Nr. 168 · 28. Jahrgang - August/September 2023
Ausgabe Bielefeld - Zum Mitnehmen -

# Monokel

## Das Magazin für ein aktives Leben

**Treppenlift kostenlos?**

Sie erhalten bis zu **4000€ Zuschuss** von der Pflegekasse, wenn Ihnen ein Pflegegrad zugesprochen wurde.
**Damit ist ein gerader Treppenlift komplett finanziert.**
Vereinbaren Sie ein kostenloses Beratungsgespräch bei Ihnen zu Hause.
Gemeinsam finden wir für Sie die beste Lösung.

WL LIFT SYSTEME GmbH
**Tel. 0521 9276 231**
**Beratung & Service**
Herforder Str. 69
**33602 Bielefeld**
info@wl-liftsysteme.de
www.wl-liftsysteme.de

# Liebe Leserinnen und Leser,

eine chinesische Weisheit lautet: „Man kann dem Leben nicht mehr Tage geben, aber den Tagen mehr Leben.“ Zeit ist das Wertvollste, das wir haben. Wir sollten gut damit umgehen. An den liebevollen Umgang mit uns selbst müssen wir uns immer wieder täglich erinnern und uns dafür wiederkehrende Handlungen, Spielräume und Rituale schaffen. Für unser Wohlbefinden ist es unterstützend, sich wortwörtlich in den Arm zu nehmen und zu sagen: „Schön, dass du da bist und dass du ein wertvoller Mensch bist, so wie du bist.“
Zu einem gesunden Leben gehört selbstverständlich auch eine ausgewogene Ernährung, Bewegung, Entspannung und soziale Kontakte. Ältere Menschen sind besonders häufig von Schwindelgefühlen betroffen. Gründe dafür sind verschiedene Faktoren, die mit dem Alterungsprozess zusammenhängen. Prophylaktisch können hier verschiedene Maßnahmen wie Gleichgewichtstraining, Muskelkräftigung und Übungen für zu Hause helfen.
Wir sind sicher, dass Sie in dieser Ausgabe von Monokel wieder viele interessante und unterhaltsame Beiträge finden werden. Genießen Sie das Lesen und bleiben Sie gesund!

Foto: Jill Wellington Pixabay

Brigitte Sdun
Chefredakteurin
und das gesamte Redaktionsteam

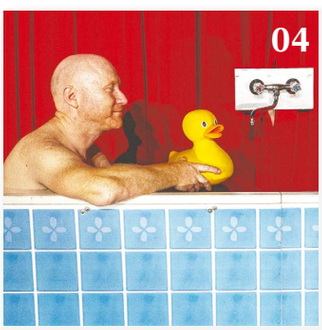


Foto: Alberto Ghizzi Panizza


**03 Seniorenrat**
Interview mit Franz Peter Diekmann

**04 - 06 Was ist los in Bielefeld?**
capella hospitalis, Loriot: „Die Ente bleibt draußen!“, 1. Kammerkonzert, Jazz im Konzerthaus, namu Programm, Live-WDR 3-Konzert, u.a.

**07 Aus der Universität**
STUDIEREN AB 50 an der Universität Bielefeld, Fest!

**08 Gemeinschaft**
Generationen Treff Bielefeld, Sommerzeit ist Gartenzeit!

**09 Service Wohnen**
Sicherheit fühlen und diskret umsorgt sein, Lebendiger und schöner und grüner

**10 Was ist los in Bielefeld?**
Aktivitäten der AWO in Dornberg, 100 Jahre Otfried Preußler, Verbrechen in Hollywood

**11 Schenken und Vererben**
Über den Tod hinaus... Die Vorsorgevollmacht als Instrument der beschleunigten Nachlassabwicklung

**12 Hilfen**
Sprechstunde der Alltags- und Formularlotsen, Tauschtreffen in der Bürgerwache, Ehrenamtliche Kraft für Klöntreff gesucht

**13 Nachbarschaft**
Brackweder Stadtteilbrunch, Offene Senior:innenarbeit

**14 Ausstellung**
Facettenreiche Insekten: Gefärdung - Vielfalt - Schutz, Arnulf Rating: „tagesschauer“

**15 Mobil**
Der ADAC Fahr-Fitness-Check

**16 Gemeinschaft**
Tagsüber in Gemeinschaft und abends wieder Zuhause sein, Mit 92 Jahren nimmt er es mit 14 Kontrahenten auf!

**17 Barrierefrei Wohnen**
Von der praktischen Einzellösung bis zur Komplettsanierung

**18 - 19 Aktionswoche**
Aktionswoche für Pflegende Angehörige, Pflegende Angehörige stehen im Fokus

**20 - 21 Selbsthilfegruppen**
Kommunikation leicht gemacht, Diabetikergesprächskreis, Pflegen leichter gemacht

**22 Literatur**
Das Mitbringsel, u.a.

**23 Bücherecke**



## Impressum

**Herausgeber:**
Werk | 2 Werbeagentur
Markus Galla (ViSdP)
Nachtigallenweg 2
33818 Leopoldshöhe
Telefon: 05208-95 05 27
E-Mail: Info@Monokel.eu

**Mitarbeiter dieser Ausgabe:**
Monika Gebhart, Ulrike Ksol, Beate Koeppe, Brigitte Sdun

**Layout & Anzeigen:**
Werk | 2 Werbeagentur
Nachtigallenweg 2
33818 Leopoldshöhe
Telefon: 05208-95 05 27
E-Mail: Info@Monokel.eu
www.Monokel.eu

**Druck:**
Bruns Druckwelt, Minden

**Titelfoto:**
Blumenbüro Holland


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 im Großraum Bielefeld an ca. 400 Verteilerstellen (Einzelhandel, Verbrauchermärkte, Banken, Apotheken, Krankenkassen, Arztpraxen, Behörden, städtische Einrichtungen, Bürgerberatung Bielefeld, Krankenhäuser, Universität Bielefeld, Stadtsportbund, diverse lokale Sport- und Freizeitvereine, Kirchengemeinden, Caritas, Diakonie, die AWO, DRK, Seniorenclubs, Begegnungsstätten sowie karitative Einrichtungen) erhältlich.

**Die nächste Ausgabe Monokel Bielefeld erscheint am: 06. Oktober 2023**

# Interview mit Franz Peter Diekmann

## Leiter des Arbeitskreises „Stadtentwicklung, Umwelt und Verkehr“ im Seniorenrat der Stadt Bielefeld

**Monika Gebhart: Herr Diekmann, Sie waren in der Kommunalpolitik viele Jahre aktiv. Gab es Themen und Aufgaben, die Ihnen besonders wichtig waren?**

Franz Peter Diekmann: Ich sah in der Politik die beste Möglichkeit, vieles im eigenen Stadtbezirk kennenzulernen und Entwicklungen mitzugestalten. Während meiner politischen Tätigkeit, 20 Jahre in der BZV Brackwede und davon 11 Jahre als stellvertretender Bezirksbürgermeister, habe ich mich für eine ausgebaute fuß- und radtaugliche Verbindung zwischen Brackwede - Ummeln und Quelle eingesetzt (das grüne V). Leider gab es bei der Umsetzung immer wieder Rückschläge!

**Seit dem Frühjahr 2021 sind Sie Mitglied des Seniorenrates der Stadt Bielefeld. Was hat Sie bewogen sich für dieses Ehrenamt zu bewerben?**

Der Seniorenrat ist parteienunabhängig und ermöglicht den Austausch und die Zusammenarbeit mit Bürgern und Bürgerinnen aus verschiedenen Fachbereichen zugunsten der Stadtentwicklung.

**Auf dem Wahlschein haben Sie angegeben: Seniorenorientierte Stadt- und Verkehrsentwicklung, seniorengerechtes Wohnen. Wie möchten Sie diese Themen bearbeiten?**

Derzeit geschieht viel in der Stadt, der Rat geht mit Riesenschritten nach vorn. Mir ist daran gelegen, bei den geplanten Projekten einen Abgleich zu schaffen zwischen Zielsetzung und Machbarkeit, also einen Realitätsbezug zu schaffen. Bei allem ist die Klimaentwicklung zu berücksichtigen. Ältere Menschen gehören zu denen, die unter der Hitze besonders leiden.

**Welche Ziele liegen Ihnen für die Arbeit des Arbeitskreises Stadtentwicklung, Verkehr und Umwelt besonders am Herzen?**

Wir begleiten Themen, die im Stadtentwicklungsausschuss behandelt werden und Auswirkungen für Senioren und Seniorinnen haben können. Dazu gehören auch kleine Dinge, die von der Politik gerne ausgeblendet werden, wie z.B. barrierefreie Straßen, Übergänge, seniorengerechte Ampelschaltungen, die Planung öffentlicher Toiletten, Bänke für eine kurze Erholungspause an viel genutzten öffentlichen Wegen, usw.

**Gab es während Ihrer Zeit als Kommunalpolitiker weitere Themen und Aufgaben, die Ihnen auch gegenwärtig in der Seniorenratsarbeit wichtig sind?**

Ja, eine erfolgreiche Klima- und Verkehrswende kann nur gelingen, wenn die angedachten Maßnahmen flächendeckend in den Stadtteilen und den Quartieren umgesetzt werden (nicht nur in der Innenstadt). Da dies nicht auf einmal gehen kann, muss die Stadt entsprechende Vorgaben und Standards entwickeln, damit eine ganzheitliche Struktur entstehen kann.

**Zeichnet sich Ihr derzeitiges Wohnumfeld durch besondere Qualitäten aus?**

Wir haben 70 Jahre in Brackwede gewohnt, sind aber jetzt zu unseren Kindern in die Senne gezogen. Wir wohnen hier sehr zentral, alles ist fußläufig zu erreichen, Geschäfte der Nahversorgung aber auch Naherholungsmöglichkeiten wie die Rieselfelder und das Flugplatzumfeld sind durch Fuß- und Radwege gut erschlossen.

# Seniorenrat der Stadt Bielefeld

## Aktionen - Informationen - Berichte

**Sehen Sie Optimierungsmöglichkeiten?**

Ich wünsche mir mehr Umsicht und Achtsamkeit in Bezug auf die Sauberkeit in unserer Stadt. Für Brackwede wünsche ich mir positive Effekte durch die Sanierung der Hauptstraße und dass alle Geschäfte die Phase des Umbaus gut überstehen.

**Franz Peter Diekmann**, Jahrgang 1951, ist in Brackwede geboren und lebte viele Jahre dort. Nach der Ausbildung als Werkzeugmacher und der Bundeswehr absolvierte er ein Ingenieurstudium;; beruflich war er viel in Deutschland und im Ausland unterwegs. Mittlerweile wohnt der verheiratete Vater von zwei erwachsenen Töchtern und fünf Enkelkindern in Sennestadt.

Ihnen allen wünsche ich schöne Sommertage!

Ihre Monika Gebhart
stellvertretende Vorsitzende Seniorenrat

5 JAHRE ohrginal
TOP 100 AKUSTIKER 2023/2024
ohrginal®
hörakustik | rita zeuner

Kennen Sie das?

Sie Überhören das Telefon oder die Klingel?

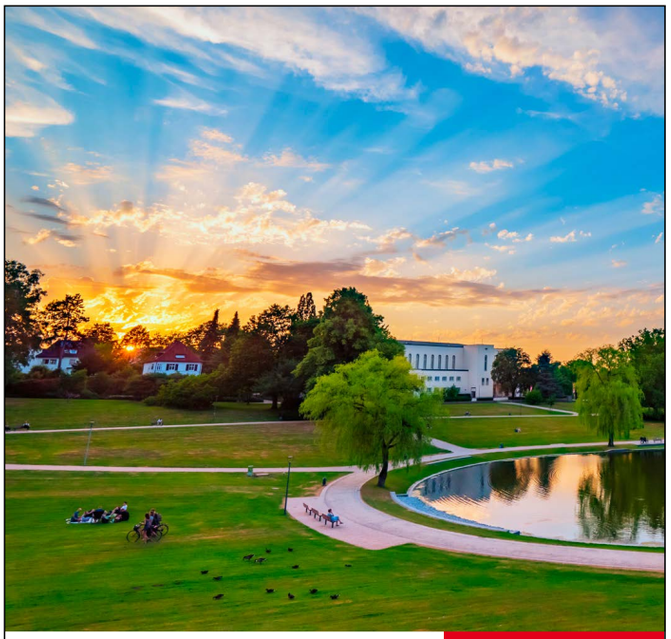
Familienmitglieder oder Nachbarn beschweren sich über den zu lauten Fernseher bzw. das zu laute Radio?

Sie haben verstärkt das Gefühl, dass Ihre Gesprächspartner nuscheln?

Sie haben Probleme, Ihrem Gesprächspartner in der Gruppe zu folgen?

Wenn Sie mindestens zwei Fragen mit **JA** beantwortet haben, melden Sie sich für Ihren **kostenlosen Hörtest**. Bei Bedarf, finden wir eine passende Lösung um Ihre Lebensqualität wieder zu verbessern.

ohrginal hörakustik rita zeuner | Vilsendorfer Str. 4 | 33739 Bielefeld
05206/9988762 info@ohrginal.de www.ohrginal.de
Ohrginal Hörakustik



**Weil's um mehr als Geld geht!**

Ein Konto bei der Sparkasse Bielefeld: Nicht nur eine Entscheidung für ein Finanzinstitut, es ist auch eine Entscheidung für die Region.

www.sparkasse-bielefeld.de

# Loriot: „Die Ente bleibt draußen!"

**Do. 05.10.2023 um 20:00 Uhr, Stadthalle Bielefeld**

Vicco von Bülow (alias Loriot) - wer erinnert sich nicht an diesen genialen Humoristen und seine legendären Sketche, Karikaturen und Filme! Dem Künstler ist es stets gelungen, das Absurde im Alltag sichtbar zu machen. Er begeisterte ein Millionenpublikum. Mit seinen Wortspielen und seiner Witzigkeit hat er die deutsche Sprache geprägt wie kein anderer. Es gibt kaum jemanden, der die Zitate nicht kennt: „Die Ente bleibt draußen", „ein Klavier, ein Klavier" oder „Das Ei ist hart". Über ihn wird man auch in 100 Jahren noch lachen.

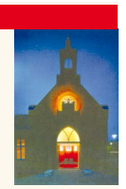
Das Ensemble des legendären Kabaretts Leipziger Pfeffermühle bringt die schönsten Sketche Loriots zurück auf die Bühne. Sie dürfen sich entspannt zurücklehnen und den feinen Humor ungeniert lachend genießen - Dauer ca. 120 Min. (einschließlich 20 Min. Pause).

Brigitte Sdun

Tickets ab 35,- Euro an allen VVK-Stellen und im Internet unter: www.eventim.de und beim Veranstalter unter www.wolff-concerts.com

## capella hospitalis

am Städtischen Klinikum Bielefeld Mitte



## August 2023

**So. 06.08. Klangwerkstatt - Didgeridoo**
11:00 Uhr, Leitung: Ekkehard Voigt

**Mo. 07.08. Lebenskunst - Lebensthemen kreativ gestalten**
12:00 Uhr, Leitung: Andrea Karle - Anmeldung: a.karle@aol.de

**Fr. 11.08. Achtsames Gespräch - offener Gesprächsaustausch**
18:30 Uhr, Leitung: Thorsten Sureck, Janna Miller
Anmeldung/Info: kontakt@menschenstaerken.eu

**Mo. 14.08. Lebenskunst - Lebensthemen kreativ gestalten**
12:00 Uhr, Leitung: Andrea Karle - Anmeldung: a.karle@aol.de

**Sa. 12.08. Klang und Poesie:**
**Barockensemble le Tornita „Favori Innocenti"**
18:00 Uhr, Yumi Tatsumiya: Sopran
Margot Simon, Béata Polonkai: Oboe/Blockflöte
Karoline Borleis: Violine/Viola
Luciano Barraza: Violoncello; Christiane Kämper: Cemballo

**Mo. 14.08. Lebenskunst - Lebensthemen kreativ gestalten**
12:00 Uhr, Leitung: Andrea Karle - Anmeldung: a.karle@aol.de

**Mi. 16.08. Lachyoga nach Dr. Madan Kataria**
19:00 Uhr, Leitung: Andrea Betke

**So. 20.08. Klang und Poesie:**
**Ouvre ton coer melodies françaises**
18:00 Uhr, Edith Murašova: Mezzosopran
Djamilija Keberlinskaja-Wehmeyer: Klavier
Heidemarie Bhatti-Küppers: Rezitation

**Mo. 21.08. Lebenskunst - Lebensthemen kreativ gestalten**
12:00 Uhr, Leitung: Andrea Karle - Anmeldung: a.karle@aol.de

**So. 27.08. Klang und Poesie - Liederabend**
18:00 Uhr, Liederkreis op.39 von Robert Schumann
André Fritzemeier: Tenor, Delia Yoon Ji Kim-Strootmann: Klavier

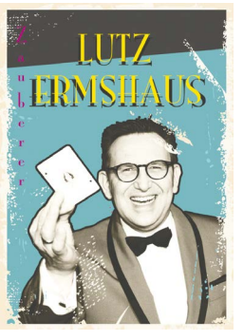
**Mo. 28.08. Lebenskunst - Lebensthemen kreativ gestalten**
12:00 Uhr, Leitung: Andrea Karle - Anmeldung: a.karle@aol.de

capella hospitalis
Teutoburger Str. 50 - 33604 Bielefeld

# Mit Magie wird es zauberhaft

**Kleinkunst mit Lutz Ermshaus**
**Freitag, 01. September 2023, 20.00 Uhr**
**Freizeitzentrum Stieghorst, Glatzer Str. 13**

Wohin legt man ein herbeigezaubertes Loch und welche Schwierigkeiten gibt es dabei? Was hat eine Rattenfalle mit Zauberkunst zu tun? Und wie reinigt man ein Handy von innen? Lutz Ermshaus entführt sein Publikum in die komische und magische Welt der Zauberkunst. Erzählungen aus 1001 Nacht werden ebenso rührend in die Vorführung eingebunden wie der Geist, der Tische zum Schweben bringt. Echt wahr! Es wird magisch, komisch und charmant.



# Chorkonzert

## Konzertchor Bielefeld

Der Konzertchor Bielefeld kündigt sein nächstes Konzert an, das diesmal tschechischen Komponisten des ausgehenden 19. Jahrhunderts gemidmet ist. Antonin Dvoráks Messe D-Dur op. 86 und Leoš Janáceks Otcenáš (Vaterunser) erfreuen Hörer und Musizierende durch ihre Melodik und Innigkeit. Christin Enke-Molnar, Sopran - Hansol Yoo, Alt - Hyunsik Shin, Tenor - Bojan Heyn, Bass - Hyunsun Park, Orgel - Ulrika Busse, Harfe
Leitung: Naoko Grünberg-Sakai

**So. 17. September um 18 Uhr**
**Neustädter Marienkirche**
**Papenmarkt 10a**

# Live-WDR 3-Konzert

## und Public Viewing der BBC Last Night of the Proms

**Sa. 09.09. um 18:00 Uhr**
**Rudolf-Oetker-Halle, Großer Saal**

Was wäre das berühmte Londoner Musik-Festival „Proms“ ohne seine kultige BBC Last Night of the Proms? Im Vorfeld dieses traditionsreichen Festivals geben die Bielefelder Philharmoniker in Zusammenarbeit mit dem WDR 3 bereits zum fünften Mal ein Live- Radiokonzert der besonderen Art. Unter der bewährten Leitung von Generalmusikdirektor Alexander Kalajdzic erwartet die Gäste ein europäisch-britischer Abend voller Emotionen und Überraschungen.

# Jazz im Konzerthaus

## Bundesjazzorchester - Awakening 2023

**Sa. 26.08. um 20:00 Uhr**
**Rudolf-Oetker-Halle, Großer Saal**

Nach ihrem umjubelten Auftritt im März 2023 kehren die Nachwuchsmusiker:innen des Bundesjazzorchesters (BuJazzO) zum Anfang der Konzertsaison 2023/24 nach Bielefeld zurück - und eröffnen mit ihrem aktuellen Projekt Awakening 2023 fulminant die Reihe Jazz im Konzerthaus in der Rudolf-Oetker-Halle.

Foto: Jochen Michael

# 1. Kammerkonzert

## Ensemble Horizonte - Elegia

**Mo. 25.09. um 20:00 Uhr**
**Rudolf-Oetker-Halle, Kleiner Saal**

Das Ensemble Horizonte, bekannt für seine feinsinnig aufeinander abgestimmten Programme, stellt im Kontext Sehnsucht/Klage/Trauer Werke von Malika Kishino, Jerome Combier, Jörg-Peter Mittmann, Fausto Sebastiani, Fréderic Pattar, Iannis Xenakis und Arvo Pärt vor.

Foto: Harald_Bickel

# Der Mann, der Sherlock Holmes war

## Ein Musical

**Stadttheater Bielefeld**
**Premiere So. 03.09. um 19:30 Uhr**

Foto: Sarah_Jonek

Die Passagiere des Nachtexpresses auf dem Weg zur Weltausstellung nach Brüssel staunen nicht schlecht, nachdem der Zug auf freier Strecke angehalten hat: Sind da nicht gerade Sherlock Holmes und Dr. Watson zugestiegen, das berühmte Detektivduo? Welche Sensation! Auch Jane und Mary Berry sind mit an Bord; die Näherinnen aus London können es gar nicht erwarten, ein überraschend geerbtes Schloss bei Brüssel in Augenschein zu nehmen. Damit geraten sie unbewusst ins Epizentrum eines rätselhaften Millionenraubs… - Wolfgang Adenberg und Marc Schubring schrieben ihr hinreißendes Hochstapler-Musical 2009 nach dem UFA-Film von 1937 mit Hans Albers und Heinz Rühmann. Schubrings swingende Orchesterpartitur ist die in Musik gesetzte Vision davon, wie sich das Musical der Zwanzigerjahre in Deutschland hätte entwickeln können, wäre es nicht durch die Naziherrschaft zur Utopie geronnen.
Musik von Marc Schubring / Buch und Liedtexte von Wolfgang Adenberg / Orchestration von Frank Hollmann

**Weitere Termine:** 10.09. / 23.09. / 27.09. / 01.10. / 17.10

# Festlicher Auftakt

**der Theater- und Konzertfreunde**
**Sa. 02.09. um 19:30 Uhr Rudolf-Oetker-Halle**

Der Festliche Auftakt weckt wieder Vorfreude auf die Höhepunkte der Saison 2023/24, mit ersten exklusiven Ausschnitten aus dem Programm der neuen Spielzeit. Mit dabei sind u. a. Mitglieder der Ensembles und die Bielefelder Philharmoniker. Das Spektrum reicht von Gesang aus Musical und Oper über Tanz bis zu Schauspiel und Konzert. Und es wird spannend: Wer wird für besondere Leistungen auf der Bühne mit dem Theko-Taler und dem damit verbundenen Förderpreis ausgezeichnet?

Foto: Christian_R._Schulz

# Wir suchen Menschen, die ehrenamtlich als Pat*innen Kindern Zeit schenken

***„Es braucht ein ganzes Dorf, um ein Kind stark zu machen."***
(afrik. Sprichwort)

Diesem Grundgedanken entspricht die Patenschaftsidee des Kinderschutzbundes Bielefeld. Mit unseren unterschiedlichen Patenschaftsangeboten unterstützen wir Kinder und Familien frühzeitig und unbürokratisch. Die Begleitung durch eine*n Pat*in kann für ein Kind einen hohen Nutzen im Sinne der Resilienzförderung und der Erhöhung der Bildungschancen darstellen. Unsere ehrenamtlichen Pat*innen begleiten die Familien und Kinder wertschätzend und mit dem Gedanken der Hilfe zur Selbsthilfe. Vor und während der Patenschaft werden die Ehrenamtlichen durch unsere pädagogischen Fachkräfte geschult und kontinuierlich fachlich begleitet.

**Haben wir Ihr Interesse geweckt?**
**Rufen Sie uns gerne für ein unverbindliches Beratungsgespräch an.**
Ansprechpartnerinnen: Ute Beranek (0521-977 97 813), Nadine Klocke (0176-312 80 968), Jutta Kuhnhenn (0151-22 888 499)

# namu Programm August/September 2023

**Kreuzstraße 20 - 33602 Bielefeld - Tel: 0521-51 67 34**

**Freier Tag für Senioren: Mittwoch 02.08. und 06.09.2023**
Im Naturkunde-Museum ist für Senioren ab 65 Jahren am ersten Mittwoch jeden Monats der Eintritt frei!

**Sonderausstellung von 03.09.2023 - 25.02.2024**
**„Facettenreiche Insekten: Gefärdung | Vielfalt | Schutz "**
Prächtige Farben, bizarre Körperformen und faszinierende Lebensweisen: Die Vielfalt und Anpassungsfähigkeit der Insekten ist überwältigend und ihre Bedeutung für unsere Umwelt kaum zu überschätzen.

**Familienfest zur Eröffnung der Sonderausstellung**
**„Facettenreiche Insekten" - Sonntag, 03.09., 13.00 - 17.00 Uhr**
Anlässlich der Ausstellungeröffnung laden wir Sie herzlich zu einem kostenlosen Familienfest mit buntem Programm ein. Besucherinnen und Besucher werden von fachkundigen Ausstellungsguides in die Ausstellung eingeführt und können an Aktionsständen in die bunte Welt der Insekten eintauchen. Für die Kinder gibt es ein Kreativangebot. Dazu erwarten Sie Kaffee, Kuchen und Kaltgetränke.

**Vortrag zur Sonderausstellung Facettenreiche Insekten**
**„Faszination Käfer - über ihre Vielfalt und Bedeutsamkeit"**
Freitag 22.09.2023 - Beginn 18.00 Uhr
Gemeindesaal der Neustädter Marien-Kirchengemeinde

**Gesteinsberatung - Mittwoch, 06.09.2023 - 16.00 - 17.00 Uhr**
Erwachsene und Kinder in Begleitung - Zu dieser kostenlosen, öffentlichen Beratungsstunde können gesammelte Fossilien, Gesteine und Minerale ohne Anmeldung zum Bestimmen mitgebracht werden. Treffpunkt: Verwaltung, Adenauerplatz 2

**Führung zum Tag des Geotops - So. 17.09. 15.00 - 17.00 Uhr**
Im Botanischen Garten gedeihen zahlreiche Pflanzen, die als "Lebende Fossilien" bezeichnet werden. Vom unscheinbaren Moos über Farne bis hin zum prächtigen Magnolienbaum bieten sie einen Einblick in mehrere Hundert Millionen Jahre Pflanzen-Evolution. Geführt vom Biologen Mathias Wennemann und Geologen Mark Keiter.

**Führung Thema Insekten für Blinde und Sehbeeinträchtigte**
**Sonntag, 24.09.2023 - 15.00 - 16.00 Uhr**
In der Dauerausstellung ist ein Themenraum ganz der artenreichsten Tiergruppe, den Insekten gewidmet. Anhand zahlreicher Schmetterlingsexponate wird ihre unglaubliche Vielfalt deutlich. Ein Honigbienenmodell in 35facher Vergrößerung zeigt die Merkmale des Insektenkörpers anschaulich. Besondere Aufmerksamkeit erfahren in diesem Rundgang auch die Themen Insekten und Landwirtschaft sowie Insekten in unserer Ernährung. Anhand haptischer Elemente, die den Rundgang ergänzen, wird das Thema erfahrbar.

# FEST!

**Sa. 26.08. von 14:00 – 02:00 Uhr**
**im und um das Theater am Alten Markt**

Feiern Sie mit dem Theater Bielefeld den Start der neuen Spielzeit! Rund um unser Haus in der Bielefelder Altstadt starten wir mit Ihnen in die Spielzeit 2023/24. Beim großen FEST! ziehen wir alle Register auf Bühnen drinnen und draußen, in Zelten und an Ständen. Bei dieser Gelegenheit gibt es besondere Formate zu Produktionen der neuen Spielzeit zu sehen, die wir uns extra für das FEST! haben einfallen lassen. In Programmpunkten aus Gesang, Tanz und Schauspiel erleben Sie unsere Ensembles und die Bielefelder Philharmoniker. Und natürlich sind auch beliebte Klassiker unseres Festes wie die Kostümversteigerung und das Kinderschminken dabei. Open Air sorgen u. a. wieder die Basement Boyz auf der Bühne auf dem Alten Markt für Partystimmung. Feiern Sie mit uns! Der Eintritt ist frei.

Foto: Sarah Jonek

- PR-Text-

## STUDIEREN AB 50 an der Universität Bielefeld

Das Programm STUDIEREN AB 50

- bietet die Möglichkeit, sich mit wissenschaftlichen Fragestellungen und Themen auseinanderzusetzen
- ermöglicht ein selbstbestimmtes und weitgehend selbstgesteuertes Lernen frei von Prüfungsvorgaben
- ist ohne Vorqualifikation, wie z. B. dem Abitur, möglich.

Für das wissenschaftliche Weiterbildungsprogramm STUDIEREN AB 50 werden jedes Semester mehr als 400 Veranstaltungen geöffnet. Es stehen Vorlesungen und Seminare aus 12 Fakultäten zur Auswahl, die durch Spezialveranstaltungen und Arbeitsgemeinschaften ergänzt werden. Die Vorlesungszeit beginnt am 09. Oktober 2023 und endet am 02. Februar 2024. Eine Anmeldung ist ab sofort möglich. Der Gasthörerbeitrag beträgt 100,00 Euro pro Semester.

Am Donnerstag, den **07. September 2023 um 10 Uhr** und alternativ am Mittwoch, den **13. September 2023 um 17 Uhr** jeweils in Hörsaal 3 stellt das Team von STUDIEREN AB 50 die aktuellen Angebote vor und beantwortet Fragen zum Programm. Wir freuen uns auf Sie!

**Informationen und Anmeldung:**
Universität Bielefeld
Kontaktstelle Wissenschaftliche Weiterbildung
Telefon: (0521) 106 -45 62 und -45 80 und -44 73
E-Mail: studierenab50@uni-bielefeld.de


KANZLEI LINKENBACH & KOLLEGEN

RECHTSANWÄLTE · FACHANWÄLTE · NOTAR

**Kanzlei Bad Salzuflen** [2]
im Haus Brandes´sche Apotheke von 1621
Am Markt 38 · 32105 Bad Salzuflen
**Telefon 05222-94 43 888**
**E-mail: kanzlei@linkenbach.com · www.linkenbach.com**

**Kanzlei Bielefeld-Jöllenbeck** [1]
Spezialkanzlei für Erbrecht und Vorsorge
Dorfstraße 28 · 33739 Bielefeld (Geschäftsstelle des Notars)
**Telefon 05206-91 55-0 · Telefax 05206-87 67**

**Kanzlei Nordpark** [2]
Beratungs- und Vorsorgezentrum
Jöllenbecker Str. 132 · 33613 Bielefeld
**Telefon 0521-96 20 75 20 · Telefax 0521-96 20 75 22**
Parkplatzzufahrt über Bremer Str. 5 A
U-Bahn Haltestelle Nordpark

RA und Notar Jörg-Christian Linkenbach
Fachanwalt für Erbrecht · Fachanwalt für Steuerrecht
zert. Testamentsvollstrecker (DVEV) · Fachanwalt für Arbeitsrecht

**Tätigkeitsschwerpunkte**
Gestaltendes Erbrecht (insbes. steuergünstige Erbfolge)
Streitiges Erbrecht (insbes. Erb- und Pflichtteilsansprüche)
Verwaltung (Testamentsvollstreckung, Nachlassverwaltung)
Erbschaftsteuerrecht, Erbschaftsteuererklärungen
Steuerstrafrecht (insbes. Selbstanzeigen, Auslandsvermögen)
Vorsorgevollmachten und Patientenverfügungen
Arbeitsrecht (insbes. Kündigungsschutz)
Grundstücks- und Immobilienrecht

[1] Geschäftsstelle Notar Linkenbach · [2] anwaltliche Zweigstelle RA Linkenbach


UNIVERSITÄT BIELEFELD

# STUDIEREN AB 50

**im Wintersemester 2023/24**

Einladung zur Informationsveranstaltung

**Zulassung - Planung**
**Beratung**

**Donnerstag**
**07.9.2023 - 10 Uhr**

**Mittwoch**
**13.09.2023 - 17 Uhr**

Universität Bielefeld
Hörsaal 3

**Studienberatung STUDIEREN AB 50**
Universität Bielefeld
Telefon (05 21) 1 06 - 45 62 | - 45 80 | - 4473
studierenab50@uni-bielefeld.de
**www.uni-bielefeld.de/studieren50** ■

# Generationen Treff Bielefeld

**Markgrafenstraße 7 - 33602 Bielefeld**
**Telefon 0521-56 01 462 - www.gt-bielefeld.de**

**Frühstücksbuffet mit Vortrag**
jeden 2. Dienstag im Monat
von 9.00 - 11.30 Uhr.
Ausnahme ist möglich. Anmeldung unbedingt erforderlich unter Tel. 0521-56 01 462 (Frau Faupel)

**Di. 08.08.2023 - Vortrag von Frau Schade**
Bewegung für Frauen ab 70 Jahre - fit für 100

**Di. 12.09.2023 - Bericht Frau Gesing**
Die Tätigkeiten der Institution Welthaus Bielefeld

**Spielegruppe**
jeden Dienstag von 15.00 - 17.00 Uhr
Infos Tel. 0521-96 75 894 (Frau Härter)
oder Tel. 0521-56 01 462 (Frau Faupel)

**Wanderungen**
Am 1. und 3. Donnerstag im Monat
Infos über Treffpunkt und Wegstrecke unter Tel. 0521-55 73 1102 (Herr Ostermann) oder Tel. 0521-219 63 (Frau Herpel)

**Computer**
Computerkurse mit dem Laptop für Einsteiger und Fortgeschrittene und Schulungen für die Bedienung von Smartphone und Tablet und Klärung von speziellen Fragen.
Infos bei Herrn Landwehr Tel. 0521-12 22 60

**Sprachen**
Kurse für Anfänger und Fortgeschrittene in Englisch und Französisch in kleinen Gruppen.
Infos unter Tel. 0521-56 01 462 (Frau Faupel)

SÜDAPOTHEK
IM MARKTKAUF
GUTSCHEIN
10 % Rabatt*
auf ein Produkt Ihrer Wahl aus unserem nicht verschreibungspflichtigen, vorrätigen Sortiment.
Gültig bis 30.09.2023
Öffnungszeiten:
Montag - Samstag
08.00 - 20.00 Uhr
*Gilt nicht für Aktionsangebote. Keine Doppelrabattierung möglich.
Süd Apotheke im Marktkauf
Artur-Ladebeck-Str. 81 · 33617 Bielefeld
Telefon: 0521-15 90 0
www.suedapo-bielefeld.de

- PR-Text-

# Sommerzeit ist Gartenzeit!

## Der Garten der Tagespflege in der Wilbrandstr. 19a ist ein Platz zum Wohlfühlen

Gerade im Sommer ist der Garten der Einrichtung ein beliebter Ort bei den Besucher*innen, denn er bietet viele Gelegenheiten zum Wohlfühlen und ist eine Oase im Alltag - ob im Strandkorb, auf der lauschigen Terrasse mit Blick auf Hochbeete und blühende Stauden oder beim kleinen Sparziergang gesichert am Handlauf. Dazu gibt es regelmäßig Kaffee und Kuchen, gemeinsames Grillen und als besonderes „Highlight“ an heißen Tagen das Eiscafé „Wilbrandi“ mit Lieblingseisbechern serviert vom Mitarbeiter*innen-Team.

**Ein typischer Tagesablauf in der Tagespflege verläuft folgendermaßen:** Die Besucher*innen werden montags bis freitags mit einem Fahrdienst abgeholt bzw. von Angehörigen gebracht. Sind um 9.00 Uhr alle Tagesgäste eingetroffen wird gemeinsam gefrühstückt. Anschließend stehen in der Morgenrunde Singen, Erzählen, Spaziergänge, Körper- und Sinneserfahrungen auf dem Programm. Nach dem Mittagessen können sich die Besucher*innen in einem der Ruheräume oder auf der schönen Terrasse erholen. Mit einem gemeinsamen Kaffee trinken geht der Tag gegen 16.00 Uhr zu Ende.

Ziel der Tagespflege ist es, ältere Menschen tagsüber zu betreuen, um ihnen damit zu ermöglichen, trotz Pflegebedürftigkeit in ihrem gewohnten Umfeld wohnen bleiben zu können. Das fünfköpfige Team besteht aus Pflegekräften und Pädagoginnen und leistet diese Arbeit für maximal 12 Tagesgäste.

Weitere Informationen, auch die Kosten und Finanzierungsmöglichkeiten betreffend, erhalten Sie von den Mitarbeiterinnen unter der Telefonnummer **0521-286055** oder im Internet unter **www.tageshaus-bielefeld.de.**

**Aktuell kann die Tagespflege in der Wilbrandstr. 19a noch neue Besucher*innen aufnehmen.**

... am Leben teilnehmen
in der gerontopsychiatrischen
Tagespflege Wilbrandstraße
• Zuhause in gewohnter Umgebung leben • Tagsüber gut betreut und versorgt sein • Eine Entlastung für die Angehörigen
Rufen Sie uns an. Wir beraten Sie gerne!
(0521) 28 60 55
www.tageshaus-bielefeld.de
Das Tageshaus
Selbstbestimmt • Leben im Alter

- PR-Text-

# Sicherheit fühlen und diskret umsorgt sein

## „Betreutes Wohnen zu Hause“ mit Hilfe des ambulanten Pflegedienstes des KWA Caroline Oetker Stifts

**Das Angebot des Caroline Oetker Stifts ist vielfältig. Den meisten Bielefeldern/innen ist das Wohnstift durch das Angebot des Service-Wohnens sowie die zahlreichen kulturellen Angebote bekannt.**

Was aber viele Bielefelder nicht wissen ist, dass der ambulante Pflegedienst des „KWA Caroline Oetker Stift “ auch Menschen in ihrer Wohnung diskret besucht und dort pflegerisch versorgt. Betreut und umsorgt sein im eignen Zuhause und professionell gepflegt zu werden, das ist Wunsch vieler Menschen hier bei uns in Bielefeld. Der Pflegedienst betreut aktuell Menschen am Johannisberg, in Gadderbaum, Dornberg, Hoberge - also rund um das Wohnstift.

„Wir treffen in unserem Beruf immer wieder Menschen in ganz unterschiedlichen Lebenssituationen und sehen es als unsere Aufgabe an, sie dort zu unterstützen und zu pflegen, wo sie zu Hause sind. Das kann im Caroline Oetker Stift sein, aber auch in ihrem eignen Wohnumfeld“ sagt Regina Rempel, Leitung des ambulanten Pflegedienstes. Die Mitarbeiter des ambulanten Pflegedienstes des Caroline Oetker Stifts decken dabei ein großes pflegerisches Spektrum ab; ob Grundpflege, Behandlungspflege bis hin zur Verhinderungspflege sowie Haushaltshilfen und Persönliche Assistenzkräfte zur Begleitung und Unterstützung im Alltag.

Wenn Sie Interesse an einem Termin mit Regina Rempel haben, oder mehr über die Angebote des Wohnstifts wissen möchten, senden wir Ihnen gerne einen Informations-Flyer zu. Für Ihren Terminwunsch oder Ihre Prospektanfrage melden Sie sich bitte unter:
Telefon 0521-58 29 0 | KWA Pflegedienst Caroline Oetker Stift.

KWA CAROLINE OETKER STIFT
www.kwa.de

Zuhause – gut betreut und versorgt.

Sie benötigen Unterstützung daheim? Wir kommen zu Ihnen nach Hause – vertrauensvoll und diskret – und bieten Ihnen pflegerische Versorgung, persönliche Assistenz oder Haushaltshilfe.

Jetzt beraten lassen
0521 5829 0

KWA Caroline Oetker Stift / Ambulanter Pflegedienst
Hochstraße 2, 33615 Bielefeld

# Lebendiger und schöner und grüner

## Der Ostmarkt ist in Bewegung!

**Seit Herbst 2022 fanden interessierte Quartiers-BewohnerInnen zusammen, um sich für einen lebendigen, schöneren und zur Begegnung einladenden Ostmarkt/Jakobuskirchplatz einzusetzen. Es gibt Ideen, die kurzfristig umgesetzt könnten z.B. Sitzgelegenheiten, Wasserspender und Fahrradbügel. Mittel- und langfristig wünschen sich viele mehr Grün, einen Spielbereich für Kinder und eine Aufwertung des Marktgeschehens.**

Nach ersten Treffen als Bürgerinitiative und mit VertreterInnen der Stadt Bielefeld wurde am 06. Juli 2023 der Verein „Lebendiger Ostmarkt e.V.“ gegründet, um die bisherigen Vorschläge weiter zu verfolgen und möglichst umzusetzen. Interessierte sind herzlich eingeladen, Mitglied zu werden oder sich im Rahmen der Bürgerinitiative auch ohne feste Mitgliedschaft zu beteiligen und einzubringen. Unsere Mailadresse: aktionen-ostmarkt@gmail.com

Eine erste Aktion wird der **Sommer-Flohmarkt** am **12. August 2023** von 15.00 bis 18.00 Uhr sein. Dazu laden wir herzlich ein!

# Ratgeber Demenz

## Praktische Hilfe für Angehörige

Rund 1,8 Millionen Menschen sind in Deutschland von Demenz betroffen. Die Deutsche Alzheimer Gesellschaft geht davon aus, dass etwa 100.000 davon jünger als 65 Jahre sind. Der Bedarf an Unterstützung ist für diese Altersgruppe und ihre Familien noch einmal drängender, da passende Betreuungsangebote oder Pflegeeinrichtungen bisher zumeist fehlen. Der „Ratgeber Demenz. Praktische Hilfen für Angehörige“ der Verbraucherzentrale gibt dabei wichtige Hilfestellungen - für Betroffene in jedem Lebensalter. Neben Wissenswertem zur Funktionsweise von Gehirn und Gedächtnis sowie zu Formen der Erkrankung und ihren Behandlungsmöglichkeiten zeigt er Schritt für Schritt, wie das Lebensumfeld organisiert werden kann, damit Demenzerkrankte weiterhin selbstständig wohnen können. Über Leistungen aus der Kranken- und Pflegeversicherung für Menschen mit Demenz wird ebenso informiert wie über rechtliche Möglichkeiten zur selbstbestimmten Vorsorge. Anhand vieler Beispiele macht das Buch die Welt der Demenzerkrankten nachvollziehbar und verständlich, sodass alle besser mit den krankheitsbedingten Veränderungen umgehen können. Der Ratgeber „Demenz. Praktische Hilfen für Angehörige“ hat 200 Seiten und kostet 19,90 Euro, als E-Book 15,99 Euro.

**Bestellmöglichkeiten:** Im Online-Shop unter www.ratgeber-verbraucherzentrale.de oder unter 0211-38 09-555. Der Ratgeber ist auch in den Beratungsstellen der Verbraucherzentralen und im Buchhandel erhältlich.

## Aktivitäten der AWO in Dornberg

**Die AWO in Dornberg bietet im Wohncafé der BGW an der Dahlemerstr. 26 regelmäßige Angebote an.**

Hierzu zählt der **AWO-Treff** am **Dienstag von 15:00 bis 17:00 Uhr**. Im Vordergrund steht das Klönen, geselliges Beisammensein, Erzählen, Singen, Informationen und kleine Vorträge mit anschaulichen Bildern. Zweimal im Monat findet der AWO Treff statt.

Ein **Bewegungsangebot** für älterer Menschen findet am **Mittwoch vom 15:00 - 16:00 Uhr** dreimal im Monat statt. Übungen im Sitzen mit leichten fließenden Bewegungen machen mobil.

**Neue Angebote sind:**
Eine **Sprechstunde des Formularlotsen**, **Dienstags, 14:00 - 15:00 Uhr.** Sie unterstützen beim Ausfüllen von Formularen und Anträgen, beim Schriftverkehr oder im Umgang mit z.B. auch mit Behörden. Gerade in besonderen Lebenssituationen wie z. B. beim Tod oder einer plötzlichen Erkrankung eines Angehörigen benötigen viele ältere Menschen Unterstützung

**Smartphone Training, Donnerstags (14-tägig), 14:00 - 15:00 Uhr,** Hier gibt es die Möglichkeit Schritt für Schritt mit dem Smartphone oder Tablet vertraut gemacht zu werden. Vielen Funktionen sind nicht auf den ersten Blick verständlich. Auch die Möglichkeit der vielen Apps kann ein Thema sein.

**Anmeldung unter: Inge Selle 0521-16 05 16 und Rainer Lutz Tel. 0521-949 855 40 oder per Email: dahlemerstrasse@awo-bielefeld.org**

## Verbrechen in Hollywood

**Lesung mit Christof Weigold**

**Samstag, 23. September 2023 um 19:00 Uhr**
**MuMa-Forum, Walter-Werning-Straße 9, 33699 Bielefeld**

Christof Weigold, geboren 1966 in Mannheim, ist ein deutscher Drehbuchautor. Seit 2000 arbeitet er als freier Drehbuchautor für Film und Fernsehen. 2018 veröffentlichte er sein erstes Buch „Der Mann, der nicht mitspielt“, gefolgt von „Der blutrote Teppich“, im Jahr darauf „Die letzte Geliebte“ und alle spielen in Hollywood. Eintritt: 18,00 Euro

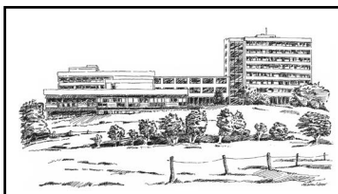
## 100 Jahre Otfried Preußler

**Das Bielefelder Figurentheater Donnerknispel kümmert sich liebevoll um Preußlers „Hörbe mit dem großen Hut“**

Am 20. Oktober jährt sich zum 100. Mal der Geburtstag von Otfried Preußler. Aus seiner böhmischen Kindheit entwickelte er 1956 die Geschichte „Der kleine Wassermann“ und erhielt dafür sogleich den Deutschen Jugendbuchpreis. Und so ging es immer weiter. „Das kleine Gespenst“, „Räuber Hotzenplotz“ oder „Die kleine Hexe“ sind bis heute generationsübergreifende Erfolgsgeschichten. Für sich selbst wählte er den bescheiden Begriff „Geschichtenerzähler“. Ursächlich war hierfür seine Erfahrung als Volksschullehrer. Wenn eine Schulklasse unkonzentriert wurde, unterbrach Preußler das eigentliche Thema und erzählte stattdessen eine Geschichte. Im Jahre 2013 verstarb Otfried Preußler, aber seine Stimme kann man noch heute genießen, denn viele seiner Bücher hat er selbst eingelesen, so auch „Hörbe mit dem großen Hut“, eine Geschichte über Vertrauen, Wagemut und Freundschaft.

***Der kleine Hutzelmann Hörbe vom Figurentheater Donnerknispel***

Die Bielefelder Figurentheater-Spielerin Ingrid Schaldach hat „Hörbe mit dem großen Hut“ 2018 als liebevolles Figurenspiel für Kinder ab vier Jahren für die Bühne inszeniert. Seither tourt sie mit ihren selbst erschaffenen Figuren erfolgreich über große und kleine Bühnen des Landes. Am liebsten sind ihr dabei immer die Aufführungen in Kindergärten. Zu Preußlers 100. Geburtstag ist sie mit ihrem Hörbe am Niederrhein zu Gast, aber auch in Bielefeld ist sie zu dieser Zeit mit der Hörbe-Geschichte zu sehen: am **14. Oktober um 16:00 Uhr im Skala-Haus,** Herforder Straße 5-7 sowie am **18. November im Haus Wellensiek**, ebenfalls um **16:00 Uhr**. Weitere Infos: www.figurentheater-donnerknispel.de

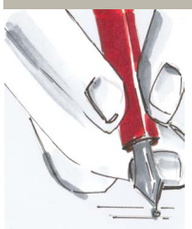
**Wohnstift Salzburg** e.V.

**Alten- und Pflegeheim**
Memeler Straße 35 · 33605 Bielefeld
Frau Sabine Lauer-Vdovic · Tel.: 0521/92461-58
www.wohnstift-salzburg.de · e-mail: info@wohnstift-salzburg.de

**Tagespflege**
Schleswiger Straße 16 · 33605 Bielefeld · Tel.: 0521/92461-88

**Seniorenwohnungen (Wohnen mit Service)**
Frau Gabriele Ostmann-Kaprolat · Tel.: 0521/92461-35

*Herzlich willkommen im Wohnstift Salzburg!*



-Anzeige-

# Schenken und Vererben mit Sinn und Verstand

**von Jörg-Christian Linkenbach, Rechtsanwalt und Notar, Fachanwalt für Erbrecht und Steuerrecht, zertifizierter Testamentsvollstrecker, Fachanwalt für Arbeitsrecht in Bielefeld**

## Über den Tod hinaus...

### Die Vorsorgevollmacht als Instrument der beschleunigten Nachlassabwicklung

Es hat sich bereits herumgesprochen, dass ein notariell beurkundetes Testament im Regelfall eine schnellst mögliche und auch kostengünstige Nachlassabwicklung gewährleistet. Das liegt daran, dass ein Erbschein dann nicht mehr erforderlich ist. Die Beantragung und der Erlass des Erbscheins konnte in Corona-Zeiten durchaus auch einmal bis zu 3 Monaten und länger dauern. So lange waren die Erben schlicht handlungsunfähig, wenn nicht eine beurkundete Vorsorgevollmacht vorlag. In unserer Hauptstadt Berlin hat der Erlass eines Erbscheins bemerkenswerter Weise schon vor Corona häufig mehr als 6 Monate in Anspruch genommen. In Ostwestfalen waren vor der Pandemie Bearbeitungszeiten von etwa 4 Wochen der Regelfall.

**Wie auch immer:** Wenn eine notariell beurkundete Vorsorgevollmacht vorliegt, dann bleiben die Bevollmächtigten über den Tod des Erblassers hinaus ohne jede Unterbrechung handlungsfähig, können also über die Konten und etwaiges Immobilienvermögen schnellst möglich verfügen. Wichtig ist, dass jeder einzelne Miterbe allerdings Vollmachten widerrufen könnte, die der Erblasser den anderen Miterben erteilt hat. Dann würde man sich allerdings „ins eigene Knie schießen“. Die Erbengemeinschaft wäre anschließend handlungsunfähig, bis der Erbschein erlassen ist.

Das Oberlandesgericht München (Beschluss vom 10.02.2022, Az: 34 Wx 431/21) hatte sich mit folgendem Fall zu befassen: Ein transmortal (über den Tod hinaus) Bevollmächtigter wollte ein Grundstück der Erblasserin, das er als Vermächtnis erhalten hatte, auf sich selbst als Miterben übertragen. Das Grundbuchamt hatte hier Bedenken, dass dieses wirksam möglich sei und lehnte die Eigentumsumschreibung ab.

Das Oberlandesgericht München hat dann allerdings zu Gunsten des Sohnes entschieden, so dass das Grundbuchamt das Eigentum auf den Sohn umschreiben musste. Es hat zur Begründung ausgeführt, die über den Tod hinaus geltende Vollmacht würde dem Bevollmächtigten die Befugnis verleihen, alle Rechtsgeschäfte vorzunehmen, bei denen eine Stellvertretung zulässig sei. Dieses würde auch für den Ankauf und Verkauf von Immobilien sowie sonstige Grundstücksgeschäfte gelten. Da der Sohn hier von dem sogenannten Verbot des Selbstkontrahierens (§ 181 BGB) befreit war, durfte er die Immobilie auch auf sich selbst übertragen.

Wer als Vollmachtgeber Sorgen im Hinblick auf einen etwaigen Missbrauch der Vollmacht hat, könnte beispielsweise anordnen, dass Immobiliengeschäfte jeglicher Art der Zustimmung von mindestens zwei Bevollmächtigten bedürfen. Aus meiner Sicht macht das vor allen Dingen dann Sinn, wenn mindestens drei Bevollmächtigte vorhanden sind. Sonst würde man faktisch handlungsunfähig werden, wenn ein Bevollmächtigter krank, womöglich bereits verstorben oder auch nur im Urlaub sein würde.

Mit allen Fragen rund um die Vorsorgevollmacht, deren Inhalt, die Patientenverfügung etc. befasst sich mein Vortrag **„Vollmachten und Verfügungen“**, der abwechselnd mit dem Vortrag **„Schenken und vererben mit Sinn und Verstand“** in meinem Vorsorgezentrum, Kanzlei Nordpark, Jöllenbecker Straße 132, 33613 Bielefeld regelmäßig stattfindet.
Die vorherige telefonische Anmeldung für den Testaments-Check und den Vortrag ist erforderlich.
Bitte bleiben Sie gesund, vorsichtig und zuversichtlich!

Jörg-Christian Linkenbach
Tel.: 05206/9155-0 · kanzlei@linkenbach.com · www.linkenbach.com

## Einladung zum kostenfreien Testaments-Check und zu Vorträgen

**im Beratungs- und Vorsorgezentrum, Jöllenbecker Str. 132, 33613 Bielefeld** (ehem. Volksbankfiliale)

An allen Veranstaltungstagen findet jeweils von 16.00 Uhr bis 18.00 Uhr die kostenfreie Überprüfung vorhandener Testamente und Vorsorgevollmachten im Rahmen einer Kurzberatung (Dauer bis zu 15 Minuten) statt.
Die vorherige telefonische Anmeldung unter Tel.: 05206/9155-0 ist aufgrund der begrenzten Zeit erforderlich.

Referent aller Veranstaltungen: Rechtsanwalt und Notar Jörg-Christian Linkenbach, Fachanwalt für Erbrecht und Steuerrecht, Vorsorgeanwalt

**Mittwoch, 02.08.2023**
**16.00 Uhr bis 18.00 Uhr**
Kostenfreier Testaments- und Vollmachts-Check
**18.00 Uhr bis 19.15 Uhr**
Vortrag: Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung

**Mittwoch, 16.08.2023**
**16.00 Uhr bis 18.00 Uhr**
Kostenfreier Testaments- und Vollmachts-Check
**18.00 Uhr bis 19.15 Uhr**
Vortrag: Schenken und Vererben mit Sinn und Verstand

**Mittwoch, 13.09.2023**
**16.00 Uhr bis 18.00 Uhr**
Kostenfreier Testaments- und Vollmachts-Check
**18.00 Uhr bis 19.15 Uhr**
Vortrag: Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung

**Mittwoch, 27.09.2023**
**16.00 Uhr bis 18.00 Uhr**
Kostenfreier Testaments- und Vollmachts-Check
**18.00 Uhr bis 19.15 Uhr**
Vortrag: Schenken und Vererben mit Sinn und Verstand

**Mittwoch, 11.10.2023**
**16.00 Uhr bis 18.00 Uhr**
Kostenfreier Testaments- und Vollmachts-Check
**18.00 Uhr bis 19.15 Uhr**
Vortrag: Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung

**Mittwoch, 25. 10.2023**
**16.00 Uhr bis 18.00 Uhr**
Kostenfreier Testaments- und Vollmachts-Check
**18.00 Uhr bis 19.15 Uhr**
Vortrag: Schenken und Vererben mit Sinn und Verstand

**Herzlich Willkommen!**

**Eine telefonische Anmeldung wird erbeten unter der Rufnummer 05206/9155-0**
**Anfahrt mit dem Auto: Parkplätze für Besucher erreichen Sie über die Bremer Straße (Navi: Bremer Str. 5 A) 33613 Bielefeld**
**Öffentliche Verkehrsmittel: Stadtbahn Linie 3, Haltestelle Nordpark**

Deine Diakonie

Erzählcafé

Jeden **Montagnachmittag** ein interessanter **Vortrag**
+ **Zeit zum Plaudern** bei einer Tasse Kaffee

**ab 14.30 Uhr Kaffee-Klön - 15.00 Uhr Vortrag**

**August 2023**

07.08.2023 **Bunte Fassaden – kunstvoll gestaltet** - Hartmut Vollmer
14.08.2023 **Wie ich mich mit Pakistan und seinen Menschen angefreundet habe** - Peter Josef Boeck
21.08.2023 **Fit und gesund bleiben** - Sigrid Kropp
28.08.2023 **Kalifornien Süd** - Ehepaar Koch

**September 2023**

04.09.2023 **Im Kino schlafe ich meistens ein** – Frank Becker
11.09.2023 **40 Jahre Ehefrau eines politisch engagierten Mannes** - Angela Haupt
18.09.2023 **Straftaten gegenüber älteren Menschen** - Andreas Westerburg
25.09.2023 **Gemeinschaftliches Wohnen in der Stattvilla-** Monika Klostermann

**INFOS zu Vorträgen**
www.diakonie-bielefeld.de/leben-und-begegnung/erzaehlcafe

**Ort: Bartholomäus-Gemeindehaus - Brackwede**
Kirchweg 10, 33647 Bielefeld (Haltestelle Brackwede Kirche, Gemeindehaus-Eingang am Kirchplatz hinter der Kirche)

Veranstalter: **TREFFPUNKT ALTER** Beratungsstelle für ältere Menschen/ DiakonieVerband Brackwede/ Kirchweg 10, 33647 Bielefeld, Tel. 0521/94239-211

GTÜ PG Z Prüf- und Gutachten-Zentrum

**Plakette fällig?**

**Öffnungszeiten:**
**Mo.–Fr. 8.00–17.00 Uhr, Sa. 9.00–12.00 Uhr**
**Im Drewer Esch 28, 33613 Bielefeld**
**Fon: 05 21 / 98 91 92 70**
**www.pg-zentrum.de**

**Als GTÜ-Vertragspartner bieten wir:**
- Amtliche Hauptuntersuchung (HU) gemäß §29 StVZO
- Änderungsabnahmen gemäß § 19.3 StVZO
- Untersuchung Motormanagement Abgas (UMA)

**Als Sachverständige bieten wir:**
- Schadengutachten
- Fahrzeugbewertungen
- Gebrauchtwagen-Siegel


# Sprechstunde der Alltags- und Formularlotsen

Am **Donnerstag, den 17. August** und am **28. September** haben Jöllenbecker Bürgerinnen und Bürger zwischen **09.00 und 11.00 Uhr** die Möglichkeit, die Sprechstunde der Alltags- und Formularlotsen aufzusuchen. Die Lotsen unterstützen die Menschen beim Umgang mit Behörden in den verschiedenen Stadtteilen. In der Sprechstunde besteht die Möglichkeit, sich Bescheide erklären zu lassen oder sich konkret beim Ausfüllen von Anträgen unterstützen zu lassen.

**Wo: Aktiv-Punkt Jöllenbeck,** Dorfstr. 35, 33739 Bielefeld

**Anmeldung und weitere Informationen bei:**
Esther Hiersemann, Tel. 05206-2336

# Tauschtreffen in der Bürgerwache

## der Briefmarken-Sammlergemeinschaft Bielefeld e.V.

Am **06. August**, am **03. September** sowie am **17. September 2023** finden jeweils in der **Bürgerwache am Siegfriedplatz** im Zeitraum **von 10:00 bis 12:00 Uhr** die Treffen der Briefmarken-Sammlergemeinschaft Bielefeld e.V. statt. Es werden Briefmarken und Ansichtskarten getauscht, Erfahrungen und Kenntnisse ausgetauscht. Herzlich eingeladen sind neben den Vereinsmitgliedern auch alle anderen Briefmarkenfreunde und Ansichtskartensammler; der Eintritt ist frei.

# Ehrenamtliche Kraft für Klöntreff gesucht

**Der Aktiv-Punkt in der Dorfstraße 35, 33739 Bielefeld bietet den Jöllenbecker Bürgerinnen und Bürgern ein abwechslungsreiches und vielfältiges Programm. Einen wichtigen Baustein bilden dabei ehrenamtliche Helfer:innen, die mit ihrem Engagement dazu beitragen, diese Angebotsvielfalt aufrecht zu erhalten.**

Aktuell sucht der Aktiv-Punkt Unterstützung für den Klöntreff. Hier treffen sich einige Interessierte, um gemeinsam Kaffee trinken und zu plaudern.

Aufgabe einer ehrenamtlichen Kraft ist es in diesem Zusammenhang, den Kaffeetisch vorzubereiten und anschließend das Geschirr wegzuräumen. Außerdem sollte das Interesse bestehen, sich dazuzusetzen und sich an den Gesprächen zu beteiligen. Der Klöntreff findet samstags um 15:00 Uhr statt und soll nach Möglichkeit zweimal im Monat begleitet werden.

**Interessierte** melden sich gerne bei Esther Hiersemann unter Tel. 05206-2336 oder bz.joellenbeck@awo-bielefeld.de

# Brackweder Stadtteilbrunch

## 16.09.2023 Bartholomäuskirche in Brackwede

Zum sechsten Mal laden die Organisatorinnen zum Stadtteilbrunch auf dem kleinen Kirchplatz der Bartholomäuskirche, Kirchweg 10 ein. Am Samstag den 16.09.2023 von 11:00 bis 14:00 Uhr wird dort ein vielfältiges Programm zum Fest der Inklusion und interkulturellen Begegnung stattfinden.

Zum Programm gehören die Sängerin Rahime mit türkisch, kurdischen Liedern, Tom der Geiger, Mitglied der jungen Bielefelder Symphoniker und die Musiker von Cromacoleur. Die Zumba Gruppe der neuen Schmiede sorgt für Schwung und gute Laune. Außerdem gibt es orientalischen Tanz mit EMEA und Trommelmusik. Der CVJM bietet ein Kinderprogramm und es gibt Hennamalerei. Fingerfood und Getränke sorgen für das leibliche Wohl. Buffetspenden werden gerne angenommen. Jeder ist eingeladen, diesen bunten Vormittag zu genießen und mit anderen ins Gespräch zu kommen. Organisiert wird das Stadtteilfest vom Brackweder Frauentreff, dazu gehören Vertreterinnen der AWO, dem Begegnungszentrum Bethel, der Bartholomäusgemeinde, der Diakonie, der Vatanmoschee, der psychlogischen Frauenberatung, Sozialsinn, der alevitischen Gemeinde, kochen über den Tellerrand und der Stadtteilkoordination. Sollte es regnen findet das Fest im Gemeindesaal der Bartholomäuskirche statt.

# Offene Senior:innenarbeit

## Kirchweg 10, 33647 Bielefeld Brackwede

**Dienstag 08.08. - 15:00 Uhr - Café-Klön**
**Stadtteilbibliothekarin Brackwede zu Besuch**
Referentin: Ulrike Sabath-Hansen
Gemeindehaus Bartholomäus, Kirchweg 10

**Dienstag 22.08. - 15:00 Uhr - Café-Klön: Heinrich Böll**
Teil 2 - Literarisches Schaffen und politisches Engagement
Referentin: W. Gödel, Gemeindehaus Bartholomäus, Kirchweg 10

**Dienstag 29.08. - 15:00 Uhr - Café-Klön**
**Selbstgebackenen Waffeln mit Kirschen**
Gemeindehaus Bartholomäus, Kirchweg 10

**Dienstag, 12.09. - 15:00 Uhr - Café-Klön**
**Veränderungen Bielefelds in der Kaiserzeit und beim Wirtschaftswunder** anhand von alten Postkartenansichten erläutert.
Referent: Peter Salchow, Gemeindehaus Bartholomäus, Kirchweg

**Dienstag, 19.09. - 15:00 Uhr - Café-Klön: September Quiz**
Nachmittag im Gemeindehaus Bartholomäus, Kirchweg 10

**Dienstag, 26.09. - 15:00 Uhr - Café-Klön**
**Alles rund um die Pflaume…**
Mit selbstgebackenem Pflaumenkuchen, Gemeindehaus Bartho.

**Bei allen Veranstaltungen wird um Anmeldung unter Tel. 0521-94239-217 gebeten.**

### Theater: Halb Acht

**Sa. 12. August um 19:30 Uhr**

Das Licht wird gedimmt, der Vorhang öffnet sich. Der magische Moment für jeden Schauspieler, doch manche Abende verlaufen anders, als man es sich vorstellt. Zwischen Texthängern und Warm Ups folgen Sie den Movement-Schauspielern Christian Knäpper und Matthis Weber in die kuriose Welt hinter dem Vorhang!

### Weltmusik-Konzert: Mud Project

**Fr 18. August um 19:30 Uhr**

Das Trio Mud Project, bestehend aus Mustafa Boztüy (Percussion), Umut Piêra (Gesang und Baglama) und Deniz Bahadır (Gitarre, Saz u.a.), begeistert mit eigenen Kompositionen und kreiert auf der Bühne neue Sounds aus türkischen Volksweisen und spontanen Ideen.

### Unfreiwillig komisch - Kabarett zum Wegschmeißen

**Sa. 19. August um 19:30 Uhr**

Es gibt nur wenig gute Gründe das Programm „Unfreiwillig komisch“ der trostpreisgekrönten Kabarettisten Henning Ruwe und Martin Valenske zu verpassen: Hochpolitisch, höchst gemein und höchstens zwischen den Zeilen versöhnlich bieten sie mit ihrem Programm allem politischen Versagen und seinen Versagern der heutigen Zeit die Stirn.

### Musik-Kabarett: Lauter launige Lieblingslieder

**Fr. 25. August um 19:30 Uhr**

Ganz, ganz viel Musikkabarett mit Ohrwurmgarantie. Diesen reichen Schatz an lauter launigen Liedern hat Thomas Paul Schepansky gehoben, abgestaubt, textlich und musikalisch ein wenig überabeitet und in sein schönstes Geschenkpapier eingeschlagen. Schleife drum und ab auf die Bühne damit.

### Theater: Ernst oder Über Tote nur Gutes

**Sa. 26. August um 19:30 Uhr**

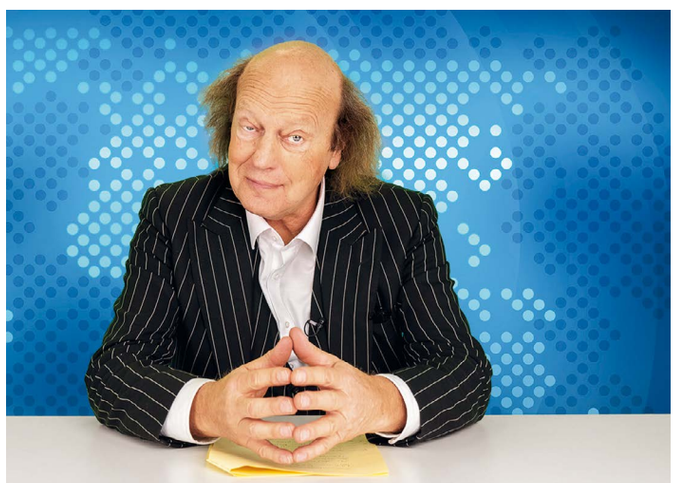
Das Stück handelt vom Leben und vom Tod, über das, was von uns bleibt , über Versäumtes und Erträumtes, und was uns erfüllt. Ein Solostück mit 15 Figuren, einem Hund und einem Geist, das als Komödie beginnt und als Drama endet. Trockener Humor, gute Persönlichkeitsstudien und überraschenden Wendungen.

**Movement Theater · Haller Weg 38 · 33617 Bielefeld**

# Arnulf Rating: „tagesschauer“

**Freitag, 22. September 2023 um 20.00 Uhr**
**Freizeitzentrum Stieghorst, Glatzer Str. 13**

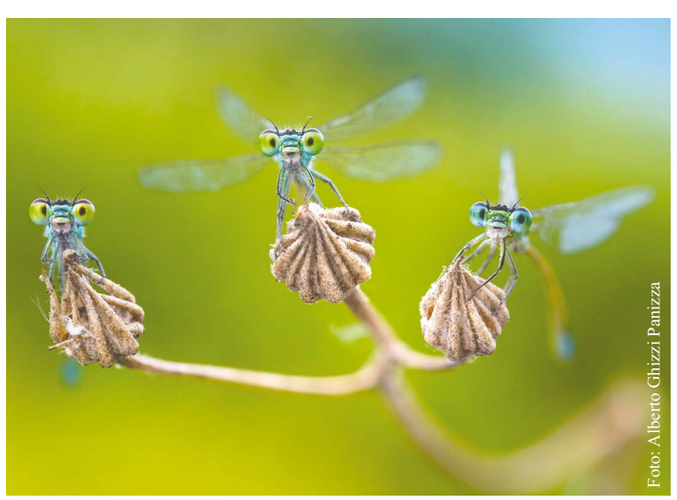
Wir bewegen uns im Netz wie die Fische im Wasser. Das Angebot ist riesig. Verlockende Apps - ist da ein Haken dran? Am Ende der langen Entwicklung zum aufrechten Gang steht der Mensch als Handynutzer. Über sein Smartphone gebeugt, das unser Schaufenster zur Welt geworden ist. Und wir sind selbst aktiv. Mit pfiffigen Infos oder einem Katzenvideo kann man Aufmerksamkeit gewinnen. Oder einen Shitstorm ernten. Haben wir es in der Hand? Oder hat es uns im Griff? Der tagesschauer ist die stets aktuelle Reaktion von Arnulf Rating auf die täglichen Duschen in den Zeiten der Generaldebilmachung. Gemeinsam mit seinen Prachtfiguren Schwester Hedwig und Dr. Mabuse entscheidet er zwischen Menschen, Viren, Mutationen. Er weiß: Die Fackel der Aufklärung kann auch eine Nebelkerze sein. In dieser Welt überlebt man nur mit Humor. Denn das ist bekanntlich der Knopf, an dem wir drehen können, bevor uns der Kragen platzt. Mit Tempo und hohem Unterhaltungswert brilliert hier eine der dienstältesten scharfen Zungen des Landes. Der letzte der legendären 3 Tornados, der auf der Bühne steht. Sein Maßstab ist der gleiche wie damals bei den Tornados: Unterhaltung mit Haltung.



# Facettenreiche Insekten: Gefärdung - Vielfalt - Schutz

**Sonderausstellung vom 03.09.2023 - 25.02.2024**
**Naturkunde-Museum - Adenauerplatz 2 - 33602 Bielefeld**

Prächtige Farben, bizarre Körperformen und faszinierende Lebensweisen: Die Vielfalt und Anpassungsfähigkeit der Insekten ist überwältigend und ihre Bedeutung für unsere Umwelt kaum zu überschätzen. Daher ist diese artenreichste Gruppe aller Lebewesen für uns Menschen unersetzbar. Umso wichtiger ist ihr Schutz, denn weltweit sind die Sechsbeiner in ihrem Bestand und Artenreichtum bedroht. In der interaktiven Ausstellung werden die drei Themen “Vielfalt - Gefährdung - Schutz“ mit zahlreichen Originalen, Schautafeln, Audio- und Videostationen sowie Großfotos abwechslungsreich vermittelt. Zahlreiche Präparate echter Insekten geben einen Einblick in die unterschiedlichen Gruppen wie Käfer, Schmetterlinge, Libellen, Grashüpfer und viele andere. Ein überdimensionales Insektenmodell lässt den Körperbau dieser “Kerbtiere” genau studieren. Alle Themen sind für Laien verständlich dargestellt, so dass auch Familien für einen kurzweiligen Besuch angesprochen sind.



-Anzeige-

# Der ADAC Fahr-Fitness-Check

**Der Fahr-Fitness-Check richtet sich an ältere, noch regelmäßig Auto fahrende Personen, die zusammen mit speziell durch den ADAC qualifizierten Fahrlehrinnen und Fahrlehrern ihre momentanen persönlichen Fahrfertigkeiten bewerten möchten - kompetent, neutral und ohne Risiko für den Führerschein.**

**Ziel:**
Mobilität erhalten und gestalten. Gemeinsam Potential weiterentwickeln.
Die Sicherheit im Straßenverkehr stärken.

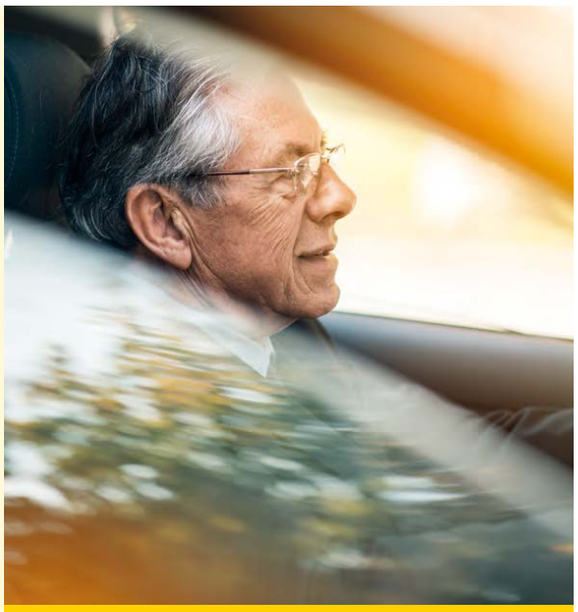
**WICHTIG:**
Der Check ist freiwillig, eine Meldung an Behörden ist ausdrücklich ausgeschlossen. Es handelt sich nicht um eine reduzierte Medizinisch-Psychologische Untersuchung (MPU). Es wird keine „Fahrtauglichkeitsexpertise“ erstellt. Der „Prüfling“ erhält im positiven Fall die Rückmeldung, dass die getroffenen Aussagen sich lediglich auf den Zeitpunkt seiner Fahrprobe beziehen (Momentaufnahme). Falls gravierende Leistungseinschränkungen beobachtet werden, muss ggf. über weitere Maßnahmen gesprochen werden.

**Hintergründe:**
Ältere Menschen stellen derzeit nach Ansicht des ADAC keineswegs eine Problemgruppe im Straßenverkehr dar. Im Gegenteil: Senioren sind lt. Statistischem Bundesamt nach wie vor nicht so häufig an Unfällen mit Personenschäden beteiligt wie andere Altersgruppen. Deshalb sieht der ADAC keinen Grund, spezielle gesetzliche Regelungen für ältere Führerschein-Besitzer einzuführen.

**Kosten:**
Ab UVP 75,- Euro für Mitglieder - ab UVP 95,- Euro für Nichtmitglieder

**Teilnahme:**
Gesamtdauer ca. 1,5 Stunden: 45 Minuten Fahrprobe mit dem eigenen Auto in gewohnter Umgebung, 45 Minuten Vor- und Nachbesprechung mit dem Fahrlehrer.

**Weitere Informationen gibt es beim ADAC Ostwestfalen-Lippe**
**Verkehrsabteilung, Eckendorfer Str. 36, 33609 Bielefeld**
**Tel. 05 21-10 81 160, Email: verkehr@owl.adac.de**



**Weil Mobilität keine Frage des Alters ist.**

Jetzt einen **Fahr-Fitness-Check** vom ADAC machen und weiterhin mit Sicherheit durchs Leben fahren. **adac.de/fahrfitnesscheck**

**ADAC**

# Wegwerfen? Denkste!

## Repair Café in Heepen

**Sonntag 17. September 2023 - 14:00 - 17:00 Uhr**
**Sonntag 19. November 2023 - 14:00 - 17:00 Uhr**

Das Repair Café in Bielefeld-Heepen findet wieder im DRK Begegnungszentrum (Ortsverein Bielefeld Heepen, Rüggesiek 21, 33719 Bielefeld) statt. Es werden dort in der Zeit von 14:00 bis 17:00 Uhr zusammen mit den BesucherInnen Elektrogeräte und Textilien repariert. Unter fachkundiger Anleitung unserer Reparatur-Experten wird mit dem vorhandenen Werkzeug gearbeitet.

**im DRK Begegnungszentrum Heepen Rüggesiek 21, 33719 Bielefeld-Heepen**

# Schach!

**Die Schachfreunde Bielefeld, eine freie, unabhängige Gruppe, suchen weitere Mitspieler/innen.**

Wir sind kein Schachverein - Schachspielen ohne Druck!

Wir spielen: **Mittwochs, von 13:30 Uhr - 16:30 Uhr**
im Begegnungszentrum der Diakonie für Bielefeld, Kreuzstraße 19 a, 33602 Bielefeld

und **Sonntags, von 14:00 - 17:00 Uhr**
im Aktivitätenzentrum der AWO, Meinolfstr. 4, 33607 Bielefeld

Spielmaterial ist ausreichend vorhanden, ein Spielpartner wartet bereits auf dich.
Die Atmosphäre ist herzlich, auch Anfänger sind ausdrücklich willkommen.
Das Angebot ist komplett kostenlos.
Wann kommst du? **Ansprechpartner:** Jörg, Tel.: 0157-86882550

**HANSA-APOTHEKE**
Ihre kompetente Apotheke im Bielefelder Osten.

In unserer Apotheke bieten wir Ihnen zahlreiche Gesundheitstests und weitere Leistungen, um Ihnen das Leben leichter zu machen.

Sprechen Sie uns einfach direkt in der Apotheke an!

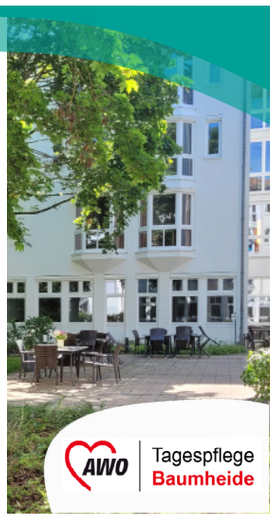
Hansa-Apotheke · Apotheker Wilfried Volmer e.K.
Fachapotheker für Offizin-Pharmazie
Heeper Straße 189 · 33607 Bielefeld
Telefon: 05 21-93 25 00
Fax: 05 21-93 25 035
service@hansa-apotheke-bielefeld.de
www.hansa-apotheke-bielefeld.de

Tagsüber Gemeinschaft erleben
und abends wieder
Zuhause sein.

**Tagespflege für ältere Menschen**
**Neue Lebensqualität für Sie und Ihre Angehörigen.**

- **Öffnungszeiten**
  Mo-Fr von 08:00 bis 16:30 Uhr geöffnet
- **Anzahl der Besuchstage** frei wählbar
- **Attraktive Tagesgestaltung** (Spiel & Spaß, Gymnastik, Feste, Feiern, Singen und vieles mehr)
- **Gemeinsame Mahlzeiten** (auch Kaffee und Kuchen)
- **Großer Garten** zum Klönen und Genießen
- **Alle Pflegegrade** sind willkommen
- Betreuung durch **Fachpersonal**
- **Fahrdienst** möglich
- **Weitgehende Kostenübernahme** durch Pflegekasse ab Pflegegrad 2

**Kontakt:** 0521 9700 556
**www.seniorenzentrum-baumheide.de**




# Mit 92 Jahren nimmt er es mit 14 Kontrahenten auf!

## Rigobert Ophoff hält mit Schachspielen die „grauen“ Zellen fit.

**Er 92 Jahre alt, gebürtiger Stukenbrocker und noch immer viel in Sachen Schach unterwegs: Rigobert Ophoff kam erst von einem Seniorenturnier aus dem Schwarzwald zurück, um es gleich einige Tage später beim Schachclub Stukenbrock im Rahmen eines Simultanturniers gleichzeitig gegen 14 Schachspieler aufzunehmen.**

Bereits letztes Jahr im August war er zum gleichen Anlass in Stukenbrock. Vereinsspieler vom Schachclub Stukenbrock und vereinsunabhängige Schachspieler aus der Region waren auch diesmal dabei. Dass Schachspielen die „grauen“ Zellen fit hält, ist allseits bekannt. Rigobert zeigte wieder mal eindrucksvoll, dass man auch mit über 90 Jahren noch auf hohem Niveau Schachspielen kann. Er ging von Brett zu Brett zog seine Figuren hoch konzentriert fast ohne Pause und innerhalb von zwei Stunden war alles vorbei. Gegen drei seiner Gegner konnte er gewinnen und gegen acht Spielern erkämpfte er ein Remis. Nur gegen drei Schachspieler musste er sich geschlagen geben, und zwar gegen Nikolai Katterfeldt, Bastian Fritsch und Simon Belte allesamt vom Schachclub Stukenbrock. Rigobert Ophoff spielte von 1967 bis 1971 in der Bundesklasse - dem Vorläufer der Schachbundesliga - bei den Herforder Königsspringern und wohnt seit vielen Jahren in Rheda. Wichtiger als die Ergebnisse des Simultanturniers war die Freude am Spiel und das gesellige Zusammensein. Die Anwesenden konnten einen schönen Abend genießen und waren sich einig, dass Rigobert mal wieder eine außergewöhnliche mentale Leistung vollbracht hat.
Mehr Infos unter schachclubshs@yahoo.com

- PR-Text-

# Tagsüber in Gemeinschaft und abends wieder Zuhause sein…

## Die AWO Tagespflege im Seniorenzentrum Baumheide ist wieder da. Eine wichtige Stütze zur ambulanten Versorgung.

Im Herbst 2019 musste das Seniorenzentrum AWO Baumheide geschlossen werden. In den letzten Jahren wurde das Gebäude und auch die Tagespfleg umfangreich saniert und neugestaltet. Seit Mai freuen wir uns das Angebot der Tagespflege in Baumheide wieder anbieten zu können. Wir bieten Entlastung für Angehörige „Zeit für mich“ und, unsere Gäste erleben einen lebendigen Tag in Gemeinschaft „Ich habe heute wieder so viel erlebt“.

**Ein Gast erzählt:** „Ich werde morgens vom Fahrdienst abgeholt und bin gegen neun Uhr in der Tagespflege, dann wird gefrühstückt. Wir verbringen zusammen eine gemeinsamen spannenden Tag. Wir essen zusammen, lachen und haben Spaß, machen Gymnastik, spielen Spiele, sind draußen, singen, backen, feiern Feste, finden Freundschaften und vieles mehr, es wird nie langweilig. Meine Tabletten bekomme ich hier auch und bekomme natürlich Unterstützung, wo immer ich es benötige. Um 16:00 Uhr geht es dann nach Hause. Ganz wichtig, ich bin nicht mehr so alleine“.

**Ein Angehöriger erzählt:** „Wenn meine Mutter die Tagespflege besucht, gehe ich schwimmen und mache was mir gefällt, am Abend haben wir uns dann immer viel zu erzählen.

- **Ganz wichtig, die Krankenkassen übernehmen die Kosten ab Pflegerad 2**
- **Beratung rund um die Tagespflege und ein Probetag sind kostenlos.**

Wäre das auch was für Sie? Dann rufen Sie doch einfach an, **es sind noch Plätze frei.**

**AWO Tagespflege Baumheide**
Wacholderweg 9 · 33609 Bielefeld
Iris Mensendiek · Tel. 0521-9700556
www.seniorenzentrum-baumheide.de

**Markenvielfalt die begeistert.**
**Und das zu richtig guten Preisen.***

* Für rezeptpflichtige Arzneimittel, die der Arzneimittelpreisverordnung unterliegen, sowie für Bücher gelten einheitliche Abgabepreise.

**Inhaber: Tobias Drubba e.K.**
**Detmolder Straße 550, 33699 Bielefeld**
Tel.: 0521 / 977 933-33
Fax: 0521 / 977 933-35
http://stieghorst.easyapotheken.de
stieghorst@easyapotheken.de

Öffnungszeiten:
Mo-Fr 8:30-19:30 Uhr, Sa 8:30-19:30 Uhr

easyApotheke Stieghorst

# Von der praktischen Einzellösung bis zur Komplettsanierung

**So lange wie möglich zu Hause wohnen bleiben, auch wenn Alter oder körperliche Beeinträchtigungen dies erschweren - das wünschen sich die meisten Menschen. Der neue Ratgeber der Stiftung Warentest zeigt, welche Möglichkeiten es für barrierefreies Bauen und Wohnen gibt und wie diese Maßnahmen umgesetzt werden können. Außerdem gibt er Orientierung, welche Anpassungen teuer und welche erstaunlich günstig sind, wo es Förderungen und andere Finanzierungshilfen gibt.**

Ein barrierefreies Umfeld muss so gestaltet sein, dass es sich auch mit körperlichen und geistigen Einschränkungen gut darin leben lässt. Wer einen Umbau oder Neubau einer Immobilie plant, sollte zunächst den individuellen Bedarf ermitteln. Mit den Checklisten im Buch kann jeder einfach herausfinden, wo sich die persönliche Wohnsituation verbessern lassen könnte. Denn wer genau weiß, wo und für welche Zwecke bauliche Maßnahmen notwendig sind, findet leichter die passende Lösung.

Auf der anderen Seite ist es genauso wichtig, das Angebot an Möglichkeiten zur barrierefreien Gestaltung zu kennen.

Ob eine neue Grundrissaufteilung, eine bodengleiche Dusche oder die passende Smart-Home-Lösung – für jeden Bereich in Haus und Wohnung stellt der Ratgeber ausführlich konkrete Maßnahmen vor. Angefangen von praktischen Einzellösungen, die auch für Mietwohnungen geeignet sind, über die Komplettsanierung des eigenen Hauses bis hin zum barrierefreien Neubau.

Je umfangreicher die Baumaßnahmen, desto hilfreicher sind fachliche und finanzielle Unterstützung. Deshalb beantwortet das Buch auch die Fragen, wie man Fachleute findet und mit welchen Finanzierungs- und Fördermöglichkeiten sich die Kosten stemmen lassen. Außerdem gibt es im Serviceteil eine umfangreiche Liste mit ausgewählten Anlaufstellen, die spezialisierte Beratung zum barrierefreien Bauen und Wohnen anbieten.

Die Autorin Nina Greve studierte Architektur und arbeitet seit über 20 Jahren als freie Fachjournalistin für verschiedene Bauherren- und Fachverlage. Dabei gilt ihr besonderes Interesse dem nachhaltigen Bauen, zu dem neben Energie- und Kreislaufkonzepten auch barrierefreies Bauen und Sanieren gehören. Das Buch „Barrierefrei bauen und sanieren“ hat 208 Seiten und ist für 39,90 Euro ab dem 23. Juni 2023 im Handel erhältlich oder online unter www.test.de/barrierefrei-bauen-und-sanieren.

## Drei Fragen an die Autorin Nina Greve

**An wen richtet sich der Ratgeber?**
**Finden auch Mieter nützliche Informationen?**

Ich habe versucht, nach Möglichkeit alle mit ins Boot zu holen, sowohl Immobilienbesitzer:innen als auch Mieter:innen von Häusern oder Wohnungen. Gerade die Kapitel 2 und 4, bei denen es A darum geht, die eigenen Bedürfnisse herauszufiltern und B die richtigen Ansprechpartner: innen zu finden, sind für alle sehr gut geeignet. Das Kapitel 3, in dem es um die konkreten Umsetzungsmaßnahmen geht, differenziert immer einfache Maßnahmen, Einzelmaßnahmen und Komplettlösungen. Viele der einfachen Maßnahmen, aber auch ein Großteil der Einzelmaßnahmen können auch im Mietverhältnis umgesetzt werden.

**Was sind bei einem Umbau oder barrierefreien Neubau die größten Herausforderungen?**

Die klassischen neuralgischen Punkte sind die Übergänge von außen nach innen, also der Hauseingang oder der Zugang zur Terrasse oder zum Balkon. Das hat auch etwas mit technischen Richtlinien zur Abdichtung zu tun. Hier müssen bislang immer sogenannte Sonderlösungen zwischen Ausführenden, Auftraggebern und Architekt:innen festgehalten werden, obwohl sich die Details längst bewährt haben. Im Umbau ist oftmals die schwellenlose Dusche eine Herausforderung, die tatsächlich auch nicht immer mit einer Null-Schwelle umsetzbar ist. Im Neubau stellt sie heute kein Problem, sondern eher die Regel dar.

**Welche Anpassungen sind am häufigsten nötig?**

Das Erreichen der Wohnung, also der barrierefreie Zugang ist in meinen Augen elementar, um auch auf lange Sicht am gesellschaftlichen Leben teilnehmen zu können. Für bestimmte Fördergelder stellt der barrierefreie Zugang zudem überhaupt die Voraussetzung dar, um beispielsweise einen Antrag auf den barrierefreien Bad-Umbau stellen zu können. Die Bad-Anpassung selbst wiederum hat für sehr viele Nutzer:innen eine elementare Bedeutung, da jeder Mensch das Bedürfnis hat, in diesem intimen Bereich möglichst lange eigenständig zurecht zu kommen.

**Raum** für Abschied und Erinnerung

*Marie war begeistert von der Idee, den Sarg ihrer verstorbenen Tante zu bemalen. Sie kam mit ihrer Freundin und brachte eigene Farben und Pinsel mit, um den Sargdeckel zu gestalten. Sie begannen nicht mit der Außenseite, sondern mit der Innenseite des Sarges. Denn für sie war selbstverständlich: Tante Inge sollte ihre letzte Reise mit dem Blick auf eine sonnige Sommerwiese beginnen.*

Monika Noller
Daniela Schulz
August-Bebel-Str. 30 B
33602 Bielefeld
Fon 05 21 / 3 80 22 80
www.noller-ziebell.de

Bestatterinnen
Noller · Ziebell

Wir sind Partnerinnen der Deutsche Bestattungsvorsorge Treuhand AG.

- PR-Text-

# Pflegende Angehörige stehen im Fokus

## GesundZentrum Bielfeld lädt zur „Aktionswoche für Pflegende Angehörige“ und einem Sonderöffnungstag ein.

**Wussten Sie, dass sich in Bielefeld mehr als 13.000 Menschen regelmäßig für die Versorgung einer pflegebedürftigen Person in ihrem persönlichen Umfeld einsetzen? Sie kümmern sich auf vielfältige Art und Weise um Angehörige, die auf Hilfe angewiesen sind. Angefangen bei gelegentlichen Einkäufen und Hilfe im Alltag, über Gespräche bis hin zur körperlichen Pflege, sie ermöglichen Menschen trotz Krankheit, Behinderung oder altersbedingten Einschränkungen in den eigenen vier Wänden zu leben.**

Die jährlich stattfindende „Aktionswoche für Pflegende Angehörige“ macht zum 9. Mal auf die Situation der Personen aufmerksam, die sich unermüdlich für die häusliche Pflege eines ihnen nahestehenden Menschen einsetzen. Ein Dank und ein Zeichen der Wertschätzung unter der Schirmherrschaft von Bielefelds Oberbürgermeister Pit Clausen, dem Vorstandsvorsitzenden der v. Bodelschwinghschen Stiftung Bethel, Pastor Ulrich Pohl, sowie den Vorsitzenden der Arbeitsgemeinschaft der Wohlfahrtsverbände in Bielefeld, Kirsten Hopster, Matthias Rotter und Ulrich Paus.

# Aktionswoche für Pflegende Angehörige

## Angebote für Auszeit und Wertschätzung

**Die 9. Aktionswoche vom 26. August bis Sonntag 03. September 2023 hält tolle Angebote für Pflegende Angehörige bereit. Eine Anmeldung ist noch bis 12. August 2023 möglich.**

Ein Gala-Diner zu Hause, Wellness-Massagen, eine gemütliche Wanderung oder ein Familienfrühstück - so sah das Programm der Woche für pflegende Angehörige im vergangenen Jahr aus. Nach drei Jahren, in denen die Veranstaltungen der Aktionswoche überwiegend mobil oder digital geplant werden mussten, sind in diesem Jahr **von Samstag 26. August bis Sonntag 03. September 2023,** wieder Begegnung und Austausch vor Ort möglich. In der mittlerweile neunten Auflage hat das Organisationsteam erneut ein buntes Programm auf die Beine gestellt.

### Termine der Hauptveranstaltungen 2023

**Gala-Diner**
**Samstag, 26. August 2023 um 19:00 Uhr**
Assapheum, Bethelweg 1, 33617 Bielefeld
Für die Teilnahme ist eine Anmeldung erforderlich.
Die Teilnahme ist kostenlos.

**Familientag**
**Sonntag, 27. August 2023 um 10:00 Uhr**
Kesselbrink, 33602 Bielefeld
Morgens: Brunch für Familien mit pflegebedürftigen Kindern im Grünen Würfel, ab 13:00 Uhr: Familienfest auf dem Kesselbrink
Für die Teilnahme am Brunch ist eine Anmeldung erforderlich.
Die Teilnahme ist kostenlos.

PFLEGENDE ANGEHÖRIGE BIELEFELD

**(Mitsing-)Konzert mit Klang!Festival**
**Montag, 28. August 2023 um 19:00 Uhr**
Rudolf-Oetker-Halle, Lampingstraße 16, 33615 Bielefeld
Für die Teilnahme ist eine Anmeldung erforderlich.
Die Teilnahme ist kostenlos.

**Waldbaden**
**Dienstag, 29. August 2023 um 15:00 Uhr**
Tennisclub, Haller Weg 77, 33617 Bielefeld
Für die Teilnahme ist eine Anmeldung erforderlich.
Die Teilnahme ist kostenlos.

**Kino Sondervorstellung Pflegende Angehörige**
**Sonntag, 3. September 2023 um 15:00 Uhr**
Kamera, Feilenstr. 4, 33602 Bielefeld
Überraschung: Der Film wird vorher nicht verraten. Anmeldung Für die Teilnahme ist eine Anmeldung erforderlich. Die Teilnahme ist kostenlos!

**Anmeldungen bis zum 12. August 2023 unter:**
Email: anmeldung@pflegende-angehoerige-bielefeld.de oder Telefon: 0521-51 30 700. Die Anmeldungen werden nach dem Zeitpunkt ihres Eingangs berücksichtigt.

Weitere Informationen und Veranstaltungen im Internet auf: www.pflegende-angehoerige-bielefeld.de

Die Initiatoren der Aktionswoche, die vom **26. August bis 03. September 2023** stattfindet, haben in Zusammenarbeit mit verschiedenen Unterstützern ein buntes Programm zusammengestellt, das kleine Auszeiten vom Alltag bietet, Begegnungen und Austausch ermöglicht.

Das GesundZentrum Bielefeld von PVM zählt zu den Unterstützern. Wie gewohnt können sich pflegende Angehörige und Betroffene montags bis freitags von 09:00 bis 18:00 Uhr in der großen Ausstellung einen Einblick darüber verschaffen, welche Hilfsmittel und Pflegeprodukte ihren Alltag angenehmer, sicherer und selbstständiger machen und welche Arten von Unterstützung angeboten werden, die sie entlasten.

Darüber hinaus schenkt das GesundZentrum allen Interessierten einen Sonderöffnungstag: Am Samstag, den 2. September, zwischen 10:00 und 15:00 Uhr freuen sich Mitarbeitende und Partner auf zahlreiche Besucher. Die Experten stehen für Kurzschulungen, bei denen Angehörige Tipps und Tricks an die Hand gegeben bekommen, Informationen über Freizeit-Angebote für Pflegebedürftige und individuelle Beratungen zur Verfügung.

Die Initiatoren der „Aktionswoche für Pflegende Angehörige“ sind die Stadt Bielefeld, die v. Bodelschwinghschen Stiftungen Bethel, das Evangelische Klinikum Bethel, die Arbeitsgemeinschaft der Wohlfahrtsverbände, der Arbeitskreis Tagespflege, die Hochschule Bielefeld, das Regionalbüro Alter, Pflege und Demenz, die Falken Bielefeld, die Stiftung Ummeln, das Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe des Paritätischen NRW und die Bielefelder Gesellschaft für Wohnen und Immobiliendienstleistungen (BGW).

## Themen am Sonderöffnungstag

**Samstag, 02. September 2023 von 10:00 - 15:00 Uhr**

- **Durch den Pflege-Dschungel**
  Aufklärung in der Pflege- und Wohnberatung
- **Barrierefreies Wohnen**
  Umbau von Bädern, Eingangsbereichen, Küchen und Treppen
- **Mobil im Alltag**
  Sicherer Umgang mit Rollatoren, Rollstuhl und E-Mobilen
- **Kleine Kniffe, große Hilfe im Umgang mit Pflegebedürftigen**
  Rückenschonend Lagern und Umsetzen - unterwegs und zu Hause
  Entlastendes Sitzen, Schlafen und Aufstehen
  Gesichertes Blutdruckmessen - Entspannung durch Massage & Wärme
- **Hilfsmittel bei den Mahlzeiten**
  Geschirr, Trinkbecher und weitere Helfer
- **Durch- und Aufatmen**
  Alles zur Atemtherapie, Inhalation und Sauerstoff-Mobilität
- **Smarte Pflege**
  Wie moderne Sensorik pflegende Angehörige entlasten kann
- **Letzte Hilfe**
  Begleitung schwerkranker und sterbender Menschen
- **Tabu-Thema Inkontinenz**
  Die Möglichkeiten der Inkontinenz und Stoma-Versorgung
- **Freizeitgestaltung für Menschen mit Einschränkungen**
  „Komm, wir gehen spazieren!“ Bielefelder Spaziertreffs stellen sich vor Urlaubsreisen, die besonders zugeschnitten sind

# Gesundheit ganzheitlich betrachten!

## Mehr Möglichkeiten, mehr Angebot, mehr Service auf 750 m² im GesundZentrum Bielefeld

- Gesundheitsberatung
- 750 m² Beratungs- und Erprobungsfläche
- E-Mobilität & Reha-Technik
- Moderne Funktionsmöbel
- Pflege- und Hilfsmittel
- Gesundheits- & Wohlfühl-Produkte
- Sauerstoffversorgung
- Schulungen & Fachveranstaltungen
- und vieles mehr....

GESUNDZENTRUM BIELEFELD
www.gesundzentrum-bi.de

BI

PVM
REHA • MEDIZINTECHNIK • HOMECARE

Südring 11 (IKEA Gelände) · 33647 Bielefeld · Tel. 0521/93 84 85-0

**Samstag, 2. September 2023**

**10-15 Uhr Sonderöffnungstag mit Programm zur »Aktionswoche Pflegende Angehörige«**

**Mehr Infos unter www.pvm-med.de/aktionswoche**

# Sonntags gemeinsam Kaffeetrinken

## Trauercafé im BZ Kreuzstraße

Ein Ort zum Reden, Lachen, Weinen und Trösten ist das Offene Trauercafé im Begegnungszentrum Kreuzstraße der Diakonie für Bielefeld. Das nächste **Trauercafé** hat am **06. August 2023**, geöffnet. Von **15:00 bis 17:00 Uhr** sind alle Menschen in Trauer, die nicht alleine ihren **Sonntagskaffee** trinken möchten, in das Begegnungszentrum in der **Kreuzstraße 19a** eingeladen. Erfahrene ehrenamtliche Mitarbeitende spenden Trost oder hören einfach nur zu. Weitere Informationen bei Silvia Skorzenski im Begegnungszentrum Kreuzstraße 19a oder telefonisch unter Tel. 0521-988 92-440

## DRK Zentrum Rüggesiek

Rüggesiek 21 · 33719 Bielefeld · Tel.: 0521-33 36 69

**Bewegung für Körper & Geist**
**Yoga**
Mo. 09.30 - 11.00 Uhr
Mo. 11.30 - 13.00 Uhr
Di. 08.45 - 09.45 Uhr

**Yin Yoga**
Neu ab 24. August 2023
Do. 09.15 - 10.45 Uhr
(wöchentlich)

**Gymnastik für flotte Senioren**
Mi. 15.00 - 15.45 Uhr

**Bewegung im Sitzen**
Mi. 09.15 - 10.15 Uhr

**Gedächtnistraining**
Fr. 11.00 - 12.15 Uhr

**Erlebnis-Tanz**
Neu ab 10. August 2023
Do. 11.00 - 12.00 Uhr
(14-tägig)

**Wandern 60+**
Ab September findet das Wandern am 2. Donnerstag im Monat statt

**Spiel & Spaß**
**Rommee-Gruppe**
Mo. 14.00 - 17.00 Uhr
mit Kaffeetrinken

**Skat-Gruppe**
Di. 13.00 - 17.30 Uhr
mit Kaffeetrinken

**Spielvergnügen für Senioren mit Kaffeetrinken**
Di. 14.00 - 17.00 Uhr

**Einstieg in die digitale Welt mit dem Tablet**
Kursstart: 16.08.2023
Mi. 11.00 - 13.00 Uhr Anfänger 1

**Mitsing-Nachmittag für Senioren**
Do. 10.08. und Do. 14.09.2023
15.00 - 16.30 Uhr
einmal monatlich, kostenlos, außer Bewirtungskosten
(Bitte um Anmeldung)

**Fußpflege**
Dienstag vormittags
nach Vereinbarung

**Vortrag „Demenz“**
Do. 31.08., 15.00 -16.30 Uhr
Über allgemeine und rechtliche Fragen für pflegende Angehörige berichtet Rechtsanwalt Peitz (kostenlos)

**Blutspende-Termine**
Di. 08.08., 16.30 - 19.30 Uhr
Luisenschule II
Josefstraße 16 - 20
33602 Bielefeld

**Di. 22.08.** 16.00 - 20.00 Uhr
Martin-Niemöller-Gesamtschule
Apfelstraße 210
33611 Bielefeld

**Di. 26.09.** 16.00 - 20.00 Uhr
Max-Planck-Gymnasium,
Stapenhorststr. 96, Bielefeld

**Mo. 28.08.** 15.30 - 19.30 Uhr
Ev. Gemeindehaus
Ubbedisser Straße 3
33699 Bielefeld

**Fr. 29.09.** 16.30 - 19.30 Uhr
Cecilien-Gymnasium
Niedermühlenkamp 5
33604 Bielefeld
mit Terminvereinbarung

Wir bitten um eine Anmeldung für alle Kurse und Veranstaltungen bei Frau Zilken unter der Telefon 0521-33 36 69 oder per E-Mail an info@drk-bielefeld-zentrum.de

# Diabetes im Alter

## Die Mehrheit der Diabetiker ist 60 Jahre und älter

Das metabolische Syndrom mit Zuckerkrankheit, Bluthochdruck und erhöhten Blutfettwerten stellt eine der bedeutendsten Zivilisationskrankheiten dar und wird mit zunehmenden Körpergewicht und Alter immer häufiger. Mehr als zwei Drittel aller Diabetiker in Deutschland sind älter als 60 Jahre. Durchschnittlich war bei der Hälfte der Betroffenen der Diabetes vorher nicht bekannt.

Auch Schwindel, Inkontinenz, Gangstörungen, Verletzung durch Stürze zählen zu häufigsten Problemen im Alter. Hier gilt es Lebensqualität zu sichern. Für den Diabetiker heißt das: Den Blutdruck optimieren, Unterzuckerungen vermeiden, den Blutzucker im geriatrischen Bereich halten. Bei älteren Menschen ist ein HbA1c-Wert von unter 8 % sinnvoll, da ein Wert weit über 8 % Symptome wie Müdigkeit, Kraftlosigkeit und Konzentrationsschwäche noch verstärken können. Ein Wert von 7,5 % wäre optimal.

## Diabetikergesprächskreis - Diabetikertreffen

**Telefonkontakt: 0521-98 67 825**

**Die nächste Diabetikertreffen unserer Selbsthilfegruppen:**

**Mo. 21.08. - 14:00 Uhr - Diabetikertreffen**
Haus der Gesundheit, Nikolaus-Dürkopp-Str. 5-9
Raum 203 (Fahrstuhl)
Auskunft: Hildegard Knipping - Tel. 05222-23 900 90

**Di. 05.09. - 19:30 Uhr - Diabetikertreffen**
Klinikum Bielefeld-Mitte, Teutoburger Str. 50
Seminarraum 3 EG
Auskunft: Elvira Senn-Schnitker - Tel: 05207-92 99 881

**Mi. 16.08.23, 18.10.23 15:00 Uhr - Diabetikertreffen**
Café-Jöllequelle, Amtsstr. 22, Bielefeld-Jöllenbeck
Auskunft: Barbara Bollhöfener Tel. 0521-98 67 825
oder Frau Sonneborn (Adler-Apotheke) Tel. 05206-9 44 60

**Mo. 18.09. - 14:00 Uhr - Diabetikertreffen**
Haus der Gesundheit, Nikolaus-Dürkopp-Str. 5-9
Raum 203 (Fahrstuhl)
Auskunft: Hildegard Knipping - Tel. 05222-23 900 90

**Mi. 18.10. - 15:00 Uhr - Diabetikertreffen**
Café-Jöllequelle, Amtsstr. 22, Bielefeld-Jöllenbeck
Auskunft: Barbara Bollhöfener Tel. 0521-98 67 825
oder Frau Sonneborn (Adler-Apotheke) Tel. 05206-9 44 60

**Di. 07.12. - 19:30 Uhr - Diabetikertreffen**
Klinikum Bielefeld-Mitte, Teutoburger Str. 50
Seminarraum 3 EG
Auskunft: Elvira Senn-Schnitker - Tel: 05207-92 99 881

# Pflegen leichter gemacht

### Kostenfreie Pflegekurse im EvKB

**Das Evangelische Klinikum Bethel (EvKB) bietet wieder Pflegekurse für pflegende Angehörige an. Gute Tipps und wichtige Handgriffe lernt man am besten durch Trainieren mit Expertinnen. Und das ist in Sachen „Hilfe für pflegende Angehörige“ wieder möglich.**
Die Pflegeberaterinnen Bianca Michler und Fabienne Kuchenbecker leiten die Kurse, in denen die Teilnehmenden theoretische und praktische Inhalte zum Thema Pflege zu Hause vermittelt bekommen.
Ein Pflegekurs umfasst 12 Unterrichtsstunden, die sich auf drei Tage jeweils von 09:00 bis 13:00 Uhr verteilen. Die Kurse sind kostenfrei, um Anmeldung wird gebeten. Der Kurs bietet zusätzlich die Möglichkeit, andere Pflegende kennenzulernen und sich zu vernetzen.

**Zu folgendem Termin sind noch Plätze frei:**
**14.08.2023** (Folgetermine 16.08. und 18.08.2023)
Weitere Termine finden Sie auf unserer Webseite www.evkb.de
Für die Teilnahme ist eine Anmeldung erforderlich.

**Anmeldungen und Anfragen unter**
Tel. 0521-772-75735 oder unter 0151-140 300 36
oder per E-Mail unter fabienne.kuchenbecker@evkb.de
Die Kurse finden im **Gesundzentrum Bielefeld**, Südring 11 (hinter dem IKEA-Gebäude), 33647 Bielefeld statt.

*Zeit für Ihre Gesundheit*
**Knoke**
*Sanitätshaus und Orthopädie - Technik*
- Kompressionstherapie
- Inkontinenzhilfen
- Maßeinlagen
- Bandagen
- Leibbinden
- Brustprothesen
- Lähmungs- und Korrekturapparate
- Alltagshilfen
- Badhilfen
- Rollstühle
- Gehwagen
- Bademoden
- Miederwaren
- Wäsche

Hauptstr. 66 - 33647 Bielefeld/Backwede - **Tel.: 0521/441141**
Geschäftszeiten: Mo.-Fr.: 9.00 - 13.00 und 15.00 - 18.00 Uhr
Mi.: 9.00 - 14.00 Uhr
**www.sanitaetshaus-knoke.de**

## Prostata Selbsthilfegruppe Bielefeld

**Ziele der Gruppe sind: hohe Patientenkompetenz Lebensqualität erhöhen - Überlebenschancen vergrößern**

**17.08.2023 - Urologin Frau Dr. Meier**

**21.09.2023 - Herr Urologe Dr. Wirt**

Die Vorträge sind kostenfrei. Anmeldung erwünscht.

**Bei den Veranstaltungen der Selbsthilfegruppe können Fragen zum Thema Prostata gestellt werden.**

Die Veranstaltungen beginnen jeweils um 16:30 Uhr in der AWO Begegnungsstätte Oldentrup, Lüneburger Str. 5, 33719 Bielefeld

Informationen: Karl-Heinz Vogelsang, Tel. 05206-49 70
Email: karl-heinz.vogelsang@gmx.de

**Leineweber-Apotheke**
Inh. Peter Mohnke

am EKZ in der Schweriner Straße 4
33605 Bielefeld · **Tel. 0521-29 74 07**

**jeden Donnerstag von 10 bis 18 Uhr** **20 % Rabatt**
auf alle Artikel ohne Rezept (außer Sonderangebote)

**Die Teutoburger Apotheke bleibt wegen dem Umbau des EKZ vorläufig noch geschlossen!**
**Bitte wenden Sie sich in dieser Zeit an die Leineweber-Apotheke.**

## Das Mitbringsel

Gespannt sah er zu, wie Maaret sein Geschenk auspackte. Sie hob den Deckel von der Schachtel und rief entzückt aus: „Zwei Porzellanhunde, wie süß. Ich danke dir, das ist das schönste Geschenk seit langem. Ich werde sie oben ins Giebelfenster stellen, da kann man sie von der Straße aus sehen.“ Das war ja noch einmal gut gegangen. Diesmal hatten sie London anlaufen müssen auf der Rückreise zu ihrer Heimatinsel in der Nordsee. Und in London, da waren er und die anderen Offiziere wie auch der Kapitän des holländischen Segelschiffes, mit dem sie auf Fahrt gewesen waren, in einem Freudenhaus gelandet. Der Schiffseigner hatte sie eingeladen, weil die Geschäfte so gut gelaufen waren. Die Ladies in solchen Häusern durften aber kein Geld annehmen. So wurden preiswert hergestellte Porzellanhunde für einen unverschämt hohen Preis verkauft und beide Partner waren mit diesem Geschäft zufrieden.

Gerade kam Maaret wieder herunter und erzählte lächelnd: „Mir ist aufgefallen, Keike im Nachbardorf hat auch solche Hunde im Fenster stehen. Wenn ich sie demnächst wieder sehe, muss ich ihr gleich erzählen, dass ich nun auch solche feinen Porzellanfiguren habe.“ Er schluckte mühsam und hoffte, dass sich nur keiner seiner Kameraden verplapperte. Denn wenn die Frauensleute auf ihrer Insel erfuhren, woher ihre Geschenke diesmal kamen, würde es großen Ärger geben. *Karin Benn*

## Souvenirs, Souvenirs,

kauft ihr Leute, kauft sie ein …

Dieses Lied war in den 60ziger Jahren ein Hit. Ich brauche es nicht als Aufforderung. Seit jeher eine Liebhaberin von Erinnerungsstücken, hat sich bei mir viel angesammelt. Mitbringsel von meinen Reisen oder Geschenke von Freunden. Lieblingsstücke, wie meinen Doublettensteinring, der genau die Farbe des Wassers unserer kleinen griechischen Bucht hat und den ich zurzeit unablässig trage. Ein Blick auf ihn zaubert mich augenblicklich dorthin.

Immer mehr sammelt sich bei mir an und wird leider auch zu „Stehrümmchen“ in der ganzen Wohnung. Obwohl ich zeitweise austausche, macht sich mein Bekanntenkreis über mein „Museum“ lustig. Es geht so nicht weiter. Was kann ich tun? Weniger sammeln! Aber nun kommt mit der Urlaubszeit wieder eine schwierige Zeit auf mich zu. Gibt es Anlass zur Hoffnung?

Ich bin keine große Freundin von Multimedia und künstliche Intelligenz macht mir Angst. Trotzdem darf ich mich nicht allem verschließen. Im Alter können Alexa, Pflegeroboter, autonome Rasenmäher und Bodenreiniger eine Hilfe sein. Und für mein Problem? Ich liebäugle mit der Holografie. Sie kann OP`s vereinfachen, Autofahrern Hinweise auf die Straße legen und Vieles mehr. Das ist meine Hoffnung. Ich wünsche mir eine Holografiekamera. Meine Erinnerungsstücke filme ich, speichere die dreidimensionalen Bilder und kann sie jederzeit abrufen und wiedergeben, wie körperlich anwesend im Raum. Es ist zwar nicht ganz so, als würde man etwas in der Hand halten. Noch nicht, aber die Forschung und Entwicklung geht weiter und inzwischen kann man Holografien auch berühren.

Na ja, teuer ist es: Kamera, hochauflösende Bildschirme, schnelle Computer, Spezialfolie, da kommt was zusammen. Aber ich spare Geld und Platz, wenn ich nicht so viel kaufe. Ich freue mich schon auf die großen Augen meiner Freundinnen bei meiner Präsentation, wenn es so weit ist. Allerdings werden bei mir Ausnahmen bleiben. Wie heißt es im Lied? Souvenirs sollen wie das Salz in der Lebenssuppe sein! Meinen leuchtend blauen Ring werde ich auf jeden Fall in echt behalten! *Ulrike Ksol*

## Andenken

Wenn ich reise, bringe ich mir gerne ein T-Shirt aus dem besuchten Ort mit. Es ist ein Andenken, obwohl ich es mehr als Kleidungsstück betrachte. Ich sehe es als Vorteil, wenn sich meine Andenken abnutzen und sie so eines Tages vom Zeitlichen gesegnet werden. In der Zwischenzeit habe ich weitere Reisen unternommen und dabei gleichwertigen Ersatz gefunden.

Mein letztes T-Shirt habe ich in Serbien gekauft. Es zeigt auf der Vorderseite eine ältere, kunstvolle Figur. Auf dem Ärmel steht der Schriftzug Лепенски Вир. Die Schrift ist kyrillisch, die Hauptschrift in Serbien, die hier in Deutschland kaum ein Mensch lesen kann. Selbst in Latein geschrieben, dann heißt es Lepenski Vir, ist es ein Begriff, mit dem auch ich bis vor einer Woche nichts anfangen konnte. Auf meinem Ausflug lernte ich diese Ausgrabungsstätte kennen. Die Ansiedlung reicht bis in das Jahr 8000 v. Chr. zurück. Was mich am meisten bei dieser Stätte beeindruckt hat, ist die Abwesenheit von Etwas: Es gibt keine Kriegswaffen. Hier lebten Menschen ganz ohne Krieg und das mehr als 2000 Jahre. Stellen wir uns das einmal vor. Seit Christi Geburt hätte es bis heute keine Kriege gegeben. Ein Traum! Oder schauen wir in die Zukunft: bis über das Jahr 4000 n. Chr. ein Leben in Frieden. Mit diesem Hintergrund trage ich das T-Shirt gerne, obwohl ich weiß, dass nur wenige Menschen erkennen und verstehen, was darauf abgebildet ist. *Wolfgang Ditt*

## Und das war’s dann … ?

Nehme meinen Koffer. Klappe ihn auf. Es ist Zeit. Mal wieder. Ich hasse packen, Abschiede, Abreisen. Morgen geht der Flieger. Einer von ganz vielen. Aber morgen geht auch meiner. Heim und zurück zu dem, was sich Alltag nennt.

Ich liebe den Süden. Werde ihn immer lieben. Der Duft des Sommers, die Farben des Meeres, eine leichte Brise in meinen Haaren, leckeres Essen und den betörendsten aller Weine.

Deine Blicke hatten mich gesucht, umarmt. Du und ich - beide haben wir uns eingelassen und auch losgelassen. Zuletzt einander. Jeder auf seine Art. Viel geredet haben wir wirklich nicht. Es war alles so echt. Fühlte sich richtig an. Und jetzt fliegt jeder mit seiner Leidenschaft, getragener Unterwäsche, mindestens zehn Paar Schuhen und Sandalen und einer kunterbunten Garderobe wieder zurück nach dort, woher sie kam. Dazu 100 Gedanken Übergepäck. Tränen beim Abschied. Letzte Küsse. Dein Lächeln. Etwas wird bleiben. Wird es? Und das war’s dann … *Sylke Bayda*

## Reiseandenken

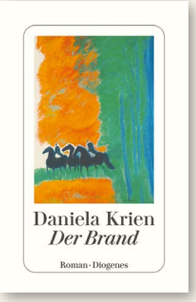
Die Wohnung war ausgeräumt. Das letzte, was sich in den leeren Räumen befand, waren unscheinbare Dinge, für die niemand mehr Beachtung aufbrachte. Tante Elsa humpelte auf den Gehstock gestützt durch die verlassene Wohnung. Wie viele glückliche Jahre hatte sie hier verbracht. Ihr harter Blick streife eine verschlissene Zigarrenkiste, die schäbig und wertlos auf dem Fußboden stand. Elsa räusperte sich, als müsste sie ihre Sprache wiederfinden, „Regina, packst du die Kiste ein!“, „Ach, Tante Elsa, was willst du damit? Das ist alles für die Tonne.“ „Nein, bitte ich will sie haben.“ Regina tat es. Der Unwillen war ihr deutlich anzusehen. Als Elsa, im neuen Zimmer, vom einzigen Sessel aus, die Kiste durchstöberte, rasten Jahre an ihr vorbei. Ein holzig- rauchiger Geruch stieg ihr in die Nase. Zerknickte Theaterkarten, ein zerbrochener Fächer, Spuren feinsten Sandes. Sowie eine an Jahren stumpf gewordene Venusmuschel. Es war nicht die Muschel, waren nicht die zerfledderten Karten, sondern das, was er gesagt hatte. Erinnerungen, ein kostbarer See in ihr, der langsam auszutrocknen begann. *Susanne Slomka*

## Im Müll ist die Wahrheit

Er war ein Stadtstreicher und Lumpensammler, zugleich ein erfolgreicher Schriftsteller, der am Abend im Fernsehen auftrat und am nächsten Morgen auf der Müllstation sich tief in den Papiercontainer hinabbeugte. Gleich am Anfang des Buches enthüllt der jetzt 54-jährige Wiener Autor Arno Geiger sein Geheimnis, dass er mit Mitte 20 anfing, in den Müllcontainern zu wühlen. Früh morgens bricht er als junger Mann mit dem Fahrrad in die Straßen der Stadt auf. Zerschunden und müde kehrt er zurück. Und oft ist er glücklich. Müll gilt nicht nur als Rohstoffressource, sondern auch als eine kulturelle Ressource, als Unterabteilung des kulturellen Gedächtnisses. Denn in den Müll kommt, was erledigt ist und im Müll wohnt die Wahrheit. Jahrzehntelang hat Geiger ein Doppelleben geführt. Jetzt erzählt er davon, pointiert, auch voller Witz und mit großer Offenheit. Wie er Dinge tat, die andere unterlassen. Wie gewunden, schmerzhaft und überraschend Lebenswege sein können, auch der Weg zur großen Liebe. Wie er als Schriftsteller gegen eine Mauer rannte, bevor der Erfolg kam. Oft zweifelte er an sich, doch sein Faible für Sprache ließ ihn durchhalten. Er schreibt von der wachsenden Sorge um die Eltern. Ein Buch voller Lebens- und Straßenerfahrung, voller Menschenkenntnis, Liebe und Trauer. BS

*Arno Geiger* - ***Das glückliche Geheimnis***
*Verlag: Hanser, 240 Seiten*
*Preis: 25,00 Euro, IBAN: 978-3-446-27617-8*

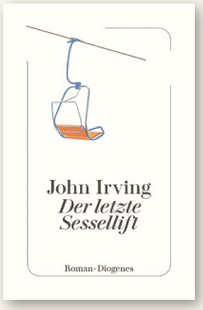
## Eine Liebe auf dem Prüfstand




Was tun, wenn die Liebe älter wird? Wenn die Entfernung zueinander schwerer wiegt als die Nähe? Leidenschaft und Erotik nur noch eine Erinnerung sind? Reichen die gemeinsam verbrachten Jahre, die tiefen Gefühle des Anfangs auch dafür, den Weg zusammen weiterzugehen? Die Autorin nimmt die Leser/innen in ihrem Roman mit in eine Ehe, in der alles auf dem Spiel steht. Rahel und Peter sind ein in Dresden lebendes Paar, das auf fast 30 Ehejahre zurückblickt und, so scheint es, langsam auf einen unaufgeregten Lebensabend zusteuert. Sie ist Psychologin und er lehrt als Germanistikprofessor. Beide sind angekommen in ihrem Leben, sie schätzen und achten einander, haben zwei Kinder großgezogen. Zunächst leise und unbemerkt, dann mit einem großen Knall hat sich die Liebe aus ihrer Ehe verabschiedet. Beide planen einen Sommerurlaub in Oberbayern. Doch kurz vor Reiseantritt erhalten sie die Nachricht, dass ihr Domizil niedergebrannt ist. Zufällig bittet eine Freundin das Paar, ihren leicht maroden Hof in der Uckermark zu hüten. Drei Wochen verbringen sie dort. Jeder Wochentag bildet im Roman ein Kapitel. Der Sommerurlaub soll bergen, was noch zwischen ihnen geblieben ist, und die Frage beantworten, wie und mit wem sie das Leben nach der Mitte verbringen wollen. Lohnt es sich, um die Liebe zu kämpfen? BS

*Daniela Krien* - ***Der Brand***
*Verlag: Diogenes, 272 Seiten (Hardcover)*
*Preis: 22,00 Euro, IBAN: 978-3-257-07048-4*

## Plädoyer für mehr Akzeptanz von Minderheiten




„Ich versuche, nicht an das Verschwinden zu denken“, so endet der aktuelle und bisher längste Roman mit 1.088 Seiten des 81-jährigen Bestsellerautors John Ervings. Die Hauptfigur, der Ich-Erzähler der Geschichte, heißt Adam, der uns sein Leben von seiner Geburt bis ins hohe Alter erzählt.

Die 18-jährige Rachel Brewster tritt 1941 bei den nationalen Skimeisterschaften in Aspen, Colorado, an. Sie gewinnt keine Medaille, dafür kehrt sie schwanger in ihre Heimat New Hampshire zurück. Sie verriet nie, wer Adams Vater ist. Fortan arbeitet Rachel als Skilehrerin und verbringt das halbe Jahr in Vermont. Ihr Sohn Adam wächst deshalb bei seiner Großmutter Nana auf.

Als Adam 14 ist, verkuppelt er seine 1,57 m kleine Mutter Rachel mit dem noch kleineren Englischlehrer Mr. Barlow. Obwohl Rachel ihn in der Hochzeitsnacht mit ihrer Lebensgefährtin Molly betrügt, wird aus Rachel, Adam und Elliot Barlow eine Familie, in der jedes Mitglied seinen Neigungen nachgehen kann. Adam wird Drehbuchautor, Rachel frönt dem Skifahren und Molly, Mr. Barlow trägt Frauenkleider. Auf dem Höhepunkt der Geschichte treten natürlich noch Wendungen ein: Morde und Selbstmorde geschehen, Hass, Neid und Missgunst zerstören den Seelenfrieden der Charaktere. BS

*John Erving* - ***Der letzte Sessellift***
*Verlag: Diogenes, 1.088 Seiten*
*Preis: 36,00 Euro, IBAN: 978-3-257-07222-8*

## Frauenpower für mehr Gerechtigkeit

Was tun, wenn frau von allen im Stich gelassen wird? Drei Freundinnen geraten unverschuldet in existentielle Nöte. Für Kosmetikerin Nele kommt es ganz dicke: Erst lässt sie der Ex im Stich, dann läuft`s auch noch beruflich schlecht, zusätzlich reißen die explodierenden Preise tiefe Löcher ins Budget. Ihre Freundinnen Fiona und Hermine werden ebenfalls zu Wohlstandsverdienerinnen. Daraufhin beschließen die Drei, richtig durchzustarten.

Jetzt ist Schluss mit lieb und nett. Die drei Frauen nehmen sich einfach, was sie zum Leben (und Lieben) brauchen. Tatkräftig, unerschrocken und mit einem kleinen bisschen krimineller Energie versuchen die Freundinnen, ihre Familien über Wasser zu halten. Mit viel Witz, Fantasie und nicht immer ganz legalen Mitteln kämpfen sie für ausgleichende Gerechtigkeit. Doch schneller als geahnt, kommt ihnen der Polizist Nick auf die Schliche, den Nele eigentlich verdammt anziehend findet.

Eine humorvolle Geschichte über Gerechtigkeit, Liebe und die großen Gefühle im Leben - typisch Ellen Berg! Die Bestsellerautorin ist 1969 geboren, studierte Germanistik, arbeitete als Reiseleiterin und in der Gastronomie. Heute arbeitet und lebt sie mit ihrer Tochter auf einem kleinen Bauernhof im Allgäu. Sie hatte schon immer einen ausgeprägten Gerechtigkeitssinn. BS

*Ellen Berg* - **Alles muss man selber machen**
*Verlag: Aufbau Taschenbuch, 382 Seiten*
*Preis: 12,99 Euro, IBAN: 978-3-7466-3949-9*

-Anzeige-

# Service-Wohnen in Jöllenbeck

## Wohnanlage - Beckendorfstraße

In Zentrumsnähe von Jöllenbeck entstehen an der Beckendorfstraße zwei Stadthäuser mit ingesamt 12 barrierefreien Wohneinheiten, wovon 6 Wohneinheiten dem sozial gefördertem Wohnraum entsprechen. Ein Wohnungsbezug mit vorausgegangener Anmietung der jeweiligen Wohnungen, ist für November/Dezember 2023 gewährleistet.

Es stehen Wohnungen zur Anmietung von jeweils 62 - 75 qm und eine Wohnung mit 97 qm zur Verfügung. Die großzügig bemessenen, mit hochwertigen und modernen Materialien ausgestatteten Wohnungen verfügen über ein Wohnzimmer, ein oder zwei Schlafzimmer, Bad und Küche, sowie über einen vorteilhaften windgeschützten Balkon oder entsprechenden Freisitzen mit/in Süd/West Ausrichtung. Die Eingangsbereiche sind gut einsehbar. Jeder Wohnung ist im Untergeschoss ein Abstellraum zugeordnet sowie Räume für Waschmaschine, Trockner, Technik und Fahrräder. Die einzelnen Wohnebenen erhalten zu dem Abstellplätze für Hilfsgeräte. **Alle** Wohnungen sind barrierefrei und über einen **Aufzug mit großzügiger Kabine zu erreichen.** Zusätzlich verfügt die Wohnanlage über **Grünflächen**, die zur Erholung und Entspannung einladen.

### Selbstständig so lange wie möglich...

aber mit der Sicherheit, dass im Notfall jemand da ist, der die Betreuung übernehmen kann. Ein Pflegedienst bietet der Wohnanlage freibleibend ambulante Wahlleistungen für alle Bewohner an, die Sie ganz nach Bedarf in Anspruch nehmen können. Im Erdgeschoß bietet in Eigenverantwortung, das Unternehmen Bonitas einzelne Pflegezimmer nach Wohngruppen-Konzept an. Ein individueller Vertrag regelt den Umfang der Betreuungsleistungen. Selbstverständlich können Sie auch einen Pflegedienst Ihrer eigenen Wahl beauftragen.

Sie wohnen in einem Objekt, das speziell auf die veränderten Anforderungen des Wohnens ab 60 plus oder auch von Menschen mit körperlichen Einschränkungen Rücksicht nimmt. Daher ist die gesamte Anlage barrierefrei gestaltet und verfügt über ein Höchstmaß an Sicherheit und Komfort. So verfügt jeder Hauseingangsbereich über ein Video-Auge und die jeweilige Wohnung über eine Gegensprechanlage mit Bilderkennung. Alle Wohnungen werden mit Rauchmeldern ausgestattet und für den Anschluss an ein Notrufsystem vorbereitet. Die Beleuchtung der Gemeinschaftsflächen, Treppenhäuser und Außenanlagen wird über Bewegungsmelder gesteuert.

Die zeitgemäße Architektur, verbunden mit einer soliden und an den neuesten konstruktiven und bauphysikalischen Maßgaben orientierten Bauausführung, sowie die Niedrigernergiebauweise, garantiert ein langlebiges und wartungsarmes Objekt. Die stetig steigende demographische bedingte Nachfrage nach dieser Art von Wohnform bietet sich durch eine verlässliche Vermieterschaft hiermit an.

### Lage

Die Mehrgenerationen-Häuser haben alle Vorzüge eines zentralen Standortes in exponierter Stadtteillage. Einkaufsmöglichkeiten für den täglichen Bedarf, Ärzte und Apotheken finden Sie in unmittelbarer Nähe, ebenso wie Haltestellen für den öffentlichen Nahverkehr.

Service-Wohnen in Jöllenbeck

Mehrgenerationen-Wohnanlage Beckendorfstraße 10-12

**Willkommen zum Wohnen mit System!**

- Mietwohnungen
- niedrig Energiebauweise
- gehobene Ausstattung
- anspruchsvolles Wohnen am zentralen Standort
- Autostellplätze
- barrierefreies Wohnen
- Grünflächen
- Etagenaufzug
- ambulante Pflegedienstleistungen frei wählbar
- exponierte Stadtteillage

**Fertigstellung November 2023**

**Weitere Informationen zur jeweiligen Wohnungsanmietung erhalten Sie im Info-Büro:**

Service Wohnen Bielefeld GmbH
Carl-Severing-Straße 118, 33649 Bielefeld
Tel. 05 21 - 44 81 89 83
info@service-wohnen-bielefeld.de

**Vertriebsbeauftragter der Bokermann Projektierungs- und Immobilienges. mbH & Co**
Dipl. Wirt. Ing. Thomas Budde (Geschäftsführer)

Weitere Projekte unter:
**www.service-wohnen-bielefeld.de**