchengemeinde
Märchenstunde mit Margarete von Bieberstein
14:30 Uhr, Haus der Kirche, Danziger Str. 2

16.03.2020
Altenclub der ev.-ref. Kirchengemeinde
Sitzgymnastik mit Erika Mohnhardt
14:30 Uhr, Ev.-ref. Kirche zu Bechterdissen, Danziger Str. 2

23.03.2020
Altenclub der ev.-ref. Kirchengemeinde
Rätsel mit Margarete von Bieberstein
14:30 Uhr, Haus der Kirche, Danziger Str. 2

27.03.2020
Grünschnittabnahme
15:00 - 17:30 Uhr, Bauhof

28.03.2020
Grünschnittabnahme
09:00 - 11:30 Uhr, Bauhof

15.03.2020
Halbtagswanderung
des Heimatverein Leopoldshöhe
13:00 Uhr, Treffpunkt: ALDI Leopoldshöhe

30.03.2020
Altenclub der ev.-ref. Kirchengemeinde
Vortrag mit Pastorin Sehring
14:30 Uhr, Haus der Kirche, Danziger Str. 2

April 2020

01.04.2019
Klön Nachmittag
Mit Kaffee und Kuchen und Unterhaltung
Heimatverein Leopoldshöhe e.V.
15:30 Uhr, Backhaus auf dem Heimathof

11.04.2020
Grünschnittabnahme
09:00 - 11:30 Uhr, Bauhof

12.04.2020
Osterfeuer auf dem Heimathof
17:00 Uhr, Heimathof Leopoldshöhe

19.04.2020
Halbtagswanderung
des Heimatverein Leopoldshöhe
13:00 Uhr, Treffpunkt: ALDI-Parkplatz Leopoldshöhe

20.04.2020
Offenes Café im Quartier
15:30 Uhr, B-vier, Parkstr. 6, Asemissen

24.04.2020
Grünschnittabnahme
15:00 - 17:30 Uhr, Bauhof

25.04.2020
Grünschnittabnahme
09:00 - 11:30 Uhr, Bauhof

Muffensausen - Kabarett mit den Bullemännern

13. März 2020 20:00 Uhr FFG, Schulstrasse 33, 33818 Leopoldshöhe

In ihrem 14. Bühnenprogramm pflügen die beiden Komiker aus Westfalen und ihre ukrainische Tastenfachkraft durch's Leben - abwechselungsreich und mit schnellen Rollenwechseln. Muffensausen ist Kabarett so richtig zum reinsetzen: Echte Komikerköppe und keine angefressenen Politikgesichter, wo man denkt, der Buchsbaumzünsler hat sein Revier gewechselt. Eine Gesichtskirmes am Wörtersee: musikalisch, poetisch, politisch, phisolophisch und bekloppt.

Foto: Inka Vogel

Leos Kino
Kommunales Kino Leopoldshöhe

jeden 3. Montag im Monat
19.30 Uhr - Eintritt 4,50 Euro

Montag, 09. März 2020
Kaltes Land

Zum Weltfrauentag zeigt Leos Kino in Zusammenarbeit mit der Gleichstellungsstelle Leopoldshöhe in einer Sondervorstellung das Drama „Kaltes Land". Das perfekte besetzte Drama schildert den Kampf amerikanischer Minenarbeiterinnen für mehr Rechte. Niki Caro („Wahle Rider") findet fantastische Bilder und ihr Ensemble rund um Charlize Theron brilliert.

Kaltes Land
North Country
USA 2005
126 Minuten, FSK 12
Charlize Theron, Elle Peterson, Thomas Curtis, Sissy Spacek

Montag, 16. März 2020
Gundermann

Die Künstler-Biografie „Gundermann" zeigt ein differenziertes Bild der DDR, rund um den Liedermacher Gerhard Gundermann, der als ostdeutsche Antwort auf Bob Dylan gilt, im Westen aber fast unbekannt blieb. Gundermann lebte mehrere Leben auf einmal - und das nicht frei von Widersprüchen: tagsüber Baggerfahrer, nachts erfolgreicher Liedermacher, dazu Stasi-Spitzel, aber auch Dissident. Ein wichtiger Beitrag zur deutsch-deutschen Geschichte.

Gundermann
D 2018, 127 Minuten, FSK 0
Alexander Scheer, Anna Unterberger, Axel Prahl

ToP - Dance in Leopoldshöhe „Tanzen ohne Partner"

Ein Angebot des Gemeindesportverbandes Leopoldshöhe im Kulturtreff am Heimathof

Für alle, die Freude an rhythmischer Bewegung haben, wird ein bunt gemischtes Programm aus dem Bereich des Linedance, des Gesellschaftstanzes und der internationalen Folklore angeboten. Zu internationaler Musik werden Kreis-, Paar- und Blocktänze, Squares und Rounds getanzt. Alle Tänze sind nicht partnergebunden, so dass Einzelpersonen die Möglichkeit haben, ihrem Tanzbedürfnis nachzukommen. Einstieg jederzeit möglich - das Ausprobieren und Mittanzen auch. Es wird in normaler Kleidung getanzt. Das Angebot findet mittwochs in der Zeit von 15:30 Uhr - 17:00 Uhr im Kulturtreff am Heimathof, Zum Heimathof 12, 33818 Leopoldshöhe statt. Die Kosten betragen 5,00 Euro pro Einheit. Anmeldung unter Tel.: 05232/4046
Die nächsten Termine: 11.03.2020, 18.03.2020, 01.04.2020

Termine aus Oerlinghausen

März 2020

01.03.2020
Ausstellungseröffnung „Nachtbilder“
von Jürgen Heinrich noch bis 19.04.2020 geöffnet Do. und Sa. 15 Uhr - 17 Uhr, So. 11 - 13 und 15 Uhr - 17 Uhr
Alte Synagoge, Tönsbergstraße 4

09.03.2020
Aktionstag Energieberatung: „Aktuelle Fördermittel - Was kann ich fördern lassen und wie?“
Auch dieses Jahr bietet die Verbraucherzentrale Nordrhein-Westfalen verschiedene Aktionstage zum Energiesparen an. Der 1. Aktionstag befasst sich mit aktuellen Fördermöglichkeiten von Energiesparmaßnahmen. Selbstverständlich werden auch alle anderen Fragen rund um das Thema Energie beantwortet!

11.03.2020
Talentbühne des Musikvereins
Schüler des Musikvereins präsentieren Musikstücke, die sie erarbeitet haben, in einem 60-minütigen Programm.
18:00 Uhr, Niklas-Luhmann-Gymnasium

13.03.2020
Film-Klassiker: „Der große Gatsby“ mit Leonardo Di Caprio
Basierend auf F. Scott Fitzgeralds gleichnamigem zeitlosen Epos spiegelt der Film „Der große Gatsby“ Probleme unserer Gegenwart in einer überwältigenden visuellen Reise wieder, interpretiert von Baz Luhrmann, dem Regiseur des Oscargekrönten „Moulin Rouge“.
19:00 Uhr, AWO-Begegnungszentrum, Hauptstraße 48

15.03.2020
Frühjahrskonzert der Teutoburger Jäger
Eintritt frei
16:00 Uhr, Niklas-Luhmann-Gymnasium

18.03.2020
Talentbühne des Musikvereins
Schüler des Musikvereins präsentieren Musikstücke, die sie erarbeitet haben, in einem 60-minütigen Programm.
18:00 Uhr, Niklas-Luhmann-Gymnasium

Bernd Weidtmann & Jörg Cyborra: „Erich Kästner - Was nicht in Euren Lesebüchern steht“
Ein literarisch-musikalischer Lebenslauf
19:30 Uhr, AWO-Begegnungsstätte „Strate-Haus“ Lipperreihe, Bachstraße 15 a

22.03.2020
Nachts im Museum
Taschenlampenführung - Schnappen Sie sich Ihre Taschenlampe und betrachten Sie die Vergangenheit einmal ganz anders!
19:00 - 20:30 Uhr, Archäologisches Freilichtmuseum, Am Barkhauser Berg 2-6

26.03.2020
Anja Baumheier liest „Kastanienjahre“
Anja Baumheier wurde 1979 in Dresden geboren und hat ihre Kindheit in der DDR verbracht. Ameldung: Buchhandlung Blume
19:30 Uhr, Kath. Gemeindehaus, St. Michael, Marktstraße 19

28.03.2020
Öffentliches Vorspiel: Ensemblewettbewerb des Musikvereins Oerlinghausen
Zum 4. Mal veranstaltet der Musikverein Oerlinghausen einen Ensemblewettbewerb. Gruppen von zwei bis acht Musikern bilden ein Ensemble und können nach Altersgruppen gestaffelt einer Jury vorspielen.
10 - 14 Uhr, Niklas-Luhmann-Gymnasium

29.03.2020
Preisträgerkonzert: Ensemblewettbewerb des Musikvereins Oerlinghausen
Beim Preisträgerkonzert treten nochmals die Gewinner auf und spielen ein Musikstück.
16:00 Uhr, Niklas-Luhmann-Gymnasium

30.03.2020
DRK Blutspende
Jede Spende zählt
15:00 - 19:30 Uhr, Grundschule Helpup, Lagesche Straße 26

April 2020

01.04.2020
Saisonbeginn im Freilichtmuseum
Nach der Winterpause öffnet das Archäologische Freilichtmuseum wieder seine Tore.
10:00 Uhr, Archäologisches Freilichtmuseum, Am Barkhauser Berg 2 - 6

04.04.2020
Kultur im Berggasthof - Jazz
20:00 Uhr, Berggasthof Tönsberg

05.04.2020
Feuer und Licht
Mit wärmenden Funken und Flammen wird das Freilichtmuseum Oerlinghausen Sie an diesem Tag willkommen heißen.
10:00 - 18:00 Uhr, Archäologisches Freilichtmuseum, Am Barkhauser Berg 2 - 6

Fastenzeit Musikalisch
Unter dem Motto „Hosanna dem Sohne Davids“ erklingen Musikstücke für Saxophon und Orgel, die die Kreuzwegstationen in den Blick nehmen und mit Texten angereichert werden. Eintritt frei.
18:00 Uhr, Katholische Kirche St. Michael Marktstraße 19

19.04.2020
Frühlingswanderung mit dem Bürgermeister
10:30 Uhr

25.04.2020
Lange Museumsnacht: „Anfänge“
Feuershows und tolle Illuminationen führen Sie durch spannende Ursprungsgeschichten.
10:00 - 18:00 Uhr, Archäologisches Freilichtmuseum, Am Barkhauser Berg 2 - 6

Gemeinsamer Pflegestützpunkt

der Pflege- und Krankenkassen und des Kreises Lippe

Viele Fragen entstehen, wenn sich Pflegebedürftigkeit anbahnt oder verschlimmert. Deshalb bieten die Kranken- und Pflegekassen in Kooperation mit dem Kreis Lippe bei Bedarf eine ausführliche Beratung in den Pflegestützpunkten an. In Oerlinghausen findet die kostenfreie Beratung im zweiwöchigen Rhythmus (ungerade Kalenderwochen) immer dienstags von 13:00 bis 16:00 Uhr in der Außenstelle des Jobcenters Lippe, Rathausplatz 5, (neben der Eisdiele) statt.

Die nächsten Termine sind:
10.03.2020, 24.03.2020, 07.04.2020, 21.04.2020

Tanztreff „Disco Ü 60“

im CombiNation in der Oerlinghauser Südstadt

Haben Sie auch Lust bekommen zu tanzen? Dann sind Sie herzlich willkommen. Am Sonntag, den **22.03.2020** und **26.04.2020** darf wieder in der Zeit von **17.30 bis 20.00 Uhr** getanzt werden. Der AWO Kinder- und Jugendtreff „CombiNation“ befindet sich in der Elsa-Brandström-Strasse in der Oerlinghauser Südstadt. Der Eintritt ist frei.
Weitere Informationen zum Tanztreff bekommen Sie bei Frau Ursula Fedrowitz, Tel. 05202-739176.

- PR-Text-

App und Web-Version für leichtere Suche nach einem Pflegeplatz

Was in vielen Bereichen seit vielen Jahren bereits selbstverständlich ist, soll nun auch in der Pflege in Nordrhein-Westfalen zum Standard werden: Mit dem Heimfinder NRW stellt die Landesregierung ein neues Angebot vor, das die Suche nach einem Pflegeplatz für Betroffene und Angehörige deutlich erleichtern soll. Freie Pflegeplätze sind zukünftig per App oder über die entsprechende Internetseite tagesaktuell auffindbar.

Foto: NRW Landesportal

Damit ist Nordrhein-Westfalen das erste Bundesland, das dieses Angebot flächendeckend anbietet. Die App wurde auf Basis der bereits vorhandenen Struktur im Rhein-Kreis Neuss weiterentwickelt. Der „Heimfinder NRW“ zeigt in der Startversion alle durch die Einrichtungen gemeldeten freien Platzkapazitäten im Bereich der Dauerpflege und der Kurzzeitpflege an. Gerade nach Krankenhausaufenthalten oder plötzlichen Erkrankungen können damit Angehörige sowie soziale Beratungs- und Unterstützungseinrichtungen bei der Suche nach einer passenden Versorgung deutlich entlastet werden. Eine Erweiterung auf freie Plätze zum Beispiel in Tagespflegeeinrichtungen ist für weitere Versionen geplant.
Damit der „Heimfinder NRW“ die aktuelle Auslastung der Pflegeheime anzeigen kann, hat das Land die Einrichtungen gesetzlich verpflichtet, ihre freien Plätze tagesaktuell in eine vom Ministerium aufgebaute Datenbank einzugeben. Die App ist kostenlos im Google Play Store sowie im Apple Store erhältlich. Im Internet finden Sie den Heimfinder unter **www.heimfinder.nrw.de**.

Internet für Einsteiger für Senioren

Ein Leben ohne Internet und PC ist für die meisten Menschen kaum vorstellbar: Der PC gehört zum Alltag und die Nutzung des Internets ist zur Normalität geworden.

Auch Senioren möchten sich dieser Entwicklung nicht länger entziehen. Daher bietetet der Viva OWL speziell für ältere Menschen eine Informationsreihe rund um das Thema „Computer“ an.
Sie lernen die Grundlagen des Internets kennen: Browser, Links, Provider und E-Mail sind für Sie nach diesem Kurs keine Fremdwörter mehr. Sie lernen das Suchen und Finden im Internet, erstellen ein eigenes E-Mail-Postfach und können Daten aus dem Internet auf Ihrem Computer abspeichern.

Termin: 30.04. - 04.06.2020
Kurs Nr. 240.1 - Zeit: 09:00 - 12:00 Uhr - Ort: Bad Salzuflen
Dauer: 16 Unterrichtseinheiten - Anmeldung bis 23.04.2020
Gebühr: 59,00 Euro, Leitung: Thorsten Lüer

Informationen und Anmeldung bei VIVa.OWL e.V.
Bad Salzuflen, Tel. 05222-707333 - E-Mail: info@vivaowl.de

STUDIEREN AB 50 - auch ohne Abitur

Seit 1987 wendet sich die Universität Bielefeld mit dem wissenschaftlichen Weiterbildungsprogramm STUDIEREN AB 50 an die Bürgerinnen und Bürger ihrer Region. Auch im Sommersemester 2020 können sie wieder Veranstaltungen an der Universität Bielefeld besuchen - von Geschichte über Soziologie bis zu Mathematik und Physik. Die Teilnahme am Programm STUDIEREN AB 50 ist ohne Vorqualifikationen wie dem Abitur möglich. Am Mittwoch, dem **18. März 2020,** informiert Dr. Ursula Bade-Becker, Leiterin des Programms, über die neuen Vorlesungen und Seminare. Beginn ist **um 10 Uhr in Hörsaal 14 im Hauptgebäude der Universität**.
Aus über 300 Veranstaltungen aus 12 Fakultäten können die Teilnehmerinnen und Teilnehmer frei wählen und ihren ganz persönlichen Stundenplan zusammenstellen. In diesen Veranstaltungen lernen die Studierenden ab 50 mit den jungen Studierenden zusammen. Spezielle Veranstaltungen sowie selbstorganisierte und selbstgeleitete Arbeitsgemeinschaften, die ausschließlich den Teilnehmenden des Programms vorbehalten sind, ergänzen das breite Angebot. Der Gasthörerbeitrag beträgt 100,00 Euro pro Semester. Ein formaler Studienabschluss ist in dem Programm nicht möglich.
Eine weitere Informationsveranstaltung in Lippe zu STUDIEREN AB 50 findet am **16. März 2020 um 17 Uhr in der VHS Detmold im Alten Braukeller** statt.

Weitere Informationen im Internet:
www.uni-bielefeld.de/studieren50

Kontakt: Universität Bielefeld
Kontaktstelle Wissenschaftliche Weiterbildung
Telefon: 0521-106-4562, -4580 und -4473
E-Mail: studierenab50@uni-bielefeld.de

UNIVERSITÄT BIELEFELD

STUDIEREN AB 50

Das neue Semester beginnt bald!
Einladung an alle
Neueinsteiger/-innen
und Interessierte

Informationen zum
Weiterbildungsprogramm
STUDIEREN AB 50
im Sommersemester 2020

Mittwoch
18. März 2020
10 Uhr

Zulassung - Planung -
Beratung

Universität Bielefeld
Hörsaal 14

Referentin
Dr. Ursula Bade-Becker | Universität Bielefeld
Telefon (05 21) 1 06 45 62 | Der Eintritt ist frei!
studierenab50@uni-bielefeld.de
www.uni-bielefeld.de/studieren50

Computerkurse für Senioren

Internet für Seniorinnen und Senioren

Das Internet öffnet uns das Tor zur Welt! Wenn Sie wissen wollen, wie Sie selbst diese Reise antreten können, bietet Ihnen der Kurs die Gelegenheit dazu. Lernen Sie den Umgang mit Suchmaschinen kennen, erfahren Sie, wie Sie gezielt Informationen bekommen können und finden Sie interessante Web-Seiten aus unserer Region. Vielleicht möchten Sie auch mal eine E-Mail versenden oder ein Foto verschicken? Es ist ganz einfach! Nach diesem Kurs haben Sie die Scheu vor dem Internet verloren und den Spaß daran entdeckt. Zusätzlich werden wir uns mit dem Thema „Sicherheit im Internet“ beschäftigen.
Voraussetzung für diesen Kurs sind erste Erfahrungen im Umgang mit einem Computer.

Termin: Mi., 27.05. - 17.06.2020
Kurs Nr. T5810LA - Zeit: 09:00 - 12:15 Uhr
Ort: Lange Str. 124, Lage, Technikum, EDV-Raum
Dauer: 4 x - Anmeldung bis 20.05.2020
Gebühr: 60,00 Euro, Leitung: Ilka Maydorn

Senioren entdecken den Computer

Sie kennen sich bereits ein wenig mit dem Computer aus, möchten aber noch mehr Möglichkeiten kennen lernen? In diesem Kurs haben Sie die Gelegenheit, Ihr PC-Grundwissen zu erweitern und zu vertiefen. „Wie kann ich den PC zum Rechnen nutzen?“ ist dabei nur eine der Fragestellungen, die beantwortet wird. Das Arbeitstempo richtet sich nach dem individuellen Kenntnisstand. Am Ende des Kurses werden Sie sicherer im Umgang mit Ihrem PC sein und ihn ohne Hilfe (besser) bedienen können. Zur Teilnahme benötigen Sie Vorkenntnisse im Umgang mit der Maus und der Tastatur. Die PCs sind mit dem Betriebssystem Windows ausgestattet. Wenn Sie bereits ein eigenes Notebook bzw. einen Laptop mit Windows 8 oder Windows 10 haben, können Sie es zum Kurs gerne mitbringen.

Termin: Mi., 22.04. - 20.05.2020
Kurs Nr. T5536LA - Zeit: 09:00 - 12:15 Uhr
Ort: Lange Str. 124, Lage, Technikum, EDV-Raum
Dauer: 5 x - Anmeldung bis 15.04.2020
Kursgebühr 78,00 Euro, Leitung: Ilka Maydor

Anmeldung: VHS Lippe-West
Telefon 05232 9550-0 · E-Mail: info@vhs-lw.de

PC-Basiskurs für Senioren

Arbeit am PC ist mehr als nur „Knöpfchen zu drücken“. Sie beginnen mit dem Einschalten in der richtigen Benutzerebene und erlernen auch das korrekte Herunterfahren des Computers. Nach einer Einführung in Funktionen und Arbeitsweise des Computers üben Sie zu Anfang intensiv den Umgang mit Tastatur und Maus. Außerdem lernen Sie die Funktionsweise von Programmfenstern kennen, schreiben einen kleinen Text und wissen, wie dieser gespeichert und wieder geöffnet wird. Zudem erlernen Sie einfache Formatierungen mit der Textverarbeitung Word. Zum Abschluss bekommen Sie einen kurzen Einblick in das Internet.

Termin: Fr. 08.05. - 29.05.2020
Kurs Nr. 231.1 - Zeit: 09:00 - 12:00 Uhr
Dauer: 16 Unterrichtseinheiten - Anmeldung bis 02.05.2020
Gebühr: 59,00 Euro, Dozentin: Ilka Maydorn

Informationen und Anmeldung bei: VIVa.OWL e.V. Bad Salzuflen
Tel. 05222-707333 - E-Mail: info@vivaowl.de

Smartphone-Club Android

Offenes Angebot im B-vier Asemissen

Dieser Smartphone-Club ist ein offenes Angebot der VHS Lippe West für Nutzer von Android-Smartphones, die bereits schon erste Erfahrungen mit ihrem Smartphone sammeln konnten. Nutzen Sie die Gelegenheit, sich mit anderen auszutauschen, lernen Sie neue Apps kennen und lassen Sie sich bei ihren individuellen Problemen helfen. Bitte bringen Sie Ihr eigenes Smartphone (mit Ladegerät) zum Unterricht mit. Die Gebühr pro Termin beträgt 8,50 Euro. Alle Termine finden im kleinen Seminarraum des B-vier, Parkstr. 6, Leopoldshöhe-Asemissen statt.

Di., 17.03.2020, 09:30 - 11:00 Uhr - T5438LE
Anmeldung bis 10.03.2020

Di., 21.04.2020, 09:30 - 11:00 Uhr - T5439LE
Anmeldung bis 14.04.2020

Di., 19.05.2020, 09:30 - 11:00 Uhr - T5440LE
Anmeldung bis 12.05.2020

Anmeldung unter Tel. 05232-95500 - www.vhs-lw.de

Ratgeber für erste Schritte im Internet

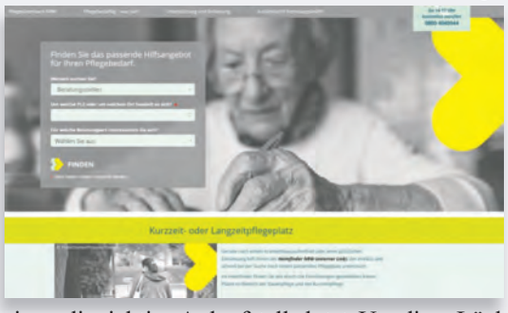
Neuauflage des „Wegweiser durch die digitale Welt - für ältere Bürgerinnen und Bürger“ erschienen

Das Internet ist für die meisten aus ihrem Alltag nicht mehr wegzudenken. Und doch sind zwölf Millionen Menschen in Deutschland noch offline - die meisten von ihnen 50 Jahre und älter. Der kostenlose „Wegweiser durch die digitale Welt - für ältere Bürgerinnen und Bürger“ der BAGSO - Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen ist ein leicht verständlicher Ratgeber für alle, die erste Schritte ins Internet machen wollen oder dort bereits unterwegs sind. Die Broschüre liegt nun in überarbeiteter und aktualisierter Neuauflage vor. Der „Wegweiser durch die digitale Welt“ zeigt auf anschauliche Weise, welche unterschiedlichen Wege ins Internet führen. Er gibt einen Überblick über die Möglichkeiten des Internets und beantwortet zahlreiche Fragen: Wie halte ich online den Kontakt zu meiner Familie? Wie kaufe ich im Internet eine Fahrkarte oder buche eine Reise? Und wie bewege ich mich sicher im Netz? In der Neuauflage finden sich erstmals Kapitel zu den Themen „Digitaler Nachlass“ und „Unterhaltung im Netz“. Der Ratgeber kann auch in einer Hörversion bestellt werden. Bei der Überarbeitung der Neuausgabe des „Wegweiser durch die digitale Welt“ wurden ältere Verbraucherinnen und Verbrauchern ebenso wie Multiplikatorinnen und Multiplikatoren einbezogen. Die Broschüre kann kostenlos über den Publikationsversand der Bundesregierung bezogen und im Internet heruntergeladen werden. Per Post: Postfach 48 10 09, 18132 Rostock, E-Mail: publikationen@bundesregierung.de, Tel.: 030-18 27 22 721 (0,14 Euro/Min., abweichende Preise aus den Mobilfunknetzen möglich) Internet: www.bagso.de/publikationen

Pflegewegweiser NRW

Hilfreicher Kompass für Pflegefragen

Angehörige, die einen pflegebedürftigen Menschen zu Hause betreuen wollen, stehen vor vielen Fragen: etwa wer die Pflege übernimmt oder wie sie Leistungen aus der Pflegeversicherung erhalten. In Nordrhein-Westfalen können Pflegebedürftige und ihre Angehörigen hierzu zahlreiche Beratungs- und Hilfsangebote nutzen. Dennoch fehlt oft ein brauchbarer Kompass, der sie an die richtige Anlaufstelle lotst. Um diese Lücke zu schließen, informiert das Online-Informationsportal **www.pflegewegweiser-nrw.de** stetig zum Thema Pflege. Bei der Suche nach einem Pflegeplatz hilft dort auch der neue Heimfinder NRW und die Übersicht über anerkannte Unterstützungsangebote im Alltag vom Ministerium für Arbeit, Gesundheit und Soziales NRW. Ist Selbsthilfe gefragt, finden Ratsuchende Beratungsstellen oder Kontaktbüros in der Nähe in der Online-Datenbank.



„Im Pflegewegweiser NRW werden hilfreiche Informationen aus einer Hand für Pflegebedürftige und Pflegende gebündelt und sind leicht zugänglich“, erklärt Projektleiterin Charlotte Dahlheim von der Verbraucherzentrale NRW. Der Pflegewegweiser NRW bietet damit in einer oft belastenden Situation eine große Unterstützung und Erleichterung bei der Suche nach wichtigen Informationen. Unter der kostenlosen Rufnummer 0800-4040044 bieten zudem speziell ausgebildete Fachkräfte passgenaue Antworten auf individuelle Fragen rund um die Pflege. Die Hotline ist montags, dienstags, mittwochs und freitags von 09:00 bis 12:00 Uhr sowie donnerstags von 14:00 bis 17:00 Uhr zu erreichen.

Kinder von Pflegebedürftigen werden finanziell entlastet

Angehörigen-Entlastungsgesetz trat am 1. Januar 2020 in Kraft

Immer mehr Menschen pflegen in Deutschland ihre Angehörigen zu Hause. Es lässt sich nur schätzen, wie viele es tatsächlich sind. Laut dem Pflegereport der Barmer Krankenkasse von 2018 sind es rund 2,5 Millionen Menschen, die einen Angehörigen in Vollzeit pflegen. Das Robert-Koch-Institut geht sogar von 4,7 Millionen aus. 70 Prozent der pflegenden Angehörigen sind Frauen. 60 Prozent der Pflegenden sind über 55 Jahre alt. Für diese Personen bedeutet dies oft der Ausstieg aus dem Beruf und damit verbundene finanzielle Einbußen. Und im Alter steht eine geringere Rente zur Verfügung. Die Zustände sind für pflegende Angehörige oft prekär. Es besteht ein hohes Risiko, in Altersarmut zu geraten. Viele Pflegebedürftige gehen nicht ins Heim, obwohl sie zu Hause nicht mehr ausreichend versorgt werden können, damit ihre Kinder nicht belastet werden.

Bisher wurden häufig die erwachsenen Kinder zu Unterhaltszahlungen verpflichtet, wenn Eltern die Kosten für ihre Pflege im Alter nicht allein aufbringen konnten. Am 1. Januar 2020 ist das Angehörigen-Entlastungsgesetz in Kraft getreten. Von der Neuregelung profitieren alle Kinder und Eltern, die ein Einkommen bis 100.000 Euro brutto im Jahr verdienen und gegenüber Sozialleistungsbeziehern unterhaltspflichtig sind. Dies gilt auch für Familien, die sich um ein Kind mit Behinderung kümmern.

Das neue Gesetz gilt im Hinblick auf die 100.000-Euro-Jahreseinkommen-Grenze nur für den Zugriff des Sozialamtes auf die Kinder. Die Unterbringung einer pflegebedürftigen Person in einem Pflegeheim erfolgt auf der Basis von privaten Verträgen (Miet-, Heim-, Pflegevertrag usw.). In der Vergangenheit sicherten sich die Betreiber von Pflegeheimen häufig dadurch ab, dass sie Kinder drängten, die Kosten-Übernahme durch Unterzeichnung des Heimvertrages zu garantieren. Das heißt, die Kinder haften unmittelbar und zwar direkt gegenüber dem Pflegeheim - und selbst dann, wenn der Pflegebedürftige, der im Heim lebte, bereits verstorben ist und Kinder das Erbe sogar ausgeschlagen haben (Urteil des Oberlandesgerichts Oldenburg, Az. 4 U 36/16). Jedoch ist die Kosten-Übernahme von Angehörigen begrenzt und darf nur maximal das Zweifache der normalen monatlich anfallenden Beträge umfassen (Urteil des Pfälzischen Oberlandesgerichts, Az.

Foto:Fotolia

1 U 143/13). Fachanwälte für Sozialrecht raten Angehörigen von einer übereilten Erklärung der Kosten-Übernahme ab. Ansonsten werden die Vorteile des neuen Gesetzes leichtfertig wieder aus der Hand gegeben.

Generell richtet sich der Anspruch des Pflegeheims zuerst gegen den Pflegebedürftigen. Für die Pflege muss die eigene Rente aufgebraucht werden. Je nach Pflegegrad überweist die Pflegeversicherung das Pflegegeld an den Betreiber des Pflegeheims. Bleiben Rest-Kosten übrig, müssen Pflegebedürftige zuerst Erspartes auflösen. Es sind nicht nur Vermögens-Erträge einzusetzen (z.B. Zinsen oder Mieten), sondern auch der Vermögensstamm (Urteil des BGH, Az. XII ZR 224/00). D.h., eine eigene Immobilie muss verkauft werden und der Erlös muss für die Pflege eingesetzt werden, bevor der Unterhalts-Rückgriff auf die Kinder erlaubt ist. Erst wenn die Rente, das Pflegegeld und das verwertete Vermögen die Heimkosten nicht decken, springt das Sozialamt des Ortes ein, in dem sich das Pflegeheim befindet. Das Sozialamt verlangt dann dieses Geld von den Kindern. Fachanwälte für Sozialrecht raten Unterhaltspflichtigen, die erste Berechnung des Sozialamtes nicht zu akzeptieren, da es zu viele Fehler gibt. Denn ab 1. Januar 2020 sind nur noch diejenigen für die Eltern unterhaltspflichtig, die sehr gut verdienen.

Brigitte Sdun

2020

Bereits mehrfach habe ich gelesen, es sei das Jahr, das man immer voll ausschreiben solle, also „2020“ und nicht nur „20“. Die „20“ ließe sich durch das Hinzufügen von zwei Zahlen manipulieren und würde somit leichthin zur 2021, 2022, 2027 oder ließe uns vielleicht auch nochmal das Jahr 2000 erleben - mit dem Wissen und den Erfahrungswerten von heute … oder vielleicht 2005 oder 2012? Oder möglicherweise wäre ein weiteres 2017 der Bringer? Wie auch immer und was auch immer ich heraufbeschwören, nochmals erfassen, wiederholen oder spekulativ ganz neu angehen möchte, ich kann es nur im Heute real erfahrbar machen. Und wenn ich noch so hoch pokere, ehrlich und fair kann ich Leben nicht zurückdatieren … und auch Blicke sowie Planungen, Erwartungen, Zusagen auf und für ein Morgen entspringen einer Theorie, vielleicht einer Wahrscheinlichkeitsrechnung, die schon durch kleinere Unwegbarkeiten immer wieder völlig aus der Spurbreite ihrer Betrachtung fliegen und Havarie im Gedanken-Handlungs-Gestrüpp erleiden können.
Also werde ich 2020 bewusst zumindest nicht verfälschen - es weder vor- noch zurückdatieren. Mein einzig planbarer und kalkulierbarer Chancenraum ist maximal heute - oder vielleicht nur gerade eben dieser ganz konkrete Moment. Schauen wir mal, wie schnell mir Wahrheiten, Gegebenheiten, Geschehnisse um die Ohren fliegen, deren Existenz ich gestern noch ernsthaft in Frage gestellt oder gar für unmöglich gehalten habe…
Doch will ich es wissen? Heute schon? Direkt jetzt? Nicht unbedingt … aber ich stelle mich… 2020.

Sylke Bayda

Zwanzig-zwanzig

Es war noch neu, das neue Jahr. Und doch - so viel schon passiert. Für sie hatte das alte niederschmetternd geendet, die Last musste sie mit ins neue schleppen.
Sie saß unter der Robinie, dem Baum des Jahres, wegen seiner weißen Blüten auch Silberregen genannt. Silber ist reden. Sie würde gerne reden. Wen könnte sie zu sich einladen? Die Jubilare dieses Jahres? Es waren so viele, sie hatte eine Liste gesehen. Einige fielen ihr ein. Wann waren sie auf dieser selben Erde gewandelt? Geburts- und Todestage, derer man gedachte, purzelten durcheinander. Der älteste in ihrer Runde wohl Leif Erikson, vor 1000 Jahren, skandinavischer Seefahrer, der Maler Raffael - 500 Jahre, Beethoven - 250, Friedrich Engels, Florence Nightingale - 200 Jahre, um einige zu nennen. Ach und ihr Großvater - 125 Jahre. Und dann die jungen Hundertjährigen - Fellini, Johannes Paul II., Richard von Weizsäcker, Reich-Ranicki, Fritz Walter, ja und ihre Schwiegermutter. Was würden sie einbringen in ein Gespräch unter der Robinie? Was schreiben, malen, neue Transfigurationen, was komponieren, was filmen, welche neuen Wege, Routen eröffnen? Welche goldenen Worte, Ideen, Erkenntnisse könnte sie von ihnen beziehen unter dem Silberregen? Vielleicht würde Beethoven eine neue Unvollendete 2020 summen? Voller Hoffnung und Zukunftsvertrauen? Sie hörte Großvaters Stimme: Wer jung nicht, was er sollte, tat, des Hoffnung wird zunichte. Ihr fiel der Song twenty-five-twenty-five ein, von Zager und Evans, mit seinem distopischen Text, apokalyptische Vorhersagen menschlicher Situationen, eine Welt der Maschinen, Pillen, zerstörter Natur, mit steigender Tonart und schneller werdender Melodie. Der Mensch nimmt von der Erde alles, aber gibt nichts zurück. Wer jung nicht was er sollte tat … Und trotzdem nach 10.000 Jahren ein Neuanfang? Ein Atemholen Gottes? Sie schaute auf ihre kranken, schmerzenden Beine. In einigen Wochen sollten sie sie wieder beide anfangen, sie zu tragen. So die Prognose. Kein Rollstuhl, kein Unterarmrollator, keine Krücken. Sie schaute sich um und versuchte die Gedanken ihrer imaginären Gäste aufzufangen.
-Willst du nicht hereinkommen? - Die Stimme ihres Mannes riss sie aus der Gedankenwelt. Er sah sie fragend an. - Kreative Phase? - Sie nickte. - Ich versuchte es. -
-Wo warst du? Es sah weit weg aus! - Sie schüttelte den Kopf. - Nein! - Im Jahr zwanzig-zwanzig! - Ach so! - Sie fand seine Stimme klang enttäuscht. - Erfolgreich? - fragte er. Sie fühlte sich nicht mehr jung, aber jung genug, etwas zu tun. - Ganz viele Möglichkeiten! - antwortete sie. - Das Leben ist jetzt!

Ulrike Ksol

Willkommen du neues Jahrzehnt

Willkommen du neues Jahrzehnt
in einer Zeit
unbegrenzter Möglichkeiten
Hass- und Wutparolen
twittern um die Welt
wir wollen alles
schlagen ein
und drauf
weil Mitgefühl
ein Fremdwort ist
zeigst du Güte
gibt´s Probleme
Menschen schütteln ihre Fäuste
schreien ohne Verstand
verkehrte Welt
Nachrichten
von Hunger, Krieg
und Katastrophen
verschlafen wir
bis zur Werbepause
Willkommen du Jahrzehnt der Undenkbarkeiten

Susanne Slomka

Schalttag

Ein Tag mehr in deiner Wohnung
ohne einen Cent mehr Miete zahlen zu müssen.
Ein Tag mehr für Langschläfer, die nichts verpassen,
weil sie Zusatzzeit bekommen haben.
Ein Tag mehr, ein Frühstück im Bett
mit der Liebe deines Lebens zu teilen.
Ein Tag mehr, den Winter
mit einer Schneeballschlacht zu genießen.
Ein Tag mehr, deinen Tagträumen
nachzuhängen.
Ein Tag mehr, zu einem guten Buch zu greifen
und darin zu lesen.
Ein Tag mehr zum Feiern,
weil der 29. Februar ein Samstag ist.
Ein Tag mehr, damit Sonne und Erde
wieder im Einklang sind.
Ein Tag mehr, die Lebenslust, die in dir steckt,
herauszulassen!

Wolfgang Ditt

-PR-Text-

Wo 180.000 Tulpen und Krokusse blühen

Frühlingserwachen im Gräflicher Park Health & Balance Resort in Bad Driburg

Einst waren sie so viel Wert wie ein ganzes Haus und es wurde kräftig mit ihren Zwiebeln gehandelt. Tulpen waren im 16. Jahrhundert ein begehrtes Gut in den Niederlanden, heute sind sie eines der Wahrzeichen des Landes und das, obwohl sie ihre Wurzeln im Orient haben. Daher stammt auch ihr Name „tulipan“, was so viel wie Turban heißt. Im Gräflicher Park Health & Balance Resort im Teutoburger Wald müssen Gäste kein Vermögen zahlen, um die rund 180.000 Tulpen, Krokussen, Narzissen und Hyazinthen auf dem 64 Hektar großen Parkareal zu bewundern. Sie können den Park nach Eröffnung ab 1. April 2020 einfach für eine geringe Eintrittsgebühr besuchen oder sie buchen sich im Vier-Sterne-Superior-Hotel in Bad Driburg ein. Zur Tulpenshow im Frühjahr bietet das Haus ein besonderes Arrangement mit dem Titel „Frühlingserwachen“ an.

Im Mittelpunkt des Arrangements stehen die farbenprächtigen Blüten von Tulpen, Narzissen und Hyazinthen. So recken die rund 180.000 Exemplare der Liliengewächse von März bis Mai ihre Köpfe aus der Erde. 130.000 bestehende Zwiebeln erwachen im Frühjahr aus ihrem Winterschlaf, rund 60.000 Zwiebeln wurden neu gepflanzt - davon 30.000 Tulpenzwiebeln für eine Tulpenshow. Bei letzterer handelt es sich um eine eigene Wiese, auf der das Erblühen der Tulpen einer magischen Show gleicht. Sie bestechen nicht nur durch ihre außergewöhnliche Größe, sondern auch durch Exotik. Denn unter den Exemplaren sind auch seltene Sorten wie die schwarz blühende Black Parrot, die grün blühende Green Star oder die bereits vor 1900 gezüchtete Acuminata. Die Acuminata hat scharlachrot-gelbe, schmale Blüten, ist hochgewachsen und wirkt sehr grazil. Manche Tulpensorten verändern mit der Zeit ihre Farbe und hüllen den Park von Woche zu Woche in ein neues Gewand ein. Insgesamt können sich Besucher auf rund 280 Sorten freuen. Auch die Gäste, die das Arrangement „Frühlingserwachen“ buchen, dürfen diesem duftenden Schauspiel entgegenstreben. Sie genießen die leuchtenden Farben beim Spaziergang durch den Park, wenn sie durch ihr Zimmerfenster schauen oder im Wellnessbereich Garten Spa entspannen und dabei verträumt in die Natur schauen. Allein dieser Anblick schenkt den Gästen Freude und Vitalität. In Kombination mit zwei Übernachtungen in einem der 135 Zimmer des Hauses, zwei Abendessen im Caspar’s Restaurant sowie einem Begrüßungsgetränk, verspricht das Package einen erholsamen Aufenthalt, bei dem die Gäste von der Schönheit und Kraft der Blumen profitieren.

Foto: Gräflicher Park

GRÄFLICHE KLINIKEN

DIE QUELLE DER REHAKOMPETENZ

CASPAR HEINRICH KLINIK
BAD DRIBURG
Rehabilitations-Fachklinik für Kardiologie, Gastroenterologie, Orthopädie und Unfallchirurgie
Schwerpunktklinik für Anschlussrehabilitation

MARCUS KLINIK
BAD DRIBURG
Rehabilitations-Fachklinik für Neurologie, Orthopädie/Traumatologie und Unfallchirurgie
Schwerpunktklinik für Anschlussrehabilitation

MORITZ KLINIK
BAD KLOSTERLAUSNITZ
Rehabilitations-Fachklinik für Neurologie und Orthopädie/Traumatologie
Rehazentrum für Brandverletzte

PARK KLINIK
BAD HERMANNSBORN
Rehabilitations-Fachklinik für Kardiologie, Diabetologie und Orthopädie
Fachklinik für Psychosomatik, Psychiatrie und Psychotherapie

WWW.GRAEFLICHE-KLINIKEN.DE

Burgen und Schlösser, Sommerpalais und Parks - eine Reiseimpression aus Südmähren

Die im englischen Tudor-Stil erbaute Schlossanlage in Lednice.

Bei der Durchsicht unserer alten Reiseerinnerungen stießen wir auf Bilder von Reisen nach Tschechien, u.a. auch zu Burgen und Schlössern in Böhmen. Da entstand der Plan einer erneuten Reise, diesmal zu alten Bauwerken in Südmähren. Das ist das Gebiet zwischen Brno (Brünn), Olomouc (Olmütz) und Ostrava (Mährisch Ostrau) bis runter zur österreichischen Grenze.

Mit unseren erwachsenen Kindern machten wir uns in deren Auto auf eine 14-tägige Reise in den Südosten Tschechiens. Die Folge von zu besuchenden Burgen und Schlössern hatten wir vorher detailliert mit genauen Anfahradressen aus im Internet aufrufbaren Tourismus-Anregungen ausgewählt. Es wurde eine wunderbare, aber anstrengende Kulturreise: Immerhin täglich zwei Schlösser oder Burgen haben wir in Ruhe und Ausführlichkeit innen und außen besichtigt und dabei einmalige Schönheit in historischer Originalität erlebt. Kriegsschäden sind nämlich hier kaum vorhanden. Immer wieder haben wir einen „Ruhetag“ eingelegt und dabei herrliche Schloss- und Landschaftsparks wandernd genossen. Zu auf Bergen liegenden Burgen muss man oft ohnehin aufsteigen.

Für die Autoreise sollte man unbedingt ein Navigationsgerät benutzen, auf dem man das nächste Ziel mit amtlicher Ortsangabe genau eingeben kann, dann wird man vom Navi geführt, Land- und Straßenkarten allein genügen nicht. Zur Zusatzinfo kann aber die gute Karte mit Ortsindizes Morava/Mähren von Marco Polo dienen. Man kann die Reise von Burg zu Burg oder Schloss ganz ohne mautpflichtige Straßen durchführen, anderenfalls muss aber an die Maut-Vignette gedacht werden. Einen Reisepass braucht man nicht, aber einen gültigen Personalausweis. Den Erstbedarf an tschechischen Kronen sollte man mitnehmen oder sofort an der Grenze eintauschen. Grundsätzlich ist der Umtausch von Euro in tschechischen Kronen mit z.B. einer EC-Karte an Geldautomaten möglich, in kommunalen Wechselstellen aber günstiger.

Bevor es in medias res geht, noch ein Wort zur Übernachtung. Wir haben die jeweiligen Quartiere operativ je nach zu erreichendem Zwischenziel mit Notebook über das Internet gebucht und dann nach Angebotslage sowohl in einfachen Dorfgasthöfen (war nie wirklich schlecht!) als auch in städtischen Pensionen oder in Sternehotels (trotzdem sehr kostengünstig) übernachtet. Last minute spart Kosten, erfordert aber nach anstrengender Tagestour doch Willen und Kondition und Fähigkeit zur Internet-Sucharbeit am mitgenommenen Computer oder Smartphone. Warmes Essen gibt es in Landgasthöfen meist erst am Spätnachmittag bzw. am Abend.

Eine detaillierte Wegbeschreibung würde den Rahmen dieses Berichtes sprengen, daher folgt nur die Auflistung der besuchten Burgen, Schlösser und Parks als Anregung für die eigene Reise:

Schloss und Park Velke Losiny - Burg Sovinec - Burg Sternberk - Burg Bouzov - Schloss Namest na Hane - Burgruine Helfsteyn - Burg Buchlov - Schloss Buchlovice - Schloss Valtive - Burgruine Januv Hrad - Schloss Lednice -Burg Devicky hrad - Park Lednice - Schloss Mikulov - Schloß Znojmo (Znaim) an der Dyji (Thaja) - Burg Novy Hrad - Schloss Vranov - Burg Bitov - Schloss Jaromerice nad Rokytnou - Burg Veveri - Schloss Rajek nad Svitavou.

Von Berlin sind wir über die Autobahn A13/A15 (Grenzübergang Deutschland/Polen bei Bademeisel) weiter in Polen auf der Europastraße E36 und der anschließenden, schlechten A40/E36 bis südlich von Wroclaw (Breslau) gefahren, dann auf der Straße über Zabkovice sl. nach Kamieniec Zabkowicki (Kamenz). Hier haben wir ungeplant das sehr große Schlossensemble (1. Hälfte 19. Jh.) (Teilruine) besichtigt. Aus dem ehemaligen Kloster wurde nach 1830, unter der niederländischen Prinzessin Marianne, ein neugotisches Schloss erbaut.

Weiter ging es dann über die tschechische Grenze bis zum ersten geplanten Schloss Velky Losiny. Dieses Renaissance-Schloss von 1580 - 1589 mit Arkadengängen (praktisch ohne Kriegsschäden) stellt innen wie außen ein Kleinod dar. Den kleinen Park, damals mit üppig blühenden Rhododendron-Büschen bewachsen, haben

Im mährischen Weinviertel an der österreichischen Grenze liegt Stadt und Schloss Mikulov

wir beim ersten Abendspaziergang genossen (Reiseerholung!).
Eulenburg Sovinec, auf Fels gebaut, ist jetzt eine Ruine, aber höchst sehenswert wegen der Lage in der Landschaft. Die Burg war eine wichtige Festung der Hussiten, wurde 1543 umgebaut, kam 1623 an den Deutschen Orden, brannte 1945 völlig aus.
In Burg Buchlov (1250 vom böhmischen König als Festung erbaut, später im Renaissancestil umgebaut, seit 1850 naturwissenschaftl., öffentliche Sammlung) fanden wir an der Mauer zum Pallas der Burg einen dort wachsenden, schon recht großen Baum: Keiner weiß, wovon der lebt. Von der Höhe der Burgzinnen hat man einen wunderbaren Fernblick auf die umliegende Landschaft, u. a. auch auf Schloss Buchlovice, unserem nächsten Ziel.
Von malerischer Schönheit sind die Schlösser in Valtice und besonders die im (neogotischen) englischen Tudor-Stil erbaute Schlossanlage in Lednice mit darum liegenden sehr großem Landschaftspark von 1682. Hier ist die österreichische Grenze nicht weit. Die Innenausstattung ist wirklich prachtvoll. Das Schloss ist UNESCO-Welterbe. Nicht weit von Lednice (Fußweg) findet man die sehenswerte, bereits als künstliche Ruine erbaute Burg Januv Hrad, die mit Bootsverkehr von Lednice erreicht werden kann.
Im mährischen Weinviertel an der österreichischen Grenze liegt Stadt und Schloss Mikulov, die „Stadt mit dem Duft des Südens“. Die Burg wurde 1719 - 1730 zum imposanten Schloss umgebaut, am Ende des 2. Weltkrieges brannte sie aus, wurde aufgebaut und ist heute ein sehenswertes Regionalmuseum. Die Stadt besitzt eine sehenswerte Synagoge (Mitte 16. Jh.) und einen alten jüdischen Friedhof mit vielen erhaltenen Gräbern aus der Mitte des 15. Jh. Auf dem historischen Marktplatz kann man unter Kolonnaden sitzend, in einem Weinrestaurant z.B. den sehr guten mährischen Rotwein der Sorte „Regent“ verkosten!
Die alte Burg- und Königsstadt Znojmo/Znaim am Fluß Dyje/Thaja mit mittelalterlichem Stadtkern und Rathausturm von 1445 sollte man unbedingt besuchen. Vom Burgberg hat man einen phantastischen Blick auf die Thaja mit hohem Bahnviadukt und auf das Stadtpanorama. Auf dem Burgberg steht die romanische Rotunde der Hl. Katharina (erbaut vor 1100) mit einzigartigen Wandmalereien innen.
Im österreichisch/tschechischen Nationalpark Thajatal, 10 km südwestlich von Znaim, liegt die romantische Burgruine Novy Hrad. 1358 wurde die untere Burg erbaut. 1645 wurde die von verschiedenen adligen Familien genutzte Burg zerstört. Die heutige Burgruine, hoch über dem Thajatal gelegen, ist heute ein lohnendes Wanderziel. Ab Ende der 50er Jahre bis 1989 war die Burganlage Bestandteil des Grenz-Sperrbezirks zu Österreich.
Auf der Rückfahrt ist unbedingt der Besuch des Schlosses Lysice/Lissitz (nördlich von Brno und Blansko) zu empfehlen: Die berühmte, in der deutschsprachigen Familie ihrer Verwandtschaft und ihres Mannes Moritz von Ebner-Eschenbach lebende deutschsprachige Schriftstellerin Marie von Ebner-Eschenbach, geb. Dubsky (1830 - 1916), besuchte oft ihre Verwandten hier im Schloss. Ein Museum ist ihrem Schaffen gewidmet.
Wem kann man so eine Kulturreise empfehlen? Man sollte großes Interesse für architektonische und kulturhistorische Schönheit besitzen, ferner das für die üblicherweise geführten Schloss-Innenbesichtigungen erforderliche „Stehvermögen“ sowie auch Fähigkeit und Willen zur Last-Minute-Quartierermittlung über Internet. Am besten ist es, mit den erwachsenen Kindern zu reisen, da ist eine Arbeitsteilung beim PKW-Fahren und in organisatorischen Fragen erleichtert.

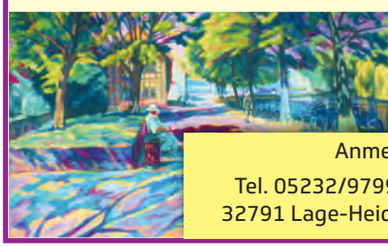
Text und Fotos: Wolfgang Prietsch

Malen und Zeichnen mit Vera Kunas

Wer Interesse und Lust am gegenständlichen Malen oder Zeichen hat, ist herzlich eingeladen, an meinen Kursen 2020 teilzunehmen.

7 Termine 123,- Euro ohne Material, max. 5 Teilnehmer

Kurs 3: 23.04. - 25.06. donnerstags 09.30 - 13.00 Uhr/7 Termine
Kurs 4: 24.04. - 26.06. freitags 15.00 - 18.30 Uhr/7 Termine
Kurs 5: 27.08. - 08.10. donnerstags 09.30 - 13.00 Uhr/7 Termine
Kurs 6: 28.08. - 09.10. freitags 09.30 - 13.00 Uhr/7 Termine



Sommerworkshop 2020
Fr./Sa. 03./04. Juli, 09.30 - 13.30 Uhr
Malen und Zeichnen in der Natur
1 oder 2 Tage
pro Tag 20 € (ohne Material)

Anmeldung unter:
Tel. 05232/9799660 · Kantorstraße 27
32791 Lage-Heiden · www.vera-kunas.de

Umfrage zeigt: Senioren wünschen sich mehr Barrierefreiheit

Eine aktuelle Umfrage der Deutschen Seniorenliga zeigt: Barrierefreiheit zuhause und unterwegs ist für viele die Voraussetzung für die drei wichtigsten Lebensbereiche: Wohnen, Mobilität, Selbstständigkeit. Hier gibt es noch viel Raum für Verbesserungen.

Das selbstständige Wohnen im vertrauten Umfeld steht ganz oben auf der Wunschliste der rund 500 Teilnehmer der online-Umfrage: Für 74 Prozent der befragten Senioren ist es besonders wichtig, auch in Zukunft zuhause zu wohnen, 68 Prozent wünschen sich Selbstständigkeit, etwa beim Einkaufen oder im Haushalt. 61 Prozent geben Mobilität als einen der drei wichtigsten Faktoren für ihre Lebensqualität an. Dass diese drei Faktoren miteinander einhergehen, wird deutlich, wenn man die persönlichen Wünsche der Befragten analysiert.

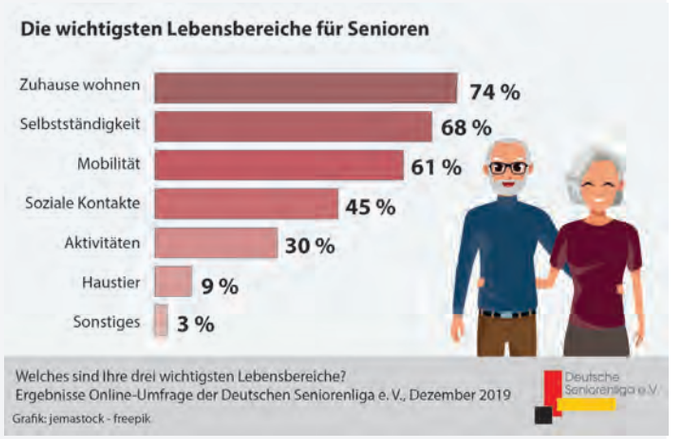
Barrierefreiheit bei „Wünsch dir was“ ganz oben

Unabhängig von Preis und Realisierbarkeit durften sie alles vorbringen, was ihren Alltag in den nächsten Jahren verbessern könnte. Jeder Fünfte nannte hier Barrierefreiheit. Damit liegt diese praktisch gleichauf mit Gesundheit, die von 21 Prozent in die „Wünsch-dir-was“-Spalte eingetragen wurde. Sowohl zuhause, etwa in Form von Unterstützung bei der Umgestaltung der Wohnung, als auch hinsichtlich des Öffentlichen Nahverkehrs ist dies der Schlüssel zu praktisch allem: Sicheres Wohnen, selbstständiges Einkaufen, Aufrechterhaltung sozialer Kontakte, Reisen.

Zum Arzt lieber persönlich

Auch das persönliche Aufsuchen von Ärzten ist ein wesentlicher Punkt. Telemedizin, die vor allem Patienten im ländlichen Raum die Chance auf zeitnahe und bequeme Versorgung von zuhause ermöglichen soll, sehen viele Befragte noch skeptisch. Zwar können sich 52 Prozent von ihnen vorstellen, diesen Service künftig zu nutzen, 28 Prozent stehen dem jedoch eher ablehnend gegenüber. „Die Umfrageergebnisse zeigen eindrucksvoll, wie wichtig es ist, nicht nur im häuslichen Umfeld für Barrierefreiheit zu sorgen“, betont Erhard Hackler, geschäftsführender Vorstand der Deutschen Seniorenliga. „Seniorinnen und Senioren wollen sich ebenso im öffentlichen Raum bewegen, einkaufen, Freunde treffen, Arzttermine wahrnehmen, Konzerte besuchen. Um Teilhabe zu ermöglichen, kommt es nicht nur darauf an, den öffentlichen Nahverkehr auszubauen, sondern diesen auch unter dem Aspekt der Barrierefreiheit zu verbessern.“

Um innovative alltagspraktische Lösungen für Senioren zu fördern, hat die Deutsche Seniorenliga den Gründerwettbewerb SENovation-Award ins Leben gerufen. Der Wettbewerb findet in diesem Jahr wieder statt, Bewerbungen können bis zum 30. Juni 2020 eingereicht werden. Infos unter www.senovation-award.de.



Hohe Zuschüsse für erneuerbare Energien im Heizungskeller

Vorausschauende Planung zielt nicht nur auf Fördermittel ab

Wer seine alte Heizung ersetzt, kann seit 2020 höhere Zuschüsse erhalten: Fast die Hälfte der Kosten fürs neue Heizsystem übernimmt der Staat im günstigsten Fall - der Höchstsatz liegt bei 45 Prozent. Die erhält allerdings nur, wer bislang mit Öl heizt und künftig auf erneuerbare Energien setzt. Ohne erneuerbare Energien gibt es keine Zuschüsse mehr. Welche Heizung aber die beste Alternative zu reinen Öl- und Gassystemen ist, hängt von den Rahmenbedingungen ab. Das sollte man im Einzelfall prüfen und nicht nur auf die max. Förderung abzielen. Einige aktuelle Punkte rund um den Heizungsaustausch:

So ist die neue Förderung gestaffelt:

Der Umstieg von Gasheizungen auf Anlagen, die ausschließlich erneuerbare Energien nutzen, wird mit 35 Prozent bezuschusst. Das gilt etwa für Wärmepumpen oder Holzpelletkessel, mit oder ohne Unterstützung durch Solarwärme vom Hausdach. Einen Zuschuss von 30 Prozent gibt es für neue Gasheizungen, die mit erneuerbaren Energien kombiniert werden. Klassisch ist bei diesen sogenannte Hybridheizungen die Einbindung einer Solarwärmeanlage, aber auch eine Wärmepumpe kann mit einer Gasheizung kombiniert werden. Anlaufstelle für diese Förderungen ist das Bundesamt für Wirtschaft und Ausfuhrkontrolle (www.bafa.de).

Sonderprämie für Ölheizungsaustausch:

Die Fördersätze erhöhen sich noch einmal um 10 Prozentpunkte, wenn das alte System keine Gas-, sondern eine Ölheizung war. Mit dieser sogenannten Austauschprämie ergibt sich dann der maximal mögliche Zuschuss von 45 Prozent.

Auch erste Schritte werden unterstützt:

Wer jetzt einen neuen Gaskessel so installiert, dass er innerhalb von zwei Jahren erneuerbare Energien einbezieht, erhält immerhin noch einen Zuschuss von 20 Prozent. Das bedeutet zum Beispiel, dass Wärmespeicher und Steuerung für eine Solarwärmeanlage bereits eingebaut werden, die Kollektoren aber erst später aufs Dach kommen.

Nicht nur an den Heizungskeller denken:

Alle geförderten Systeme können die laufenden Heizkosten senken - wenn die Bedingungen stimmen. Eine Wärmepumpe etwa läuft nur effizient, wenn ein Haus gut gedämmt ist. Auch für Pelletheizungen, Gaskessel und andere Systeme gilt: Je weniger Wärme die Heizung liefern muss, desto kleiner kann ihre Leistung ausfallen. Deshalb kann es in vielen Fällen sinnvoll sein, zuerst die Fassade zu dämmen, bevor eine neue Heizung kommt. Auch Dämmmaßnahmen werden jetzt deutlich großzügiger gefördert als bislang: 20 statt wie bisher 10 Prozent können nun als direkter Zuschuss der KfW-Bank (www.kfw.de) fließen. Alternativ können Privatleute dieselbe Summe über drei Jahre verteilt von der Steuerschuld abziehen.

Gut planen, aber nicht zu lange zögern:

Wer erst nach 2002 in sein Eigenheim gezogen ist, sollte eine alte Heizung ohne Brennwert- oder Niedertemperaturtechnik ersetzen, bevor sie 30 Jahre alt ist. Dann gilt eine gesetzliche Austauschpflicht - und damit ist jegliche Förderung ausgeschlossen. Individuelle Hilfe bei der Vorbereitung eines Heizungsaustauschs und Tipps zu Fördermitteln gibt es bei der Energieberatung der Verbraucherzentrale NRW.

Die Ordnung der Dinge

Ausgerechnet vor ihrem 60. Geburtstag verliert Tilda ihren wichtigsten Auftraggeber - ihr Schreibbüro steht vor dem Aus. Zeitgleich scheitert die Beziehung zu ihrem Freund Günter, da ihm seine Freiheit wichtiger ist als eine Partnerin an seiner Seite. Tilda hat sich die Zukunft in ihrem Alter anders vorgestellt. Mit sechzig noch mal ganz auf Anfang? Doch dann liest Tilda eine Zeitungsanzeige, in der eine „Frau im besten Alter (84)“ eine Privatsekretärin sucht. Sie entschließt sich spontan, sich darauf zu bewerben. Als sie zu einem Vorstellungsgespräch eingeladen wird und ihre Auftraggeberin Ruth kennenlernt, stellt sie fest, dass diese entgegen ihrer Erwartung fit und lebenslustig ist. Ruth will nach dem Vorbild des schwedischen „Death Cleaning“ ihre Angelegenheiten ordnen. Dabei soll Tilda helfen. Anfangs findet die das ziemlich morbide, doch durch Ruth lernt sie, dass das Leben - egal in welchem Alter - immer für eine Überraschung gut ist. Nachdem Tilda den Auftrag erledigt hat, wartet bereits ein neues Abenteuer auf sie, das Ruth in die Wege geleitet hat. Die Autorin widmet sich den emotionalen Themen und schreibt für Leser/innen, die das Leben mit allen Höhen und Tiefen kennen und den Mut haben, sich mit ihren Gefühlen und den großen Fragen des Lebens zu beschäftigen. Von ihren erfolgreichen Romanen wurden mehrere bereits für ARD und ZDF verfilmt. BS

Dagmar Hansen
Alle Tage, die wir leben
Rowohlt Verlag, 316 Seiten
Preis: 10,00 Euro, ISBN: 978-3-499-27657-6

Raus aus der Opferrolle

Sorgen wir selbst dafür, dass es uns gut geht? Oder haben wir uns eine Komfortzone eingerichtet und warten ungeduldig darauf, dass sich andere um unser Wohlergehen kümmern? Statt die Verantwortung fürs eigene Glück der Gesellschaft, den äußeren Umständen, dem Partner oder dem Kantinenessen zuzuschreiben, können wir sie selbst wahrnehmen.

Das Leben läuft nicht immer so, wie es soll: Der Liebste vergisst ständig, im Haushalt mehr mitzuhelfen. Im Job sind wir von Arbeitsabläufen genervt. Sie kümmern sich allein um die Pflege eines Elternteils, obwohl Sie mehrere Geschwister haben. Warten Sie nicht länger darauf, dass andere für uns Probleme lösen. Sie haben es in der Hand. „Unser Partner ist nicht für unser Glück verantwortlich, die Kinder nicht für ein erfülltes Leben und der Chef nicht für den beruflichen Erfolg“, so die Autorin Martina Pahr. „Seien Sie kein Opfer der äußeren Umstände!“

Die Autorin zeigt mit viel Humor, wie wir uns selbst die höchste Priorität im Leben einräumen. Innere Widerstände überwinden, äußeren Widersachern in den Hintern treten, öfter das Zauberwort „Nein“ benutzen und die eigenen Bedürfnisse ernst nehmen, bevor es zu spät ist. So sorgen wir für ein erfülltes Leben, weil wir es uns wert sind. Und natürlich auch, weil es sonst niemand tut. BS

Martina Pahr
Sorg für dich selbst, sonst sorgt sich keiner!
mgv Verlag, 205 Seiten
Preis: 16,99 Euro, ISBN: 978-3-7474-0069-2

Bedingungslose Liebe zu Huskys

Es ist das längste und härteste Hundeschlittenrennen Europas, über 1.200 Kilometer hoch im Norden von Norwegen - das Finnmarksløpet. Im Jahr 2018 muss die Autorin Silvia Furtwängler den Wettkampf mit ihren Huskys nach wenigen Tagen abbrechen. Tiefe Selbstzweifel plagen sie: Hat sie ihre Hunde überfordert? Ist sie inzwischen zu alt für diesen Sport? Soll sie ihre Tiere womöglich verkaufen? Doch Aufgeben kam für sie nie in Frage.

Silvia spürt noch immer die Glut der Abenteuerin in sich, und ein Jahr später tritt sie erneut an. Aber dann läuft es in ihrem Team wieder nicht rund. Reichen Motivation und Kampfgeist dieses Mal, um ans Ziel zu kommen? „So seltsam es mir noch in diesem Moment vorkam, aber ich hatte beim Finnmarksløpet an den Start gehen müssen, und zwar aus dem Grund, um mich noch besser kennenzulernen, um mich wieder ein Stück weiterzuentwickeln. Ich hatte dazu erst in dieses mentale Loch fallen müssen“, meint Silvia (58), die seit 29 Jahren Schlittenhundesport betreibt und 2008 von Köln nach Norwegen auswanderte. Das Buch enthält 24 Farbbilder, die das Zusammenleben der Autorin mit den Huskys in der Natur und das Hundeschlittenrennen in Norwegen sehr ansprechend dokumentieren. BS

Silvia Furtwängler
Mein größtes Rennen
Rowohlt Verlag, 255 Seiten
Preis: 12,00 Euro, ISBN: 978-3-499-63459-8

Humorvolle Rückschau 2019

Der neue Jahresrückblick ist da! Für Karikaturisten war das Jahr 2019 „Unterm Strich“ ein gutes Jahr. Vielfach ausgezeichnet, kommentiert Thomas Plaßmann, einer der renommiertesten Karikaturisten des Landes, das Zeitgeschehen für die deutsche Tagespresse. Er ist Hauszeichner der NRZ und der Frankfurter Rundschau, zeichnet regelmäßig u.a. für die Berliner Zeitung und für Spiegel Online. Mit seinen pointierten Karikaturen blickt er auch diesmal wieder auf das vergangene Jahr zurück. Der Autor beleuchtet, hinterfragt, ordnet ein und gibt so mit spitzer Feder und feinsinnigem Humor ein Stück Orientierung in einer zunehmend unübersichtlichen Welt. Er widmet sich täglich den großen wie den kleinen Geschehnissen des Alltags. Bereits zum vierten Mal blicken rund 180 Karikaturen auf das Jahr 2019 zurück, hinterfragen, erinnern, betrachten und ordnen die Themen und Geschehnisse ein. Thomas Plaßmann hat im Jahr 2019 den Publikumspreis der „Rückblende“ aus den Händen einer Fachjury entgegengenommen, der der wichtigste Wettbewerb für politische Karikaturen und Fotografie ist. Mit „Unterm Strich“ ist Thomas Plaßmann wieder eine erfrischende und humorvolle, aber auch nachdenklich stimmende Rückschau 2019 gelungen. BS

Thomas Plaßmann
Unterm Strich 2019 - Der Rückblick
Klartext Verlag, 128 Seiten (Festeinband)
Preis: 16,95 Euro, ISBN: 978-3-8375-2158-0

Diabetes im Alter

Die Zahl der älteren Menschen steigt und damit auch die der betagten und hochbetagten Diabetiker. Eine gute Blutzuckereinstellung ist keine Frage des Alters; die Therapie muss aber individuell angepasst sein. Viele vermeintliche Altersbeschwerden lassen nach, wenn die Zuckerwerte stimmen.

Die Zahl älterer Menschen in Deutschland nimmt durch verbesserte medizinische Betreuung kontinuierlich zu. Derzeit leben mehr als 4 Millionen über 80-Jährige in Deutschland, für das Jahr 2040 wird ein Anstieg auf über 8 Millionen vorausgesagt. Noch stärker steigt die Zahl der Senioren mit Diabetes mellitus, vor allem der Menschen mit Typ-2-Diabetes.

Längst nicht alle Diabetiker-Senioren werden als solche erkannt. Da die Erkrankung im Alter häufig kaum oder keine spezifischen Symptome auslöst, wird sie mitunter nie, spät oder zufällig entdeckt. Oft führen erst Spätkomplikationen, beispielsweise Nervenschmerzen in den Beinen oder Veränderungen an der Netzhaut der Augen, die bei einer Routineuntersuchung vom Augenarzt festgestellt werden, auf die richtige Spur.

Manchmal wird ein Diabetes entdeckt, wenn der Patient wegen eines akuten Myokardinfarkts ins Krankenhaus kommt. Andererseits können auch vermeintlich altersbedingte Beschwerden auf das Konto einer Hyperglykämie (zu hoher Blutzucker) gehen. Ständiger Harndrang oder Inkontinenz, wiederkehrende (rezidivierende) Harnwegsinfekte, Austrocknung (Exsikkose), Gangunsicherheit und Sturzgefahr oder ständige Müdigkeit können Zeichen des Diabetes sein.

Mitunter verschwindet oder bessert sich sogar eine »Alzheimer-Demenz«, wenn der Blutzucker eingestellt wird. Die altersangepasste Behandlung eines Diabetes mellitus kann die Lebensqualität der Senioren erheblich bessern. Daher sollten alle älteren Menschen regelmäßig auf die Zuckerstoffwechselstörung untersucht werden. Für Jung und Alt gelten die gleichen Kriterien zur Diagnose eines Diabetes (1). Einen ersten Hinweis kann der beim Arzt oder Apotheker spontan gemessene Blutzucker geben. Weitere Blutzuckermessungen und der klassische orale Glucose-Toleranztest (oGTT) helfen dem Arzt, die Diagnose zu sichern. Beim oGTT wird die Blutglucose im venösen Plasma nüchtern und zwei Stunden nach dem Trinken einer standardisierten Flüssigkeit mit 75 g Glucose (oGTT-2-Std.) ermittelt.

(Fortsetzung der Reihe „Diabetes im Alter“ in der nächsten Ausgabe).

Harald Bollhöfener

Gerne liefern wir Ihnen Ihre Medikamente auch nach Hause!

BRANDES'SCHE APOTHEKE

Am Markt 38 · 32105 Bad Salzuflen
Tel.: 05222 - 59442

Der starke Partner für Ihre Gesundheit

aktuelle Termine

Progressive Muskelentspannung
donnerstags 11 Uhr, 10 x
Start: 02.04.2020

Innenweltreisen / Meditationen
mittwochs 18 Uhr, 5 x
04.03., 18.03., 01.04., 15.04., 29.04.

Lichtbahnentherapie I Klangmassagen I Vergebungsarbeit
Jahreskreisfeste: 21. März u. 2. Mai I 17 Uhr

Elke Friedrich I Wenkenstraße 49 I 32105 Bad Salzuflen
mobil: 01523-854 51 47 I E-Mail: kunterbund62@web.de
www.farbenspielerin.de

-PR-Text-

Messe Gesund + Fit 2020

Bereits zum 5. Mal nahm der Diabetikergesprächskreis Bielefeld e.V. auch in diesem Jahr an der Messe „Haus, Garten, Touristik und Hochzeit“ vom 10.01. - 12.01.2020 in Bad Salzuflen teil. In der Sondershow „Gesund + Fit“ wurden von den Ausstellern wieder viele Neuerungen aus den Bereichen Gesundheit, Fitness und Wohlbefinden für Menschen jeden Alters gezeigt.

Neben dem bewährten Standpersonal Hildegard und Horst Knipping, Barbara und Harald Bollhöfener, kamen auch Eva Brockmeyer, Elvira Senn-Schnitker, Petra Hoefs-Wolter und Monika Haas zum Einsatz. An unserem Messestand wurden an den drei Messetagen wieder ca. 700 Blutzuckermessungen mit Blutzuckermessgeräten der Fa. Beurer (GL44) und der Fa. Roche diagnostics (Accu Chek Guide) durchgeführt.

Neben vielen Diabetikerspezifischen Gesprächen wurden aber auch bei 7 Probanden extrem hohe (über 250mg/dl) Zuckerwerte festgestellt. Bei diesen Personen wurde ein dringender Arztbesuch angeraten. Neben den Blutzuckermessungen konnten auch Getränke von der Feldschlösschen Brauerei Hamminkeln verkostet werden. Diese Getränke „Malz light“ und „frux Cola light“ sind auch für Diabetiker geeignet, da beide Getränke nur geringe Mengen Kohlenhydrate beinhalten. Der Diabetikergesprächskreis wurde auch in diesem Jahr wieder von Mitgliedern der SHG „Diabetikertreff Bad Salzuflen“ unterstützt. Nochmal ein besonderer Dank an die beteiligten Firmen für die Bereitstellung des Messequipment und der Verkostungsgetränke.

Text und Foto: Harald Bollhöfener

Treffpunkt Diabetiker - Bad Salzuflen

Termine für die Diabetikertreffen in Bad Salzuflen:

Wassergymnastik für Diabetiker
in der VitaSol Therme, jeden Dienstag von 12:45 - 14:45 Uhr, von 13:00 - 13:30 Uhr Wassergymnastik mit Physiotherapeuten

25. März 2020 um 15:00 Uhr - Diabetikertreffen
Ratskeller, Am Markt 26

22. April 2020 um 15:00 Uhr - Diabetikertreffen
Ratskeller, Am Markt 26

27. Mai 2020 um 15:00 Uhr - Diabetikertreffen
Ratskeller, Am Markt 26

Zu Veranstaltungen und Diabetes-Themen gibt Auskunft: Hildegard Knipping
Telefon: 05222-239 00 90

„Treffpunkt Diabetiker“ Bad Salzuflen SHG

-PR-Text-

AktivaMobil bietet Mobilitätslösungen

Mobilität bedeutet Freiheit, sei es die Freiheit, wieder Einkaufen gehen zu können, Freunde und geliebte Menschen zu besuchen oder einen Ausflug in die Natur zu unternehmen. Diese Freiheit geben wir Ihnen zurück.
Wir sind ein inhabergeführtes Unternehmen, welches insbesondere den Beratungs- und Servicegedanken lebt. Um Ihren persönlichen Alltagsbegleiter zu finden, haben wir eine Indoor-Teststrecke entwickelt. Jedes unserer angebotenen Fahrzeuge haben wir im Vorfeld getestet und strengsten Auswahlkriterien unterzogen.

Unsere umfangreiche Auswahl mit unterschiedlichen Fahrzeugen können Sie auf unserem Indoor-Testparcours ausprobieren. Das umfassende Angebot reicht vom Miniscooter bis zum schnellen Elektroflitzer. Auch verschiedene Sondermodelle sind bei uns erhältlich.

Medizinischer Dienst ist unabhängig

MDK-Reformgesetz ist zum 1. Januar 2020 in Kraft getreten
Patientinnen und Patienten sollen sich darauf verlassen können, dass der Medizinische Dienst neutral prüft und handelt. Der Bundestag hat am 07.11.2019 das MDK-Reformgesetz verabschiedet, das am 1. Januar 2020 in Kraft getreten ist. Mit dem Gesetz soll vor allem der Streit zwischen Krankenhäusern und Krankenkassen um die Abrechnung von Krankenhausleistungen entschärft werden. Dieser bindet seit Jahren auf beiden Seiten immer mehr Mitarbeiter/innen.

Der „Medizinische Dienst“ (MD) wird jetzt unabhängig von den Krankenkassen und als eigenständige Körperschaft des öffentlichen Rechts geführt - bis 31.12.2019 „Medizinischer Dienst der Krankenversicherung“ (MDK). Auch der Medizinische Dienst des Spitzenverbandes Bund der Krankenkassen (MDS) wird vom GKV-Spitzenverband organisatorisch gelöst. Er wird als eigenständige Körperschaft des öffentlichen Rechts unter der Bezeichnung „Medinischer Dienst Bund“ (MD-Bund) geführt.

Brigitte Sdun

LUCKY BIKE SAISONSTART

TOP MARKEN ZU TIEFPREISEN

RIESENAUSWAHL

E-BIKE-CENTER

LUCKY BIKE WARENGUTSCHEIN

25€

GÜLTIG BIS 31.05.20 AB EINEM EINKAUF VON 75€, NICHT MIT DEN ANGEBOTEN UNSERER WERBUNGEN ODER ANDEREN RABATTEN/COUPONS KOMBINIERBAR, KEINE BARAUSZAHLUNG (MONOKEL)

LUCKY BIKE BIELEFELD – GEGENÜBER IKEA
LUCKY BIKE.de GmbH, Sunderweg 1, 33649 Bielefeld
Mo-Fr 10-19, Sa 10-18 Uhr geöffnet
P Kunden

LUCKY BIKE PADERBORN – EHEM. FAHRRAD XXL BORN
Detmolder Straße 44-46, 33100 Paderborn
Mo-Fr 10-19, Sa 10-18 Uhr geöffnet
P Kunden

DEUTSCHLAND TEST
BESTER ONLINE-SHOP
KUNDENZUFRIEDENHEIT FOCUS 22/17
www.deutschlandtest.de

LUCKY BIKE

DIE GANZE FAHRRADWELT

WWW.LUCKY-BIKE.DE