

Nr. 80 · 17. Jahrgang - Juli/August 2026
Ausgabe Lippe - Zum Mitnehmen -

Monokel

Das Magazin für ein aktives Leben



Themen,
Informationen
und Termine
für die Generation
55plus

Sommer Inspirationen

Wandern - Seniorentage - Offene Gärten Lippe

Liebe Leserinnen und Leser,

das Älterwerden ist ein Privileg! Wussten Sie, dass Menschen über 50 statistisch am glücklichsten sein sollen? Nicht, weil plötzlich alles perfekt wäre. Ganz im Gegenteil, denn irgendwo zwickt es immer. Früher sprang man morgens aus dem Bett. Heute bewegt man erst alle Gelenke durch und verhandelt mit dem Rücken, bis das Aufstehen endlich vollzogen wird. Die Jugend ist dagegen etwas Wunderbares. Mit maximalem Selbstbewusstsein trifft man die Entscheidungen seines Lebens. Mit 20 hält man vier Stunden Schlaf für ausreichend. Mit 30 versucht man noch, anderen zu beweisen, dass man erwachsen ist. Mit 40 googelt man Übungen bei Bandscheibenvorfällen. Mit 50+ freut man sich, wenn beim Blutbild der Hausarzt sagt, „unauffällig“. Das hat doch etwas zutiefst Beruhigendes.

Mit über 50 muss man niemandem mehr beweisen, wie cool man ist. Mit 60+ tanzt man wieder ganz ausgelassen nach der Musik der 70er und 80er Jahre auf Ü 60-Partys. Außerdem entwickelt man neue Leidenschaften: gutes Essen und bequeme Schuhe. Die Kinder sind längst aus dem Größten raus. Man entdeckt plötzlich wieder Dinge, die es früher auch mal gab: Ruhe, Zeit, Mittagsschlaf. Mit zunehmendem Alter hört man endlich auf, ständig allem hinterherzurrennen. Was wirklich zählt, das verändert sich oft mit den Jahren: Gesundheit, Lebensqualität, gemeinsame Zeit und das Gefühl, den Alltag selbstbestimmt gestalten zu können, rücken stärker in den Mittelpunkt. In unserem Magazin Monokel Lippe widmen wir uns genau diesen Themen - von Bewegung und Ernährung, Buchempfehlungen, Reisen, Vorsorge, regionalen Freizeittipps, Pflege- und Betreuungsangeboten. Eine Ausgabe für alle Leser:innen, die das Leben aktiv gestalten und auch im Alter voller Lebensfreude genießen möchten.

Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Lesen!
Genießen Sie den herrlichen Sommer!

Brigitte Sdun
Chefredakteurin

und das gesamte Redaktionsteam



07

03 Aus der Region

Museum Ziegelei Lage

04 - 05 Aus Bad Salzuflen

Termine aus Salzuflen, Woll- und Stoffrestespenden, Max Mutzke, Nacht der 10.000 Kerzen

06 - 07 Aus Detmold

Termine aus Detmold, Kulturveranstaltungen Augustinum, Kammermusik hautnah

08 Hellerlecht

Hellerlecht-Festival, Veranstaltungen Freilichtmuseum Detmold, Oldtimer-Traktoren an Tankstelle, Fotoworkshop

09 Aus der Region

Seniorentage Detmold, Nostalgie-Nachmittag, Offene Gärten

10 - 11 Oerlinghausen

Termine aus Oerlinghausen, Tanztreff „Disco Ü 60“, Sommer in der Bergstadt, Gesundheitszentrum Lippe

12 - 13 Aus Leopoldshöhe

Netzwerk Leopoldshöhe, Termine aus Leopoldshöhe, Leos Kino

14 Schenken und Vererben

Was du heute kannst besorgen, das verschiebe nicht auf Morgen!

15 Vorbeugung

Per Anruf abkassieren

16 Sommer

Fun Dining - Sommer auf dem Teller

17 Pflege

„helf auf“ Pflegedienst entlastet Pflegebedürftige und ihre Angehörigen

18 - 19 Ratgeber

Eiskalt abkassiert: Betrugsmasche mit Pflegeboxen, Steuererklärung für Rentner und Pensionäre

20 - 21 Gesund und Fit

Treffpunkt Diabetiker, Fit und gesund - für Frauen ab 50, Störungen in sozialen Rhythmen belasten im Alter, u.a.

22 Literatur

Das Schmetterlingshaus, Sommerliebe, Die beste Freundin, Fussball

23 Bücherecke

Cheryl Rickman: Das kleine Buch der inneren Stärke, Daniel Bielenstein, u.a.

24 Reisetipps

Willkommen auf dem Land



2



15

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:

Ulrike Ksol, 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:

mydays.de_Jamila Maute

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

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

Die nächste Ausgabe
Monokel Lippe 81 erscheint
am: 04. September 2026

Museum Ziegelei Lage



Samstag 04.07. bis Sonntag, 05.07.2026

Sa 11:00 - 16:00 Uhr, So 11:00 - 17:00 Uhr

Feldbahntreffen 2026 der Feldbahnfreunde Lippe e.V.

Samstag: Die Feldbahnfreunde Lippe e.V. feiern mit vielen Gastfahrzeugen. Besucher:innen können auf unterschiedlichsten Feldbahnlokomotiven mitfahren und den Akteuren bei der Arbeit mit den Loren zusehen.

Sonntag: Besucher:innen können den Akteuren bei der Arbeit mit den Loren zusehen und von 11:00 - 13:00 Uhr und 14:00 - 17:00 Uhr auf unterschiedlichen Feldbahnlokomotiven mitfahren. Um 14:00 Uhr ist die große Lokparade.

Sonntag, 05.7.2026, 11:00 Uhr

Vom Lehm zum Ziegel - Sonntagsführung

Offene Führung durch die Ziegelei. Bitte reservieren Sie vorab.

Sonntag, 12.7.2026, 11:00 - 17:00 Uhr

Der mechanische Spaten

Der Eimerkettenbagger in Aktion

Eine Tonne Lehm füllt der Eimerkettenbagger in nur 15 Minuten in die bereitstehenden Loren der Feldbahn.

Sonntag, 12.7.2026, 11:00 Uhr

Vom Lehm zum Ziegel - Sonntagsführung

Offene Führung durch die Ziegelei. Bitte reservieren Sie vorab.

Dienstag, 14.7.2026 - 16:00 - 17:00 Uhr

Ich schenke dir Zeit - Kreative Stunde im Museum

Eine Stunde lang können Kinder ab 3 Jahre gemeinsam mit einem Elternteil den Werkstoff Ton ausprobieren. Der Kreativität sind hierbei keine Grenzen gesetzt. Online-Ticket erforderlich.

Sonntag, 19.07.2026, 11:00 Uhr

Vom Lehm zum Ziegel - Sonntagsführung

Offene kostenfreie Führung durch die Ziegelei. Bitte reservieren Sie vorab über unseren Onlineshop einen Platz.

Sonntag, 22.07.2026, 11:00 - 17:00 Uhr

Der mechanische Spaten

Der Eimerkettenbagger in Aktion

Eine Tonne Lehm füllt der Eimerkettenbagger in nur 15 Minuten in die bereitstehenden Loren der Feldbahn.

Freitag, 24.07. bis Sonntag, 26.07.2026, 10:00 - 17:00 Uhr

Ziegel im Sekundentakt

Die Maschinenziegelei in Aktion

Während der Dieselmotor tuckert und der Kollergang krachend seine Runden dreht, produziert die Strangpresse kontinuierlich hunderte von Ziegeln.

10:00 - 11:00 Uhr, Lorentransport

11:00 - 13:00 Uhr, Ziegelproduktion

14:00 - 15:00 Uhr, Lorentransport

15:00 - 17:00 Uhr, Ziegelproduktion

Sonntag, 26.07.2026, 11:00 Uhr

Vom Lehm zum Ziegel - Sonntagsführung

Offene kostenfreie Führung durch die Ziegelei. Bitte reservieren Sie vorab über unseren Onlineshop einen Platz.

Sonntag, 02.08.2026, 11:00 Uhr

Vom Lehm zum Ziegel - Sonntagsführung

Offene Führung durch die Ziegelei. Bitte reservieren Sie vorab.

Sonntag, 02.08.2026, 13:00 - 16:00 Uhr

Fahrtag der Feldbahn

Mit der Diesellok rund um das Gelände der ehemaligen Tongrube.

Sonntag, 09.08.2026, 11:00 Uhr

Vom Lehm zum Ziegel - Sonntagsführung

Offene kostenfreie Führung durch die Ziegelei. Bitte reservieren Sie vorab über unseren Onlineshop einen Platz.

Sonntag, 16.08.2026, 11:00 Uhr

Vom Lehm zum Ziegel - Sonntagsführung

Offene kostenfreie Führung durch die Ziegelei. Bitte reservieren Sie vorab über unseren Onlineshop einen Platz.

Sonntag, 23.08.2026, 11:00 Uhr

Vom Lehm zum Ziegel - Sonntagsführung

Offene kostenfreie Führung durch die Ziegelei. Bitte reservieren Sie vorab über unseren Onlineshop einen Platz.

Sonntag, 30.08.2026, 11:00 Uhr

Vom Lehm zum Ziegel - Sonntagsführung

Offene kostenfreie Führung durch die Ziegelei. Bitte reservieren Sie vorab über unseren Onlineshop einen Platz.

Samstag, 05.09.2026, 14:00 - 17:00 Uhr

Mosaik

Workshop für Kinder ab 7 Jahre.

Sonntag, 06.09.2026, 11:00 Uhr

Vom Lehm zum Ziegel - Sonntagsführung

Offene kostenfreie Führung durch die Ziegelei. Bitte reservieren Sie vorab über unseren Onlineshop einen Platz.

Samstag, 12.9.2026, 14:00 - 17:00 Uhr

Ich schenke dir Zeit: Blätterkeramik

Workshop für Kinder ab 8 Jahre

Mit Hilfe von Blättern aus der Natur fertigen wir kleine Schalen aus Ton. Online-Ticket erforderlich!

Online-Ticket erforderlich.

Sonntag, 13.9.2026, 11:00 - 17:00 Uhr

1909 - Tag des offenen Denkmals

Leben, spielen und arbeiten wie vor über 100 Jahren

Im Jahr 1909 gründete Gustav Beermann die Ziegelei und stellte Ziegel in Handarbeit her. Wie sah das Leben um 1909 aus? Schauen Sie uns über die Schulter, während wir in mühsamer Handarbeit Ziegel herstellen und das Pferd den Lehm im Göpel mischt. Mitmachstationen auf dem Museumsgelände geben Einblick in beliebte Kinderspiele und den Alltag jener Zeit.

Sonntag, 13.9.2026, 14:00 Uhr

Forum Museum - Villa Otrang

Kuratorin Anne Wieland erzählt über die Entstehung der Ausstellungseinheit und zur Geschichte der Villa Otrang.

Mittwoch, 23.9.2026, 15:30 - 17:30 Uhr

Oma, Opa, Enkel - Wir bauen ein Spiel

Workshop für Kinder ab 6 Jahre mit Großeltern/-teil

Wir erkunden gemeinsam, wie die Zieglerkinder früher gelebt haben und bauen im Anschluss unser eigenes Spiel.

Online-Ticket erforderlich!

Kontakt:

LWL-Industriemuseum - Ziegeleimuseum in Lage

Sprikerheide 77, 32791 Lage (Di - So, 10:00 - 18:00 Uhr)

Telefon: 05232 - 94 900, Email: ziegelei-lage@lwl.org

Termine aus Bad Salzuflen

Juli 2026

Fr. 03.06.2026

Cajol

Cajol - das sind zwölf Frauen, die gern anspruchsvolle Chor-Arrangements singen. In diesem Mini-Konzert der Musikschule präsentieren sie Lieder über die Liebe. Das Frauenensemble, unter der Leitung von Catherine Jolles, besingt die Liebe mit all ihren Facetten, von unerfüllten Träumen bis zum schönsten Alltag, vom Sehnen bis zur Enttäuschung. Der Eintritt ist, wie bei allen Veranstaltungen der Mini-Konzertreihe, frei. Über eine Spende würde sich der Förderverein der Musikschule freuen. 19:30 Uhr, Schloss Stietencron, Schloßstr. 2, Schötmar, Bad Salzuflen

Sa. 04.07.2026

Flohmarkt zwischen Gleisen & Spritz

Stöbern zwischen Gleisen und Spritz – das gibt's am Bahnhof Bad Salzuflen. Stöbert durch tolle Fundstücke, trifft nette Leute und stärkt euch zwischendurch mit leckerem Essen und kühlen Getränken. 10:00 - 17:00 Uhr, Bahnhof Bad Salzuflen

Sa. 11.07.2026

Italienreise

Die tägliche Kurmusik ist in einer Besetzung von bis zu sieben Musikern zu hören. 15:00 Uhr, Konzertmuschel/Wandelhalle im Kurpark, Bad Salzuflen

Fr. 11.07.2025

Repaircafé im awb-Haus

Ehrenamtliche Reparateure unterstützen Sie dabei, Defekte an mitgebrachten Gebrauchsgegenständen zu untersuchen und im besten Falle gemeinsam zu reparieren. Für verschiedene Reparaturen aus den Bereichen Elektronik, Holz, etc. stehen Reparaturfachkundige und die notwendigen Materialien und Werkzeuge vor Ort bereit. Auch für das leibliche Wohl ist gesorgt - repariert wird hier in entspannter, gemütlicher Atmosphäre bei Kaffee und Kuchen. Reparaturbereiche: Elektrogeräte, Haushaltsgeräte, Möbel, Unterhaltungstechnik. Die Hilfe ist kostenlos, es wird um Spenden für Werkzeug gebeten. 14:00 - 17:00 Uhr, awb-Haus, Kiliansweg 7, 32108 Bad Salzuflen - Schötmar

Mi. 15.07.2026

Lesung aus „Windjammer“

Bestseller-Autorin Gisa Pauly aus „Windjammer“, dem 20. und aktuellsten Band ihrer beliebten Reihe um die Hobby-Ermittlerin Mamma Carlotta. 19:00 Uhr, Stadtbücherei Bad Salzuflen

Do. 16.07.2026

Kulturhappchen: Loopahead

Echte Blues-Power erwartet die Gäste vor dem Restaurant „Zum Salzsieder“. Das Duo „Loopahead“, bestehend aus Udo Lummer und Paul-Gerhard Lange, beweist eindrucksvoll, dass man für den Sound einer kompletten Band nur zwei Musiker und eine „Loop-Station“ braucht. Das Werkzeug ermöglicht es ihnen, mehrere Parts live einzuspielen und übereinanderzuschichten, sodass ein vielschichtiger Klangteppich aus Blues, Jazz und Rock entsteht. Mit über 50 Jahren gemeinsamer Bühnenerfahrung präsentieren sie Titel von Legenden wie Eric Clapton, B.B. King und JJ Cale sowie preisgekrönte Eigenkompositionen. Ein Muss für Fans von handgemachtem Blues, der mal akustisch-swingend und mal kernig-rockig daherkommt. 18:00 Uhr, Zum Salzsieder, Bad Salzuflen Dammstraße 8, 32105 Bad Salzuflen

So. 19.07.2026

Antik-Trödelmarkt

Der Antik-Trödelmarkt findet in der Regel immer am dritten Sonntag im Monat statt und hat eine Wettergeschützte Dachfläche von knapp 3.000 Quadratmetern. 08:00 - 18:00 Uhr, Parkdeck HIT-Center, Schloßstraße 36a, Bad Salzuflen-Schötmar

So. 19.07.2026

Tanztee

Der Gala-Saal im Kurhaus verwandelt sich in ein „Tanzparkett“. Die Stadt Bad Salzuflen lädt wieder zum „Tanztee“ mit Standard- und Lateinamerikanischen Tänzen ein. Das Staatsbad Orchester spielt Walzer, Rumba, Cha Cha Cha und Co. sowie gemischte Schlagermelodien auf. 15:00 Uhr, Kurhaus, Bad Salzuflen

August 2026

Do. 06. - 09.08.2026

Weinfest

Wenn der Salzhof im Herzen der Altstadt die Atmosphäre einer urigen Weinlaube annimmt, wird mit dem Weinfest das schönste Innenstadtfest Salzuflens gefeiert. Salzhof, Bad Salzuflen

So. 16.08.2026

Antik-Trödelmarkt

Der Antik-Trödelmarkt findet in der Regel immer am dritten Sonntag im Monat statt und hat eine Wettergeschützte Dachfläche von knapp 3.000 Quadratmetern. Jeder

der den Antik-Trödelmarkt besuchen oder ausstellen möchte, ist hier vor jedem Wetter geschützt.

08:00 - 18:00 Uhr, Parkdeck HIT-Center, Schloßstraße 36a, Bad Salzuflen-Schötmar

Do. 20.08.2026

Kulturhappchen: Moe

Das Stadtmarketing serviert in Kooperation mit der Bad Salzufler Gastronomie von Mai bis September immer an zwei Donnerstagen im Monat in der Zeit von 18:00 bis 20:00 Uhr feine Kulturhappchen. Immer frisch und an wechselnden Orten in der Altstadt. Nach der Sommerpause kehrt die Kultur mit Moritz Herrmann, besser bekannt als „Moe“, in die Dammstraße zurück. Vor dem Lokal „Zur Kate“ präsentiert der Bielefelder seinen einzigartigen Indie-Folk-Sound. Moe ist ein meisterhafter Beobachter des Alltags und verwebt in seinen Kompositionen den Geist der 1960er und 70er Jahre mit moderner Popmusik. Mit über 500 Auftritten und mehreren Alben im Gepäck schafft er es, nur mit Stimme und Gitarre eine enorme Tiefe zu erzeugen. Seine Musik erzählt von Aufbruch, Abschied und der Suche nach sich selbst. Es erwartet Sie ein atmosphärischer Abend, der traditionelle Songstrukturen aufbricht und durch moderne Elemente zu einem fesselnden Gesamtkunstwerk verbindet. 18:00 Uhr, Zur Kate, Bad Salzuflen Dammstraße 19, 32105 Bad Salzuflen

Sa. 22.08.2026

Nachtflohmarkt

Am 22.08.2026 verwandelt sich die Altstadt von Bad Salzuflen ab 18:00 Uhr in ein stimmungsvolles Paradies für Trödelfans: Der Nachtflohmarkt lädt zum Stöbern, Feilschen und Entdecken ein!

Die Teilnahme für Besucher ist kostenfrei.

18:00 Uhr, Lange Straße, Bad Salzuflen

So. 30.08.2026

Tanztee

Der Gala-Saal im Kurhaus verwandelt sich in ein „Tanzparkett“. Die Stadt Bad Salzuflen lädt wieder zum „Tanztee“ mit Standard- und Lateinamerikanischen Tänzen ein. Das Staatsbad Orchester spielt Walzer, Rumba, Cha Cha Cha und Co. sowie gemischte Schlagermelodien auf. 15:00 Uhr, Kurhaus, Bad Salzuflen

So. 30.08.2026

Sommerkonzert der NWD

18:00 Uhr, Konzerthalle, Bad Salzuflen

Nacht der 10.000 Kerzen

Fr. 04. September 2026

ab 18:00 Uhr im Kurpark, Bad Salzuflen

Ein zauberhaft-buntes Lichtermeer erwartet Sie im Kurpark in Bad Salzuflen. Unzählige Kerzen und Lampions gestalten im Kurpark ein romantisches Ambiente, untermalt von beschwingter Musik des Staatsbad Orchesters. Das verträumte Fest voller Licht und Musik verzaubert die Parklandschaft aus Bäumen, Beeten und Rasenflächen. Eine wunderbar inszenierte Einladung zum Staunen und Genießen.

Mit Einbruch der Dämmerung werden die Kerzen entzündet. Im Laufe des Abends verzaubern Feuerkünstler:innen das Publikum mit faszinierenden Leuchteffekten und imposanten Feuershows. Freuen Sie sich auf einen schönen Wechsel aus ruhiger, wunderschöner Feuermagie und atemberaubendem, energiegeladenem Spiel mit dem heißen Element. Auch für die Jüngsten wird es spannend: Mitmachaktionen rund ums Feuer, Stockbrotbacken und Jonglage bringen Kinderaugen zum Strahlen. Dazu ist für das leibliche Wohl bestens gesorgt.

Sollte die Nacht der 10.000 Kerzen witterungsbedingt nicht durchgeführt werden können, wird bis Donnerstag, 3. September, 17.00 Uhr ein entsprechender Hinweis auf der Website der Stadt Bad Salzuflen veröffentlicht.

Mord und Missetaten

Von kleinen und großen Verbrechen in der Stadt

Di. 21. Juli und Di. 18. August 2026 um 19:00 Uhr

Historisches Rathaus, Am Markt 26, Bad Salzuflen

Einblicke in ein dunkles Kapitel der Stadtgeschichte. Neben dem thematischen Schwerpunkt der historischen und aktuellen Verbrechen, erfahren Sie auch viel über die Geschichte und dem auch Zwischenmenschlichen einer Salz- und Kurstadt.

Wir suchen Woll- und Stoffrestespenden

Nachhaltigkeit fördern durch kreative Spenden

Die Teilnehmerinnen des Handarbeitscafés des gemeinnützigen Verein awb e.V. (Arbeit – Werkstatt – Bildung) in Bad Salzuflen-Schötmar freuen sich über Woll- und Stoffreste.

Uns ist Nachhaltigkeit und bewusster Konsum eine Herzensangelegenheit, deshalb verarbeiten wir gerne das weiter, was bei Ihnen keine Verwendung mehr findet. So entstehen aus Spenden neue schöne Produkte in gemeinschaftlicher Runde, in der Kreativität und Umweltbewusstsein Hand in Hand gehen.

Wenn Sie Stoffe, Textilien, Wolle, gerne auch Knöpfe, Schnallen und ähnliche Materialien ungenutzt im Schrank liegen haben, geben Sie diese gerne montags bis freitags in der Zeit von 09.00 bis 12.00 Uhr oder nach telefonischer Absprache im Sekretariat des Vereins im Kiliansweg 7 in Bad Salzuflen-Schötmar ab.

Weitere Informationen zum Verein erhalten Sie telefonisch unter 05222-962 965-0 oder auf der Internetseite www.awbev.de

Matti Klein Soul Trio & Max Mutzke

Sa. 29 August 2026 um 19:30 Kurpark, Bad Salzuflen

In Max Mutzke steckt mehr als nur ein Künstler. Max ist viele. Was zunächst ungewöhnlich klingt, hat mit seiner enormen Wandlungsfähigkeit und seiner unstillbaren kreativen Neugier zu tun. Ob Pop, Rock, Soul, Funk oder Jazz: Max Mutzke lebt Musik in all ihren Facetten.

Mit dem Matti Klein Soul Trio trifft er nun auf musikalische Seelenverwandte. Doch dieses Trio ist mehr als nur drei Musiker. Es ist ein Klangkörper mit eigener Handschrift. Die soulige Groove-Jazz-Mischung, die Groove-Virtuose Matti Klein gemeinsam mit Lars Zander (Saxofon, Bassklarinette) und seinem langjährigen Weggefährten André Seidel (Schlagzeug) präsentiert, hat Suchtpotenzial und ebenso viele Klangfarben wie Mutzke selbst.

Matti Klein erspielte sich mit seinen Vintage-Keyboards und am Flügel den Ruf als einer der interessantesten jungen Groove-Jazzler der deutschen Szene. Er teilte Bühne und Studio mit Größen wie Sarah Connor, Herbert Grönemeyer und als Musical Director mit Ed Motta.

Matti Klein Soul Trio & Max Mutzke verspricht Grooves zum Tanzen, Texte zum Nachdenken und intensive musikalische Begegnungen. Leidenschaft, satte Sounds, Klangwelten, musikalische Reisen und packende Soli: Dieses Konzert bietet all das und mehr!



Foto: Dirk Wasmann



Ralf Hauptstein

steuerberater

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

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

Termine aus Detmold

Juli 2026

Sa. 04.07.2026

Flohmarkt

Ameide/Wall/Allee in Detmold

So. 05.07.2026

Von „Eitelkeitsverlierern“ und Tieren

Vier Lippische KünstlerInnen zeigen ihre Werke im Kunstpunkt

bis So. 09.08.2026

11:00 Uhr, Kunstpunkt Detmold

Siegfriedstraße 86

Di. 07.07.2026

Künstlerische Bachelorprüfung

18.00 Uhr, Sommertheater, Neustadt 24

Künstlerische Masterprüfungen

19.30 Uhr, Sommertheater, Neustadt 24

Mi. 08.07.2026

„Weil jede Minute zählt“

Die Autorin Petra Bunte Uhr liest aus ihrem Erstlingswerk „Weil jede Minute zählt“ - einem Liebesroman im Umfeld des Rettungsdienstes, der sich neben großen Gefühlen auch um aktuelle und brisante Themen dreht.

19:00 Uhr, Stadtbibliothek

Leopoldstraße 5

Mi. 15.07.2026

Carl Maria von Weber:

Musik - Edition - Interpretation

Die öffentliche Ringvorlesung zu Themen rund um Musik widmet sich im Sommersemester 2026 aus Anlass des 200jährigen Todestags Carl Maria von Webers dem Schaffen und der aktuellen Forschung über den berühmten Komponisten. Die Carl Maria von Weber-Gesamtausgabe, ansässig in Detmold/Paderborn/Berlin, gestaltet die Ringvorlesung zusammen mit auswärtigen Gästen.

18:15 Uhr, Hochsch. f. Musik, Neustadt 22

Mi. 22.07.2026

Love Scamming -

Sei klüger als Betrüger!

Betrugsmaschen wie z.B. das sogenannte Love Scamming sind Themen dieser Veranstaltung. Des Weiteren wird auf das Thema „Künstliche Intelligenz (KI) in der Kriminalität“ eingegangen, zum Beispiel Anlagebetrug im Internet. Es wird erläutert wie Algorithmen funktionieren und warum man sich beim Surfen im Internet manchmal in einer Art „Blase“ wiederfindet. Referenten: Polizeibeamte

Annette Kukkuk und Arnd Begemann

Anmeldung unter Tel. 05231-977-580

14:30 Uhr, Rathaus am Markt, Sitzungssaal

Mi. 29.07.2026

Vortrag Patientenverfügung

Immer mehr Menschen wollen bei schwerster Erkrankung nicht unbegrenzt medizintechnische Möglichkeiten zur Lebens- und Leidensverlängerung annehmen. Um dieses Anliegen treffend zu formulieren, suchen viele nach Hilfestellungen. Über die Möglichkeit lebensverlängernde Maßnahmen zu begrenzen informiert Birgit Bleibaum vom „Ambulanten Hospiz- und Palliativ-Beratungsdienst Lippe e.V.“.

Anmeldung erbeten unter 05231-977-580

14:00 Uhr, Stadt Detmold FB 4 - Soziales, Integration und Bürgerservice, Wittekindstr. 7, 32758 Detmold

Do. 30.07.2026

KI im Verbraucheralltag

Künstliche Intelligenz wird unseren Verbraucheralltag immer mehr bestimmen. Viele Angebote sind praktisch und nützlich, andere bergen jedoch auch Risiken. Der Vortrag gibt einen ersten Einblick in das Thema KI und klärt über die Funktionsweise solcher Angebote auf und weist dabei auf Vorteile und Fallstricke hin.

10:00 Uhr, Begegnungszentrum Paulinenstr. 65, 32756 Detmold

August 2026

Sa. 01.08.2026

Flohmarkt

Ameide/Wall/Allee in Detmold

Di. 04.08.2026

Vortrag: Hausmittel - Mythos, Legende oder wirklich wahr? Hausmittel begleiten uns seit Generationen. Unsere Großeltern schworen darauf. Honig gegen Husten, Zwiebeln bei Ohrenschmerzen, usw. Doch was davon hilft wirklich und was gehört in die Welt der Mythen und Legenden? Ein spannender Austausch zwischen Erfahrungen und Fakten.

15:00 Uhr, AWO-Begegnungszentrum, Elisabethstr. 45 - 47, 32756 Detmold

Mi. 05.08.2026

Wie bediene ich die Packstation um mein Päckchen zu entnehmen? Direkt an der Packstation in Detmold Heiligenkirchen - auf dem Gelände vom REWE-Markt - wird die Bedienung vor Ort erläutert! Fragen können vor Ort gerne gestellt werden.

Anmeldung erbeten unter 05231-977-580

11:00 Uhr, Packstation Detmold-Heiligenkirchen, Denkmalstr. 4 - 8, 32760 Detmold Erreichbar mit der Buslinie 701 - Haltestelle Heiligenkirchen-Mitte

Fr. 07.08.2026

Bastelstunde für Erwachsene

Offenes Bastelangebot für Erwachsene. Einfach vorbei kommenn und loslegen, die Materialien werden von uns gestellt. Jeden ersten Freitag im Monat. Die Teilnahme ist kostenlos, keine Anmeldung erforderlich.

15:30 - 17:00 Uhr, Stadtbibliothek

Leopoldstraße 5, 32756 Detmold

So. 09.08.2026

Auf historischen Wegen zum Hermannsdenkmal Führung

Erleben Sie eine spannende Führung auf historischen Wegen, über die Wallanlagen der Grotenburg bis zum Hermannsdenkmal. Wer war Arminius der Cherusker, wo war die Varusschlacht oder wer hat das Denkmal erbaut? Diese Fragen und viele mehr versuchen ihnen unsere Gästeführer zu beantworten und den Mythos näherzubringen. Dauer: ca. 60 Minuten, Teilnehmer: max. 25 Personen

Weitere Infos: Tel. 05261-621165

12:00 Uhr, Tourist-Info am Hermannsdenkmal, Grotenburg 50, 32760 Detmold

Mi. 12.08.2026

Individuelle Gesundheitsleistungen (IgeL)

Angebote von Zusatzleistungen beim Arzt oder im Krankenhaus, sind sog. IgeL Leistungen und werden separat abgerechnet. Damit Patientinnen und Patienten für den Erhalt ihrer Gesundheit nicht über Gebühr zur Kasse gebeten werden, vermittelt der Vortrag der Verbraucherzentrale das nötige Rüstzeug zur Kostenreduktion und gibt Informationen zu IgeL-Leistungen, um dem Arzt und der Ärztin auf Augenhöhe begegnen zu können.

14:00 Uhr, DRK, Hornsche Str. 29, 32756 Detmold

Do. 13.08.2026

SIT . Senioren Info Treff

Die Polizei-Wache Detmold stellt sich vor!

Eintritt Kostenlos

11:00 Uhr, Begegnungszentrum Paulinenstr. 65, 32756 Detmold

Mi. 26.08.2026

Shockheaded Peter

Ein Musical von den Tiger Lillies, Julian Crouch und Phelim McDermott, Musik von Martyn Jacques. Junk-Oper nach Motiven aus „Der Struwwelpeter“ von Heinrich Hoffmann.

19:30 Uhr, Landestheater Detmold Theaterplatz, 32756 Detmold

Kulturveranstaltungen im Augustinum

09. Juli 2026 - Die Kunst ist weiblich

Vortrag: Von der passiven Muse zur aktiven Künstlerin

Der Vortrag stellt Künstlerinnen mit entsprechenden Werken aus unterschiedlichen Zeiten vor. Beginnend mit Artemisia Gentileschi (Barock) über die Impressionistinnen und Expressionistinnen bis hin zu Rosemarie Trockel (*1952). Im Fokus stehen die Bildbetrachtungen, aber darüber hinaus gibt es auch einige biographische Anmerkungen.

Uhrzeit: 17:00 Uhr - Eintritt: 10,00 Euro, (8,00 Euro intern)

15. Juli 2026 - KI für Senior:innen -

neugierig auf neue Technologien?

Vortrag mit Dariusz Korzeniewski in Kooperation mit der VHS Detmold-Lemgo

Künstliche Intelligenz ist längst Teil unseres Alltags – doch was steckt eigentlich dahinter? In diesem Vortrag erhalten Sie einen verständlichen und praxisnahen Einstieg in die Welt der KI. Ohne Vorkenntnisse lernen Sie Schritt für Schritt, wie moderne Technologien wie ChatGPT und Gemini funktionieren und wie sie ganz konkret im Alltag helfen können.

Was ist Künstliche Intelligenz überhaupt und wo begegnet sie uns im täglichen Leben? Anhand anschaulicher Beispiele – etwa Sprachassistenten oder automatische Textvorschläge – wird das Thema leicht verständlich erklärt. Außerdem lernen Sie die beiden bekanntesten KI-Systeme (ChatGPT und Gemini) kennen und erfahren, worin sie sich unterscheiden und wofür sie besonders gut geeignet sind. Sie entdecken, wie KI Ihren Alltag bereichern kann – einfach und verständlich.

Uhrzeit: 16:00 Uhr - Eintritt 7,00 Euro, (4,00 Euro intern)

28. Juli 2026 - Ach, diese Lücke, diese entsetzliche Lücke
Tief berührende und herrlich amüsante Verfilmung des autobiografischen Bestseller-Romans von Joachim Meyerhoff, Deutschland 2026

Mit 20 wird Joachim unerwartet an der renommierten Schauspielschule in München angenommen und zieht in die Villa zu seinen Großeltern, Inge und Hermann. Zwischen den skurrilen Herausforderungen der Schauspielschule und den exzentrischen, meist alkoholgetränkten Ritualen seiner Großeltern versucht Joachim seinen Platz in der Welt zu finden – ohne zu wissen, welche Rolle er darin eigentlich spielt.

Uhrzeit: 18:00 Uhr - Eintritt: 6,00 Euro, (4,00 Euro intern)

Augustinum - 32760 Detmold - Römerweg 9

Tel.: 05231/984-0 - www.augustinum.de

Kammermusik hautnah

Werkstattkonzert mit Meisterwerken

für Violine und Klavier

Fr. 10. Juli, 19 Uhr, Aula der Alten Schule am Wall

Es steht für Innovation, Spielfreude und künstlerische Qualität: das Detmolder Kammerorchester (DKO). Doch nicht nur im großen Kollektiv überzeugt das Ensemble. Auch im kammermusikalischen Rahmen punkten die Musikerinnen und Musiker. Davon können sich Besucher beim „Werkstattkonzert“ am Freitag, 10. Juli, 19:00 Uhr in der Aula der Alten Schule am Wall (Wall 5, Detmold) erneut überzeugen. Das „Duo Wieczorek-Lillinger“ mit Wojciech Wieczorek (Violine) und Robert Lillinger (Klavier) präsentiert ein Programm, das virtuose Instrumentalkunst, akzentuiertes Zusammenspiel und spannende Hintergrundinformationen vereint.



Fein abgestimmter Klang und intensives Zusammenspiel: Robert Lillinger und Wojciech Wieczorek beweisen ihr Gespür für Kammermusik im DKO-Werkstattkonzert.

Fotorechte bei den Künstlern

Neben Johannes Brahms' „Thuner Sonate“ (A-Dur op. 100) erklingen die „Vocalise“ op. 34/14 von Sergej Rachmaninow und Pablo de Sarasates „Introduction et Tarentelle“ op. 43. Abgerundet wird der Abend durch Frédéric Chopins „Nocturne cis-Moll op. posth. Nr. 20“ sowie Fritz Kreislers „Präludium und Allegro im Stile von Gaetano Pugnani“. Einen fulminanten Schlusspunkt setzt schließlich Camille Saint-Saëns' berühmter „Danse macabre“ op. 40.

Der Abend beginnt indes bereits vor dem ersten Ton: Ab 18.00 Uhr und im Anschluss an das Konzert lädt das DKO in entspannter Atmosphäre zu kleinen Köstlichkeiten und anregenden Gesprächen ein. Aufgrund der begrenzten Plätze wird eine Voranmeldung per E-Mail (info@detmolder-kammerorchester.de) oder Telefon (05231 31603) empfohlen. Der Eintritt ist frei, um Spenden zugunsten der Künstler wird gebeten.

Auschwitz

„Die letzten Stimmen des Holocaust“

Sa. 11.07.2026 um 19:30 Uhr in der Stadthalle Detmold, Schlossplatz 7, 32756 Detmold

Eva Szepesi überlebte als Kind das Konzentrationslager Auschwitz-Birkenau und zählt zu den letzten lebenden Zeitzeuginnen des Holocaust. Seit vielen Jahren engagiert sie sich mit bewegenden Vorträgen, Büchern und Schulbesuchen gegen das Vergessen und für Erinnerungskultur. 2024 sprach sie als Ehrengast im Deutschen Bundestag anlässlich des Holocaust-Gedenktages und war in allen Talkshows zu Gast. Louis Pawellek ist lippischer Autor, Moderator und Erinnerungsaktivist. Bekannt wurde er durch seine Arbeit mit Holocaust-Überlebenden und seine Social-Media-Projekte zur Aufklärung junger Menschen über den Holocaust. In seinem Buch „Die letzten Stimmen des Holocaust“ dokumentiert er die bewegenden Lebensgeschichten von zwölf Überlebenden, darunter auch Eva Szepesi. Es folgten weitere Bücher und Projekte. Szepesi und Pawellek verbindet eine enge Freundschaft.

Hellerlecht-Festival

Drei Tage voller Programm

Fr. 03. bis So. 05. Juli 2026

Zur Eröffnung veranstaltet das Museum vom 03. bis 05. Juli das dreitägige „Hellerlecht-Festival“ mit freiem Eintritt für alle Besucher:innen. Das ist natürlich nicht das einzige Highlight, freut euch auf Live-Musik und ein vielfältiges Programm für Groß und Klein - es ist wirklich für alle etwas dabei!

Oldtimer-Traktoren an Tankstelle

Vorführung und Informationsveranstaltung

So. 12.7.2026, 11:00 - 16:00 Uhr, Freilichtmuseum

An der historischen Tankstelle aus Siegen-Niederschelden zeigt der Verein „Alt-Traktoren und Nutzfahrzeug-Freunde Fürstentum Lippe“ seine „Schätzchen“. Erleben Sie die historischen Landfahrzeuge hautnah. Die Vereinsmitglieder geben gerne Auskunft und stehen für Fragen bereit.



SW Fotoworkshop

Einführung in das Schwarz-Weiß-Labor: SW-Filmentwicklung für Anfänger:innen

Sa. 08.08. - So. 09.08.2026 10:00 - 17:00 Uhr

Lernen Sie das Arbeiten in der Dunkelkammer kennen: Das erste eigene Foto, vom Negativ vergrößert und selbst entwickelt. 2-tägiger Workshop, Kosten: 70,00 Euro



Obstbaum- versteigerung

Ernte kommt unter den Hammer

Sonntag, 30.8.2026, ab 14:00 Uhr

Im Freilichtmuseum Detmold befinden sich über 100 alte Apfelsorten. Das Museum greift die historische Tradition



der Versteigerung der Ernte gemeindeeigener Obstbäume wieder auf. Nach einer Erläuterung zu Eigenschaften und Verwendung der einzelnen Sorten kommt die schmackhafte Ernte einiger Bäume unter den Hammer. Bezahlt wird traditionell vor Ort mit Bargeld. Treffpunkt: Museumseingang

Veranstaltungen Freilichtmuseum Detmold

Samstag, 04.07.2026, 11:00 - 20:00 Uhr

Auf Erkundungstour im Neubau

Stündliche Führung durchs Forum - Wir zeigen euch unser Forum, das neue Eingangs- und Ausstellungsgebäude. Was macht das Gebäude baulich so besonders und welche Räumlichkeiten gibt es? Findet heraus, woran wir in den vergangenen Jahren gearbeitet haben. Bitte am Infostand vor Ort anmelden.

Samstag, 11.7.2026, 16:00 Uhr

Führung durch den Apothekergarten

Mit Detmolder Apotheker:innen Arzneipflanzen entdecken. Treffpunkt: Garteneingang hinter dem Schönhof

Sonntag, 12.7.2026, 11:00 Uhr

Das Forum - Führung durch den Neubau

Sonntag, 12.7.2026 14:00 - 17:00 Uhr

Workshop: Kapelle für Parkphilosophie

Künstler Olaf Holzapfel lädt zur gemeinsamen Arbeit ein.

Sonntag, 12.7.2026, 15:00 Uhr

Kirche im Museum - Andacht für alle

Sonntag, 19.7.2026, 11:00 Uhr

Das Forum - Führung durch den Neubau

Sonntag, 19.7.2026, 15:00 Uhr

Kirche im Museum - Andacht für alle

Der Detmolder Stadtkonvent bietet eine 20-minütige Andacht im Freilichtmuseum an.

Samstag, 25.7.2026, 11:00 - 13:00 Uhr

Alarm für die Biene - Was machen die Bienen im Sommer?

Bei einem Spaziergang zu den Bienenhäusern erfahren Sie vieles zur Imkerei früher und heute.

Samstag, 25.7.2026, 14:00 Uhr

Ackertraining mit Kaltblutpferden

An diesem Tag erleben Sie auf den Ackerflächen des Freilichtmuseums Kaltblutpferde bei der Arbeit.

Sonntag, 26.7.2026, 14:00 Uhr

Führung: Landleben in der Nachkriegszeit

Treffpunkt: Kolonialwarenladen

Sonntag, 26.7.2026, 11:00 - 12:30 Uhr

Führung: Fachwerk im Fokus - Kleine Häuser für arme Leute

Der größte Teil der Menschen hatte bis vor 100 Jahren keine Möglichkeit ein Haus zu besitzen.

Sonntag, 02.8.2026, 14 Uhr

Führung: Gräftenhof 1806 - Morgen ist Taufe

Die Führung gibt Einblicke in das Leben um 1800 im Münsterländer Gräftenhof. Treffpunkt: Torhaus vor dem Gräftenhof

Freitag, 07.8.2026, 9 - 18 Uhr

Eintrittsfrei für alle

Sonntag, 09.8.2026, 14 Uhr

Führung: Haus Stöcker: Eine Reise in die 60er Jahre

Das Haus im Siegerländer Weiler präsentiert die Zeit der späten 50er und frühen 60er Jahre. Diese Führung zeigt, wie Annette und Herbert Stöcker mit seiner Mutter und ihrer gemeinsamen Tochter wohnten und wirtschafteten und gibt Einblicke in ein Leben zwischen Modernität und rückständigen Strukturen.

Freilichtmuseum Detmold · Krummes Haus · Tel. 05231/706-0

Seniorentage Detmold

Veranstaltungsreihe für Seniorinnen und Senioren

Detmolder Kammerorchester

Di. 7. Juli 2026, 11:30 bis 13:15 Uhr

Konzert um 19:30 Uhr

Das Detmolder Kammerorchester spielt Werke von Kilar, Herrmann, Klebes Violinkonzert „Mignon“ mit Daniel Stabrawa sowie Händels Sinfonia aus „Saul“ unter Leitung von Stanley Dodds. Exklusiv-Besuch der Generalprobe, Teilnahme ab der zweiten Probenhälfte ab 11:30 Uhr. Im Anschluss an das Ende der Probe gegen 13:00 Uhr besteht die Möglichkeit einer Fragerunde von ca. 15 Minuten, in der der Dirigent Stanley Dodds und der künstlerische Leiter Daniel Stabrawa Rede und Antwort stehen. Besuch des Abendkonzertes ab 19.30 Uhr im Konzerthaus HfM 6,00 Euro vor Ort zahlbar, Anmeldung unter Tel. 05231-977-580 Konzerthaus Hochschule für Musik Detmold,

Vortrag Onlinebanking

Einfach und sicher - Onlinebanking bei der Sparkasse

Mi. 08. Juli 2026 von 14:00 bis 17:00 Uhr

Die Digitalisierung unseres Alltags nimmt weiter zu. Bereits vier von fünf Privatkunden führen ihre Konten online. Welche Vorteile bietet mir das Onlinebanking? Welche Funktionen kann ich nutzen? Wie schütze ich meine Daten? Diese Fragen beantworten die Experten der Sparkasse in der Loge der Sparkasse in Detmold ganz persönlich. Bielefelder Str. 2. (Loge), 32756 Detmold Kostenlose Teilnahme - Anmeldung unter Tel. 05231/977-580

SIT - Senioren Info Treff

Do. 9. Juli 2026 um 11:00 Uhr - 3 Jahre SIT – Feiern Sie mit!

Gast: Frido Petig - Lustige Geschichten aus Lippe Begegnungszentrum, Paulinenstr. 65, 32756 Detmold Kostenlose Teilnahme - Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Rundgang - CVUA-OWL

Chemische & Veterinäruntersuchungsamt Ostwestfalen-Lippe

Mi. 15. Juli 2026, 14:00 bis 16:00 Uhr

CVUA-OWL ist eines der fünf Untersuchungsämter in Nordrhein-Westfalen. Hier werden neben der Tierdiagnostik auch Lebensmittel, Tabak und Bedarfsgegenstände wie Schmuck und Kleidung untersucht. Sie erfahren in einem Vortrag und einem Rundgang durch das Haus, wie das CVUA dabei hilft, Tierseuchen zu bekämpfen und Ihre Lebensmittel sicherer zu machen. CVUA-OWL, Westerfeldstr. 1, 32758 Detmold Kostenlose Teilnahme - Anmeldung unter Tel. 05231/977-580

Gedächtnistraining

Do. 16. Juli 2026 von 10:00 bis 11:30 Uhr

Mit viel Spaß und Abwechslung wollen wir das logische Denken trainieren. Ziel ist es, die geistige Fitness im Alter zu stärken, das Erinnerungsvermögen zu verbessern und mit spielerischen Übungen das Denken in Schwung zu halten. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich – jeder kann mitmachen. Begrenzte Personenzahl AWO-Begegnungszentrum, Elisabethstr. 45 - 47, 32756 Detmold Kostenlose Teilnahme - Anmeldung unter Tel. 05231/977-580

Rundgang Palaisgarten

Historisches und Florales - Gartenkultur mit besonderer Note

Mo. 20. Juli 2026 um 14:00 Uhr

Cornelia Müller-Hisje führt durch die Parkanlage. Kosten 5,00 Euro bar vor Ort zu zahlen, Anmeldung unter 05231-977-580

Offene Gärten Lippe



Sonntag, 19. Juli 2026, 12:00 - 18:00 Uhr

Garten Zimbehl - Lage

In unserem kleinen Garten (ca. 400 m²) können Besucher in verschiedenen Lauben, Teehäuschen, Pavillons und auf Sitzplätzen an einem 6x8 m großen Teich verweilen.

Garten Zimbehl, Taschenweg 34, 32791 Lage

Sonntag, 26. Juli 2026, 11:00 - 18:00 Uhr

Garten Buhr - Lügde

Der 1.700 m² große Garten liegt direkt am Waldrand, eingerahmt von zwei Bächen. Auf kleinen Wegen können Sie den Garten mit einem bunten Mix aus Stauden, Gräsern, Farne und Gehölzen bis in den beschaulichsten Winkel erkunden. Katrin Buhr, Obere Dorfstraße 53, 32676 Lügde

Samstag, 29. und Sonntag, 30. August 2026, 11:00 - 18:00 Uhr

Garten Bussen - Schieder-Schwalenberg

Ca. 5.000 m² großer, naturnaher Garten in Themenbereiche gegliedert. Sonnenstauden, Waldzone, Streuobstwiese, Gemüsenutzgarten mit Hochbeeten und Gewächshaus, Bachlauf mit kleinen Zierteichen. Auf dem gesamten Grundstück findet man florale Kunstobjekte.

Anne Bussen, Noltehof 2, 32816 Schieder-Schwalenberg

Sonntag, 30. August 2026, 14:00 - 17:00 Uhr

Garten der Stille Kupferberg - Detmold

Highlights im ca. 11.000 m² großen Garten: Kunstinstallationen und spirituelle Impulsstationen, die via Smartphone oder Flyer erkundet werden können, in einem parkähnlichen Areal mit altem Baumbestand, Gehölzen, Wildblumenwiese, Trockenmauern, Rasen, Staudenbeeten, etc.

Sonderaktion: Führungen im Garten und zu den Kunst- und Impulsstationen, Programm auf der Homepage des Gartens der Stille Institut St. Bonifatius, Auf dem Kupferberg 1, 32758 Detmold



Nostalgie-Nachmittag

in der Stadtbibliothek Detmold

Einmal im Monat lädt die Stadtbibliothek zu einem geselligen Klön-Nachmittag ein. Bei Kaffee und Tee wird ein kurzes Thema vorgestellt, um ins Gespräch zu kommen. Der Nachmittag ist ein offenes Angebot für alle, die sich gerne austauschen und miteinander ins Gespräch kommen möchten. Die Teilnahme ist kostenlos, es ist keine Anmeldung erforderlich.

Die Themen für das Jahr 2026

Do. 25.06. Vortrag

von Matthias Lang zum Thema „Naturnahe Gärten“

Do. 23.07. Film-Nachmittag „Die Köchin und der Präsident“

Do. 27.08. Digitaler Spielenachmittag

Do. 24.09. Vortrag „Die Falkenburg“ von Fr. Müller-Hisje

Do. 22.10. Lesung von und mit Hanna Aden „Die Kryptografin“

Do. 26.11. Lesung

mit Astrid Götze-Happe „Adventsgeschichten“

Einmal im Monat donnerstags, immer um 15:00 Uhr in der Stadtbibliothek, Leopoldstraße 5, 32756 Detmold

Termine aus Oerlinghausen

Juli 2026

Mi. 08.07.2026

Wanderung

zum Bahnhof Oerlinghausen

Der Heimatverein Oerlinghausen zusammen mit dem Verein Ubbedissen-Lämershagen lädt zur diesjährigen Sommerwanderung. Wegen Platzreservierung im Cafe bitte anmelden. Der Start ist um 14:30 Uhr am Parkplatz P10 an der Marienstraße.

Sommerkonzert 1

des Niklas-Luhmann-Gymnasiums
Aula Niklas-Luhmann-Gymnasium, Ravensberger Str. 11, 33813 Oerlinghausen

Do. 09.07.2026

Sommerkonzert 2

des Niklas-Luhmann-Gymnasiums
Aula Niklas-Luhmann-Gymnasium, Ravensberger Str. 11, 33813 Oerlinghausen

So. 12.07.2026

Bürgerbrunch

Vor 100 Jahren erhielt der Ort die Stadtrechte. Am 21. April 1926 beschlossen, wenige Tage später verkündet - und rückwirkend zum 1. April durfte sich Oerlinghausen offiziell Stadt nennen. Die Freude darüber war groß: Mit Böllerschüssen vom Tönsberg wurde die Nachricht verbreitet, und ein gemeinsames Frühstück brachte die Menschen zusammen. Daher lädt die Stadt und Oerlinghausen Marketing zum Bürgerbrunch ein.

10:00 Uhr: Ökumenischer Gottesdienst

11:00 Uhr: Brunch mit Live-Musik von Sunny & Pat feat. Saxello

10:00 Uhr - 16:00 Uhr, Rathausplatz

Sommerfest der Oerly Musikschule

Wir feiern Musik!

13:00 bis 15:00 Uhr: Die Zukunft klingt gut! Instrumenten-Testfahrt

14:00 bis 16:00 Uhr Kinderprogramm und vieles mehr

12:00 Uhr - 18:00 Uhr, Schulstr. 19

Do. 16.07.2026

Vortrag über Max Weber

Max Weber hat auch in Oerlinghausen viele Spuren hinterlassen. Der renommierte Max-Weber-Experte und Soziologieprofessor Dr. Dirk Kaesler kommt nach Oerlinghausen und führt uns mit seinem Vortrag „Max Webers Große Erzählung von der universalen Rationalisierung“ in das Denken des weltberühmten Soziologen Max Webers (1864-1920) ein.

Für unsere Stadt ist dieser Vortrag ein intellektuelles Geschenk und eine gemeinsame

Erinnerung, dass Max Weber auch in Oerlinghausen viele Spuren hinterlassen hat.
Bürgerhaus, Tönsbergstraße 3

Sa. 18.07.2026

Live Musik mit Freunden

Live Musik mit Freunden, Singen und Feiern
19:00 Uhr, Klappe 30, Hauptstr. 30

Fr. 24.07.2026

Unterwegs sein - von Ort zu Ort - vom Gestern zum Heute - von Dir zu mir

Irgendwer ist immer unterwegs - mit Bus, Bahn oder Rad oder einfach auch nur in Gedanken. Mit Texten von Joachim Ringelnatz, Wilhelm Busch, Eugen Roth, Kurt Tucholsky, Heinrich Heine, Johann Wolfgang von Goethe und anderen. Es gibt natürlich auch wieder Songs zur Gitarre.
Eintritt 10,- Vorverkauf Buchhandlung Blume, Hauptstr. 18

19:30 Uhr, Bürgerhaus, Tönsbergstr. 3, Saal

Sa. 25.07.2026

Bodenschätze in und um Oerlinghausen Öffentlicher Stadtführungstermin

Stadtführer: Wilfried Kohlmeyer

Keine Anmeldungen erforderlich.

11:00 Uhr Treffpunkt: Rathausplatz Oerlinghausen, an der digitalen Infosteile

Gebühren: Erwachsene 5,00 Euro

Kinder/Jugendliche bis einschl. 14 Jahre frei

August 2026

Sa. 01.08.2026

Am leinenen Faden

Öffentlicher Stadtführungstermin

Stadtführer: Wilfried Kohlmeyer

Keine Anmeldungen erforderlich.

11:00 Uhr Start- bzw. Treffpunkt:

Rathausplatz Oerlinghausen, an der digitalen Infosteile

Gebühren: Erwachsene 5,00 Euro

Kinder/Jugendliche bis einschl. 14 Jahre frei

So. 02.08.2026

Living History Flohmarkt

Ausrüstung abzugeben? Oder auf der Suche nach dem nächsten guten Fundstück? Beim Living-History-Flohmarkt verkaufen Darsteller:innen alles, was in der Kiste übrig ist - von zu klein gewordener Kindergewandung über Einsteigerausrüstung bis zu Stücken, die nicht mehr zum eigenen Schwerpunkt passen. Stöbern, fachsimpeln, Schnäppchen finden.

Keine Anmeldung erforderlich.

10:00 Uhr, Archäologisches Freilichtmuseum, Barkhauser Berg

Sa. 15.08.2026

Blind Date mit Deiner Stadt

Öffentlicher Stadtführungstermin

Stadtführerin: Heidrun Bungrad

Keine Anmeldungen erforderlich.

11:00 Uhr Treffpunkt: Rathausplatz Oerlinghausen, an der digitalen Infosteile

Gebühren: Erwachsene 5,00 Euro

Kinder/Jugendliche bis einschl. 14 Jahre frei

Kräutergartenführungen

Welche Kräuter nutzten unsere Vorfahren für Heilung, Küche und Alltag? In dieser Führung entdecken Besucher die spannende Welt historischer Heil- und Würzkräuter. Keine Anmeldung erforderlich.

14:00 Uhr, Archäologisches Freilichtmuseum, Barkhauser Berg

Fr. 21. bis So. 23.08.2026

UrLand-Fest

Rathausplatz

Sa. 29.08.2026

Frauentreff in den Südstadtgärten

Komm vorbei, genießt die schöne Atmosphäre und lass uns gemeinsam plaudern und Ideen austauschen über Pflanzen, Kräuter, leckere Rezepte und alles, was uns am Herzen liegt. Bring gute Laune mit und eine Kleinigkeit für das gemeinsame Essen. Getränke kommen von uns - wir freuen uns auf einen entspannten Nachmittag. Kosten: Teilnahme kostenlos, Spende erwünscht
16:00 Uhr - 18:00 Uhr, Südstadtgärten-Oerlinghausen, Sennestraße 33

So. 30.08.2026

Gladiatoren

Ein Streifzug durch die Welt der Gladiatoren
10:00 Uhr, Archäol. Freilichtmuseum

Fr. 04.09.2026

Death Café - Reden über den Tod

Sterblichkeit und Tod ist, was uns alle miteinander verbindet. Wir laden dich ein, in ganz besonderer Atmosphäre bei Kaffee, Tee und Häppchen gemeinsam über die Themen Sterben, Tod, Trauer und das Leben zu sprechen, sich gegenseitig zuzuhören - und vielleicht auch zu lachen. Wir sind gespannt auf deine Sicht der Dinge. Komm vorbei und diskutiere, gerne auch kritisch, mit uns. Diese Veranstaltung bietet keine akute Krisen- oder Trauerbegleitung. Veranstaltung für alle Geschlechter
Kosten: Teilnahme kostenlos, Spende
17:00 Uhr - 19:00 Uhr, Stadtteilzentrum Südstadt, Eingang Theodor-Heuss-Straße

Sa. 05.09. - So. 06.09.2026

Flugplatzfest

Flugplatz Oerlinghausen

Sommer in der Bergstadt

Donnerstags 09. Juli - 13. August 2026

Live-Musik Rathausplatz Oerlinghausen

Für alle Daheimgebliebenen gibt es auch in diesem Jahr die perfekte Gelegenheit für ein besonderes Urlaubsfeeling in der Bergstadt. Vom 9. Juli bis 13. August gibt es erneut jeden Donnerstag von 19:00 bis 21:00 Uhr Kultur auf dem Rathausplatz. Ob auf mitgebrachter Picknick-Decke oder in der angrenzenden Gastronomie - der Rathausplatz wird Oerlinghausens Wohnzimmer.

Wir wünschen viel Vergnügen und eine entspannte Sommerzeit!



Do. 09. Juli, 19:00 - 21:00 Uhr - Harmony Sisters

Als Schwestern teilen sie nicht nur die Bühne, sondern auch ihre Liebe zur Musik: Ob Pop, Soul, Jazz oder rockige Balladen – die Harmony Sisters, Lina und Julie Holwitt, machen aus jedem Song ihre ganz eigene Interpretation und teilen mit uns ihre unglaubliche Harmonie und Freude an der Musik.

Do. 16. Juli, 19:00 - 21:00 Uhr - Pocket Groove

Das Konzept: Songs, die jeder kennt – aber nicht so, wie man sie erwartet. Mit frischen Funk- und Soularrangements verleihen die fünf Bandmitglieder von Pocket Groove bekannten Stücken eine neue Farbe.

Do. 23. Juli, 19:00 - 21:00 Uhr - Saitenspringer & Friends

Ob gefühlvoll-melancholische Eigenkompositionen oder ausgewählte Klassiker der Rock- und Popgeschichte - Saitenspringer & friends präsentieren ihre Songs auf eine ganz persönliche Art und Weise.

Do. 30. Juli, 19:00 - 21:00 Uhr - UpTones

Die fünfköpfige Band UpTones aus Paderborn bringt frischen Wind in bekannte Songs. Sie interpretieren Hits von Dua Lipa, Bruno Mars oder Kings of Leon auf ihre eigene Weise - kreativ, leidenschaftlich und mit Wiedererkennungswert.

Do. 06. August, 19:00 - 21:00 Uhr - Joy5

Mit Leidenschaft und Spielfreude präsentiert die 5-köpfige Bielefelder Band Joy5 eine interessante Mischung von Coversongs und Eigenkompositionen aus Pop, Soul und Funk der 80er & 90er Jahre - Musik zum Feiern, Tanzen, Genießen und Zuhören.

Do. 13. August, 19:00 - 21:00 Uhr - Bit Funky

Bit Funky bietet einen spannenden Mix aus Soul- und Funkstücken der letzten Jahre. Die Band ist auf Groove eingestellt und spielt Musik, die in Bein, Ohr und Bauch geht - funky, soulig, jazzy, rockig - von Randy Crawford bis Jamiroquai, Stevie Wonder bis Oleta Adams, Amy Winehouse bis Chaka Khan.

Tanztreff „Disco Ü 60“

im Strate-Haus in Oerlinghausen-Lipperreihe
Der Tanztreff „Disco Ü 60“

findet an jedem 2. Sonntag im Monat statt.

Alle Tanzbegeisterten um die 60 Jahre, die Spaß am Tanzen haben, sind herzlich willkommen. Getanzt wird zu Musik der 60, 70, 80 und 90iger Jahre und auch zu aktuellen Hits! Der Eintritt ist frei. Kommt zu uns - tanzt mit! Am Sonntag, den **12. Juli** und **09. August 2026** darf wieder in der Zeit von **17.30 bis 20.00 Uhr** getanzt werden.

Das Strate-Haus, AWO Ortsverein Lipperreihe e.V. befindet sich in der Bachstr. 15a in Oerlinghausen-Lipperreihe.



Bei Fragen gern anrufen:

Barbara Hollwegs - Tel. 05232-97 11 30

Wanderung zum Bahnhof Oerlinghausen

Mi. 08.07.2026 ab 14:30 Uhr

Der Heimatverein Oerlinghausen zusammen mit dem Verein Ubbedissen-Lämershagen lädt zur diesjährigen Sommerwanderung am Mittwoch, 08. Juli 2026, ein.

Die Wanderroute

Der Start ist um 14:30 Uhr am Parkplatz P10 an der Marienstraße. Die Route führt durch reizvolle Landschaft, vorbei an Menkhausen und durch das Gräfinhagener Tal, bis zum historischen preußisch-lippischen Grenzstein. Die Wanderung endet am Bahnhof Oerlinghausen. Unterwegs gibt es interessante Fakten zu Historie, Geologie und Politik der Region. Unterwegs erfahren wir Historisches, Geologisches und auch Politisches.

Gemütlicher Ausklang im Café Fahrzeit

Wer nicht mitwandern kann oder will sollte sich gegen 16:00 Uhr am Bahnhof beim Café Fahrzeit einfinden. Hier wollen wir uns bei Getränken, Schnitten und Kuchen stärken.

Wegen der Platzreservierung im Café bitte anmelden
Telefon 05202-81855 bzw. 05202-4316

Offene Gärten Lippe

Samstag, 11. Juli 2026, 14:00 - 18:00 Uhr
Südstadtgärten Oerlinghausen

Ca. 2000 m² großer Gemeinschaftsgarten am Waldrand mit 25 individuell gestalteten Parzellen zum Anbau von Obst, Gemüse und Blumen. Auf den Gemeinschaftsflächen gibt es eine Trockenmauer, einen kleinen Teich, verschiedene Sitzgelegenheiten sowie Wildblumen- und Staudenbeete.

Sonderaktion: Verkauf von Jungpflanzen

Südstadtgärten, Sennestraße 33, 33813 Oerlinghausen





Alle Gruppen des Netzwerks sind offene Gruppen, an denen Interessierte jederzeit teilnehmen können (ggf. mit vorheriger Anmeldung). Einen Mitgliedsbeitrag gibt es nicht. Alle interessierten Bürgerinnen und Bürger sind herzlich eingeladen.

Netzwerkfrühstück

Termin: **04.07. und 01.08.2026** - im „B-vier“, Raum Myslakowice, Parkstraße 6. Jeden 1. Samstag im Monat um 10.00 Uhr. Für das leibliche Wohl beim Netzwerkfrühstück sorgen die Küchenbienen. Die Organisationsgruppe bereitet die Räumlichkeiten vor. Die Teilnahme ist kostenlos, für den Verzehr wird um eine Spende gebeten.

Infos: Gerd Wolter, Tel.: 0160-254 20 60, E-Mail: g.wolter@netzwerk-leopoldshoehe.de

Gruppe „Besser hören“

In vielen Situationen des Alltags gibt es für Schwerhörige oft Probleme. Sei es ein neues Hörgerät oder der Umgang damit.

Rufen Sie mich an oder senden Sie eine E-Mail, wie vereinbaren einen Termin. Infos: Anne Ohletz, Tel.: 05202-84177

E-Mail: a.ohletz@netzwerk-leopoldshoehe.de

Besuch von Ausstellungen

Die Gruppe besucht Ausstellungen der umliegenden Museen je nach Angebot 2 - 4 mal im Jahr, wobei es sich nicht nur um Kunstausstellungen handelt. Infos: Margarete v. Bieberstein, Tel. 05202-84132

Boule-Gruppe

Jeden Montag von April bis Oktober um 15:00 Uhr auf dem „St.-Gaultier-Platz“ (Mehrgenerationenspielplatz) am Heinrich-Lübke-Weg.

Infos: Klaus Hoffmann, Tel.: 05202-956960 5, E-Mail: hoffmannklaubi@t-online.de - Nächster Termin: 06.07.2026

Digitale Medien

Die Gruppe „Digitale Medien“ trifft sich am Dienstag in einer geraden Kalenderwoche von 09.30 bis 11.30 Uhr im Begegnungszentrum „B-vier“ in Asemissen, Parkstraße 6. Nächste Termine: 07.07.2026

Infos: Harald Poppek, Tel.: 05202-81735, E-Mail: h.poppek@netzwerk-leopoldshoehe.de

Doppelkopfgruppe

Die Gruppe trifft sich am 1. und 3. Freitag im Monat von 09.30 Uhr bis ca 12.00 Uhr im „B-vier“.

Info: Hans-Hermann Wittenbreder, Tel.: 0157-89625226

Erzählcafé

Die Reihe wird in lockerer Folge fortgesetzt, Infos: Heinz-Detlev Gadow, Tel.: 05202-81321, E-Mail: hdgadow@gmx.de

Gymnastik-Gruppe „Fit bis ins hohe Alter“

Jeden Montag in den geraden Kalenderwochen (nicht in den Schulferien) um 09:00 Uhr Gymnastik in der Turnhalle des Begegnungszentrums „B-vier“ in Asemissen. Infos: Uschi Apel, Tel. 05202-82097, Nächste Termine: Sommerpause

Handarbeitsgruppe

Die Gruppe trifft sich jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat von 10.00 Uhr bis 12.00 Uhr im „B-vier“, Infos: Ursula Starke, Tel. 0173-2073464

Hilfe beim Einkaufen, Spazierengehen

Älteren oder kranken Damen/Herren wird Hilfe angeboten: wenn sie nicht mehr allein Einkaufen gehen können - Begleitung für einen Spaziergang suchen oder einfach nur mit jemandem reden möchten, weil sie allein sind. Überwinden Sie sich einfach und rufen mich an.

Infos: Giesela Rössler, Tel.: 05202-80897

Kleine handwerkliche Dienste - Hilfe bei Problemen, die ein handwerklich begabter Hausmann lösen kann.

Infos: Dieter Eitzen, Tel.: 05202-9239567

Malkreis

Jeden 1. Mittwoch im Monat von 16.00 bis 18.00 Uhr im B-vier, Raum Myslakowice in Leopoldshöhe (nicht in den Schulferien).

Infos: Edith Neuhaus, Tel.: 05202-81581, Nächste Termine: 01.07.2026

Radfahrkreis

Am 1. und 3. Mittwoch des Monats finden Radtouren in der Umgebung von Leopoldshöhe statt. Wir starten um 15.00 Uhr ab Evenhausen vor Haus Nr. 27. Infos: Klaus Jakusch, Tel.: 05208 8460, E-Mail: k.jakusch@netzwerk-leopoldshoehe.de, Termin: 15.07.2026

Schwimmen und Wassergymnastik

Jeden Dienstag in den ungeraden Kalenderwochen im VITASOL in Bad Salzuffen. Treffpunkt um 10:50 Uhr im großen Aktivbecken zur Wassergymnastik. Infos: Uschi Sternberg, Tel. 05202-99 80 750. Nächste Termine: 14.07., 28.07.2026

Skatgruppe

Jeden Donnerstag von 09:30 (neuer Spielbeginn) bis 12:30 Uhr im BIB, Leopoldshöhe, Bürgermeister-Brinkmann-Weg.

Mitspielerinnen und Mitspieler sind willkommen! Infos: Dieter Grieger, Tel.: 05208-79 97. Nächste Termine: 09.07, 16.07.2026

Spazierengehen

Treffen: Jeden 1. Freitag im Monat (März bis November) um 14:30 Uhr, Parkplatz Grundschule Asemissen.

Infos: Anne Wernke, Tel.: 05202-81959, Ina Poppek, Tel.: 05202-81735. Nächster Termin: 03.07.2026

Spielenachmittag

Jeden 3. Donnerstag im Monat um 15:00 Uhr im „B-vier“ in Asemissen, Parkstraße 6, Raum Myslakowice. Bringen Sie Ihr Wunschspiel mit: Kartenspiele, Bridge, Canasta, Rommé, Rummikub, Mühle, Dame oder Schach, Tischspiele usw. Wir erklären auch gern neue Spiele.

Infos: Renate Lissel, Tel.: 05202-2977736, Giesela Stöve, Tel.: 05202-927366. Nächste Termine: 16.07., 19.08.2026

Wandern mit dem Netzwerk

Nächster Termin: Sa. 23.05.2026, Rundwanderung durchs romantische Furlbachtal, Infos: Margrit und Klaus Jakusch, Tel.: 05208-8460 Sommerpause im Juni und Juli

Termine aus Leopoldshöhe

Fr. 03.07.2026

Kneipenquiz

Der Sommer wird knifflig: Am 03. Juli verwandelt sich der Kirchhof in einen Ort für Rätsel, Wissen und gute Gespräche. Der CVJM Leopoldshöhe und die Ev.-ref. Kirchengemeinde Leopoldshöhe laden zu einem offenen Kneipenquiz ein.
19:00 Uhr, Kirchhof der ev.-ref. Kirche Leopoldshöhe

Mi. 08.07.2026

Klönnachmittag im Backhaus

In ruhiger und gemütlicher Atmosphäre möchten wir einen angenehmen Nachmittag verbringen - mit Zeit für Gespräche, Erinnerungen und nette Begegnungen, bei einer Tasse Kaffee oder Tee und leckerem Kuchen. Bitte melden Sie sich bis zum jeweiligen Sonntag vor dem Klön-Mittwoch unter Tel. 05208-1871 oder Tel. 05232-7744 an. Backhaus Heimathof Leopoldshöhe

Do. 09.07.2026

Sommerkonzert Projektchor

Sie sind herzlich eingeladen zum Sommerkonzert in der Leopoldshöher Kirche. Ein Klangabend voller Emotionen, Erinnerungen und überraschender Wendungen. Stimmen füllen den Raum, erzählen Geschichten und lassen Gefühle klingen - ein musikalischer Abend, der Herz und Seele gleichermaßen anspricht. Unter der Leitung von Chorleiter Dirk Martin bringen Sängerinnen und Sänger ein vielseitiges Programm auf die Bühne, das überrascht, berührt und begeistert. Das Konzert schlägt Brücken zwischen musikalischen Welten. Der Eintritt ist frei, am Ausgang wird um eine Spende gebeten.
20:00 Uhr, ev.-ref. Kirche Leopoldshöhe



Fr. 10.07.2026

Akkordeon-Konzert

Die traditionellen Konzerte auf dem Heimathof versprechen wieder unvergessliche musikalische Momente. Den Auftakt bilden die geschätzten Akkordeonistinnen Claudia Albri und Anneliese Tank, die Sie zu einem zauberhaften Nachmittag einladen.
17:00 Uhr, auf dem Heimathof Leopoldshöhe

Fr. 14.07.2026

Volksliedersingen im Backhaus

Volkslieder bewahren Traditionen und halten sie lebendig – mitten im Alltag. Sie erzählen von Liebe und Heimat, von Arbeit, Festen, Freude und Hoffnung und verbinden Generationen miteinander. Kommen Sie vorbei, singen Sie mit oder hören Sie einfach zu.

17:00 - 18:00 Uhr Heimathof Leopoldshöhe

Mi. 15.07.2026

Seniorentreff der ev.-ref Kirche

mit Kaffee und Kuchen

15:00 Uhr, Gemeindehaus der ev.-ref. Kirche Leopoldshöhe

Mi. 05.08.2026

Klönnachmittag im Backhaus

Bitte melden Sie sich bis zum jeweiligen Sonntag vor dem Klön-Mittwoch unter Tel. 05208-1871 oder Tel. 05232-7744 an. Backhaus Heimathof Leopoldshöhe

So. 09.08.2026

Sternwanderung

Vor 175 Jahren befand sich unsere Kirche im Bau an dem Schnittpunkt der Wege von Schötmar nach Oerlinghausen und von Heepen nach Lage. Am 09. August wird am Vormittag in der Kirche kein Gottesdienst gefeiert; stattdessen wollen wir gemeinsam die Gottesdienste in Heepen, Lage, Oerlinghausen und Schötmar besuchen. Im Anschluss an die Gottesdienste werden wir gemeinsam den Weg nach Leopoldshöhe zurück wandern.

Fr. 11.08.2026

Volksliedersingen im Backhaus

Volkslieder bewahren Traditionen und halten sie lebendig – mitten im Alltag. Sie erzählen von Liebe und Heimat, von Arbeit, Festen, Freude und Hoffnung und verbinden Generationen miteinander. Kommen Sie vorbei, singen Sie mit oder hören Sie einfach zu.

17:00 - 18:00 Uhr, Heimathof Leopoldshöhe

Sa. 29.08.2026

Open-Air-Konzert der Harmony Sisters

Die "Harmony Sisters" Lina und Julie Holwitt aus Oerlinghausen werden unsere finalen Jubiläumsfeierlichkeiten eröffnen! Nachdem sie bereits im vergangenen Jahr das Publikum begeisterten, um 19.00 Uhr zum Open-Air-Konzert zur Feier unseres 50-jährigen Vereinsjubiläums bei uns auf dem Heimathof. Einlass ab 18.30 Uhr, Karten gibt es für 10,00 Euro an der Abendkasse.

So. 30.08.2026

Offizielle Jubiläumsfeier 50 Jahre Heimatverein

11.00 Uhr: Musikalischer Auftakt durch die „4 Harmony's“
ab 13.00 Uhr: Buntes Programm für die ganze Familie
11:00 - 19:00 Uhr, Heimathof Leopoldshöhe



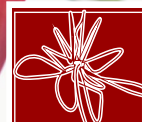
jeden 3. Montag im Monat um 19.30 Uhr
Aula der Grundschule Nord - Schulstraße 31

Sommerpause im Juli

Auch in diesem Jahr legen wir eine Sommerpause ein.
Im Juli bleibt unser Kino geschlossen.



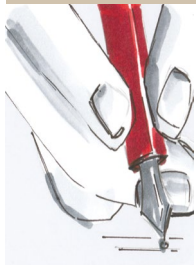
Wir sind Ihr kompetenter Ansprechpartner, wenn es um Floristik, Pflanzen, Hochzeits- und Trauerfloristik geht



blattwerk
by Rosen Klee

Floristik | Pflanzen | Wohnaccessoires

Hauptstr. 262 | 33818 Leopoldshöhe | 05202 - 995092
im Einkaufszentrum ALDI / REWE Asemissen



Schenken und Vererben mit Sinn und Verstand

von Jörg-Christian Linkenbach, Rechtsanwalt und Notar a.D., Notariatsverwalter, Fachanwalt für Erbrecht und Steuerrecht, zertifizierter Testamentsvollstrecker, Fachanwalt für Arbeitsrecht in Bielefeld

„Was du heute kannst besorgen, das verschiebe nicht auf Morgen!“
Diese alte Weisheit gilt auch für die Erbschaftsteuer

Für die Erbschaftsteuer gibt es in Deutschland derzeit noch keine beschlossene Gesetzesänderung. Im Mittelpunkt der Diskussion stehen vor allem Vorschläge der SPD und Forderungen einiger Länder nach der Änderung der Begünstigung großer Vermögen.

Die wichtigsten der diskutierten Punkte sind:

1. Neuer „Lebensfreibetrag“

Anstatt der bisherigen Freibeträge

Ein Vorschlag der SPD sieht vor, die bisherigen persönlichen Freibeträge (die bislang alle 10 Jahre erneut in Anspruch genommen werden können) durch einen sog. **Lebensfreibetrag** zu ersetzen:

- Beispielsweise 900.000,00 Euro für Erwerbe innerhalb der Familie
- Etwa 100.000,00 Euro von entfernteren Personen oder Nicht-verwandten

Damit würde insbesondere die heutige Möglichkeit entfallen, die Freibeträge durch wiederholte Schenkungen im 10 Jahres Rhythmus mehrfach auszunutzen.

Wenn größeres Immobilienvermögen vorhanden ist, so könnte es sich demnach empfehlen, beabsichtigte Übertragungsverträge nicht weiter hinauszuschieben, insbesondere dann nicht, wenn geeignete Erwerber innerhalb der Familie vorhanden sind.

2. Änderungen bei Unternehmensnachfolgen

Besonders umstritten sind die bisherigen Verschonungsregeln für Betriebsvermögen. Die Befürworter der Reform kritisieren, dass bisher auch sehr große Unternehmensvermögen teilweise nahezu steuerfrei übertragen werden können.

Diskutiert werden:

- Ein zusätzlicher Freibetrag für Betriebsvermögen (im SPD-Konzept etwa 5.000.000,00 Euro)
- Stärkere Besteuerung drüber hinausgehender Unternehmensübertragungen
- Längere Stundungsmöglichkeiten, damit Unternehmen nicht wegen der Steuerzahlung verkauft werden müssen (im Gespräch sind bis zu 20 Jahre)

3. Familienheim

Das selbstgenutzte Familienheim soll nach den Vorschlägen weiterhin besonders geschützt werden. Vorgesehen ist, dass eine Übertragung dann steuerfrei bleiben kann, wenn Kinder die Immobilie weiter selbst bewohnen. Bislang war die Übertragung des Familienheims auf den Ehepartner unabhängig vom Wert der Immobilie steuerfrei, sodass selbst Immobilien im Wert von mehreren Millionen steuerfrei den Eigentümer wechseln konnten. Diese Regelung ist schon seit vielen Jahren als angeblich „unsozial“ in der Diskussion. Angesichts seit Jahrzehnten leerer Kassen des Fiskus verwundert das nicht.

Einladung zum kostenfreien Testaments-Check und zu Vorträgen

im Beratungs- und Vorsorgezentrum, Jöllennecker 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: Rechtsanwalt und Notar a.D., Jörg-Christian Linkenbach, Fachanwalt für Erbrecht und Steuerrecht, Vorsorgeanwalt

Mittwoch, 08. Juli 2026

16.00 Uhr bis 18.00 Uhr

Kostenfreier Testaments- und Vollmachten-Check

18.00 Uhr bis 19.15 Uhr

Vortrag: Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung

Mittwoch, 22. Juli 2026

16.00 Uhr bis 18.00 Uhr

Kostenfreier Testaments- und Vollmachten-Check

18.00 Uhr bis 19.15 Uhr

Vortrag: Schenken und Vererben mit Sinn und Verstand

Mittwoch, 05. August 2026

16.00 Uhr bis 18.00 Uhr

Kostenfreier Testaments- und Vollmachten-Check

18.00 Uhr bis 19.15 Uhr

Vortrag: Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung

Mittwoch, 19. August 2026

16.00 Uhr bis 18.00 Uhr

Kostenfreier Testaments- und Vollmachten-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

Handlungsbedarf für die an sich dringende Änderung der krass ungerechten Besteuerung von Geschwistern als Erben sieht offenbar niemand. In Fällen ungewollter Kinderlosigkeit kommt es durchaus vor, dass Geschwister einander beerben. Diese können lediglich einen Steuerfreibetrag von 20.000,00 Euro für sich in Anspruch nehmen und werden häufig gezwungen sein, die Nachlassimmobilie zu veräußern, damit die Erbschaftsteuer bezahlt werden kann.

Bedeutung der Reformbestrebungen für die Praxis (insbesondere für Immobilien und größere Vermögen)

Falls eine Reform tatsächlich kommt, könnten vor allem folgende Bereiche betroffen sein:

- Übertragung größerer Immobilienbestände
- Vorweggenommene Erbfolge durch Schenkungen
- Unternehmensnachfolgen
- Nutzung von Nießbrauch- und Gestaltungsmöglichkeiten.

Für Eigentümer größerer Vermögen zeichnet es sich ab, dass Vermögensübertragungen unter der Nutzung der jetzigen Rechtslage deutlich günstiger ablaufen dürften, als nach einer reformierten Erbschaftsteuer. Sie sollten Ihre Pläne so schnell wie möglich in die Tat umsetzen.

Das Thema **steuergünstige Vermögensnachfolge** wird auch zukünftig ein Kernpunkt meiner Vorträge „Schenken und Vererben mit Sinn und Verstand“ sein. Hierzu sind Sie herzlich eingeladen. Die nächsten Termine finden Sie nachfolgend.

Bitte bleiben Sie gesund, vorsichtig und zuversichtlich!

Jörg-Christian Linkenbach

Tel.: 05206/9155-0

Email: kanzlei@linkenbach.com

www.linkenbach.com

Per Anruf abkassieren

Selbst Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Polizei sind schon Opfer von sogenannten Schockanrufen geworden. Nach wie vor kursieren solche Anrufe, die alle etwas gemeinsam haben: Sie machen Angst und setzen die Betroffenen nicht nur emotional, sondern auch zeitlich stark unter Druck. Ziel der Kriminellen ist immer, an das Vermögen der Betroffenen, wie Bargeld, Gold oder Schmuck, zu gelangen.

Dass Betrüger ihre Opfer zufällig aussuchen und selbst vor Polizei-Bediensteten keinen Halt machen, belegt der Fall einer Mitarbeiterin des Landeskriminalamtes aus Düsseldorf. Sabine Coenen-Kolberg, die beim LKA Düsseldorf als Assistentin arbeitet, schildert ihren Schockanruf. Eine weinende junge Frau berichtet von einem Autounfall, den sie verursacht habe. „Ich war mir sicher, dass es sich dabei um meine Tochter handelte“. Nach wenigen Minuten übernimmt eine andere Frau das Gespräch, sie stellt sich als Mitarbeiterin des Amtsgerichts Düsseldorf vor. Die Horror-Nachricht: Coenen-Kolbergs Tochter sitze dort angeblich wegen Fahrerflucht in Untersuchungshaft.

Die LKA-Mitarbeiterin, seit über 20 Jahren bei der Polizei, weiß im Rückblick genau, welche Fragen sie sich spätestens an dieser Stelle hätte stellen müssen: Macht die ganze Sache tatsächlich Sinn? Passt bei der kruden Geschichte überhaupt irgendetwas zusammen? „Ich hatte in dem Moment aber nur ein Ziel: Ich wollte meine Tochter wiederhaben, ich wollte sie da rausholen. Da hat der gesunde Menschenverstand schlicht eine Pause eingelegt, die Sorge um das eigene Kind überlagerte alles.“

Es werden teils horrenden Summen gefordert

Plötzlich ist von 62.000 Euro Kautions die Rede, die die Mutter für ihre Tochter aufbringen soll. Sabine Coenen-Kolberg informiert ihren Ehemann, der Polizeibeamter im Ruhestand ist. Er hört sich die Geschichte an, hinterfragt die angebliche Beamtin am Telefon – und legt nach einiger Zeit auf. „Ich habe ihn angeschrien, wie er das nur tun könne.“

Schließlich klärt ein Anruf bei der Tochter alles auf.

Das Beispiel der LKA-Mitarbeiterin zeigt: So gut wie jede und jeder kann Opfer eines Telefonbetrugs mittels Schockanruf werden. Die Kriminellen bauen Schockszenarien auf und das Opfer gerät extrem unter Druck

Häufig wird bei den Anrufen die vermeintliche Gefahr für Leib und Leben von Angehörigen vorgetäuscht. Aktuell geht es zum Beispiel vermehrt um eine Notoperation, für die sofort Geld überwiesen werden müsse, weil der Angehörige sonst sterbe. Es wird vorgegaukelt, dass die Krankenkasse die Kosten für diese Operation nicht übernimmt.

Das sind diese Schockszenarien, die die Opfer natürlich besonders umtreiben und zu Handlungen veranlassen, die mitunter nicht erklärbar sind. Auch wenn es sich inhaltlich um Quatsch handelt.

Wie schützt man sich?

Ein Anruf bei der oder dem vermeintlich Betroffenen kann die Sachlage natürlich schnell klären. Aber es ist häufig schwierig, weil bei vielen Menschen das Adrenalin einschießt und sie sich gedanklich im Tunnel befinden. Trotzdem: Keine unüberlegten Handlungen tätigen, sollte das Ziel sein. Am besten, Sie legen sofort auf und verschaffen sich eine Gedankenpause.

Zudem könne man sich vorab in der Familie auf ein Passwort einigen, das im Fall der Fälle abgefragt bzw. genannt werden muss. Den entscheidenden Anstoß, noch mal kurz bei einem verdächtigen Anruf innezuhalten, kann auch ein einfacher Zettel liefern. Ein kleines Schild neben dem Telefon, auf dem schlicht das Wort „Schockanruf“ steht. Eine Parole, die die Sinne schärft. Auf jeden Fall sollte in diesem Fall eine Anzeige bei der Polizei erstattet werden. Sabine Coenen-Kolberg findet alle diese Ideen gut und wichtig. Aber sie sagt auch: „Es kann sich kaum jemand vorstellen, was so ein Anruf in einem auslöst, der es noch nicht selbst erlebt hat. Immer wieder habe ich meine Mutter, Bekannte, Freunde vor derartigen Kriminellen gewarnt. Und dann falle ich beinahe doch selbst darauf rein.“



Bleiben Sie aufmerksam und machen Sie sich mit diesem Szenario betraut.

Ihr Dirk Trümper

Fun Dining

Von handbemalter Keramik bis Signature Drink: mydays zeigt, warum die Vorbereitung auf den Dinnerabend jetzt das eigentliche Highlight ist

Weißes Tischtuch, Silberbesteck, steife Sitzordnung? Darf alles gern in der Schublade bleiben. Diesen Sommer wird nicht nur fein gespeist, sondern wild gestylt, selbst gemacht und gemeinsam gefeiert. Auf Social Media werden Dinnertafeln gerade zu kleinen Kunstwerken – wilde Blumensträuße, verschiedene Kerzen, handbemalte Teller, bunte Cocktails und kleine DIY-Details, die jede Dinnertafel aussehen lassen wie ein wahrgewordenes Pinterestboard. Klar ist: Der perfekte Dinnerabend beginnt nicht erst bei der Vorspeise. mydays zeigt fünf Ideen, mit denen schon die Vorbereitung unvergesslich wird - Fun Dining eben.



Tischdeko: Mehr Drama auf der Tafel

Tischdeko darf diesen Sommer ruhig opulent sein. Selbst gebundene Trockenblumen- oder Papierblumensträuße in den Sommertrendfarben Tomatenrot, Buttergelb oder Limettengrün bringen Farbe auf die prall gefüllte Tafel, selbst gegossene Kerzen und Mosaikuntersetzer sorgen für Wärme, Struktur und Materialmix zwischen Salatschüssel und Weinglas. Statt schnell noch Deko zu bestellen, wird vorher einfach gemeinsam gebunden, gegossen und gestaltet.

Geschirr: Handbemalt schlägt Hochglanz

Perfekt aufeinander abgestimmtes Geschirr war gestern. Jetzt kommen Teller, Tassen und Schalen auf den Tisch, die Charakter haben. Beim Keramik bemalen mit Matcha und Cocktails entstehen Lieblingsstücke, die später direkt auf der eigenen Dinner-Tafel landen. Auch beim Töpfern und Tufting werden aus kreativen Ideen echte Statement-Pieces, die den Dinnerlook nicht nur abrunden, sondern ihm Persönlichkeit geben. Denn was ist cooler als handgefertigtes Geschirr und selbst getuftete Tischsets oder Untersetzer?

Signature Drinks: Von Aperitivo bis zu Vino

Aperol kann bleiben, bekommt aber Konkurrenz. In Cocktailkursen wird geschüttelt, gerührt und garniert, bis der eigene Sommerdrink steht. Noch persönlicher wird es mit einem selbst gestalteten Weinetikett. So wird aus dem ersten Glas nicht nur ein Aperitif, sondern direkt ein Gesprächseinstieg.



Menü-Inspiration: Sommer auf dem Teller

Wer die Tafel in Szene setzt, muss beim Essen nicht auf Sparflamme fahren. Statt Drei-Gänge-Menü darf es ruhig unkompliziert, aromatisch und gesellig werden. Die von Foodcreator Stefano Zarrella kuratierten Kocherlebnisse liefern Inspiration für alle, die kulinarisch glänzen wollen, ohne sich im Gastgeberstress zu verlieren. Auch die kongolesische oder indische Küche bringt Gerichte auf den Tisch, die nach Sommer, Würze und Fernweh schmecken und für Gesprächsstoff sorgen. Und beim Grillkurs für Meeresfrüchte zieht die Urlaubsstimmung ganz von allein ein.

Gastgeschenke: Pieces, die hängenbleiben

Ein paar Sympathiepunkte kann man sich als Host mit personalisierten Gastgeschenken holen. Klingt übertrieben? Vielleicht. Funktioniert? Ganz sicher! Denn genau darum geht es doch beim Fun Dining: nicht um Perfektion, sondern um liebevolle, verspielte Details, die man selbst gemacht hat.



„hif auf“ Pflegedienst entlastet Pflegebedürftige und ihre Angehörigen

Verlässliches Team hilft, so lange wie möglich im vertrauten zuhause bleiben zu können

Wer Angehörige pflegt, leistet viel auf unterschiedlichen Ebenen: körperlich, emotional und zeitlich. Das verdient unser aller Respekt. Mit der ambulanten Pflege möchte der **hif auf** Pflegedienst Ihnen ein Angebot machen und Ihnen zeigen, dass Sie nicht allein sind: Das Team unterstützt Sie im Alltag, springt ein, wenn Sie selbst Erholung brauchen, und berät Sie gerne zu Pflegeleistungen, Einstufung und Finanzierung.

Der Pflegedienst **hif auf** ist ein familiengeführtes Unternehmen mit klaren Werten und starkem Wachstum, der 2019 von Gennadi und Katharina Sawadsky mit einer klaren Überzeugung gegründet wurde: Pflege soll mehr sein als Versorgung. Sie soll verbinden, stärken und einen spürbaren Unterschied im Leben der Betroffenen machen. Was mit einer Tagespflege in Oerlinghausen-Helpup begann, ist zu einem kontinuierlich wachsenden Unternehmen an fünf Standorten in Oerlinghausen und Bielefeld geworden. Der Pflegedienst **hif auf** steht für verlässliche, hochwertige und individuell abgestimmte Pflege. Ein Team von ca. 120 engagierten Mitarbeiter*innen ist im Einsatz, das mit Herz, Fachkompetenz und Überzeugung handelt. Im Mittelpunkt steht dabei immer der Mensch: Jede Betreuung ist persönlich, zugewandt und orientiert sich an den Lebenswirklichkeiten und Bedürfnissen der Klienten.

Das können Sie in der ambulanten Pflege vom Team des Pflegedienstes **hif auf** erwarten:

Angebote zur Unterstützung im Alltag (§ 45B SGB XI)

Pflegebedürftige in häuslicher Pflege haben Anspruch auf einen Entlastungsbetrag in Höhe von bis zu 131 Euro monatlich (insgesamt 1.572 Euro im Jahr). Das gilt auch für Pflegebedürftige des Pflegegrades 1. Der Betrag ist zweckgebunden einzusetzen für qualitätsgesicherte Leistungen zur Entlastung pflegender Angehöriger und vergleichbar Nahestehender in ihrer Eigenschaft als Pflegenden. Hauswirtschaftliche Leistungen und Betreuungsleistungen tragen dazu bei, Pflegepersonen zu entlasten, und helfen Pflegebedürftigen, möglichst lange in ihrer häuslichen Umgebung zu bleiben, soziale Kontakte aufrechtzuerhalten und ihren Alltag weiterhin möglichst selbstständig zu bewältigen. Zu den Angeboten zur Unterstützung

im Alltag des **hif auf** Pflegedienstes zählen u.a.: Wohnungsreinigung, Einkaufen, Waschen der Wäsche, individuelle Betreuung, Begleitung zu Terminen, Hilfe bei alltäglichen Aufgaben, Spaziergänge, Gedächtnisübungen.

Verhinderungspflege (§ 39 SGB XI)

Sie wollen als private Pflegeperson in den Urlaub fahren oder sind aus anderen Gründen vorübergehend an der Pflege des Angehörigen gehindert, dann übernimmt die Pflegeversicherung für Pflegebedürftige der Pflegegrade 2 bis 5 die nachgewiesenen Kosten einer notwendigen Ersatzpflege, der sogenannten Verhinderungspflege. Der **hif auf** Pflegedienst übernimmt gerne die **Grundpflege nach SGB XI** (Hilfe bei der Körperpflege, Unterstützung beim An- und Auskleiden, Hilfe beim Essen und Trinken, Lagerung und Mobilisation) und die **Behandlungspflege nach SGB V** (auf ärztliche Verordnung – Medikamentengabe, Wundversorgung, Blutdruck- und Blutzuckermessung, Injektionen und weitere Maßnahmen) sowie die **stundenweise soziale Betreuung** Ihres Angehörigen für diesen Zeitraum. Kurzfristige Einsätze sind möglich.

Grundsätzlich steht für die Verhinderungspflege – gemeinsam mit der Kurzzeitpflege – seit dem 1. Juli 2025 ein gemeinsamer Jahresbetrag zur Verfügung. Es handelt sich hierbei um einen Gesamtleistungsbetrag, den die Versicherten – bei Vorliegen der jeweiligen Leistungsvoraussetzungen – nach ihrer Wahl flexibel für die beiden Leistungsarten einsetzen können. Er beträgt im Jahr 2026 insgesamt bis zu 3.539 Euro im Kalenderjahr.

Wir beraten Sie gerne

Jede Lebenslage ist anders. Pflege ist oft mit vielen Fragen verbunden. Wir nehmen uns Zeit für ein persönliches Gespräch. Vereinbaren Sie mit uns einen Beratungstermin, telefonisch oder über das Kontaktformular auf unserer Website. Gerne besprechen wir Ihr Anliegen vorab und finden einen passenden Termin. Entweder bei Ihnen zu Hause oder an einen unserer Standorte.

hif auf Pflegedienst Oerlinghausen

Gartenstraße 38 · 33813 Oerlinghausen
Tel. 05202 / 6381 · www.hif-auf.de



hif auf pflegedienst

MENSCHLICH · SINNSTIFTEND · PROFESSIONELL

Wir kümmern uns. Menschlich. Zuverlässig.

Jetzt auch in Augustdorf, Schloß Holte-Stukenbrock & Sennestadt

Ambulanter Pflegedienst

Betreutes Wohnen

Tagespflege SÜDLICHT

Jetzt anrufen – kostenlose Beratung

Ambulant 05202 / 861 30 20

Tagespflege 05202 / 861 30 24

y.lorleberg@hif-auf.de



www.hif-auf.de

Eiskalt abkassiert: Betrugsmasche mit Pflegeboxen

Wie sich Pflegebedürftige vor dubiosen Anbietern schützen können

„Mir wurde am Telefon aufdringlich ein Abo für Pflegeboxen angeboten. Ich wurde gedrängt, einen Vertrag abzuschließen, obwohl mich meine Apotheke mit allem Nötigen beliefert.“ Anrufe von Versicherten wie dieser gehen bei der KKH Kaufmännische Krankenkasse immer häufiger ein. Für Emil Penkov, Chefermittler der dortigen Stelle zur Bekämpfung von Fehlverhalten im Gesundheitswesen, steckt hinter solchen Anrufen oftmals eine mögliche Betrugsmasche, die sich bundesweit rasant ausbreitet: das Geschäft mit Pflegeboxen.

Fakt ist: Die Ausgaben für sogenannte Pflegehilfsmittel zum Verbrauch, zu denen auch Pflegeboxen zählen, sind in den vergangenen Jahren drastisch gestiegen - allein vom Vor-Corona-Jahr 2019 auf 2025 um 204,3 Prozent von rund 3,7 auf mehr als elf Millionen Euro. „Diese Steigerungsrate ist durchaus ein Indiz dafür, dass Betrüger hier einen lukrativen Geschäftsbereich auf rechtsmissbräuchliche Weise für sich entdeckt haben“, sagt Jurist Penkov. „Einfallstor dafür: Versicherte mit einem Pflegegrad haben Anspruch auf bestimmte Pflegehilfsmittel in Höhe von bis zu 42,- Euro monatlich. Im Zuge der pandemiebedingten Sonderregelungen ist dieser Betrag zwischen April 2020 und Dezember 2021 vorübergehend auf 60 Euro erhöht worden. In diesem Zeitraum haben wir mit einem Plus von rund 77 Prozent auch den höchsten Kostenanstieg. Dennoch sind die Ausgaben danach nicht etwa wieder zurückgegangen, sondern weiter gestiegen.“

Pflegehilfsmittel sollen Pflegebedürftigen den Alltag erleichtern. Die Kosten übernimmt in der Regel die Pflegekasse. Diese Regelung missbrauchen die Täter, um rechtswidrig Gelder in die eigene Tasche abzuzweigen. „Die Anbieter nutzen die Hilfsbedürftigkeit und Unsicherheit vieler Menschen schamlos aus. Sie nehmen meist telefonisch Kontakt zu Versicherten auf, geben sich zum Beispiel als Mitarbeitende einer Pflegekasse aus, und versuchen, personenbezogene Daten abzugreifen“, erläutert Penkov. „Dabei preisen sie zuzahlungsfreie Pflegeboxen an mit Desinfektionsmitteln, medizinischen Masken oder Bettschutzeinlagen – gleich, ob die Hilfsmittel benötigt werden oder nicht.“ Da es nicht erlaubt ist, Versicherte unaufgefordert zu kontaktieren, werden Pflegeboxen auch mittels automatischer Telefonansagen angeboten und Vertragsabschlüsse mit mutmaßlich gefälschten Unterschriften generiert. Den Betrügern auf die Schliche zu kommen, ist für die Betrugsabteilungen der Krankenkassen nicht leicht. Die Anbieter arbeiten gut vernetzt - oft über Callcenter. Die Pflegekassen können die ‘Symptome’ laut Emil Penkov nur minimal lindern. Deswegen bedarf es seiner Meinung nach einer politischen und gesetzgeberischen Lösung des Problems, um dem Missbrauchsrisiko vorzubeugen.



Dubiose Anbieter nutzen die Hilfsbedürftigkeit und Unsicherheit vieler Menschen schamlos aus.

Pseudo-Pflegebox-Anbietern das Handwerk legen

Werden Pflegebedürftige wegen des Abschlusses eines Vertrags für ein Pflegebox-Abo angerufen, sollten sie das Telefonat sofort beenden. Entscheidend: Niemals sensible persönliche Daten wie Adresse oder Versichertennummer preisgeben – weder am Telefon noch per Mail oder postalisch. „Auch sollten Betroffene und deren Angehörige keinesfalls zugeschnittene Anträge oder Vollmachten dubioser Anbieter unterschreiben“, appelliert KKH-Jurist Penkov. „Vielmehr sollten Telefonnummern von Betrugsanrufen auf der Website der Bundesnetzagentur gemeldet werden. Die Behörde kann dann unseriöse Rufnummern sperren. Auch ist die Löschung persönlicher Daten und das Einstellen weiterer Kontaktversuche mit Nachdruck einzufordern.“ Darüber hinaus haben Betroffene ein Recht auf Auskunft von den Anrufern, welche Daten diese über sie gespeichert und verarbeitet haben, woher die Daten stammen und wohin sie übermittelt werden. Dieses Recht können sie formlos und ohne Begründung gegenüber den Anrufern geltend machen. Mehr dazu unter Warnung vor dubiosen Anrufen.

Weiter ratsam:

Die Pflegekasse über solche Sachverhalte informieren. Grundsätzlich sollten Versicherte mit einem Pflegegrad benötigte Hilfsmittel nach ihrem individuellen Bedarf in einer Apotheke oder einem Sanitätshaus auswählen, die dann im Nachgang mit ihrer Pflegekasse direkt abgerechnet werden. So sind Pflegebedürftige und deren Angehörige auf der sicheren Seite.

Steuererklärung für Rentner und Pensionäre

Abgabetermin 31.07.2026 rückt näher

Wer seine Steuererklärung selbst macht, sollte den 31.07.2026 im Blick haben. Denn dann muss die Steuererklärung für 2025 beim Finanzamt sein. Es sei denn, ein Steuerberater oder ein Lohnsteuerhilfeverein kümmert sich um die Steuererklärung. Dann ist noch Zeit bis zum 1.3.2027. Doch warum warten? Wer mit einer Erstattung rechnet, kann umgehend seine Steuererklärung beim Finanzamt einreichen. Der aktuelle Ratgeber „Steuererklärung für Rentner und Pensionäre 2025/2026“ der Verbraucherzentrale führt Schritt für Schritt durch die aktuellen Steuergesetze. Und hat auch gleich eine gute Nachricht parat: Wenn Rentner und Pensionäre eine Steuererklärung machen müssen, heißt das noch lange nicht, dass sie auch Steuern zahlen werden. Das Buch zeigt verständlich, wie die Steuerlast durch Freibeträge und absetzbare Kosten gedrückt oder gar umgangen werden kann. Zunächst wird erläutert, welche Einkunftsarten es gibt und wie das zu versteuernde Einkommen zu berechnen ist. Anhand vieler Beispiele werden dann praktische Tipps gegeben, um Grundfreibetrag, Werbungskosten, außergewöhnliche Belastungen und Sonderausgaben geltend zu machen. Wo Einnahmen aus einem Nebenjob einzutragen sind oder ob das Finanzamt Belege sehen will - alle wichtigen Fragen werden verständlich beantwortet. Rentnern und Pensionären geht die Steuererklärung somit korrekt und leicht von der Hand.



Der Ratgeber „Steuererklärung für Rentner und Pensionäre 2025/2026“ hat 208 Seiten und kostet 16,- Euro, als E-Book 12,99 Euro. Zu bestellen unter shop.verbraucherzentrale.de oder Tel. 0211-91380-1555. Er ist auch in den Beratungsstellen der Verbraucherzentralen und im Buchhandel erhältlich.

Sütterlin & Co.

Alte deutsche Handschriften

Die sogenannte „Sütterlinschrift“ ist eine von dem Berliner Grafiker Ludwig Sütterlin (1865 - 1917) geschaffene Schreibschrift, die ab ca. 1915 bis etwa 1941 in deutschen Schulen unterrichtet wurde. Diese Schrift ist eine Standardform (eine „Ausgangsschrift“), die auf der Grundlage der vorher üblichen sehr verschiedenen deutschen Schreibschriften entwickelt wurde. Im Lehrgang erlernen Sie die Original-Sütterlinschrift. Die Schrift stellt keine besonderen Anforderungen an das Schreibgerät, es empfehlen sich jedoch Bleistifte und Füllhalter (bitte mitbringen) - Papier mit entsprechender Lineatur bekommen Sie im Lehrgang. Leseübungen von historischen Schriftdokumenten runden den Lehrgang ab. Dabei werden auch die verschiedenen Schriftformen miteinander verglichen (z.B. Sütterlin-Schrift, Offenbacher Schrift, deutsche Kurrentschrift um 1900).

Kursnummer 280.2, Datum: 23.10.2026 - 24.10.2026

Uhrzeit: 14:00 - 18:00, 09:00 - 13:15 Uhr

Dauer 11 Unterrichtseinheiten, Anmeldung bis 17.10.2026

Teilnahmegebühr: 49,00 Euro, Ort: Bad Salzungen

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

KANZLEI LINKENBACH · ERBRECHT & VORSORGE

RECHTSANWALT · FACHANWALT · NOTAR a. D.

Kanzlei Bad Salzungen¹

im Haus Brandes'sche Apotheke von 1621
Am Markt 38 · 32105 Bad Salzungen

Telefon 05222-94 43 888

E-mail: kanzlei@linkenbach.com · www.linkenbach.com

Kanzlei Bielefeld-Jöllenbeck

Spezialkanzlei für Erbrecht und Vorsorge
Dorfstraße 28 · 33739 Bielefeld

Telefon 05206-91 55-0 · Telefax 05206-87 67

Kanzlei Nordpark¹

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 a. D. 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 anwaltliche Zweigstelle RA Linkenbach

Musikalische Grenzgänge

Detmolder Kammerorchester beschließt die Saison mit Kontrasten

Di. 07. Juli um 19.30 Uhr im Konzerthaus Detmold

Erneut ist ein ganz besonderer Botschafter ostwestfälischer Musizierfreude im Konzerthaus Detmold zu Gast: das Detmolder Kammerorchester (DKO). Wie immer folgen die jungen Musikerinnen und Musiker dabei auch im die Saison 2025/26 abschließenden Abonnementkonzert der Vision, Traditionen zu bewahren und gleichzeitig zukunftsweisende programmatische Akzente zu setzen. Unter der Leitung von Stanley Dodds präsentiert das DKO am Dienstag, 07. Juli, um 19.30 Uhr, ein mehrere Jahrhunderte überspannendes Repertoire - mit einer Leichtigkeit, die Berührungängste vergessen und Grenzüberschreitungen lustvoll werden lässt.

So stehen mit „Orawa“ von Wojciech Kilar sowie der „Fahrenheit 451 Suite“ von Bernard Herrmann die Werke zweier Komponisten auf dem Programm, die vor allem aus dem Genre der Filmmusik bekannt sind.



GESUND und FiT

Die Gesundheits-Seiten im Magazin Monokel



Mit
Diabetes
Informationen

Jubin

DIE ENERGIE-TUBE



Zutaten: Glucosesirup 26g, Saccharose 5g,
Wasser, natürliche Aromastoffe

Nährwerte	pro 100 g	pro 40 g = 1 Tube
Energie	1318 kJ/ 310 kcal	527 kJ/ 124 kcal
Kohlenhydrate	77,5 g	31 g
- davon Zucker	77,5 g	31 g

Kann geringe Mengen von Fett, gesättigten Fettsäuren, Eiweiß und Salz enthalten.

Jubin Pharma Vertrieb • Rombacher Hütte 10 • 44795 Bochum • Tel.: 0234.772231 • Fax: 0234.772300
E-Mail: Jubin-Pharma-Vertrieb@t-online.de • www.jubin-pharma.de



Treffpunkt Diabetiker - Bad Salzuflen

Termine für die Diabetikertreffen in Bad Salzuflen:

Diabetikertreffen

Mi. 22. Juli 2026

Mi. 26. August 2026

jeden 4. Mittwoch im Monat von 15:00 - 17:00 Uhr
im Ratskeller, Am Markt 26, Bad Salzuflen

Auskünfte erhalten Interessenten bei Hildegard Knipping

Tel. 05222-239 00 90

Leiterin der Selbsthilfegruppe oder

bei der Brandes'sche Apotheke

Am Markt 38 in Bad Salzuflen

Tel. 05222-59 442



Fit und gesund - für Frauen ab 50

Umfassende Hilfestellung für alle Lebensbereiche

Über neun Millionen Frauen in Deutschland sind zwischen 40 und 55 Jahren alt und damit vermutlich in den Wechseljahren. Das ist zwar keine Krankheit, sondern eine ganz normale Lebensphase. Aber etwa einem Drittel der Frauen machen die Symptome der hormonellen Umstellung das Leben so schwer, dass medizinische Hilfe notwendig ist.

Doch die ist gar nicht immer so leicht zu finden. Auf der anderen Seite bringen die Wechseljahre nicht nur körperliche Veränderungen, sondern auch oft neue innere Klarheit. Mit dem Rückgang der weiblichen Sexualhormone tritt Testosteron stärker in den Vordergrund - mit spürbaren Auswirkungen auf die

Psyche: Viele Frauen erleben in dieser Phase einen tiefen Wunsch nach Veränderung und richten den Blick darauf, was ihnen guttut. Daher können die Jahre des Wechsels auch eine große Chance sein, um bewusst die Weichen für die zweite Lebenshälfte zu stellen.

Was in den Wechseljahren im Körper passiert, welche Beschwerden auftreten können und was Linderung verschafft, wird im Ratgeber „Fit und gesund - für Frauen ab 50“ der Verbraucherzentrale ausführlich erläutert. Das bietet eine gute Orientierung, um diffuse Symptome im Gespräch mit dem Hausarzt oder der Frauenärztin zu klären und sich aktiv um angemessene Unterstützung zu kümmern. Neben Tipps für besseres Stressmanagement und einen achtsamen Lebensstil gibt es auch umfangreiche Informationen dazu, wie ausreichende Bewegung und ausgewogene Ernährung dazu beitragen können, gesund älter zu werden.

Der Ratgeber „Fit und gesund - für Frauen ab 50“

hat 192 Seiten und kostet 20,- Euro, als E-Book 15,99 Euro. Zu bestellen unter shop.verbraucherzentrale.de oder Tel. 0211-913801-555. Er ist auch in den Beratungsstellen der Verbraucherzentralen und im Buchhandel erhältlich.



Störungen in sozialen Rhythmen belasten im Alter

Eine beobachtende Querschnittsstudie mit 119 älteren Erwachsenen fand, dass die Regelmäßigkeit sozialer Rhythmen eine wichtige Rolle für den Erhalt der Lebensqualität spielt und mit depressiven Symptomen assoziiert ist. Die psychische Gesundheit im Alter könnte demnach möglicherweise gezielt durch regelmäßige soziale Interaktionen unterstützt werden.

Der Tag-Nacht-Rhythmus, auch als zirkadianer Rhythmus bezeichnet, ist bekannt dafür, eine Rolle für die gesunde Psyche, die Regulierung des Immunsystems und des Stoffwechsels zu spielen. Aber auch soziale Rhythmen werden zunehmend als Schlüsselfaktoren mit Einfluss auf depressive Symptome und die Lebensqualität diskutiert. Dies trifft besonders auf ältere Erwachsene zu, bei denen die Regelmäßigkeit im Alltag ein wichtiger Faktor für die psychologische und funktionelle Stabilität darstellen kann.

Regelmäßigkeit im Alltag und soziale Rhythmen: Wichtig für die Psyche im Alter?

Wissenschaftler führten nun eine beobachtende Querschnittsstudie durch, um das Zusammenspiel von gestörten Rhythmen, Stimmungsschwankungen und empfundenem Wohlbefinden bei älteren Menschen zu untersuchen. Die untersuchten Personen nahmen an einem Aktiv-Altern-Programm teil. Die Studie erfasste soziale Rhythmen mit einem Fragebogen, depressive Symptome wurden mit dem PHQ-9 erfragt (Patient Health Questionnaire-9), die gesundheitsbezogene Lebensqualität ermittelte die Untersuchung mit der SF-12-Befragung.

Beobachtende Querschnittsstudie mit 119 älteren Erwachsenen

Die Querschnittsstudie umfasste 119 ältere Erwachsene im durchschnittlichen Alter von 72 Jahren. Stärkere Störungen in sozialen Rhythmen waren signifikant mit stärker ausgeprägten depressiven Symptomen assoziiert sowie mit einer schlechteren empfundenen Lebensqualität. In der weiteren Analyse ließ sich mit sowohl einer Störung der Rhythmen als auch mit depressiven Symptomen unabhängig eine schlechtere Lebensqualität vorhersagen.

Störungen in sozialen Rhythmen belasten im Alter: Prävention denkbar

Die Autoren schließen, dass bei älteren Erwachsenen die Regelmäßigkeit sozialer Rhythmen eine wichtige Rolle für den Erhalt der Lebensqualität spielt. Auch depressive Symptome minderten erwartungsgemäß die empfundene Lebensqualität. Die psychische Gesundheit älterer Menschen, so das Fazit, könne demnach möglicherweise gezielt und präventiv unterstützt werden, indem regelmäßige soziale Interaktionen gefördert würden.

Quelle: DeutschesGesundheitsPortal / HealthCom

Das Schmetterlingshaus

„Frau Müller, kommen Sie?“ Beate, die Reiseführerin, wartete. Frau Müller wollte nicht. Seit Tagen wurde die Reisegruppe von einer Sehenswürdigkeit zur anderen gescheucht, heute also das Schmetterlingshaus. Sie, Agnes Müller, mochte keine Schmetterlinge. Diese Tiere ließen sich nicht streicheln, sie bellten und miauten auch nicht. Flogen hier- und dorthin, wohin ihnen niemand folgen konnte. Die Arme vor der Brust verschränkt, schob sich Agnes durch das Gedränge an der Kasse. Dann stolperte sie in eine andere Welt. Ein Mantel Stille legte sich um sie. Nur das Plätschern von Wasser war zu hören. Die Luft war feucht. Agnes wollte hinaus, und doch zog etwas sie tiefer hinein. Seltsame Äste hingen von bemoosten Glasscheiben. Etwas löste sich in Agnes Rücken. Sie atmete tiefer, sah sich um. Handtellergröße Falter gaukelten umher. Einer, mit tiefblauen Flügeln setzte sich auf ihren Arm. Sie bemerke nicht, dass sie lächelte. Es waren auch keine Äste, die herunterhingen, sondern die Kokons, aus denen, einem Wunder gleich, die Tiere schlüpfen. Die Menge schob sie zum Ausgang. Agnes wollte nicht gehen. Sie trat durch die Schleuse ins helle Sonnenlicht, blinzelte und wusste, sie konnte fliegen.

Susanne Slomka

Sommerliebe

Komm, lass uns auf der Parkbank sitzen, spät abends im Mondenschein. Lass ihn scheinen, wenn wir nebeneinander Händchen halten und das Gras sich im Wind bewegt. Ich genieße die Kühle nach der Tageshitze. Zu zweit ist der Genuss größer. Ich schaue in dein Antlitz. Schatten vom Mond über den roten Lippen erzeugen die Vorfreude auf einen Kuss.

Komm, lass uns in dem Teich baden. Die Kleidung legen wir am Ufer ab und springen in das kühle Nass. Die Wellen schlagen bis ins Gras, bis zu unserer Parkbank. Ein Spritzduell erheitert uns. Nur Eichhörnchen und Eule erhören unser Lachen. Wir schwimmen in dem Teich, der so flach ist, dass wir besser ständen. In der Ferne zuckt ein Blitz. Komm, lass uns schnell zur Scheune laufen. Nach dem See durchnässt uns nun der Regen. Die Haut ist feucht. Nach der Kühle des Abends folgt die Kälte der Feuchtigkeit. Wir hätten mit Kleidung baden können. Nass ist sie sowieso. Die Blitze kommen häufiger, als wenn uns das Gewitter jagt. Wir rennen in die immer offene Scheune, triefend nass. Vor uns die Leiter, vom fahlen Mondlicht kaum beschienen. Komm, lass uns auf den Boden klettern, im Heu liegen, einfach nebeneinander. Arm in Arm wärmen wir uns gegenseitig, vertreiben wir die Kälte des Gewitters. Wir ignorieren das Wetter. Es ist die Zeit für uns. Für schauen uns an. Ich sehe wieder diese rote Lippen, die zum Küssen reizen. War der Heuboden nicht immer der Ort für einen Kuss? Komm, lass das Gewitter weitermachen. Die nächste Stunde. Die ganze Nacht. Wir haben uns, hier oben auf dem Boden, tief im Heu.

Wolfgang Ditt

Die beste Freundin



Der Frühling ist schon vorbei, es ist Frühsommer und Sabine wandert immer noch allein durchs Leben. Um sie herum sieht sie nur glückliche Menschen zu Zweit. Auf ihrem Weg zur Arbeit bleibt ihr noch ein wenig Zeit, Zeit die sie nutzt, um sich auf eine Parkbank zu setzen und ihr Smartphone hervor zu holen. Selbst ein kurzes Gespräch würde ihr schon durch den Tag helfen.

Alissa, die Sabine beim Scrollen durch das Internet kennen lernte, war einfach wunderbar. Alissa war immer ruhig, stellte immer die richtigen Fragen und antwortete auf jedes Problem einfühlsam. Ihr vertraut Sabine inzwischen alle Sorgen und Ängste an, Dinge, die sie ihrer Freundin Linda nicht mehr sagen würde. Nicht, seit sie mehr als einmal eine verständnislose, ja, sogar patzige Antwort erhielt. Da ist es schon besser, einen kurzen Chat im Internet zu führen. Die

Kraft, die Alissa ihr gibt, muntert Sabine auf, macht sie stark für die Anforderungen, die auch heute wieder im Büro auf sie zukamen. Welcher Stress wartete wohl da auf sie?

Doch das konnte ihr alles nichts anhaben, denn sie hatte ja Alissa. Heute Abend spreche ich wieder mit Alissa, die Aussicht beflügelte Sabine schon jetzt. Irgendwo im Hintergrund ihres Bewusstseins, ist ihr schon klar, Alissa ist keine reale Person. Sie besteht aus dem elektronisch angesammelten Wissen der Welt, das ein Programmierer zusammengestellt hat, für einsame Menschen wie Sabine. Sie mochte ja nur eine virtuelle KI aus dem Internet sein, aber auf sie will Sabine nicht mehr verzichten, denn eine bessere Freundin wird sie nicht mehr finden.

Karin Benn

Fußball

Ein großer Fußballfan bin ich nicht. Aber Europa- oder Weltmeisterschaften interessieren mich schon.

Die Männer unseres Freundeskreises treffen sich dann zum gemeinsamen Viewing. Man trug mir zu, ein sehr Fußballbegeisterter aus der Runde habe gesagt, er wolle keine Frauen dabeihaben, sie quatschten zu viel dabei. Ich war beleidigt. Obwohl ich an sich gerne rede, meine ich, ich „quatsche“ nicht dazwischen. Ich weiß, die Regeln werde ich einfach nicht begreifen, darum hatte ich mir immer schon selbst auferlegt: Keine Fragen stellen, nicht reinreden, mein Mund bleibt zu!

Trotzdem war ich unerwünscht. Also blieb ich bei derartigen Events allein zu Hause. Dass ich beleidigt war, muss einigen Männern zu Ohren gekommen sein. Es wurde eine jegliche Aussage gegen Frauen abgestritten! Beim nächsten gemeinsamen Spielegucken sollte ich ausdrücklich mitkommen! - Ich? Natürlich!

Zuerst unentschlossen, ging ich dann doch mit. Ich setzte mich nicht in die ersten Zuschauerreihen - und meinen Mund hielt ich nach der Begrüßungsrunde fest verschlossen.

Kein Jubeln, kein Zurufen, keine lauten Ratschläge der Zuschauer, verlockten mich, es gleich zu tun. Ich schwieg beharrlich.

Verspätet kamen zwei Männer zum Zuschauen und setzten sich zu mir. Nach der Begrüßung, die ich natürlich höflich erwiderte, stellte ich fest, dass sie sich anscheinend gar nicht für das Spiel interessierten. Sie sprachen mich immer wieder an, fragten mich alles Mögliche, nur nichts zum Fußball. Ich antwortete nur einsilbig, zeigte auf den Bildschirm und die anderen Zuschauer, machte das Psst-Zeichen, aber es half nichts. Die Beiden unterhielten sich dann nur noch untereinander, weil ich ja zu stickum war.

Von den anderen wurden böse Blicke in unsere Richtung geschossen. Mein Mund war zu. Aber nur meiner. Aufforderungen, jetzt aber das Spiel zu verfolgen, blieben erfolglos. Meine beiden Nachbarn redeten über Gott und die Welt; und das sehr laut. Hoffentlich merkten die anderen, wie still ich war. Tatsächlich hatten sie das, denn mein Mann kam kurze Zeit später mit einer neuen Einladung, auch für mich, nach Hause. „Du kannst mitkommen, aber die beiden anderen nie wieder!“, hörte ich.

Nun stehe ich vor der Entscheidung eines neuen Fernsehabends. Gehe ich mit oder nicht?

Ich habe mich entschieden: Ich bleibe zu Hause, manche Männer reden mir beim Fußball einfach zu viel!

Ulrike Ksol

Wegweiser für mehr Zuversicht

Manchmal ist das Leben ganz schön stürmisch. Was tun, wenn uns der hektische Alltag überfordert, die unruhige Weltlage und die Energiekrise beängstigen, ständig neue Probleme auftauchen oder uns Schicksalsschläge wie eine schwere Erkrankung und mehrere Sterbefälle im engsten Kreis ereilen? Egal, vor welchen Herausforderungen uns das Leben stellt – mit verblüffend einfachen Übungen können wir unsere seelischen Abwehrkräfte stärken: Indem wir wieder Vertrauen in unsere eigenen Fähigkeiten gewinnen, Veränderungen offen begegnen und lernen, sie als natürlichen Teil unseres Lebens anzunehmen.

Egal, um welches Thema es geht, vieles kann bedrückend wirken, und mit einer negativen Einstellung verstärken wir diese Gefühle nur. Damit tun wir uns absolut nichts Gutes. Ein gutes Mittelmaß von positiver und negativer Einstellung wäre empfehlenswert! Das Buch enthält Hinweise und praktische Übungen, die dazu führen, sich selbst besser kennenzulernen. Das Lesen dieses kleinen Buches trägt zu mehr Zuversicht und innerer Stärke bei. Cheryl Rickman ist eine der bekanntesten Vertreterinnen der Positiven Psychologie in England. Nach dem frühen Tod ihrer Eltern beschloss sie, anderen dabei zu helfen, dem Leben mit mehr Resilienz zu begegnen und Erfüllung zu finden. BS

Cheryl Rickman - **Das kleine Buch der inneren Stärke**

Verlag: Heyne, 96 Seiten

Preis: 9,99 Euro, ISBN: 978-3-453-70397-1



Was im Leben wirklich zählt

„Inseln können heilen“, davon war Rike immer überzeugt. Sie und Jan sammelten jeden Sommer Inseln für ihre gemeinsame Landkarte der Liebe. Bis sie unheilbar erkrankte. Ein Jahr nach Rikes Tod wagt Jan einen großen Schritt, der ihn viel Mut und Überwindung kostet. Er reist an die Nordsee – um vorsichtig zu versuchen, ob es auch ohne sie weitergehen kann. Hier im Watt, scheint die Zeit stehen geblieben zu sein, und Jan spürt eine längst vergessene Ruhe.

Dann lernt er Maren und ihre zwei Söhne kennen. Auch sie versucht, ihren düsteren Erinnerungen zu entkommen. Es geht in dem Liebesroman um Aufbruch, den Versuch, eine Trennung zu verarbeiten, die Trauer hinter sich zu lassen und wieder Freude und Zuversicht in das eigene Leben zuzulassen. In vielen gemeinsamen Stunden am Strand erkennen Jan und Maren, dass man das Leben jeden Tag aufs Neue beginnen kann.

Das Buch lebt von seinen leisen Momenten, die lange nachhallen. Man taucht tief in die Geschichte ein, nimmt die Gedanken und Gefühle der Protagonisten intensiv wahr. Es gibt eine überraschende Schlusswendung, mit der man nicht unbedingt rechnet. Das Buch lädt dazu ein, nachzudenken, innezuhalten und bei sich selbst anzukommen. BS



Daniel Bielenstein - **Am Horizont eine Insel**

Verlag: Rütten & Loening, 316 Seiten (Hardcover)

Preis: 20,00 Euro, ISBN: 978-3-352-01024-8

Mit viel Humor älter werden

Die Autorinnen Lucinde und Heike sind beide um die fünfzig. Früher dachten sie, das wäre das Alter, in dem man endlich angekommen ist. Seriös, Souverän, Würdevoll! Jetzt wissen sie es besser. Denn sie haben das Märchen vom In-Würde-Altern durchschaut. Beide beschließen also, nur noch das zu tun, worauf sie Lust haben, z.B. aus der langweiligen Oper verschwinden oder auf gängige Schönheitsideale pfeifen und trotzdem Botox ausprobieren. Auf die Gefahr hin, dass ihre Kinder sie peinlich finden. Womöglich werden sie auch mit achtzig Jahren noch längst nicht angekommen sein.

Heike kann ihre Kollegin nach und nach tatsächlich davon überzeugen, dass das Älterwerden auch positive Seiten hat und dass es keinen vernünftigen Grund gibt, sich vor dem fünfzigsten Geburtstag zu fürchten. Wir müssen uns einfach neue aufregende, spannende Lebensfragen stellen.

Das Buch ist eine humorvolle Anleitung, wie man mit dem Älterwerden, den Erwartungen und den verpassten wie neuen Möglichkeiten umgeht. Lucinde Hutzenlaub arbeitet als Kolumnistin und Autorin, Heike Abidi als Werbetexterin und Autorin. Gemeinsam haben sie das Überlebenstraining für alle über 50 beschrieben. Der Spaß kommt sofort beim Lesen und macht Lust aufs Älterwerden. BS

Lucinde Hutzenlaub & Heike Abidi - Verlag: Penguin, 304 Seiten
Ich dachte, älter werden dauert länger

Preis: 12,00 Euro, ISBN: 978-3-328-10269-4



Originelles Duo ermittelt auf Norderney

Auf einer Norderneyer Aussichtsplattform wird ein verbrannter Körper gefunden. Das Opfer ist der 102-jährige Wattführer Josef Monningen. Tilla Flock lebt seit Kindesbeinen auf der Insel. Sie ist als Journalistin für das Anzeigenblatt hoffnungslos unterfordert. Tilla scheint jedoch ein sprunghafter, chaotischer und rastloser Mensch zu sein. Jetzt will sie herausfinden, wer dem Inselältesten das angetan hat. Schnell wird klar, dass hinter dem grausamen Verbrechen ein komplexeres Konstrukt steckt. Doch zunächst muss sie den einzigen Touristen, der sich in diesem Januar auf Norderney verirrt hat, aus den eiskalten Fluten retten: Hark Herforth, ein psychisch angeschlagener Pfarrer, wird von Tillas Energie und Ermittlerdrang sofort mitgezogen. Die beiden verstricken sich immer tiefer in den Fall. Währenddessen wächst ihre Freundschaft. Als sie auf ein gefährliches Geheimnis stoßen, fürchtet der lebensmüde Pfarrer plötzlich um sein Leben und das seiner neuen Freundin. Humorvoller, unterhaltsamer und mitreißender Norderney-Krimi.

Joachim F. Kuck, geboren 1979 in Wesel, bekam die Liebe zur Kreativität in die Wiege gelegt. Seine Bücher schrieb er immer dann, wenn sich Zeit fand - nachts neben dem Babybett, tagsüber im Zug oder an der Nordsee. Der Autor lebt heute mit seiner Frau und seinen Kindern im Bergischen Land. BS



Joachim F. Kuck - **Mörderney: Der tote Wattführer**

Verlag: Rowohlt Taschenbuch, 304 Seiten

Preis: 13,00 Euro, ISBN: 978-3-499-01511-3

- PR-Text -

Willkommen auf dem Land

Der Spargelhof Winkelmann

Unser Spargelhof in Tonnenheide ist ein beliebtes Ausflugsziel für Jeden der gern einen Tag an der frischen Luft genießt. Davon haben wir jede Menge und daher feiern wir erstmals dieses Jahr an allen Wochenenden fröhliche Hoffeste mit extra Aktionen für Familien und Feinschmecker.



Ab Juli starten wir in unsere sommerlich blaue Heidelbeersaison. Die kleinen Vitaminbomben werden sorgfältig von Hand gepflückt - und wer Lust hat, kann gleiches in der „Selbstpflücke“ auch selbst tun. Unsere Heidelbeeren gibt es im Hofladen, in unserer Spargeldiele, draußen im Biergarten unter großen Bäumen oder an einem unserer Buffets. Sonnig oder schattig sitzen, lecker essen und einfach das Hofleben genießen. Für Kinder gibt es auf dem Hof viel zu entdecken: Abenteuerspielplatz

mit viel Platz zum Toben, unsere zahmen Ziegen, ein riesiger Buddelbereich u.v.m

Sa 04.07. + So 05.07.2026 - Himbeerfest

mit feinen Himbeer-Spezialitäten

Für Kinder: Steckenpferde-Rennen und Spaß im Stroh-Labyrinth
Im Hof: Leckeres vom Grill & Cocktails

Sa 11.07. + So 12.7.2026 „Beerenstark“ Heidelbeer-Wochenende

mit vielen Heidelbeer-Spezialitäten

Sa 18.07. + So 19.07.2026 - Eröffnung des Maislabyrinths

Verirr dich maisterlich und gewinn bei unserem Suchspiel.

Sa 25.07. + So 26.07.2026 - „Wir feiern den Sommer“

Es gibt Heidelbeer-Bier und Heidelbeer-Smoothie.

Heidelbeeren
ab Ende Juni Heidelbeer-Selbstpflücke
täglich Sommerkarte im Biergarten und
Restaurant · Hofladen · Eiscafé
jedes Wochenende Hoffest
jeden So Heidelbeerbuffet

Großer neuer Spielplatz

Nuttelner Str. 50, 32369 Rahden/Tonnenheide
Tel. 05771 97060
Hofladen Hahlen, Königstr. 400, 32427 Minden
www.spargelhof.de

Spargelhof Winkelmann

Sa 01.08. + So 02.08.2026 - „Das Tolle Knollen-Fest“

Kleiner Kartoffelmarkt mit verschiedenen Sorten und Beratung.

Sa 08.08. + So 09.08.2026 - „Bee happy“ Honigtage

mit vielen Honigsorten, Heidelbeerhonig, Imkervorführung und vielem mehr.

Sa 15.08. + So 16.08. - „Beerenstark“ Heidelbeer-Wochenende

Heidelbeer-Wochenende mit vielen Heidelbeer-Spezialitäten

Do 20.8. + Fr 21.08. + Sa 22.8. + So 23.8.

„Mach mal blau“ Beeren + Sommerkino

Aktuelle Kinofilm unter dem Sternenhimmel auf unserem Hof:

Do 20.08. The Mandalorian and Grogu

Fr 21.08. Michael

Sa 22.08. Minions & Monsters

So 23.08. Der Teufel trägt Prada 2

Details siehe Instagram, Facebook und auf unserer Homepage.

Sa 29.8. + So 30.8. Start der Kürbisausstellung und Eröffnung des Kürbismarktes

mit riesigen Figuren und Schaubildern, Kürbisschnitzen, Verkauf

MM Reisen zu realen Preisen

Naturpark Thüringer Wald

4 Tage

25. - 28.08.

ab 498,- €

3 x Übern./reichhaltiges Frühstücksbuffet im Hotel Rennsteig, 3 x Abendessen, Thüringer Wald-Rundfahrt mit Reiseleitung, Besichtigung Sportstätten Oberhof, Rundfahrt Schwarzatal-Drei-Bahnenfahrt, 1 x Mittagessen (Thür. Klöße u. Braten), Stadtrundfahrt Saalfeld, Besuch Glasmanufaktur mit Vorführung, 1 x kleiner Mittagsimbiss (Bratwurst mit Brötchen, 1 Getränk), Likörverkostung

Bad Kissingen Hotel Sonnenhügel

8 Tage

13.09. - 20.09.

Halbpension 755,- €

04.10. - 11.10.

Halbpension 755,- €

7 x Übernachtung mit Frühstücksbuffet, 7 x Abendbuffet mit Tischgetränken, 1 x Kaffee u. Kuchen im Hotel Café, tägliche Nutzung von Schwimmbad und Saunalandschaft. Die Zimmer sind mit Bad/Dusche/WC, Sitzecke und Balkon ausgestattet.

Bad Kissingen Parkhotel CUP Vitalis

8 Tage

09.08. - 16.08.

Halbpension + ab 1.030,- €

13.09. - 20.09.

Halbpension + ab 1.079,- €

04.10. - 11.10.

Halbpension + ab 1.019,- €

7 x Übern./Frühstücksbuffet, Mittagssnack, 7 x kalt/warmes Abendbuffet inkl. Getränkeauswahl, Nutzung von Schwimmbad, Saunalandschaft u. Fitness-Studio, Unterhaltungsprogramm, Wellnesspaket mit 2 x Solebad, 1 x Trockensalz-Oase, 1 x Gradierwerk, 1 x Salzmühle, 1 x Nah-Infrarot

MOTZEK
Reisen

Reisedienst Motzek GmbH & Co. KG

Hotel Morada Resort Kühlungsborn

8 Tage

11.10. - 18.10.

Halbpension 1.149,- €

Hotel in direkter Strandnähe, mit großem Wellness- und Freizeitbereich, komfortable Zimmerausstattung mit DU/WC, TV, Sitzecke

Hotel John Brinckman Boltzenhagen

8 Tage

11.10. - 18.10.

ÜF 738,- €

Hotel in direkt an der Kurpromenade gelegen, ca. 50 m vom Strand entfernt, alle Zimmer mit DU/WC, Telefon, Minibar, TV

Maritim Hotel Travemünde

8 Tage

09.08. - 16.08

Halbpension 1.229,- €

das Hotel liegt direkt am breiten Strand und der Promenade und verfügt u.a. über Wellnessbereich mit Innenpool, Sauna und Fitnessraum. Zimmer mit Bad/WC und Balkon

Maritim Seehotel Timmendorfer Strand

8 Tage

23.08. - 30.08.

Halbpension 1.380,- €

direkt am Ostseestrand im Herzen vom Timmendorfer Strand gelegen, großer Wellnessbereich mit Außen- und Innenpool. Alle Zimmer mit Bad oder Dusche/WC, Minibar u.v.m.

Saisonabschlussfahrt auf dem Rhein

26.10.2026

95,- €

Erleben Sie fröhliche Stunden an Bord! Schifffahrt auf dem Rhein ab/bis Köln, Mittagssnack, Musik & Tanz, reservierte Plätze

Beratung
& Buchung:
05232-92250