Ausgabe Nr. 60

Lippe Reporter

Menschen der Region

Gold ist wie Silber nur später!

Die Vantasten feiern
Ihr 40-jähriges Bühnenjubiläum

Wie kriege ich mein Fett am Bauch weg?

Ein Tipp von Meinolf Krome

Die Hölle ist leer

Krimiautor Joachim H. Peters

Urlaubsfeeling für Zuhause

Eine Auszeit im Badeteich

Leidenschaftlich. Lecker. Leben.

Ein Besuch bei Vino è Vita

u.v.m.

Alexandra Blum

Mit Sympathie und Sachverstand

www.reporter-lippe.de

MENKE GRUPPE
PADERBORN
FACHKOMPETENZ
RUND UMS ROHR
Rohrreinigung
Kanal-TV-Untersuchung
Dichtheitsprüfung
Wasserschaden
Rohrbruch
24h
Notdienst
05231 / 568 19 19
www.menke-abwasser.de

Ich mache mir jetzt erstmal einen Tee…

Mir ist es in der letzten Zeit viel zu turbulent. Nicht nur, dass uns die durchdigitalisierte Welt ständig von A nach B scheucht und wahrhaftig zwingt, auf alle Ereignisse nahezu sofort zu reagieren, wir werden dazu auch noch einem ganz neuen Stresspegel ausgesetzt, den wir so noch nicht kannten. Mir wurde vor Kurzem klar, dass jeder Tag meines Lebens mit dem Gedanken anfängt: „Hauptsache, ich kriege es alles fertig," und endet mit: „Ich habe wieder nicht alles geschafft, was ich eigentlich wollte." Haben Sie nicht auch das Gefühl, dass sich das Lebenstempo von Jahr zu Jahr irgendwie potenziert?

Es ist schwierig, dieser Tendenz auszuweichen. Entspannung, Ruhepausen oder sogar Urlaub werden manchmal als etwas Unsolides, Falsches angesehen. Manche Menschen tragen es sogar mit Stolz vor sich her, dass sie zum Ausruhen keine Zeit haben.

Ich bin nicht jemand, der ständig jammert, dass früher alles besser war. Aber eins gibt es schon, was ich aus der Zeit der Achtziger und Neunziger vermisse. Es gab kein Internet, keine Handys, selbst das einfache Telefon hatte zu Hause nicht jeder. Das soziale Netzwerk war nicht online, sondern fand in der Dorfkneipe oder beim Friseur statt. All die vielen digitalen Erfindungen ermöglichen eine blitzschnelle Gewinnung und Weitergabe von Unmengen an Informationen. Gleichzeitig können wir auch mit hunderten Menschen im permanenten Kontakt sein. Auch hier prasseln unkontrolliert Mengen an Daten und Informationen auf uns ein. Wir werden in ein Hamsterrad hineingezogen, weil wir uns verpflichtet fühlen, auf jeden dieser Impulse zu reagieren. Die Zeit läuft und wir wollen es schaffen, alle zu bedienen. Wir wollen alle Nachrichten lesen und sofort beantworten, im Netzt alles kommentieren.

Aber egal was wir machen, der Tag hat nun mal nur 24 Stunden. Wir wollen in diese kurze Zeit alles hineinpressen, was nur geht. Somit geht die Quantität vor Qualität und anstatt mit unseren „Kontakten" wertschätzend und persönlich zu kommunizieren, verteilen wir völlig hysterisch „Likes" und kommentieren alles, ob es uns betrifft oder nicht.

Manche werden durch diesen schnellen Lebensstil zu „Fastfood-Opfern" und sind nicht mehr in der Lage, sich ruhig hinzusetzen und das Essen zu genießen. Andere sind nicht im Stande, beim Lesen die Aufmerksamkeit zu bündeln und lassen sich von den vielen tollen neuen Buchtiteln, die man unbedingt gleich danach lesen möchte, schnell ablenken.

Selbst beim Arbeiten versuchen wir alles schnell zu erledigen, weil wir wissen, es wartet schon das Nächste auf uns. Somit verlieren wir den Überblick über unsere Aufgaben, über das, was bereits erledigt ist und was noch fehlt.

Leben Sie jetzt und hier. Versuchen Sie nicht alles bis zum letzten Punkt pingelig zu planen. Und dann auch nur die wichtigsten Dinge. Lassen Sie dem Rest einfach einen natürlichen Lauf und hören Sie auf Ihr inneres Ich. Suchen Sie sich aus, was Sie glücklich macht. Und wenn Sie meinen, dass Sie dafür keine Zeit haben, dann habe ich einen Tipp für Sie, der mich persönlich weiterbrachte: Nehmen Sie sich jeden Morgen ganz bewußt 15 Minuten Zeit nur für sich selbst. Kein Handy, kein Radio, kein Fernsehen, keine Nachrichten, nur eine Tasse Tee in der Hand. Stellen Sie sich am besten ans Fenster, schauen Sie hinaus und nehmen Sie mit jedem kleinen Schluck die Ruhe auf. Also: Einmal anhalten und Tee trinken…

Markéta Teutrine

INHALT

Wo steht was?

Frischer Wind bei Wohnart & Mehr Seite 6
Leidenschaftlich. Lecker. Leben. Seite 8
Mit Joachim H. Peters ist die Hölle leer Seite 10
Wie kriege ich mein Fett am Bauch weg? Seite 14
Traktoren, Hüpfburgen und Musik in Bad Meinberg Seite 16
Wessel und Schulte und die Detmolder Straßenbahn Seite 19
40-jähriges Bühnenjubiläum der Vantasten Seite 24
Das Börsenspiel startet Seite 32
Mini-Solaranlagen schonen den Geldbeutel Seite 35

Herausgeber:
Matthias Teutrine - Druck u. Verlag
Denkmalstr. 11 • 32760 Detmold
Telefon: 05231-927070
info@teutrine.de

Redaktion:
Markéta Teutrine
Katrin Merz
Tom Flügge
redaktion@reporter-lippe.de

Anzeigen:
Marion Meier 05231-9270721
Susanne Rößler 05231-9270723
anzeigen@reporter-lippe.de

Satz und Layout:
Teutrine Medien

Mit Sympathie und Sachverstand

KÜS-Prüfingenieurin Alexandra Blum Seite 36

Schmerzfrei-Kampagne bei Stefanie Kettern Seite 42
Tagungen und Konferenzen im Ambiente der Residenz Seite 44
Im Badezimmer lauern Unfallrisiken Seite 46
Urlaubsfeeling in der eigenen Badeoase Seite 48
Damit im Ernstfall die Handgriffe sitzen Seite 50

Alles auch im Internet: www.reporter-lippe.de

Foto: djd/ermsech-immun.de/Getty Images/skynesher

Immunsystem unterstützen

Tipps für eine ausgewogen arbeitende Körperabwehr

(djd). Unser Immunsystem muss täglich Höchstleistungen vollbringen. Es ist ständig im Einsatz, um unseren Organismus vor Krankheitserregern zu schützen oder diese zu bekämpfen. Ein normal funktionierendes Immunsystem unterstützt den Körper außerdem dabei, nicht überzureagieren, beispielsweise auf ganz natürliche Reize wie Pollen, Nüsse oder Katzenhaare. Umso wichtiger ist es, die Abwehrkräfte zu stärken – auch im Sommer.

Mit ausgewählten Mikronährstoffen das Immunsystem unterstützen

Die Abwehrkräfte lassen sich zudem mit verschiedenen Maßnahmen stärken. So empfehlen Experten unter anderem nur mäßigen Alkoholkonsum, nicht zu rauchen, ausreichende, moderate Bewegung, genügend Schlaf, das Vermeiden von lang andauerndem Stress sowie eine ausgewogene, vitaminreiche Ernährung. „Zur Unterstützung eines normal funktionierenden Immunsystems können Mikronährstoffe sehr wichtig sein", erklärt Dr. Enrico Schramm, Leiter Medizinische Wissenschaften bei Biokanol Pharma. „Da der menschliche Körper eine Vielzahl von Vitaminen und Mineralstoffen nicht selbst bilden kann, müssen diese mit der Nahrung ausreichend zugeführt werden. Ballaststoffreiche Lebensmittel, frisches Obst und Gemüse sollten daher auf dem Speiseplan nicht fehlen. Mit einem Nahrungsergänzungsmittel wie Ermsech Immun kann man seine normale körpereigene Abwehr zusätzlich mit ausgewählten Mikronährstoffen unterstützen." Es enthält die Vitamine C und D3, die Mineralstoffe Zink und Calcium sowie Pflanzenteile von Echinacea purpurea. Der rote Sonnenhut Echinacea purpurea ist eine bekannte Pflanze der Ureinwohner Nordamerikas.

Körper kann Vitamin C nicht speichern

Vitamin C schützt vor oxidativem Stress und trägt ebenso wie Zink und Vitamin D zu einem normal funktionierenden Immunsystem bei. Calcium fördert zusätzlich einen normalen Energiestoffwechsel. Die Mikronährstoff-Kapseln sind in der Apotheke sowie unter www.biokanol-shop.de erhältlich. Da Vitamin C vom Körper nicht gespeichert werden kann, empfiehlt es sich, die Kapseln über den Tag verteilt einzunehmen. Gute Vitamin-C-Lieferanten sind z.B. auch Zitrusfrüchte oder Paprika sowie Sanddorn und Johannisbeeren. Wer sein Immunsystem stärken möchte, sollte außerdem regelmäßig an die frische Luft gehen. Vitamin D kann vom Körper selbst gebildet werden, wenn die Haut genügend Sonnenstrahlen abbekommt. An einem sonnigen Tag genügt bereits etwa eine Viertelstunde in der Sonne, wenn Gesicht, Hände und Unterarme Sonnenkontakt haben.

Anzeige

Frischer Wind (nicht nur) aus Skandinavien

Wohnart & Mehr hat sich neu erfunden

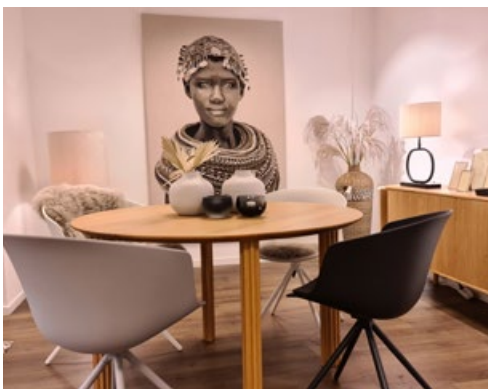
Mr. Watson ist begeistert. Schließlich durfte er jetzt schon seit mehreren Tagen beobachten, wie Beate und Udo Viehmann Kisten ausgepackt, Regale von links nach rechts gerückt und eingeräumt und Sofas und Sessel an Ort und Stelle gestellt haben. Aber jetzt ist alles so, wie es sein soll.

„Na ja, noch nicht ganz", sagt Beate Viehmann kritisch und legt nachdenklich den Kopf schief. „Ich finde immer noch etwas, wo ich hier noch ein bisschen was anders hinstelle oder da noch die Deko ein paar Zentimeter verschiebe. Aber das wird sich vermutlich auch nie ändern." Sie lacht. „Irgendwie ist man nie fertig."

Nachdem Mr. Watson in den Tagen vor der Neueröffnung jeden Tag ein bisschen was im Umbaublog erzählen durfte, hat sich die kleine Schreibtischlampe nun auf einen Sekretär im hinteren Bereich des Ladens in der Bruchstraße verzogen. Sein großer Bruder hingegen erleuchtet nun das Schaufenster, vor dem gerade ein paar Passanten stehen bleiben und hereinschauen. „Das ist so ein schöner Laden", kann man sie von draußen sagen hören, woraufhin Beate Viehmann still, aber sehr stolz lächelt.

Völlig zurecht, schließlich haben sie und ihr Mann Udo in den letzten Wochen viel Mühe und Arbeit in die Umgestaltung gesteckt. „Wir haben alles selbst gemacht. Das neue Konzept entwickelt, gestrichen und alles wieder eingeräumt". Inspirieren ließen sich die beiden in den „3daysofdesign" in Kopenhagen, um frischen Wind in ihren Laden zu bringen.

„Wir sind ja nun schon einige Zeit dabei, da musste das einfach mal sein", begründet Beate Viehmann die Umgestaltung. 22 Jahre ist sie schon dabei, um genau zu sein. Angefangen hat damals alles mit einer kleinen Fläche in einem Blumenladen in Hiddesen mit dem Verkauf von Kleinmöbeln, und Wohnaccessoires. Diesen Laden hat sie dann nach einem



halben Jahr komplett übernommen, weiter ausgebaut und später noch um Mode ergänzt. Nachdem dieser Laden 10 Jahre erfolgreich in Hiddesen lief, stieg man mit der Marke Riviera Maison ganz auf Möbel und Wohnaccessoires um und eröffnete in Paderborn einen grossen Laden, behielt aber in Detmold mit einem kleinen Laden immer ein zweites Standbein bei. 2015 bot sich dann in Detmold in der Bruchstrasse 39 eine grosse Ladenfläche an und so entschloss man sich nur noch in Detmold ein Geschäft weiterzuführen. Damals war Beate Viehmann ein großer Fan der Marke Rivièra Maison. „Was heißt war, ich finde nach wie vor, dass die tolle Möbel machen, allerdings hat sich mein Geschmack geändert, mittlerweile schätze ich einen klaren, geradlinigen Stil, so wie man es bei skandinavischen Möbelherstellern und Inneneinrichtern wie Carl Hansen & Søn, Wendelbo, Muutu, Umage und String Furniture findet", erklärt sie. Und da sie gerne das verkauft, was ihr auch selbst gefällt, war der Tapetenwechsel für sie wichtig und richtig. Die Idee dazu trug sie schon eine ganze Weile mit sich herum. Schließlich fuhren sie und ihr Mann nach Kopenhagen und kamen mit noch mehr Ideen und einem durchdachten Konzept wieder.

Jetzt gibt es im Geschäft helle, klare Wohnsituationen vom Esszimmer über den Wohnbereich bis hin zum Heim-Arbeitsplatz. Allerdings findet man bei„Wohnart & Mehr" nun auch Handtaschen aus Apfelleder der Marke O MY Bag sowie Bekleidung der finnischen Marke ByPias.„Die Handtaschen finde ich so toll, die fühlen sich original wie echtes Leder an und bekommen sogar mit der Zeit die typische Lederpatina."

Allerdings ist nicht alles Skandinavien.„Die niederländische Marke Rivièra Maison ist zwar nicht mehr unsere Hauptmarke, aber nach so einer langen Zeit trennt man sich nicht einfach", sagt Beate Viehmann. Nicht skandinavisch, aber neu im Repertoire sind die Möbel des Detmolder Start-Ups Metallbude.„Die Möbel haben wir auf der M.O.W. gesehen. Der schlichte, geradlinige Stil hat uns sofort angesprochen. Jetzt kooperieren wir mit den jungen Designern. Zwei Generationen Detmolder sozusagen", freut sich Udo Viehmann.

Durch ihre langjährige Erfahrung werden die beiden auch immer wieder für eine Einrichtungsberatungen angefragt, für die komplette Gestaltung von Kundenwohnungen, Häusern oder deren Feriendomizilen.

Von einer Stammkundin der aller ersten Stunde von vor 22 Jahren gab es jetzt zur Wiedereröffnung ein besonderes Geschenk: Eine selbstgebackene Torte mit der Aufschrift: „Wohnart u. Mehr 22".

Ob die 22 nun für 22 Jahre Kundentreue oder für die Eröffnung am 22.09.22 steht, lassen wir an dieser Stelle aber mal offen.

WOHNART & MEHR
Bruchstr. 39
32756 Detmold

Tel. 05231-3021600
www.wohnart-detmold.de

Anzeige

Leidenschaftlich. Lecker. Leben.

Bei Vino é Vita gibt es mehr als Wein

„Habt ihr noch eine Kiste von dem STAFFER Feuerrücken?“ Oliver Specht sieht auf und zieht nachdenklich die Stirn kraus. „Den haben wir in den letzten Tagen sehr gut verkauft, da muss ich gerade nachschauen, kleinen Augenblick bitte“. Der junge Mann nickt. „Kein Problem.“

Kurz darauf kommt Oliver Specht mit einem Karton zurück. „Sie haben Glück, ein paar Flaschen sind noch da. Nachschub ist bereits bestellt. Eine Kiste?“ Der Kunde nickt erneut und geht zufrieden zur Kasse. Wir haben uns währenddessen im Hintergrund gehalten, nun kommt der Inhaber von Vino é Vita auf uns zu. „Den Feuerrücken haben wir seit dem Umzug richtig gut verkauft“, verrät er uns und beginnt von dem Wein zu schwärmen. „Eigentlich bin ich eher ein Weißweinfan, aber den finde auch ich richtig lecker. Der ist feinherb, also weder sehr süß, noch ganz trocken, vollmundig und hat so ein ganz tolles Aroma von Johannisbeere und Waldbeeren. Das ist so ein Wein, den kann man auch einfach mal so für sich genießen. Bei einem Menschen würde man vermutlich sagen, der ist zurückhaltend, aber mit ganz eigenem Charakter.“ Während Oliver Specht voller Begeisterung von dem Wein erzählt, merkt man ihm deutlich an, mit wie viel Herzblut und Leidenschaft er sich damit beschäftigt und wie sehr er liebt, was er tut.

Die Liebe zum Wein hat Oliver Specht vor vielen Jahren auf einer Reise durch die Pfalz entdeckt. „Damals hat mich ein „Riesling Spätlese trocken“ geschmacklich so fasziniert, dass ich Wein ab dem Moment selbst entwickeln wollte. Auf die Liebe zum Pfälzer Wein folgte die Liebe zur Pfalz selbst, sodass er heute ausgezeichnete Beziehungen zu den Winzern dort pflegt. Auch seine eigene Marke „STAFFER“, die nur „Echt – Nur mit Specht“ ist, stammt von Pfälzer Weingütern.

Die Liebe zum Wein ist vielleicht auch ein Grund, warum Vino é Vita umgezogen ist oder vielmehr umziehen musste. Die Begeisterung, mit der Oliver Specht über Wein spricht, ist einfach ansteckend und so ist der Kundenkreis im Laufe der Jahre ganz schön gewachsen. Und damit auch der Bedarf an Lagerfläche den Onlineversand einmal nicht mitgerechnet.

„Jetzt habe ich alles unter einem Dach und die optimale Verknüpfung von on- und offline", freut sich der Geschäftsführer. Dadurch fällt auch der Weg ins Außenlager nach Hörste weg, was ihm wiederum mehr Zeit für seine Kunden verschafft. „Wein ist kein Produkt, bei dem man einfach ins Regal greift, weil mir vielleicht das Etikett gefällt. Jeder Wein hier hat eine Geschichte. Wo kommt er her? Wie wird er angebaut? Zu welchen Gerichten passt er? Und zu dieser Geschichte kommt die Geschichte des Kunden. Was trinkt er gerne für einen Wein? Für welchen Anlass soll der Wein sein? Und das gilt es herauszufinden. Gerne auch durch Probieren. Wir leben sogar davon, dass man unsere Produkte probieren kann", betont er. Das Lernen auch seine drei Auszubildenden. Zwei Kaufleute für E-Commerce und einer für Einzelhandel ergänzen momentan das 16-köpfige Mitarbeiterteam.

An der Stoddartstraße 6a in Detmold-Pivitsheide, direkt neben dem Markant-Markt hat er nun mehr als die doppelte Fläche zur Verfügung als zuvor und kann dadurch auch ein größeres Warenangebot präsentieren. Unabhängig ob trocken, feinherb oder mild, Oliver Specht hat für jeden Geschmack den richtigen Wein parat. Und da Wein und gutes Essen zusammengehören, bekommt man bei Vino é Vita auch verschiedene ausgewählte Spirituosen und Feinkostlebensmittel wie Nudeln, Pesto, hochwertige Olivenöle und Weißweinessige und ganz besondere Lakritzkreationen.

Die Auswahl an verschiedenen Weinen in Kombination mit den Feinkostlebensmitteln, angerichtet in einer liebevoll gestalteten Verpackung ist außerdem ein sehr gutes Rezept für ein Präsent. „Vom kleinen Mitbringsel bis hin zum großen Geschenkkorb für runde Geburtstage oder Firmenfeiern machen wir alles auf Wunsch fertig", erklärt Oliver Specht und blickt zur Kasse, die am neuen Standort um einen Tisch zum Geschenkeeinpacken ergänzt wurde. „Das macht das Gestalten der Präsentkörbe deutlich einfacher. Mit den Kartons, der Geschenkfolie und den Schleifenbändern braucht man nun einmal etwas mehr Platz."

Dass er nur gut 200 Meter umgezogen ist, freut ihn besonders, da er gerne in Pivitsheide bleiben wollte. „Die Pivitsheider haben uns damals so gut adoptiert, da wären wir ungern hier weggegangen", erzählt er.

Der Umzug hat aber noch einen weiteren Vorteil, der auch mit der aktuellen Situation zusammenhängt. „Ich bin energietechnisch hier viel besser aufgestellt, auch wenn ich die Glasfassade schon ein bisschen vermisse. Aber in Bezug auf die Heizkosten ist dieser Standort deutlich nachhaltiger und ressourcenschonender", erläutert er. Auch die Parkplatzsituation ist hier nun deutlich entspannter. Der

Parkplatz selbst soll allerdings noch schöner und vor allem grüner werden. Momentan sind wir bei 73 Prozent davon, wie es mal werden soll", verrät Oliver Specht, „auch wenn es schon relativ komplett aussieht. Aber so ein paar Ideen habe ich noch."

Wenn alles fertig ist, dann sollen auch wieder wie gewohnt Veranstaltungen stattfinden. Bereits jetzt ist im Frühjahr ein großes Winzerevent geplant. Dann wird auch die Einweihung gefeiert. Und sind wir mal ganz ehrlich: Gibt es einen besseren Rahmen?

Weinhandelsgesellschaft Vino è Vita mbH
Stoddartstr. 6a, 32758 Detmold
05232 - 69 11 844 | **www.vinoevita.de**

Zusammen mit Ihnen können wir die Markteinführung des neuen BMW X1 im Oktober kaum erwarten.

Wir, das Salzufler B&K Team freuen uns auf Ihren Besuch.

Um die Fahrfreude als einer der ersten erleben zu können, bestellen Sie Ihren vollelektrischen BMW iX1 jetzt schon bei uns in Bad Salzuflen vor.

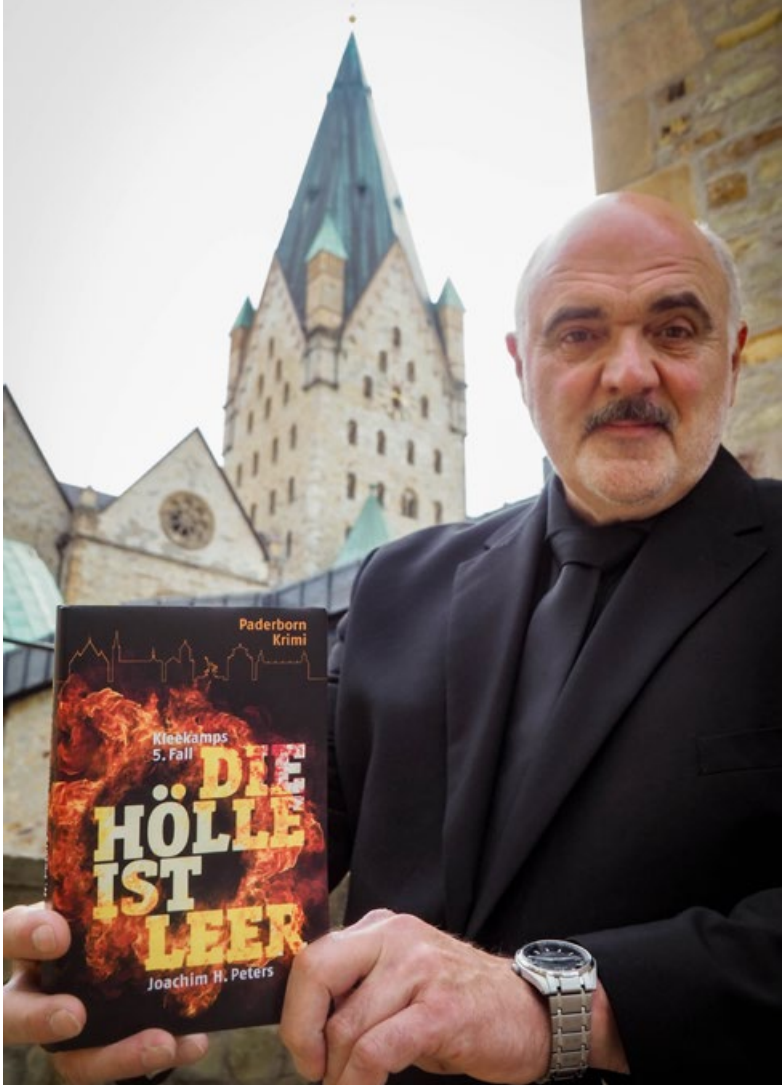
B&K GmbH
Benzstr. 19 · 32108 Bad Salzuflen
Tel 05222. 9265-0
E-Mail badsalzuflen@bundk.de
bundk.de

B&K

Anzeige

Er ist Autor. Krimiautor.

Joachim H. Peters über James Bond, die Polizei und Paderborn



„Jürgen Kleekamp ist der unbeliebteste Polizist in ganz Paderborn", behauptet Joachim H. Peters. „Er wird vermut-lich auch niemals mehr befördert, weil er schon überall angeeckt ist, wo man nur anecken kann", erklärt der Autor. Und er muss es wissen, schließlich stammt die Figur aus seiner Feder.

Jürgen Kleekamp, Held oder besser gesagt Anti-Held der Paderborn-Krimis ist Polizeioberkommissar, Mitte 50 und versieht seinen Dienst bei der Schutzpolizei in Paderborn. Weil er autoritätsresistent, ungepflegt, überge-wichtig, herzkrank, desillusioniert und geschieden ist und zudem ein Alkoholproblem hat, ist er nicht nur bei seinen Kollegen und Vorgesetzten äußerst unbeliebt, sondern auch bei der (fiktiven) Paderborner Bevölkerung nicht gerade als Freund und Helfer bekannt. „Kleekamp ist ein Konglomerat aus allen schlechten Eigenschaften, die mir in 45 Jahren Kollegen beobachten, begegnet sind", verrät Joachim H. Peters. „Ich mag ihn trotzdem." Dass er Jürgen Kleekamp alle negativen Eigenschaften seiner Kollegen gegeben hat, haben diese ihm allerdings nicht übel genommen. Ganz im Gegenteil. „Ich habe mit ‚joa, kann man lesen', sogar das höchste Lob bekommen, was man hier in Ostwestfalen verteilen kann", lacht der gebürtige Gladbecker.

Im Gegensatz zu den fiktiven Paderbornern mögen die realen Paderborner den ostwestfälischen Stinkstiefelkom-missar auch sehr gern, schließlich erscheint mit „Die Hölle ist leer" am 6. Oktober bereits der fünfte Band in der Reihe. Und der hat es in sich, denn eigentlich will Kleekamp nur seiner Nachbarin, einer Lehrerin, einen Gefallen tun und spricht mit einem Schüler von ihr, der ins rechte Milieu ab-zurutschen droht. Am nächsten Tag findet man jedoch die Leiche des Jungen und irgendjemand versucht Kleekamp den Mord anzuhängen. Als weitere Morde geschehen, sind sich Kleekamp und seine Kollegin Natalie Börns sicher, dass sie sehr weit gehen müssen, um die Täter zu stoppen, denn möglicherweise hat Natalie in New York nicht nur einen Anschlag vereitelt, sondern die Terroristen auch auf sich aufmerksam gemacht.

„Der Kreis der potenziellen Täter ist natürlich groß, schließlich hat sich Kleekamp so einige Feinde in Paderborn gemacht", erklärt Joachim H. Peters und es klingt fast ein bisschen ge-mein, mit welcher Freude er seine Figuren leiden lässt. Dabei hatte Joachim H. Peters zu Schulzeiten mit dem Schreiben so gar nichts am Hut. „Wenn meine damaligen Lehrer das heute wüssten ...", er lacht. „Damals habe ich mich gerne sehr kurz gefasst." Die Liebe zum Krimi hingegen war irgendwie schon immer da. „Seitdem ich meinen ersten James Bond-Film gesehen hatte", erinnert er sich zurück.

Kriminalfälle begleiten den gebürtigen Gladbecker bereits sein ganzes Leben lang.

Nach der Schule, die er nicht spannend genug fand, wurde es Zeit für ein bisschen mehr Aufregung. Joachim H. Peters wurde Polizeiwachtmeister. Zunächst in Oberhausen und im Kreis Recklinghausen, später ging es dann ins Lipperland.

„Als ich 1975 Polizist wurde, waren das ganz andere Zeiten", sagt er. „Das Gladbecker Geiseldrama habe ich damals haut-nah mitbekommen. Zum Glück hat sich die Polizeiarbeit stetig weiterentwickelt, wobei die Beamtinnen und Beam-ten heutzutage mit ganz anderen Problemen zu kämpfen haben. Einfacher ist es definitiv nicht geworden", lautet sein Resümee. Eines hat sich aber definitiv nicht geändert: „Jeder Polizist möchte den Sachverhalt oder die Straftat, mit der er zu tun hat, aufklären." Auch wenn man dabei manchmal in tiefe menschliche Abgründe blickt. „Im Laufe der Zeit hat man es bei der Polizei mit Räubern, Mördern, Entführern, Pädophilen zu tun und man sieht es den Menschen einfach

nicht an. Das klassische Beispiel ist wahrscheinlich der treu sorgende Familienvater, der sich heimlich Kinderpornos herunterlädt. Man schaut den Menschen wirklich nur vor den Kopf", erklärt Joachim H. Peters. Vielleicht ist es da nicht so verwunderlich, dass manche Polizisten desillusioniert werden. Natürlich nicht so extrem wie Kleekamp.

„In Krimis, ganz egal ob als Buch oder im Film geht es nicht nur darum, dass ein Fall gelöst wird, sondern auch um die handelnden Figuren an sich. Ich hätte es aus Kleekamp auch einen absoluten Musterpolizisten machen können, der immer den richtigen Geistesblitz hat, sich jederzeit anständig gegenüber seinen Kollegen verhält und ein durch und durch netter und höflicher Mensch ist.

Das ist aber langweilig, das will keiner lesen und ich möchte das nicht schreiben.

Eigentlich ist Kleekamp ein furchtbar unsympathischer Zeitgenosse, aber genau das macht den Reiz der Figur aus. Polizisten, und das machen Krimis sehr deutlich, sind eben auch nur Menschen", erklärt der Autor. „Warum die Kommissare allerdings ständig Alleingänge machen oder in fast jedem Film was miteinander anfangen, weiß ich auch nicht."

Wenn Joachim H. Peters schreibt, dann weiß er den Anfang und das Ende, was dazwischen passiert, ergibt sich im Laufe des Schreibprozesses.

„Manchmal habe ich eine Idee, in welche Richtung es gehen könnte, aber dann zeigt mir Kleekamp, dass er einen ganz anderen Weg einschlagen möchte und so entwickelt sich das dann", verrät er. Wobei der Schreibprozess am jeweiligen Text nicht immer gleich verläuft. Manchmal ist ein Text innerhalb von acht Wochen heruntergeschrieben, manchmal wird ein Text aber auch ein paar Wochen zur Seite gelegt, weil Joachim H. Peters die Ideen zum Weiterschreiben fehlen.

„Dann nehme ich mir irgendwann das Manuskript wieder vor und entweder habe ich dann eine zündende Idee oder ich denke‚du liebe Güte, was hast du denn da geschrieben'. Dann lösche ich auch gerne mal einen kompletten Text und fange ganz neu an", erzählt er über seinen Schreibprozess.

Während sein Schreibtisch zwischen den Notizen und Fotos der Handlungsorte manchmal etwas im Chaos versinkt, hat Joachim H. Peters in seinem Text eine Methode gefunden, um Ordnung zu halten und den berühmten roten Faden nicht zu verlieren. „Am Ende von jedem Kapitel, das ich geschrieben habe, fasse ich in ein paar Notizen dessen Inhalt zusammen und markiere mir die in Rot. Wenn ich dann merke, dass Kleekamp irgendetwas, was darin vorkommt, noch nicht wissen kann, dann kann ich die Reihenfolge der Kapitel ganz leicht tauschen. Das ist übrigens auch ein Grund, warum die Kapitel bei mir keine Nummern haben", gibt Joachim H. Peters Einblick in seinen Schreibprozess.

Wir suchen :
RaumpflegerInnen für die Bereiche
Bad Salzuflen, Blomberg, Lemgo, Lage und Leopoldshöhe

Ihr Partner für Sauberkeit
Horst Scheitzke
Gebäudereinigungs GmbH & Co. KG
32105 Bad Salzuflen
Siemensstraße 117
Tel.: 0 52 22 / 8 16 55
www.scheitzke.com

Wenn er nicht gerade an seinem Schreibtisch sitzt, dann ist ein Notizbuch sein ständiger Begleiter.

Immer, wenn ihm an einem Ort etwas Besonderes auffällt oder er eine Idee hat, wird dies stichpunktartig darin notiert. So war es auch beim aktuellen Paderborn-Krimi „Die Hölle ist leer". Eigentlich sollte in einer Szene die Wewelsburg vorkommen. „Auf dem Weg dorthin bin ich allerdings an der Ruine des Klosters Böddeken vorbeigekommen und wusste in dem Moment, dass Kleekamp hier und nirgendwo anders mit seinen Ermittlungen beginnen wird."

„So wie es aussah, stand er am sechseckigen Ende der Kirche, denn durch die Lücken im Mauerwerk, in denen sich früher einmal hohe Fenster befunden hatten, konnte er im Inneren einen Teil eines großen Kreuzes erkennen. Da er auf dieser Seite keinen Eingang sah und da es augenscheinlich auch keinen anderen Weg zu der alten Kirche gab, betrat er kurzerhand die danebenliegende Wiese." (Die Hölle ist leer)

Auch wenn Jürgen Kleekamp mittlerweile ins einem fünften Fall ermittelt, ist der zwölfte Fall des Schnüfflerkollegens Koslowski aus Lippe schon in Arbeit.

„Die Wurzeln meines Schreibens liegen im Lippischen", verrät der Wahl-Oerlinghausener. „Allerdings habe ich 2014 festgestellt, dass man nicht von der Erdscheibe fällt, wenn man über die Gauseköte fährt." Er lacht.

Begonnen hat alles mit der Idee zu einem Kinderbuch.

„Ich hatte sogar schon einen Titel: Das geheim Leben der Waldmännchen", erzählt er. Allerdings riet ihm der Verlag, an den er das Exposé geschickt hatte, damals von der Idee ab. Kinderbuch sei schwierig, sagte man ihm, aber ein Krimi ginge immer.

Als er im darauffolgenden Dänemarkurlaub vor den Überresten der Strandbunker des Nordatlantikwalls stand, da kam im zum ersten Mal die Idee zu einer Kriminalgeschichte in den Kopf, die später als „Koslowski und der Schattenmann" erscheinen sollte. Anders als Jürgen Kleekamp ist Koslowski weder Polizist, noch hat er einen Vornamen. Nicht einmal der Autor weiß, wie der Schnüffler heißt oder wie er genau aussieht. „Das ist auch so beabsichtigt und wird auch so bleiben", erklärt Joachim H. Peters, „Koslowski ist immer gerade der, den die Leser in ihm sehen." Aber auch wenn sich Kleekamp und Koslowski noch nie getroffen haben, haben ihre Geschichten eine Gemeinsamkeit: Sie fangen immer zeitlich oder örtlich versetzt zur eigentlichen Handlung an. „Das ist dann aber eher mein Markenzeichen", lacht der Autor.

In den 13 Jahren, die Joachim H. Peters mittlerweile als Krimiautor tätig ist, hat er schon so einige verrückte Geschichten erlebt.

„Vor ein paar Jahren habe ich ein Exposé geschrieben und mit der Notiz, dass die Geschichte noch nicht verortet sei an einen Verlag geschickt. Dann habe ich drei Monate nichts gehört, was selbst für einen Verlag lange ist, bis ich eines Tages mein E-Mail-Postfach öffnete und die Mitteilung bekam, dass sie mit dem Manuskript leider nichts anfangen könnten, da nicht klar, wo die Geschichte spielt", erzählt Joachim H. Peters. Nachdem er mit Kopfschütteln fertig war, schrieb er dem Verlag zurück, ob sie denn überhaupt ihre E-Mails lesen würden, schließlich habe er ihnen genau das geschrieben und sie könnten die Geschichte verorten, wo sie wollten. „Daraufhin hörte ich erst mal wieder nichts und bekam dann nach weiteren drei Monaten die Antwort, wann ich das Manuskript denn fertig hätte, woraufhin ich nur zurückschrieb, dass das Manuskript bereits fertig sei, aber jetzt bei einem anderen Verlag erscheine." Heute trägt die Geschichte den Titel „Der Tod der blauen Wale" und ist der vierte Fall von Polizeioberkommissar Jürgen Kleekamp.

Die Titel der Paderborn-Krimis haben alle einen entfernten Bezug zur Kirche. Beim aktuellen Fall ist es die Hölle, die sich abseits des Weltlichen bewegt. Wobei „die Hölle ist leer, alle Teufel sind hier", ein Zitat aus William Shakespeares „Der Sturm" ist und darauf anspielt, dass das Böse entgegen der landläufigen Annahme nicht nur in der Hölle zu finden ist. Auch Kleekamp und seine Kollegin müssen feststellen, dass die Teufel ihnen oft viel näher sind, als es ihnen lieb ist. „Der Vorteil bei kleinen Verlagen ist, dass man beim Titel oft Mitspracherecht hat", sagt Joachim H. Peters.

Dafür aber manchmal nicht bei den Namen der Figuren, wie er von einem Schriftstellerkollegen erfahren musste. „In der Geschichte kam sowohl eine Vera als auch eine Veronika vor und der Verlag meinte, dass die ähnlichen Namen beim Lesen für Verwirrung sorgen könnten, also entschieden sie sich dazu, aus Vera eine Lara zu machen. So weit, so gut, nur, dass irgendwer auf die glorreiche Idee kam, die Funktion „ersetze alle durch" dazu zu benutzen. Vera war dann zwar Lara, aber „ersetze alle durch", ersetzt auch alle durch, sodass der Text dann auf einmal so schöne Wortneuschöpfungen wie „larachten", „larabscheuen", „lararbeitenden" und so weiter und so fort beinhaltete. Und die haben das tatsächlich

gedruckt. Die ganze erste Auflage musste komplett weggeschmissen werden.“ Bei der Anekdote vergräbt er noch heute das Gesicht in den Händen und schüttelt den Kopf.

Wenn er nicht gerade an einem Buch sitzt, dann genießt er entweder zusammen mit seiner Frau den Urlaub in Österreich – dort ist arbeitsfreie Zone – oder er brütet über seiner nächsten Moderation.

Zusammen mit Dietmar Wunder, der deutschen Stimme von Daniel Craig, bringt er immer wieder ein „Ein Quantum Bond“ auf die Bühne. „Damit haben wir nach „Ein Quantum Trost‘ angefangen. Seitdem kündige ich ihn immer folgendermaßen an: ‚Meine Damen und Herren, begrüßen Sie mit mir den Mann, der auf die Frage, wie er seinen Martini trinkt, so antwortet‘ – und dann kommt Dietmar Wunder auf die Bühne und sagt - ‚Sehe ich so aus, als würde mich das interessieren?‘ Schließlich sagt Daniel Craig als James Bond genau diesen Satz in ‚Casino Royal‘.“ Mit Dietmar Wunder verbindet ihn nicht nur eine gute Freundschaft, sondern auch die Faszination fürs Synchronsprechen. „Eigentlich müsste es Synchronschauspielen heißen, weil man einem Charakter ja nicht nur die Stimme, sondern auch die darin enthaltenen Emotionen mitgibt. Vor einiger Zeit hat mir Dietmars Frau eine Aufnahme vorgespielt und gesagt, ‚so klingt er auch im echten Leben, wenn er richtig niedergeschlagen ist.‘ Dietmar hat dann erzählt, dass er bei der Aufnahme tatsächlich geweint hat. Ich finde es absolut faszinierend, eine Szene nur mit der Stimme nachzuspielen“, erzählt Joachim H. Peters voller Bewunderung.

Mit der Dance Company der Polizei hat er als Bruder Tuck, Kardinal Richelieu oder als Onkel Fester selbst bereits ein wenig Bühnenluft schnuppern können. „Reines Hobby“, winkt er ab, „zur Schauspielerei gehört schon einiges mehr dazu. Sein Metier ist dann doch eher die Moderation. Zusammen mit Gunter Held, seines Zeichens Redakteur bei der Neuen Westfälischen in Schloss-Holte Stukenbrock hat er die Gipfelgespräche ins Leben gerufen. Ich werde, ganz nach dem Vorbild des bereits leider viel zu früh verstorbenen Ludger Stratmann, den Wirt mit Ruhrpottcharme geben und die Gäste in meiner Kneipe begrüßen“, erzählt er. Angekündigt haben sich Rebecca Immanuel („Edel & Starck“, „Die Eifelpraxis“), Steffen Schroeder („Polizeiruf 110“, „SOKO Leipzig“), Christian Althoff vom Weißen Ring, Küchenmeister Armin Müller und Georg Heckel (Intendant des Landestheaters Detmold). „Da bin ich schon selber sehr gespannt, schließlich sind die ‚Gipfelgespräche‘ auch für uns eine absolute Premiere“, verrät er voller Vorfreude.

Erst einmal ist jetzt aber Jürgen Kleekamp dran. Für Joachim H. Peters ebenfalls ein absolutes Highlight. „Das ist zwar bereits mein 19. Buch, aber die Lesungen sind trotzdem immer wieder anders und immer wieder spannend. Vielleicht auch, weil selbst diejenigen, die bereits lange in Paderborn leben, durch die Krimis doch noch neue Orte in ihrer Heimat entdecken oder diese auf einmal mit ganz anderen Augen sehen.“ ■

Lust zu lesen?
Joachim H. Peters
Die Hölle ist leer - Paderborn-Krimi
Vox Rindvieh - Verlag M. Borner
Taschenbuch: ISBN 9783982015767 14,90 € [D]

„Wie kriege ich mein Fett am Bauch weg?“

Harte Cardio-Einheiten und regelmäßiges Training bis zum Muskelversagen sind für viele Menschen für dieses Ziel kein Fremdwort. Vor allem, wer den eigenen Körper definieren und gegen die Rundungen ankämpfen möchte, kommt kaum ohne diese beiden Standbeine eines erfolgreichen Trainings aus. Dennoch hält sich das „Hüftgold“ hartnäckig und der Bauch bleibt auch nach hartem Training noch weit vom Waschbrett entfernt. Doch woran liegt das eigentlich?

Das Bauchfett in seinen verschiedenen Erscheinungsformen

Betrachtet man die Fettablagerungen am Bauch, so sind drei verschiedene Fette für die Form des Bauches verantwortlich. Das Viszeralfett, das subkutane Fett und das intramuskuläre Fett. Das intramuskuläre Fett, also das Fett, welches sich innerhalb der Muskulatur befindet, ist am Bauch sehr gering ausgeprägt und nimmt dementsprechend wenig Raum ein. Dieses Fett wird erst dann relevant, wenn es um die absolute Definition der Bauchmuskulatur geht, spielt beim allgemeinen Bauchfett allerdings eine geringere Rolle. Anders sieht es mit dem sogenannten Viszeralfett aus. Das Viszeralfett liegt in der Bauchhöhle und umschließt die verschiedenen Organe im Bauchraum. Dieses Fett wird vom Körper bei Energiemangel als erstes herangezogen und vergrößert vor allem das Volumen des Bauches.

Besonders entscheidend ist allerdings das sogenannte subkutane Fett. Dieses Fettgewebe der Unterhaut dient nicht nur als Wärmeisolator und Energiespeicher, sondern ist auch besonders hartnäckig. Die Schicht dieses Fettes kann mehrere Zentimeter an Dicke betragen und trägt besonders stark zur visuellen Definition des Bauches bei.

Warum sich das Bauchfett so nachhaltig festsetzt

Das Bauchfett dient somit vor allem der Speicherung von Energie für Notzeiten. Das bedeutet aber auch, dass der Körper nach Möglichkeit versuchen wird, diesen Energiespeicher zu erhalten und somit Reserven für den Notfall zur Verfügung zu haben. Eine zu einseitige und zu strenge Diät beispielsweise, welche den Sportler deutlich unter seinem Gesamtumsatz ernährt, wird den Körper an einen solchen Notfall denken lassen. Zum einen wird in einem solchen Fall die notwendige Energie zunächst einmal der Muskulatur entzogen, was dem Muskelwachstum entgegengestellt ist, zum anderen weiß der Körper durch solche Diäten, dass es jederzeit wieder zu solchen Notfällen kommen kann. Dementsprechend wird der Körper sich nach Möglichkeit hüten, das „gute und sichere“ Fett am Bauch anzugreifen, wenn es nicht unbedingt sein muss. Die Kunst liegt also darin, die Fettverbrennung des Körpers zu unterstützen, ohne ihn in diesen Notfall-Modus schalten zu lassen.

Diese Fehler erschweren die Abnahme zusätzlich

Wenn Ihr nun das Fett am Bauch loswerden wollt und die eigene Figur richtig definieren möchtet, solltet Ihr euch zunächst einmal um Eure Ernährung kümmern. Die Ernährung sollte dem Training und der Trainingsleistung angepasst werden. Denn Muskeln wachsen nur dann gut, wenn ausreichend Energie in Form von Nahrung vorhanden ist. Durch die Auswahl der Nahrungsmittel könnt Ihr jedoch bereits stark auf die Reaktion Eures Körpers einwirken. Achtet dabei vor allem auf die Menge an aufgenommenem Salz, da Salz in Übermaß die Fettverbrennung spürbar blockieren und somit den Verlust von Bauchfett aufhalten kann.
Bitte setzt auf ein gezieltes und möglichst umfassendes Training. Es bringt keine Veränderung, wenn Ihr ausschließlich den Bauch trainiert, da wir nicht bestimmen können, wo der Körper mit der Abnahme beginnt. Eine gute Kombination aus hartem Krafttraining und auspowernden Cardio-Einheiten ist der Schlüssel zum Erfolg. Auspowernd bedeutet nicht immer, dass Ihr viel Zeit in die Einheiten investieren müsst. Vor allem das mittlerweile allseits beliebte HIIT-Training (Wie beim Corepower) sorgt mit hoher Intensität und geringer Dauer für tolle Erfolge.
Fordert Euren Körper also regelmäßig und vor allem abwechslungsreich. Je mehr unterschiedliche Impulse der Körper erhält, umso flexibler muss dieser reagieren und somit auch die Fettzellen angreifen. Geht dabei nicht nur laufen, sondern fahrt auch mal Rad, geht schwimmen oder absolviert andere Cardio-Einheiten um Abwechslung zu generieren. Ausreichend Schlaf und Erholung zwischen den Einheiten beflügelt die Abnahme nochmals zusätzlich.

Was mache ich, wenn ich trotzdem meine letzte mich störende Reserve an Bauchfett nicht loswerde?

Ja, das gibt es. Ich halte mich an alle Regeln, aber trotzdem halten sich meine Fettdepots am Bauch und den Hüften, obwohl ich am ganzen Restkörper schon richtig schlank geworden bin. Entweder gebe ich mich damit zufrieden, oder ich probiere ein neues Verfahren zur Bekämpfung von Fettzellen an bestimmten Zonen.

Lippe Reporter
Menschen der Region

Was ist die Kryolipolyse?

Kryolipolyse ist eine kosmetische Kälteanwendung, die Fettgewebe vermindern soll. Es handelt sich um eine nicht-invasive Technik, bei der eine Fettstelle etwa eine Stunde lang unterkühlt wird. Es gibt verschiedene Methoden: Die Haut wird eingesaugt oder durch Platten punktuell gekühlt. Dabei kommt es zu einer kälteinduzierten Gewebeentzündung, nach der die Dicke der oberflächlichen Fettgewebeschicht um 10 bis 25 Prozent verringert sein kann. Die Methode ist in den USA seit 2010 zur Behandlung von Fettpolstern zugelassen. Dabei wird mit einem Applikator die zu behandelnde Stelle in ein Vakuum gesogen. Keine Angst, man friert nicht dabei, da es ja nur kleine Regionen sind. Und falls Eure Stelle, wo sich das Fett gegen seine Reduzierung hartnäckig wehrt, nicht der Bauch ist, kann man diesen Applikator auch an anderen Stellen anbringen.
Aus eigener Erfahrung, kann ich Euch sagen, dass es wirkt. Auch bei mir wehren sich die Fettdepots hartnäckig am Bauch und den Hüften, obwohl ich an ganzen Restkörper keine Probleme damit habe. Nach meiner zweiten Anwendung ist schon eine deutliche Verbesserung zu verzeichnen. Wichtig ist dabei zu wissen, dass es immer in Kombination mit einer gesunden Ernährung und regelmäßigem Sport eingesetzt werden sollte.

Weitere Infos zu diesem Thema bekommt Ihr bei Personal Training Detmold info@corepower.fitness oder 0176-82153713

Traktoren, Handwerkskunst, Hüpfburgen und Live-Musik

Bad Meinberg e.V. präsentiert 25. Bauernmarkt

Fast schon selbstvergessen sitzt sie da und spinnt. Die Herbstsonne scheint noch ziemlich warm an diesem Nachmittag auf ihre arbeitenden Hände. Vor ihr steht fasziniert ein kleiner Junge und beobachtet sie. „Schließlich fasst er sich ein Herz und fragt die Frau: „Was machst du da?" Während sie ihn anschaut, spinnt sie unbeirrt weiter. „Ich spinne Wolle", erklärt sie und stoppt das Spinnrad dann doch. „Möchtest du mal schauen, wie das geht?" Zögerlich nickt er und stellt sich neben sie. Die Frau greift in einen Korb neben sich. „Sieh mal, hier habe ich Wolle von meinen Schafen und hiermit" sie deutet mit der Fußspitze auf das Pedal am Spinnrad, „bewege ich das Rad, Und dann zupfe ich immer so ein paar Strähnen aus der Wolle heraus und dadurch, dass sich das Rad dreht, wir dann ein langer Wollfaden daraus. Und aus dem kann man sich dann einen warmen Winterpullover stricken." Tief beeindruckt aber nach wie vor etwas schüchtern, nickt der Junge, während die Frau ihre Arbeit wieder aufnimmt.

Als der Kleine sich umdreht, steht seine Mutter hinter ihm. „Hast du was Schönes entdeckt?", fragt sie ihn. Er nickt eifrig. „Die Frau macht Wolle zu Pullovern", platzt er heraus, stolz darüber etwas gelernt zu haben. Seine Mutter nickt, dann gehen die beiden weiter. Denn schließlich gibt es auf dem Bad Meinberger Bauernmarkt noch viel mehr zu entdecken. Zum 25, Jubiläum haben sich in diesem Jahr über 100 Aussteller aus verschiedenen Regionen Deutschlands angekündigt.

„Wir sind so froh, dass wir nach zwei Jahren coronabedingter Zwangspause nun endlich den großen Geburtstag am 15. und 16. Oktober nachholen können“, freut sich Diana Vorndamme, Vorsitzende des Ausrichtervereins Bad Meinberg e.V.

Passend zum Jubiläum haben die Organisatoren ein abwechslungsreiches Programm zusammengestellt, wobei natürlich vor allem die Familien nicht zu kurz kommen sollen. Neben alten Traktoren kann man ursprüngliche Handwerkskunst bestaunen, eine große Anzahl an Köstlichkeiten aus der Region genießen, Produkte aus der Region und Handgemachtes erwerben und auf zwei Hüpfburgen jede Menge Spaß haben. Auf der Bühne auf dem Heinrich-Drake-Platz wird an beiden Tagen zusätzlich für musikalische Unterhaltung gesorgt.

Programm mit Live-Musik auf dem Heinrich-Drake-Platz
Samstag, 15. Oktober (10 bis 18 Uhr)
11 Uhr
Offizielle Eröffnung mit dem Jagdhornbläsercorps Horn-Bad Meinberg
14 bis 17 Uhr
Musik mit dem Duo „Hotspot“

Sonntag, 16. Oktober (10 bis 18 Uhr)
11 bis 13 Uhr
Musikalischer Frühschoppen
14 bis 17 Uhr
Musikverein Leopoldstal-Vinsebeck

Kostenloser Bus-Shuttle ab Horn am Sonntag.

Detmolder Unsere Biere

Feine Detmolder Bierspezialitäten "echt handgebraut", darunter verstehen wir als Familienbrauerei hochwertigste Biere, die nachhaltig produziert werden, aus besten Rohstoffen und mit viel Liebe zum Handwerk.

Unterschiedlichste Bierstile und faßgereifte Biere gibt es in einer Vielfalt von 28 Sorten, alle in der umweltfreundlichen Bügelverschlußflasche. Diese ist seit 1979 das Markenzeichen der Brauerei. Es wurden seit der Einführung der Bügelverschlußflasche so ca. 995.000.000 Kronenkorken erst gar nicht in Umlauf gebracht.

Aus Liebe zur Natur und um die Nachwelt für die nächsten Generationen zu erhalten werden seit 2021 auch zwei Biersorten, das Märzen und das Helle in Bioqualität hergestellt.

Wir sind stolz 2021 für unsere Sorten Helles, Natur Radler, Erdbeer Minze, Thusnelda, Pilsener und Landbier den goldenen Preis der DLG erhalten zu haben. Außerdem den World Beer Award für den Chardonnay Hopfen und den Meininger Craft Beer Award in Gold für unser Pilsener und unseren Honigbock, der mit heimischem Honig hergestellt wird.

Für unsere Familienbrauerei erhielten wir außerdem den Landesehrenpreis und die Auszeichnung Meisterwerk NRW. Unter anderem weil wir 5 junge Menschen zu Brauern und Mälzern ausbilden.

Privat-Brauerei Strate Detmold

Verkaufspavillon der
Privat - Brauerei Strate
Palaisstr. 1-13 (Zufahrt Hans-Hinrich-Str. 2)
32756 Detmold
05231 / 94 40 0-0
oder info@brauerei-strate.de

Öffnungszeiten:
Montag bis Freitag
von 8:00 bis 18:00 Uhr
Samstag von
08:00 bis 13:00 Uhr

Bier-Shop Hövelhof
Staumühler Straße 180
33161 Hövelhof

Öffnungszeiten:
Freitags
von 14:00 bis 17:00 Uhr
Samstags
von 9:00 bis 13:00 Uhr

Familienbrauerei in der 5. Generation, v.l. Friederike, Renate und Simone Strate

Ein fiktives historisches Interview mit

Ferdinand Wessel und Alfred Schulte

Herr Wessel, Herr Schulte, was verbindet sie mit Lippe?

Wessel: Verbindung ist tatsächlich ein gutes Stichwort, da wir beide im Vorstand der Lippischen Elektrizitäts-Aktiengesellschaft (LEAG) waren, die die Straßenbahnlinien hier betrieb. Ich selber komme aus Detmold, weshalb mir die Vernetzung ein großes Anliegen war.

Schulte: Ich bin nicht aus Detmold (lacht). Gebürtig komme ich aus Iserlohn. Als die Dresdner Firma Kummer & Sohn, die sich auf den Bau von Kleinstadtstraßenbahnen spezialisiert hatte, den Auftrag erhielt, das Detmolder Straßennetz zu bauen, war ich dort bzw. bei der Aktiengesellschaft Elektrizitätswerke Dresden (heute VEM Sachsenwerk GmbH, Anm. d. Red.) beschäftigt und kam somit über ein paar Umwege nach Detmold.

Herr Wessel, Sie hatten bereits einige Zeit vorher versucht, die Detmolder auf die Schiene zu bringen.

Wessel: Das ist richtig. Ich hatte schon im Sommer 1895 versucht eine Baugenehmigung für eine Straßenbahn von Detmold zum Hermannsdenkmal zu bekommen. Leider vergeblich. Im November hatte ich dann einen zweiten Antrag gestellt, in dem es eine Strecke vom Bahnhof Detmold zum Luftkurort Berlebeck nebst einer Stichbahn nach Hiddesen ging. Zwei Jahre später, am 15. Mai 1897 wurde dann die landesherrliche Genehmigung erteilt, in Detmold genau dieses Straßenbahnnetz zu errichten.

Die erste Bahn rollte dann aber erst am 1. März 1900 aus dem Kontor.

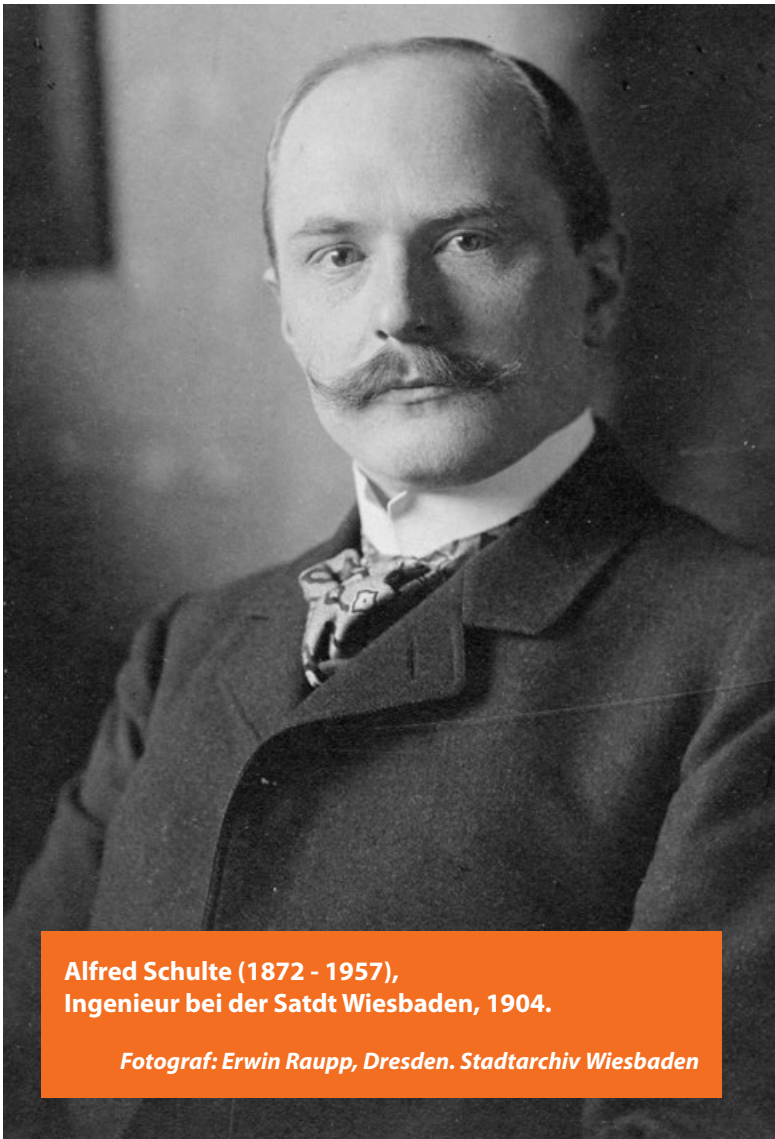
Schulte: Dazwischen lag noch die Gründung der Kommanditgesellschaft Lippische Elektrizitätswerke 1898, die dann am 9. Februar 1900 zur LEAG wurden und natürlich die gesamte Planungsphase. Das waren schon spannende drei Jahre für uns.

Sie haben es ja bereits angedeutet, dass Ihrem Vorschlag stattgegeben worden war. Wie verlief die die Strecke genau?

Wessel: Es gab anfangs eine Linie, die vom Postamt (Ecke Paulinenstraße/Bismarckstraße, An. d. Red.)sich am Depot (heute: Umspannwerk der Stadtwerke Detmold, Anm. d. Red.) teilte.

»

Ferdinand Wessel



Alfred Schulte (1872 - 1957), Ingenieur bei der Satdt Wiesbaden, 1904.

Fotograf: Erwin Raupp, Dresden. Stadtarchiv Wiesbaden

Straßenbahn fährt zwischen den Externsteinen hindurch. ***Bild: Kreisarchiv Lippe, K 6 Dias Nr. 1994***

Eine Bahn fuhr weiter bis zur Haltestelle Schmiedeberg in Berlebeck, die andere fuhr hoch nach Hiddesen bis zum ehemaligen Ausflugslokal „Frische Quelle". Zu Anfang hatten sechs Triebwagen und sechs Beiwagen, die jeweils 18 bzw. 16 Sitz- und 20 bzw. 18 Stehplätze hatten.

Schulte: Bereits einen Monat später wurde die Strecke aber bereits vom Postamt zum Bahnhof verlängert und in Berlebeck wurde „Hotel Kanne" die neue Endhaltestelle.

Wenn man auf die Erfolgsgeschichte der Straßenbahn in Lippe schaut, dann war das aber doch sicherlich nicht die letzte Verlängerung.

Schulte: Nein, das ist richtig. Drei Jahre später wurde die Strecke in Berlebeck noch mal um einen Kilometer Richtung Gauseköte bis zum Hotel Johannaberg, und für den Güterverkehr noch 300 Meter weiter bis zum Kalksteinbruch, erweitert.

Wessel: Wenn ich hier mal kurz einhaken darf: Der Güterverkehr aus dem Steinbruch war für Hoffmann's Stärkefabriken in Bad Salzuflen bestimmt. Interessanterweise hatte sich Eduard Hoffmann und später auch sein Sohn Leberecht ebenfalls um die Konzession für den Straßenbahnbau beworben.

Schulte: Diese allerdings nicht bekommen, da sie an uns gegangen war. Wo war ich stehengeblieben?

Bei der Verlängerung.

Schulte: Richtig. Die Straßenbahn wurde sowohl im Personen- als auch im Güterverkehr gut angenommen, sodass

es sich lohnte, Stichgleise anzulegen, die dann wiederum auf die Hauptstrecken führten. In Hiddesen gab es für die Konservenfabrik eine Lademöglichkeit und der Kohleverkehr für das Kraftwerk an der Zentrale wurde ebenfalls über die Schiene abgewickelt.

Wie oft und wie schnell fuhren die Straßenbahnen?

Schulte: Die Linien im Stadtbereich verkehrten im 30-Minuten-Takt. Die Triebwagen hatten je zwei Motoren mit je 25 PS, das war für die damalige Zeit nicht wenig.

Wessel: Man kam zügig voran, vom Bahnhof bis zur Endhaltestelle in Berlebeck brauchte man 25 Minuten, bis nach Hiddesen 17 Minuten. Für viele wurde so der Arbeitsweg kürzer und am Wochenende ging es schnell aus der Stadt hinaus. Dadurch, dass die Strecke später sogar bis nach Paderborn erweitert wurde, nutzten viele Fahrgäste die Straßenbahn als Transportmittel für ihren Ausflug.

Wann erfolgte denn die Erweiterung nach Paderborn?

Wessel: Das war 1912. Ab dann fuhr die Straßenbahn von Horn-Bad Meinberg aus mitten durch die Externsteine hindurch. Allerdings wurde 1912 auch innerhalb des lippischen Netzes noch einmal erweitert. Und zwar wurde in Hiddesen der Hülsenweg neue Endhaltestelle.

Hatten Sie den keine Sorge, dass durch das Rattern der Straßenbahn der berühmte Wackelstein herunterfallen könnte?

Wessel: Ach, wissen Sie, der hat so viele Jahre gehalten … (lacht). Nein, der Wackelstein hat uns tatsächlich keine Gedanken bereitet, da er etwa hundert Jahre zuvor bereits befestigt worden war. Was bei uns allerdings für Kopfzerbrechen gesorgt hat, war die Durchquerung des Eggegebirges.

Was machte das Unternehmen so schwierig?

Wessel: Nun, auf einer Strecke von gut dreieinhalb Kilometern mussten 140 Höhenmeter überwunden werden, das war schon eine Meisterleistung der Ingenieure. Am Ende der Baumaßnahmen war eine kurvige Strecke quer über die Egge (heutige B1, Anm. d. Red.) fertig, die die Verbindung zwischen Paderborn und Lippe brachte.

Über den weiteren Lebenslauf des Ingenieurs Ferdinand Wessel ist außer seinem Geburtsjahr 1864 nichts bekannt.

Alfred Schulte war ab 1904 als Ingenieur und Vorsteher der Abteilung Elektrizität bei der Verwaltung der Städtischen Wasser-, Gas- und Elektrizitätswerke bei der Stadtverwaltung Wiesbaden beschäftigt und war später sogar Oberbürgermeister von Wiesbaden (1933 bis 1937, Anm. d. Red.). Er starb. 1957 im Alter von 85 Jahren.

1918 wurden die Aktien der (LEAG) von der Paderborner Elektrizitätswerke und Straßen-bahn AG (PESAG) aufgekauft, die die Straßen-bahn in Lippe noch bis 1954 betrieb und ausbaute. Im Jahr Im Jahr 1928 erreichte das Streckennetz mit 80 Kilometern seine größte Ausdehnung, allerdings stellte man noch vor dem Zweiten Weltkrieg bestimmte Streckenabschnitte wieder ein. Da die Externsteine 1935 zur „völkischen Gedenkstätte" erklärt worden waren, fuhr die Bahn dort nicht mehr hindurch und wurde durch einen Bus-Pendelverkehr ersetzt, womit die Linie 2 auf Paderborner Seite nur noch zwischen Paderborn und Schlangen und auf lippischer Seite nur noch zwischen Horn und Detmold fuhr. Während des Zweiten Weltkrieges kam es zu einem Tiefflieger-angriff auf zwei Züge auf der Kleinen Egge zwischen Horn und Schlangen und nördlich von Horn. 21 Menschen verloren dabei ihr Leben, weitere 72 wurden verletzt.

Nach dem Zweiten Weltkrieg bestand ein hoher Investitionsbedarf, da zum einen die Straßenbahngleise erneuert werden mussten und zum anderen der Fahrzeugpark veraltet war. Aufgrund sinkender Fahrgastzahlen sah man sich jedoch nicht in der Lage, die erforderlichen Investitionen wirtschaftlich zu tätigen, so das zu Beginn der fünfziger Jahre die Entscheidung getroffen wurde, den Verkehrsbetrieb der PESAG schrittweise auf Omnibusverkehr umzustellen. Die Buslinien 701, 703 sowie die 780 zeugen heute noch von den alten Straßenbahnverbindungen.

Pilotprojekt am Felix Fechenbach Berufskolleg

Traumasensibles aktives Zuhören als Methode für die Begleitung traumatisierter Schüler eingeführt

An vier Terminen im August und September besuchten die Schulsozialarbeit und Lehrkräfte des Felix Fechenbach Berufskollegs einen Workshop zum Umgang mit traumatisierten Schülern. Die Veranstaltungen wurden von Ulrich Kerzbeck und Janka Ulbricht im Institut für Traumatherapie Detmold durchgeführt.

Wie gehe ich damit um, wenn mir Schüler spontan von belastenden Erlebnissen im Schulalltag berichten? Was kann ich tun, um zu helfen?
Diese Fragen stellten sich eine Klassenleitung und der betreuende Schulsozialarbeiter, als während des Unterrichts Schüler spontan von ihren Erlebnissen des Kriegs in Syrien berichteten.
Um die Klasse bei der Aufarbeitung dieser zum Teil sehr erschütternden Erfahrungen bestmöglich zu unterstützen, wurden Janka Ulbricht und Ulrich Kerzbeck vom Institut für Traumatherapie Detmold in die Schule eingeladen, um mit den jungen Menschen fachkompetent über ihre Erlebnisse und den daraus resultierenden Belastungen zu sprechen.

Das Wiederaufkommen dieser Belastungen war einerseits die Erfahrung des Corona-Lockdowns und des „Nicht mit anderen darüber reden können" geschuldet. Andererseits wollte man sein näheres Umfeld nicht belasten und schwieg deshalb. Durch das Gesamtbild in dieser Schülerschaft entstand die Idee eines Workshops zum Umgang mit traumatisierten Schülerinnen und Schülern, der schließlich kürzlich durchgeführt wurde. Denn, dass spontan von Belastungen wie Krieg, Gewalterfahrungen oder andere belastende Erlebnisse berichtet wird, kann auch in Zukunft sicherlich nicht ausgeschlossen werden.

Janka Ulbricht und Ulrich Kerzbeck entwickelten daraufhin eine viertägige Workshopreihe, um Schulsozialarbeiter und Lehrenden Methoden an die Hand zu geben, mit denen sie in diesen Situationen, handlungsfähig bleiben können, ohne dass sie dabei direkt therapeutisch tätig sind.

Grundlegend wurde zunächst über das Störungsbild der Posttraumatischen Belastungsstörung (PTBS) aufgeklärt und Hinweise gegeben, wie sich diese Störung symptomatisch auch bei Kindern und Jugendlichen äußert und wie damit umgegangen werden kann.

Das Kernstück bildete das sogenannte „Traumasensible aktive Zuhören" (TaZ) eine Technik der Gesprächsführung, um die TN dabei zu unterstützen bei spontan berichteten Belastungen angemessen, fürsorglich und empathisch zu reagieren und dennoch handlungsfähig zu bleiben. Also, solche Gespräche so zu führen, dass die Belastung auf Seiten der Zuhörer so gering wie möglich bleibt und die Betroffenen das Gefühl bekommen, „gehört" worden zu sein.
Ergänzend wurden Stabilisierungstechniken vermittelt und Informationen gegeben, wie eine Traumatherapie in einer ambulanten Praxis für Psychotherapie konkret durchgeführt wird. Die Workshopreihe war sehr praxisorientiert ausgerichtet mit vielen Übungseinheiten und der Möglichkeit das Gelernte zu reflektieren.

Für die Anwendung der vorgestellten Methoden, müsse man kein Psychologiestudium abgeschlossen haben, um bei traumatisierten Menschen eine Linderung der posttraumatischen Symptome zu erreichen. „Einfach machen und ihr werdet sehen den Betroffenen wird es nachher bessergehen als vorher." gab Ulrich Kerzbeck den Teilnehmenden mit auf den Weg.
Es wurde deutlich darauf verwiesen, dass das Gelernte in der Anwendung keine Therapie ist und eine solche auch nicht ersetzen kann. Daher wurde auch besprochen, wie Betroffene, die eine Therapie benötigen, weitergehende Hilfe bekommen können.

Jedoch bleibt festzuhalten, dass eben für die „Profis" bereits eine wichtige Vorarbeit geleistet wurde und die traumatisierte Person professionell übergeben werden kann. Neben der Anwendung im Schulalltag, soll dieser Workshop den Zweck erfüllen, ein Lippeweites Netzwerk entstehen zulassen, in dem sich Menschen, die traumasensibel arbeiten in regelmäßigen Abständen austauschen und unterstützen können, so die Vorstellung vom Institut für Traumatherapie und den ersten Teilnehmenden. Die Grundlage hierfür wurde mit der ersten Workshopreihe erarbeitet.

Foto: djd/Studienkreis

Besser lernen durch Bewegung

Sport hilft beim Denken und Konzentrieren

(djd). Der Mensch lernt ein Leben lang. Aber wie gelingt ihm das eigentlich? Und wie kann man gerade für Kinder das Pauken einfacher gestalten und mit mehr Spaß verknüpfen? Dafür gibt es zahlreiche Möglichkeiten. Mehr Schwung kommt unter anderem dann ins Spiel, wenn das Lernen mit Bewegung kombiniert wird. „Wer wirkungsvoll lernen will, darf nicht einfach nur Fakten in seinen Kopf schaufeln wie Daten auf eine Festplatte", erklärt Thomas Momotow vom Studienkreis. „Stattdessen lohnt es sich, den ganzen Körper mit einzubeziehen. Bei der Kombination von Lernen und sportlichen Aktivitäten verlaufen Denk- und Erinnerungsprozesse schneller und effektiver."

Körper und Geist hängen zusammen

Die kostenlose Broschüre „Training für Körper und Geist" beispielsweise zeigt, wie sportliche Aktivitäten und Gehirntraining den Organismus auf Touren bringen. Sie steht unter www.studienkreis.de/training-fuer-koerper-und-geist zum kostenlosen Download bereit. In diesem digitalen Ratgeber erfahren Schulkinder und ihre Eltern, wie der Körper und das Gehirn zusammenarbeiten und wie man sich dieses Zusammenspiel beim Lernen zunutze macht. Es enthält viele Ideen, Anregungen und Übungen für einen cleveren und wachen Kopf. Zudem gibt es einen Überblick darüber, welche Sportart am besten zu welcher Persönlichkeit passt. Auch auf die Fragen, wie viel Bewegung sinnvoll ist und welche Bewegungsarten welche Fähigkeiten fördern, gibt es die passenden Antworten. So kann Ausdauersport wie Schwimmen oder Walken dazu beitragen, Ängste zu reduzieren und die Konzentrationsfähigkeit zu erhöhen. Individualsport wie Tischtennis oder Kraftsport hilft, das Gefühl von Selbstwirksamkeit und die Frustrationstoleranz zu steigern. Und Mannschaftssportarten wie Hockey oder Fußball fördern soziale Fertigkeiten wie Teamfähigkeit, Kommunikation und Verantwortung.

Immer wieder hervorholen

Wenn ein bestimmtes Lernziel einmal erreicht ist, lohnt es sich, das Gelernte regelmäßig zu wiederholen. Wer beispielsweise Fremdsprachenvokabeln pauken muss, sollte sie auch einige Wochen nach der Klassenarbeit noch einmal anschauen. Denn nicht nur im Sport, sondern auch im Gehirn gilt: Wer rastet, der rostet.

RADTKEHOF
Eine Idee wird Wirklichkeit!

Helfen Sie mit die lippische Anbauvielfalt auf den Äckern zu vergrößern:

Dringend Ackerflächen für Bioland zertifizierten Anbau von Hanf, Goldhirse und Dinkel gesucht!

Unsere Spezialität: hofeigene Produktvielfalt
Eierlikör, Kartoffeln, Gemüsebrühe, Sommertomaten, Goldhirse, Knoblauch, Lammfelle, Eiernudeln, Fleisch und Wurst unserer Bunten Bentheimer Schweine, Hanfprodukte und vieles mehr.

Hofladen Öffnungszeiten: Mi + Do von 15-18 Uhr

0171 8374274
Holstenhöfen 1
32825 Blomberg
www.radtkehof.de

Lippe qualität
Bioland

BUNDESLIGA HEIMSPIEL
LIVE IN DER HALLE AN DER ULMENALLEE in BLOMBERG

TICKETS: HSG-BLOMBERG-LIPPE.DE | LIVE UNTER SPORTDEUTSCHLAND.TV

PHOENIX CONTACT
Lippische Landesbrandversicherung AG
errea

Anzeige

Gold ist wie Silber, nur später

Die Vantasten feiern 40-jähriges Bestehen

Montagabend, 19 Uhr. Vor dem Proberaum der Vantasten nimmt uns Sänger Peter Siegmann in Empfang. „Normalerweise denkt man ja, dass Proberäume immer im Keller sind, unser ist aber oben", verrät er und steigt vor uns die Treppe rauf. „Praktischerweise haben wir hier aber einen Lastenaufzug, da müssen wir unser Equipment nicht immer die Treppe rauf und runter schleppen, zumal gerade die Verstärker einiges wiegen." Er öffnet die Tür zum Heiligtum der Band: dem Probenraum. Dort warten schon Chef und Keyboarder Jochen Schlingmann, Gitarrist Günter Liske, Bassist Ralf Sdrenka, Saxophonist Dirk Wrenger und Schlagzeuger Sascha Gröger.

„So ein Proberaum ist das A und O jeder Band", erklärt Dirk Wrenger, der mit seiner Art des Saxonphonspiels die Musik der Vantasten verfeinert. Diesen hier haben die Vantasten bereits vor ein paar Jahren bezogen, mussten aber erst einmal Hand anlegen. „Als wir das erste Mal hier hereinkamen, konnte man sich noch nicht wirklich vorstellen, dass man hier jemals proben könnte", erinnert er sich. „Wir haben dann erst einmal gestrichen und schließlich die Decke mit Stofftüchern abgehangen, damit der Klang besser wird und es nicht so hallt."

Jetzt prangt Rock,n' Roll in blauen Buchstaben auf rostrotem Grund an der Wand über der Sitzecke. Zwei alte Sofas, ein Sessel und ein Tisch dienen der Band zum gemütlichen und kreativen Zusammensein. Direkt daneben sind Verstärker, Keyboard, Schlagzeug, Monitorboxen und Lautsprecherboxen aufgebaut.

Wir nehmen aber erst einmal auf den Sofas Platz und stellen fest, dass die Band vorbereitet ist. Auf dem Couchtisch liegen zwei große Aktenordner und ein Fotoalbum voll mit Erinnerungen aus Fotos und gesammelten Zeitungsartikeln. „Wir haben da mal was vorbereitet", lacht Günter Liske.

Die gesammelten Erinnerungen reichen ins Jahr 1982 zurück.

„Was hat uns eigentlich dazu bewogen, so einen Blödsinn zu machen?", fragt Peter Siegmann scherzhaft in die Runde. „Sex, Drugs & Rock ‚n' Roll", ist die nicht wirklich ernst gemeinte Antwort und Jochen Schlingmann frotzelt: „Ach Peter, du kannst da doch gar nicht mitreden, du bist doch erst später dazu gekommen." Allerdings nicht sehr viel später. „Wir hatten vorher alle in anderen Bands gespielt und da die Welt klein ist und Lippe sowieso, kannten wir uns alle durch die Musik und diverse Auftritte in Jugendzentren. Da haben wir drei Jahre nach unserer Gründung dann auch Peter aufgegabelt", erzählt Jochen Schlingmann.

Genauer gesagt im Jugendzentrum in Lemgo. „Da war ich mit 16 Jahren oft", erinnert Peter Siegmann sich. Irgendwann hat mich mal jemand angesprochen, ob ich nicht Lust hätte, bei ihm in
der Band zu singen, weil ich immer mitgesungen habe." Bei den Proben lernte er dann den damaligen Bassisten der Vantasten kennen und die Geschichte nahm ihren Lauf.

„Meine Schwester war damals so nett, mich immer zu den Proben nach Lage zu fahren, weil ich noch keinen Führerschein hatte. Manchmal hat Jochen mich auch abgeholt. Weil er dann gerade von der Arbeit kam, stand er noch in voller Polizeiuniform vor der Tür. Irgendwann haben die Nachbarn mal vorsichtig gefragt, ob ich Ärger mit der Polizei hätte, die wäre in der letzten Zeit öfter mal da gewesen." Er lacht. Nach den Proben nahm sein Bandkollege ihn dann entweder mit zurück oder Peter Siegmann rief von der Telefonzelle aus seine Schwester an, damit sie ihn wieder abholte. „Smartphones hatten wir in den Achtzigern ja noch nicht", erinnert sich Peter Siegmann zurück. Auch damals wurde schon montags geprobt. „Wie haben wir das überhaupt gemacht, so ohne Mobiltelefon?", fragt er in die Runde. „Keine Ahnung, Rauchzeichen vielleicht", witzeln seine Bandkollegen. Im Nachhinein betrachtet war die Absprache aber damals schon etwas schwieriger, wie auch Günter Liske zugibt. „Wenn wir spontan eine Anfrage für einen Auftritt bekommen haben, dann liefen bei uns echt die Drähte heiß, schließlich musste derjenige, der angerufen worden war, die anderen informieren und die mussten dann wiederum Rücksprache halten, ob sie eventuell früher Feierabend machen konnten. Da ging dann aber eine ganz schöne Telefonlawine los. Zum Glück haben unsere Arbeitgeber, wir waren damals ja alle noch in der Ausbildung, uns immer super unterstützt. Das ist lange nicht selbstverständlich."

Daran, dass die Vantasten sich heute mit V schreiben, ist Van Halen nicht ganz unschuldig. „Wir saßen in der Kneipe und

VANTASTEN

Gold

ist wie Silber,
nur später.

sprachen über unsere neue gegründete Band, als die Wirtin vorbeikam und sagte ‚ihr seid doch alle Fantasten'. In dem Moment machte es irgendwie klick und wir hatten einen Namen. Und weil Van Halen damals musikalisch unsere großen Idole waren und wir das V am Anfang unglaublich cool fanden, beschlossen wir, dass wir uns auch mit V schreiben wollen", verrät Günter Liske die Entstehung des Bandnamens. Anders als ihre musikalischen Vorbilder haben die Vantasten „Sex, Drugs & Rock,n' Roll" aber nie gelebt. „Den Rock,n' Roll vielleicht schon", überlegt Jochen Schlingmann und wirft einen Blick zur Wand, an der genau diese beiden Worte stehen. „Zwischenzeitlich hatten wir mal eine Phase, in der wir sehr viele Konzerte gespielt haben, so 20 bis 25 pro Jahr. Das ist für uns Hobbymusiker schon eine ganze Menge. Wir leben schließlich nicht davon, sondern haben oder hatten – ein paar von uns sind ja bereits in Rente – alle einen Beruf."

Günter Liske stimmt dem Keyboarder und „Bandchef" zu und nickt. „Wenn man bedenkt, was wir für ein bunt gewürfelter Haufen waren und immer noch sind: ein Beamter, ein Arbeiterkind, ein Fahrlehrer, ein IT-Fuzzi, ein Studierter und trotzdem sind wir uns bei der Musik immer einig." Ralf Sdrenka schaut ihn streng an: „Das hat der IT-Fuzzi gehört."

Von ihren damaligen Vorbildern sind sie heute ein ganzes Stück entfernt, dafür haben die Vantasten im Laufe der Jahre ihren eigenen Stil entwickelt. „Wenn man so wie wir immer mal wieder Umbesetzungen hatte, dann steht und fällt auch immer einiges mit den Musikern, die mal dabei waren und die jetzt dabei sind. Jedes ehemalige und jedes aktive Mitglied hat den Sound auf irgendeine Art und Weise geprägt", erklärt Jochen Schlingmann. Den ganz eigenen Vantasten-Sound eben.

Vieles, was wir gerade tun, hat uns in die Bahn gebracht.
Gedanken, Gefühle und Glauben.
Ich bleibe dabei, es geht doch noch viel weiter,
da können wir manchmal nur staunen.
(Den Kopf verdreht)

Peter Siegmann ist es dabei vor allem wichtig, dass seine Texte einen Inhalt haben. Leere Worthülsen nur der Reime wegen mag er nicht. Für einen Auftritt in Bad Salzuflen Partnerstadt Millau komponierte er damals sogar einen Song auf Französisch. Während Peter Siegmann erzählt, blättert Schlagzeuger Sascha Gröger in dem Ordner mit den Songtexten und findet prompt das entsprechende Lied.„Sogar handschriftlich, Donnerwetter", stellt er voll Anerkennung fest. Dann sieht er das Datum rechts oben neben dem Titel: 2012. „Da war ich ja auch schon zehn Jahre dabei", bemerkt er. 2002 saß er das erste Mal für die Vantasten hinter den Drums.„Damals war ich noch Zivi", denkt er zurück. Heute ist er Fahrlehrer und gerade frisch Papa geworden.„Schlagzeug zu Hause üben ist jetzt nicht mehr", lacht er. „Als ob du das vorher gemacht hättest", entgegnen seine Bandkollegen ihm. Wo Sascha schon mal in den Liedtexten blättert, greifen Peter Siegmann und Jochen Schlingmann nach dem Fotoalbum und auch Günter Liske und Bassist Ralf Sdrenka widmen sich den gesammelten Dokumenten.

Wir brauchen gar nicht mehr viel fragen, weil die Band plötzlich selbst in Erinnerungen schwelgt und überlegt, wie das damals genau war.

„Hast du die Hüte mal mitgebracht?"
Ne, die waren vom Jens"

Jens Heuwinkel, den man heute mit seiner Sauresani- Ein-Mann-Show kennt, war tatsächlich mal Teil der Vantasten. „Damals haben wir noch viel mehr mit Theater gemacht. Von den Kostümen her waren unsere Auftritte wahrscheinlich eher Musicals", sagt Günter Liske heute rückblickend.„Ich war sogar mal ein Engel", erzählt Peter Siegmann,„mit Neonröhre auf dem Rücken." Wer jetzt allerdings eine gepfiffene Melodie im Kopf hat, liegt komplett falsch.„Mit Rammstein hatte das nie etwas gemeinsam", lacht er.

„„Schnickschnack haben sie nicht nötig“, liest Ralf Sdrenka, von seinen Bandkollegen Ray genannt, laut die Überschrift eines alten Zeitungsartikels vor. „Das ist schon lustig, wenn man liest, was über uns so geschrieben wurde.“ Zumal er selbst in den Anfangszeiten noch gar nicht dabei war. „Dafür bin ich dann doch ein bisschen zu jung“, erklärt der IT-Fachmann, der in seiner Freizeit fleißig an seinem Motorrad bastelt. „Irgendwann wird das auch mal fertig“, versichert er. Allerdings ist er nicht der Einzige mit einem Hobby neben der Musik. „Wenn man mich fragt, welche Hobbys ich habe, dann sage ich schon mal Fahrrad fahren oder lesen. Das ist zumindest gesellschaftlich akzeptiert. Wenn ich erzähle, dass ich eine Modelleisenbahn habe, wahnsinnig gerne mit Lego baue oder Videospiel zocke, dann nicken nur Nerds anerkennend. Die meisten ziehen nur zweifelnd die Augenbrauen hoch“, verrät Sascha Gröger.

Offiziell sind die Vantasten natürlich eine Band, inoffiziell allerdings eher ein Kollektiv positiv Verrückter. Vier Alben können sie in ihrer Diskografie verzeichnen. Wer jetzt allerdings denkt, dass jedes Jahrzehnt ein Album hat, liegt nicht so ganz richtig. Die Songs sind alle im Laufe der Zeit entstanden, die Alben allerdings zwischen 2002 und 2013: Landleben, Ich & Du, Lackstar und Unter der Haut. „Wir schreiben immer noch neue Songs und denken gar nicht daran, irgendwann mal aufzuhören“, sagt Peter Siegmann.

Dann auf die nächsten 40 vantastischen Jahre!

Verkauf von Neuwagen, EU-Fahrzeugen, Jahreswagen und Gebrauchtwagen.

Volkswagen Service

Service

Ihr Volkswagen Partner
Autohaus G. Niere GmbH & Co.KG
Alte Chaussee 11-13, Blomberg-Donop, Tel. 05236 / 683

Wer die Vantasten live erleben möchte, sollte sich diese Termine vormerken:

30. Oktober, 15:00 bis 16:30 Uhr
Schlänger Markt, Bühne in der Stadt

5. November, 20:00 Uhr
Die Party des Jahres: 40-Jahr-Feier
mit Konzert, Gastmusikern und DJ bis zum Morgen
Gasthof Marpetal, Blomberg-Großenmarpe

10. Dezember, 20:00 Uhr
X-Herford

Kontakt zu den Vantasten:

Peter Siegmann
Erdbrucher Str. 14
32825 Blomberg
Tel.: 05236 8899030

Jochen Schlingmann
Eschenstr. 11
32108 Bad Salzuflen
Tel.: 0160 6988833

www.vantasten.de

Börsenwissen spannend und realitätsnah erwerben:

Europas großes Börsenlernspiel startet in die Jubiläumsrunde.

Seit 40 Jahren ermöglicht das Planspiel Börse Schülern, Studierenden sowie allen Börseninteressierten einen spielerischen und praxisnahen Zugang zum Handel mit Wertpapieren. Am 4. Oktober startet die Jubiläums-Spielrunde, die auch in diesem Jahr über siebzehn Wochen bis zum 31. Januar 2023 läuft. Wie in den Vorjahren werden wieder Teilnehmende aus Frankreich, Italien und Luxemburg erwartet.

Als digitales Lernprojekt kann das Planspiel Börse von überall gespielt werden. Ob im Klassenzimmer, in den Ferien, zu Hause oder im Büro – allen Teilnehmenden steht der Zugang zum Planspiel in diesem Jahr über eine App (für iOS und Android) und eine Webversion zur Verfügung. Für einen reibungslosen Ablauf und für ein tolles Spielerlebnis wurde in dieser Spielrunde vor allem auf die technische Funktionalität der Spielanwendung gesetzt.

Ob in der App oder im Web: Nach erfolgreicher Registrierung können die Teilnehmenden mit einem virtuellen Startguthaben von 50.000 Euro risikolos und spielerisch die Marktmechanismen des Börsenhandels kennenlernen. Dazu gibt es eine breite Auswahl an Wertpapieren, die fiktiv, aber zu realen Kursen der Börse Stuttgart, im Spiel gehandelt werden können.

Darüber hinaus werden den Teilnehmenden auch vielfältige Informationen zur aktuellen Wirtschaftslage, den Wertpapieren und den Kursen bereitgestellt. Über interaktive Lernquizze kann so das eigene Wirtschafts- und Börsenwissen erweitert und gefestigt werden. Und auch auf den Social-Media-Kanälen gibt es regelmäßig interessante Informationen sowie – im Zuge der Jubiläumsausgabe – gleich vier Gewinnspiele, an denen alle Spieler teilnehmen können.

Auch in diesem Jahr werden am Ende der Spielrunde zwei Preise ausgelobt. Denn nicht nur die Depotgesamtwertung zählt, sondern auch die Nachhaltigkeitsbewertung: Aktien von Unternehmen, die im Global Challenges Index gelistet sind, und spezielle Fonds in der Wertpapierliste sind mit einem Nachhaltigkeitssymbol gekennzeichnet. Wer möchte, kann also ganz gezielt auf Nachhaltigkeit setzen. Die Erträge mit diesen Wertpapieren werden am Ende addiert und als Ranking dargestellt.

Für die besten Leistungen werden auch in dieser Spielrunde attraktive Preise an die Gewinnerteams und ihre Schulen vergeben. Alle Bundessieger dürfen sich außerdem auf die große nationale und europäische Jubiläums-Siegergala im Frühjahr 2023 in Berlin freuen. Zusätzlich lobt die Sparkasse Paderborn-Detmold weitere Preise aus.
Helmut Schleweis, Präsident des Deutschen Sparkassen- und Giroverbandes, über das Planspiel Börse: „Wie lege ich verantwortungsvoll und nachhaltig Geld an? Wie beeinflussen unternehmerische Entscheidungen und politische Entwicklungen die Aktienkurse? Wie bewerte ich Wirtschaftsnachrichten? Um am Aktienmarkt erfolgreich zu sein, braucht es nicht nur das richtige Gespür für die Märkte, sondern auch gute Teamarbeit. Wer am Planspiel Börse teilnimmt, schärft seinen Blick für wirtschaftliche Zusammenhänge."

Zusatzinformationen:

Die Teilnahme am Planspiel Börse ist kostenlos.
Die Registrierung ist bis zum 16. November 2022 möglich.
Spielende ist der 31. Januar 2023.

Lehrkräfte, Schüler, Studierende und andere Börseninteressierte, die teilnehmen möchten, erhalten weitere Informationen unter **www.planspiel-boerse.de** oder bei der Sparkasse Paderborn-Detmold.

Das Planspiel Börse ist ein Lernprojekt der Sparkassen in Deutschland und Europa zur Förderung der finanziellen Bildung. Seit 1983 findet das Planspiel Börse jährlich statt. Das Planspiel Börse wird vom Deutschen Sparkassen- und Giroverband (DSGV), den Regionalverbänden der Sparkassen, der DekaBank sowie der Europäischen Sparkassenvereinigung (ESBG) unterstützt und gefördert.

Die Rose im Kalletal
Seniorenresidenz

Seniorenresidenz
Rosenweg 10
32689 Kalletal/Lüdenhausen
Tel. 05264- 65860-0
www.pflegeheim-kalletal.de

rose.kalletal

Bracht & Hofmeister GmbH u. Co. KG
Am Bauhof 24 32657 Lemgo 05261-98610
www.bracht-hofmeister.de

Wo Bracht draufsteht, ist Bracht & Hofmeister drin.

Hochdeckend, langlebig, umweltfreundlich. So individuell eure Anforderungen an Farben sind, so groß ist unsere Auswahl. Bis schön. Eure Laura Bracht

Familienunternehmen seit 1908!

Bracht & Hofmeister
… und alles wird schön

Foto: djd-k/www.urlaubambauernhof.at

Frische Luft, eine ruhige und friedliche Umgebung, viel Platz zum Spielen und Freiraum, um wieder Energie zu tanken: Im Herbst laden die österreichischen Urlaubsbauernhöfe zu aktiven, genussvollen und entspannenden Momenten inmitten der prächtigen Landschaft ein. Infos, Kataloge sowie Buchungsmöglichkeiten gibt es unter www.urlaubambauernhof.at. Besonders rege geht es im Herbst auf den Winzerhöfen zur Zeit der Weinlese zu.

Foto: djd-k/www.ostseeferien.de/TMV/Grundner

Nicht ohne Grund ist der Herbst bei vielen Ostseekennern eine beliebte Reisezeit: Die Ruhe am menschenleeren Strand sorgt für Entschleunigung und Erholung. Auf einer aussichtsreichen Rundtour können Aktivurlauber zum Beispiel den Klützer Winkel kennenlernen, ein beschaulicher Landstrich zwischen den Hansestädten Wismar und Lübeck. Imposante Guts- und Herrenhäuser und das eindrucksvolle Schloss Bothmer schmücken die Fahrradroute. Infos gibt es unter www.ostseeferien.de/herbstauszeit.

Foto: djd-k/Tourismusverband Landkreis Stade

Das Alte Land am Elbstrom direkt vor Hamburg ist das größte zusammenhängende Obstanbaugebiet Nordeuropas. Nicht nur zur Erntezeit im Herbst kommen Wanderer hier auf ihre Kosten. Weicher Waldboden und beschauliche kleine Flüsse, geheimnisvolle Moore, Deichwege mit Weitblick auf die Elbe, die Natur rund um die Hansestädte Stade und Buxtehude oder auch die Pilgerwege in der Region wollen entdeckt werden: www.urlaubsregion-altesland.de.

DER HERBST KOMMT

Foto: djd-k/www.stadt-brandenburg.de/PMSG/André Stiebitz

Einer der schönsten Abschnitte der Havel fließt zwischen Potsdam und Brandenburg an der Havel. Die weiten Seen und romantischen Flussabschnitte laden Wasserfans zum Urlaub ein. Wer die Havel auf eigene Faust entdecken möchte, kann zwischen verschiedenen Charterangeboten wie Kanus, Segel- oder Motorbooten wählen. Um die Havelseen zu entdecken, kann man sich aber auch kutschieren lassen: Mit dem Fahrgastschiff geht es entspannt von Potsdam bis nach Brandenburg an der Havel an allen Sehenswürdigkeiten vorbei. Weitere Infos gibt es unter www.diehavelseen.de.

Foto: djd-k/Markt Nesselwang/W. Pfisterer

Im Herbst liegt das Tal morgens noch im Schatten, doch auf den Allgäuer Gipfeln genießen die Wanderer den ganzen Tag das goldene Licht der tiefer stehenden Sonne. Auf die Alpspitze, den Hausberg des Luftkurorts Nesselwang im bayerisch-schwäbischen Ostallgäu, gelangen auch Genusswanderer und Familien mit Leichtigkeit. Denn die Alpspitzbahn bringt sie auf 1.500 Höhenmeter hinauf. Ein Höhepunkt ist der Almabtrieb: Einheimische und Gäste feiern ein fröhliches Brauchtumsfest, wenn das Jungvieh von den Bergwiesen ins Tal zurückkehrt. Infos gibt es unter www.nesselwang.de.

Foto: djd/www.DEVK.de/Maryana - stock.adobe.com

Mit Mini-Solaranlagen für den Balkon den Geldbeutel schonen

(djd). Bevor der Winter kommt, wollen sich viele Menschen unabhängiger von den Lieferungen der Energieversorger machen. Doch wer eine größere Photovoltaikanlage auf dem Dach installieren lassen möchte, muss sich auf lange Wartezeiten einstellen, denn es gibt zu wenig verfügbare Module und zu wenige Fachkräfte für die Montage. Eine schnelle Alternative können Stecker-Solaranlagen sein.

Strom für den Kühlschrank selbst erzeugen

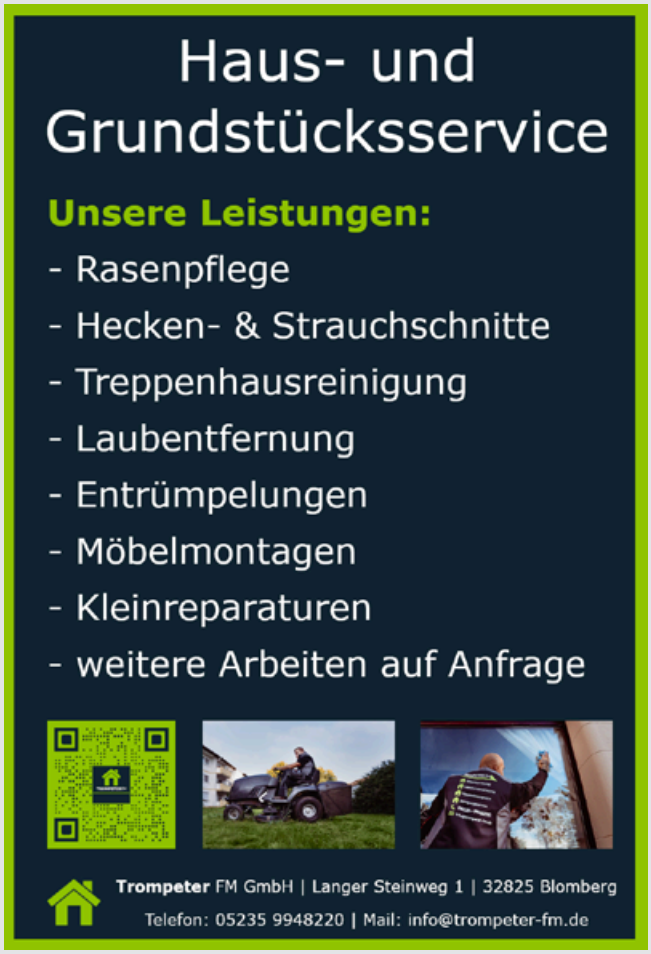
Im Handel sind die sogenannten Balkonkraftwerke oft noch vorrätig und deutlich preiswerter als ihre großen Vorbilder. Ein weiterer Vorteil ist, dass sich die Solarmodule bei einem Umzug abmontieren und mitnehmen lassen. So können auch Mieterinnen und Mieter einen Teil ihres Strombedarfs selbst erzeugen. Die fachgerechte Installation kann jeder selbst vornehmen, wenn man sich an die Herstellerangaben hält. Der erzeugte Solarstrom fließt ins Hausnetz und versorgt hier Kühlschrank, Fernseher und Co. Ob sich die Anschaffung lohnt, hängt vor allem vom Standort und der Ausrichtung des Mini-Kraftwerks ab. Laut Verbraucherzentrale NRW erzeugt ein Standardsolarmodul mit 380 Watt Leistung an einem Südbalkon jährlich so viel Strom, wie Kühlschrank oder Waschmaschine in einem 2-Personen-Haushalt verbrauchen.

Geräte bis 600 Watt als Hausrat mitversichert

Obwohl die Geräte draußen angebracht sind, versichert etwa die DEVK sie als Hausrat – ähnlich wie Antennen. Üblich ist das in der Branche nicht. Damit das Kraftwerk auf dem Balkon ohne Aufpreis mitversichert ist, darf die Leistung des Wechselrichters nicht mehr als 600 Watt betragen. Die Hausratpolice versichert die Balkon-Kraftwerke vor allem gegen Sturm-, Hagel-, Feuer- und Überspannungsschäden durch Blitz – Informationen gibt es unter www.devk.de/hausrat. Wichtig ist auch ein Haftpflichtschutz, denn die mobilen Geräte können etwa vom Sturm abgerissen und auf das Terrassendach des Nachbarn geschleudert werden. Bei leistungsstärkeren Anlagen muss ein Fachbetrieb die Installation vornehmen. Versicherungsmöglichkeiten gibt es hier über die Wohngebäudeversicherung.

Den Vermieter informieren

Wer sich ein Mini-Kraftwerk zulegt, muss darüber verschiedene Beteiligte informieren: den Vermieter, denn die Anlage verändert das äußere Erscheinungsbild, die Bundesnetzagentur und den Energieversorger, um zu klären, ob ein normaler Stecker ausreicht oder eine Einspeise-Steckdose nötig ist, und den Versicherer. Mini-PV-Anlagen gibt es als Komplettpaket schon für wenige Hundert Euro. Leistungsstärkere Modelle über 600 Watt können mehrere Tausend Euro kosten.



KÜS
KÜS
KÜS

Lippe Reporter
Menschen der Region

Mit Sympathie und Sachverstand

KÜS-Prüfingenieurin Alexandra Blum lebt und liebt ihr Arbeitsmotto

Für Redaktionsverhältnisse ist es noch relativ früh am Morgen, für Alexandra Blum von der KÜS-Prüfstelle im Kalletal ist es bereits der zweite Pkw. Routiniert und sorgfältig stellt sie das Scheinwerfereinstellgerät für den dunklen Kombi ein. Der Fahrer des Wagens wartet hinter der Glasscheibe zum Büro auf seinen Wagen und schaut neugierig zu seinem Auto herüber.
Parallel nimmt ihr Ehemann Eric einen silbergrauen Unfallwagen an und markiert sich die Dellen im Lack mit kleinen roten Pfeilen, bevor er die Schäden fotografiert und dokumentiert.
Nachdem der dunkle Kombi seine Prüfplakette erhalten hat und sein Besitzer vollkommen zufrieden vom Hof gefahren ist, hat Alexandra Blum heute ein paar Minuten Zeit für uns. Als sie auf uns zukommt, zeigt sie auf eine Liste an der Wand der Prüfstelle. Die beliebtesten und häufigsten Ausreden – pardon – Aussagen.

„Was wir hier teilweise an Sprüchen zu hören bekommen, eignet sich für jeden Witz, wenn es nicht so wäre, dass manche Menschen das, was sie sagen, echt ernst meinen. Neulich hat ein Mann das Auto seiner Frau vorbeigebracht. Als wir angemerkt haben, dass neue Bremsbeläge mehr als überfällig wären, hat er tatsächlich gemeint, das wäre nicht so schlimm, mit dem Auto würde nur seine Frau fahren. Da weiß man manchmal nicht, ob man lachen oder den Kopf schütteln soll“, erzählt sie. „Die meisten Kunden sind aber echt nett, aber wie das immer so ist – die Sprüche bleiben halt in Erinnerung.“

Aber was macht die KÜS eigentlich?

„KÜS ist die Abkürzung für Kraftfahrzeug-Überwachungsorganisation freiberuflicher Kfz-Sachverständiger e.V. Das heißt, wir machen HU und AU, Änderungsabnahmen, Oldtimer-Einstufungen, Kfz-Sachverständigendienste wie Schadensgutachten, Wertgutachten und und und“, erläutert Alexandra Blum. „Das größte Fahrzeug, das wir hier mal abgenommen haben, war ein Mähdrescher. Der passte so gerade noch durch das Tor.“

Bis vor Kurzem war Alexandra Blum in Lippe noch die einzige Prüfingenieurin der KÜS, mittlerweile hat sie in einer anderen Prüfstelle eine weitere Kollegin dazubekommen.

„Am Anfang war das manchmal echt gar nicht so einfach“, verrät sie, „da meinten dann männliche Kollegen oft, sie müssten mir die Prüfgeräte tragen. Das habe ich aber von Anfang an abgelehnt. Entweder arbeite ich genauso wie alle anderen auch oder gar nicht.“ Gewissenhaft ist sie, das muss man ihr lassen. Dass sie nicht viele weibliche Kolleginnen haben wird, war der studierten Maschinenbauingenieurin bereits in ihrer Ausbildung bewusst, schließlich waren in ihrer Klasse außer ihr nur Männer.„Um Prüfingenieur zu werden, muss man zunächst ein Studium zum Maschinenbauingenieur oder ähnlichem abgeschlossen haben, danach erst geht es in die Weiterbildung zum Prüfingenieur“, erklärt sie den beruflichen Werdegang. Oder eben zur Prüfingenieurin.

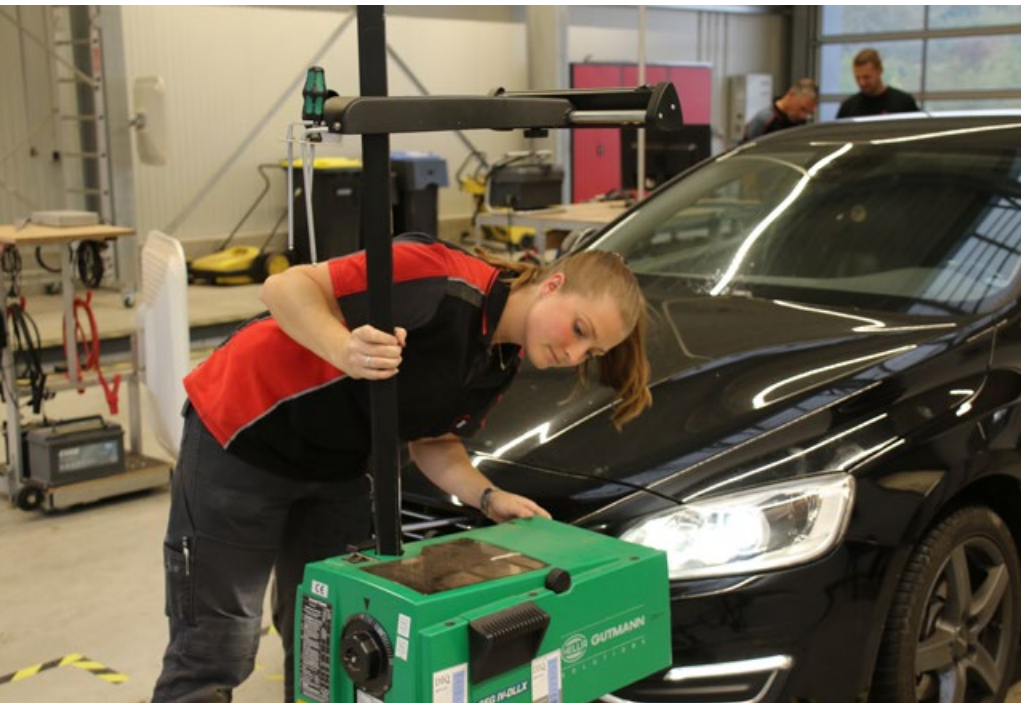
Dass sie mal „irgendwas mit Technik“ machen würde, war ihren Eltern Rainer und Karin schon relativ früh klar.

„Alex hat als Kind schon immer lieber ihr Bobbycar auf den Kopf gedreht und mit Spielzeugwerkzeug ‚repariert‘, als Puppen andere Kleider anzuziehen“, erinnert sich ihre

Mutter Karin. Ganz im Gegensatz zu ihrer jüngeren Schwester Charlotte, die als kleines Mädchen sehr gern mit Puppen gespielt hat. „Unsere Töchter sind grundverschieden, das hat es für uns als Eltern immer spannend gemacht, weil wir beide nie direkt vergleichen konnten", sagt Karin Blum. Im Alter von neun Jahren fährt Klein-Alexandra das erste Mal den Trecker ihres Onkels. „Bei der Heuernte hatten sie gerade mal genug Leute zum Stapeln und da ich dazu noch zu klein war, habe ich dann ganz langsam den Traktor übers Feld gefahren", denkt sie an ihre erste Fahrstunde zurück.

Dass Familie Blum in der mittlerweile dritten Generation Fahrzeuge auf Herz und Nieren oder vielmehr auf Fahrwerk und Schadstofffemissionen prüft, hat Alexandra Blums Großvater Wolfgang Blum zu verantworten, der sich 1970 mit einem Ingenieurbüro für Schadensgutachten selbstständig machte. „Damals habe ich die Gutachterfotos, die mein Vater von den Unfallwagen gemacht hat, noch eigenhändig im Heizungskeller entwickelt", erinnert sich Rainer Blum.
Er selbst machte erst seinen Kfz-Meister, dann seinen Diplom-Ingenieur und trat dann gewissermaßen in die Fußstapfen seines Vaters. „Ich weiß noch, als er sich dazu entschied, sich ebenfalls selbstständig zu machen", erinnert sich Karin Blum, „‚Karin, wenn ich mich jetzt selbstständig mache, dann brauche ich dich', hat er gesagt. Ich war damals eigentlich Arzthelferin und habe mir das Personal- und Rechnungswesen nach und nach angeeignet", erinnert sie sich zurück. „Und zusammen haben wir das dann gewuppt", ergänzt Rainer Blum und strahlt seine Frau an. „Und dann kam ich", grinst Tochter Alexandra. Auch für sie war relativ schnell klar, dass sie in Opas und Papas Fußstapfen treten will.

„Nachdem ich einen Führerschein hatte, fuhr ich Pizzataxi, um mir etwas fürs Studium dazu zu verdienen, das habe ich dann nach einiger Zeit aber wieder aufgegeben und habe stattdessen für meinen Vater Lastwagen von Kunden zur Prüfung abgeholt und hinterher wieder zurückgebracht. Da habe ich richtig Fahrpraxis bekommen", erzählt sie. Allerdings sind Prüfzeiten für Lkws oft abends. Logisch, tagsüber werden sie auf der Straße gebraucht. „Wenn ich mit Freunden unterwegs war, war ich dann immer Fahrer, weil dann zwischendurch noch der Anruf kam, ‚Alex hol mal da und da einen Lastwagen ab'. Manchmal haben dann aber auch die Kunden nicht schlecht gestaunt, wenn da eine



junge Frau im Partyoutfit stand und ihre Lkws überführen wollte." Sie lacht bei der Erinnerung. „Du bist aber auch immer wirklich sehr lässig aus der Fahrerkabine ausgestiegen, so als hättest du nie etwas anderes gefahren", ergänzt ihr Vater. Auf die Frage, was sie alles fahren darf, kommt die Antwort „alles außer Bus" wie aus der Pistole geschossen. „Also einen Bus darf ich auch fahren, aber nur zur Prüfungsfahrt, nicht zur Personenbeförderung", ergänzt sie gleich darauf.

Aber auch wenn sie während des Studiums schon im familieneigenen Betrieb arbeitete, ging es danach als Konstrukteurin und Verfahrensingenieurin im Bereich Forschung und Entwicklung erst in ein anderes Unternehmen. Irgendwann war sie dann fast nur noch auf Geschäftsreise und musste feststellen, dass ein reines Aus-der-Tasche-Leben auf Dauer nichts für sie ist. „Ich habe immer gesagt, dass ich bis zu meinem 30. Geburtstag was anderes mache, damit ich hinterher nicht sagen kann, ach hätte ich mal', allerdings habe ich dann doch früher gemerkt, dass mir die Autos, Lastwagen und Busse ganz schön fehlten. Und weil meine Eltern nett sind, haben sie mir dann erlaubt, dass ich auch schon vor meinem 30. Geburtstag meine Weiterbildung zur Prüfingenieurin machen darf." Alexandra Blum schaut ihre Eltern schelmisch an, dann lachen alle drei. „Ja ja, weil wir so nett sind", betont Karin Blum scherzhaft.

Ein dreiviertel Jahr lang büffelte Alexandra Blum intensiv für ihre Prüfung.

Dadurch war sie aber auch erst einmal ein ganzes Stück von zu Hause weg, denn die Akademie für KÜS-Prüfingenieure liegt in Losheim am See, gut 35 km von Trier und 55 km von Saarbrücken entfernt. „Das war dann noch mal eine echt harte Zeit, aber dafür kann ich jetzt im regulären Arbeitsbetrieb zu Hause in meinem eigenen Bett schlafen und habe wieder ein Privatleben", sagt Alexandra Blum, obwohl sie beruflich nach wie vor jede Menge Kilometer zurücklegt. Allerdings nur tagsüber. Zusammen mit Ehemann und Kollege Eric Blum fährt sie in Nordlippe und Südniedersachsen verschiedene Kooperationswerkstätten an und verteilt bei bestandener HU die entsprechende Prüfplakette und nehmen Unfallschäden auf, kalibrieren Scheinwerfereinstellplätze oder Bremsenprüfstände. Schließlich prüft man bei der KÜS DAkkS-zertifiziert.

Kennengelernt haben sich Alexandra und Eric Blum ganz klassisch auf der Arbeit, wobei sie einen Moment amüsiert überlegen, ob das noch klassisch ist oder ob mittlerweile die Dating-App der neue Kennenlern-Klassiker ist.

„Bei Eric habe ich Regel Nummer 1 gebrochen: Fange niemals etwas mit dem Angestellten von Kunden an", gibt Alexandra Blum zu. Als sie ihren heutigen Mann damals kennenlernte, war er noch als Kfz-Mechaniker in einer Werkstatt tätig, in der die KÜS-Kfz-Prüfstelle Blum regelmäßig HU und AU abnahm und auch heute noch abnimmt.„Damals hatte ich Vika gerade neu und wir sind über den Hund ins Gespräch gekommen.

Irgendwann kam das Thema dann aufs Motorradfahren. Da ich aber schon von anderen öfters mal gefragt worden war, ob ich nicht Lust auf eine gemeinsame Motorradtour hätte, habe ich damals nur‚ja, ja, können wir ja mal machen' gesagt, ohne wirklich die Absicht zu haben, wirklich eine Tour zu starten", erzählt sie. Irgendwann hatte ihr heutiger Mann aber keine Lust mehr, vertröstet zu werden.„Ich sagte dann zu ihr, dass sie immer nur‚ja ja' sagen würde, aber letztendlich nie etwas aus der Idee mit dem Ausflug werden würde", verrät Eric Blum. Also verabredeten die beiden sich zu einer gemeinsamen Ausfahrt.

„Ich hatte damals mein Motorrad bei meinen Eltern stehen und Eric ist dann vorbeigekommen, um mich‚einzusammeln' und hat dann direkt mal meine Eltern kennengelernt. Da haben wir die übliche Reihenfolge der Abläufe gleich mal getauscht." Sie lacht. „Als ich nach der Tour wieder nach Hause kam, meinte meine Mutter nur‚also, ich hätte nichts dagegen, wenn du Eric öfter mal mitbringen würdest'. Da bin ich überhaupt erst auf den Gedanken gekommen, dass das eigentlich ziemlich gut passt." Grinsend schauen sie und Eric sich an.

Den Heiratsantrag bekam Alexandra Blum dann einen Tag vor ihrem Geburtstag abends um 20 Uhr in der Küche.

Ihr Zukünftiger war viel zu aufgeregt, um noch bis zum nächsten Tag zu warten. „Ich war gerade zur Tür rein, kam vom Einkaufen und hatte noch die Einkaufstüten in der Hand. Eigentlich fand das im wahrsten Sinne des Wortes zwischen Tür und Angel statt, aber so sind wir halt. Alles andere wären nicht wir gewesen", erzählt sie und bekommt bei der Erinnerung immer noch strahlende Augen.

Die Hochzeit der beiden fand stilecht natürlich in der Prüfstelle statt. Dafür durften sie sich sogar einen nigelnagelneuen Lastwagen ausleihen.„Eigentlich haben wir nur höflich und vorsichtig gefragt, ob wir einen LKW haben dürften, den wir über die Grube stellen könnten, damit da niemand hineinfällt. Dass sie uns dann gleich ihr bestes und neuestes Fahrzeug überlassen haben, war eine riesengroße Ehre", sagt Eric Blum.

Während bei der standesamtlichen Hochzeit im Winter noch alle so am Bibbern waren, dass irgendwann sogar die Fotografin das Paar bat, die Hochzeitsfotos drinnen in der Prüfstelle zu machen, da man sonst nur verfrorene Gesichter auf den Bildern hätte, hatten die beiden bei der großen Feier ein absolutes Traumwetter. „Wir sind mit dem Cabrio, Vika inklusive, oben offen gefahren und kamen dann natürlich laut hupend hier auf den Hof, wo wir schon von ganz vielen erwartet wurden. Das war wirklich toll." Die Begeisterung ist beiden immer noch anzumerken.

Als sie ihren Namen hört, hebt Vika auf ihrer Decke kurz den Kopf und streckt sich. Alexandra Blum dreht sich zu der sechsjährigen Hündin um.„Du bist immer dabei, ne", sagt sie

zu ihr, woraufhin die Rhodesian Ridgeback-Dame aufsteht und vom Frauchen Streicheleinheiten einfordert. „Vika ist vor sechs Jahren zu mir gekommen, weil ich gerne einen Hund haben wollte und von Ridgebacks gehört hatte, dass sie bei Fremden erst einmal vorsichtig sind. Ein Hund, der mit mir den ganzen Tag in der Prüfstelle ist, der kann nicht einfach jeden Kunden begrüßen wollen, insofern bin ich da nach dem Wesen der Hunderasse gegangen. Ein Labrador freut sich ja über jeden, der zur Tür reinkommt und genau das wollte ich nicht", erläutert Alexandra Blum ihre Wahl. Allerdings weiß die clevere Hündin mittlerweile ganz genau, von welchen Kunden sie Leckerlis bekommt und wo sie ihr Glück gar nicht versuchen braucht. „Sie weiß ganz genau, was sie will, da wird sie auch schon mal zur Dampframme", sagt Alexandra Blum über ihre Hündin und streichelt dem Tier liebevoll über den Kopf. „Ach, da haben sich doch schon alle dran gewöhnt", kommentiert Eric Blum nur lapidar.

Dabei möchte er „die Dampframme" gar nicht mehr missen. „Vika ist vollwertiges Familienmitglied und eigentlich immer dabei." Nur wenn Frauchen und Herrchen auf Motorradtour gehen, bleibt die Hündin zu Hause. Während andere frisch verheiratete Paare Relaxurlaub in der Sonne machen, haben Alexandra und Eric Blum in ihren Flitterwochen ihren Traum wahr gemacht. Mit Bulli und Motorrädern in die Dolomiten fahren, 1470 Kilometer lang ein schöner Ausblick nach dem anderen. „Wir wussten, dass es dort schön ist, sonst wäre es ja auch nicht unser Traum gewesen, aber dass es in natura nochmal so viel schöner ist als auf den Bildern, das hätten wir dann doch nicht gedacht", erzählt Alexandra Blum voller Begeisterung. Bevor die beiden in den Urlaub fahren, schauen sie vorher, was man an ihrem ausgesuchten Reiseziel unbedingt erlebt haben muss. „Für unseren nächsten Urlaub habe ich ganz oldschool ein Buch bestellt. Ich mag das, wenn ich dann da durchblättern kann und auf jeder Seite etwas Neues finde, was man nicht verpassen sollte", erzählt sie. Aber da kommt eben die Prüfingenieurin in ihr durch. Erforscht und für gut befunden. Da gibt es doch bestimmt eine Plakette, oder?

Ing.-Büro Rainer Blum GbR
0 52 61 - 56 17 | www.kues-kalletal.de

Gewerbegebiet Echternhagen 15, 32689 Kalletal

Gildestraße 5, 32657 Lemgo

Anzeige

Mit einer Schmerzfrei-Kampagne starten Stefanie Kettern und ihr Team vom „Sportpunkt“ in Lemgo in den Herbst.

In dem neuen, sechswöchigen Gesundheitsangebot geht es darum, Dauerschmerzpatienten durch richtige Bewegung Lebensqualität zurückzugeben.

Stefanie Kettern ist überzeugt von dem Programm. „Es gibt immer mehr Menschen in JEDEM Alter, die Schmerzen haben und nicht in ihrer Behandlung weiterkommen. Menschen, die oft selbst mehr erreichen können, als sie denken“, sagt die erfahrene Gesundheits-Fitnesstrainerin.

So wie Regine Trat, eine 43-jährige Sportlehrerin. Sie hatte kaum ein Gelenk oder Körperteil, das sie nicht quälte. Als sie nur noch eine Halswirbel-OP als einzigen Ausweg sah, machte sie sich selbst auf den Weg. Sie erweiterte ihr bereits fundiertes Wissen im Bereich Rücken- und Gelenktraining und therapierte sich selbst. Mit Erfolg. 2016 eröffnete sie dann ein eigenes Rücken- und Gelenkzentrum und entwickelte die „Lebenswert-Methode“, um Menschen das zurückzugeben, was sie selbst jahrelang entbehren musste: ein lebenswertes Leben ohne Dauerschmerz.

Auf die Geschichte wurde Stefanie Kettern im Austausch mit anderen Studios in Deutschland aufmerksam. Die Geschichte überzeugte die ambitionierte Fitnessstudio-Betreiberin. Die Methode basiert vor allem auf einer detaillierten Analyse der Körper-Statik. „Ein paar Millimeter reichen oft aus, um ein ganzes Leben zu ändern. Die richtige Bewegung sorgt für diese oftmals entscheidenden Millimeter“, weiß Stefanie Kettern. Bedarf sei in jedem Fall mehr als vorhanden.

„Nicht nur die Klassiker unter den Schmerzverursachern wie Rücken, Nacken, Knie und Schulter sind durch mangelnde Bewegung und viel sitzen und/oder auch falsche Bewegung, ein wichtiger Teil unserer täglichen Arbeit in unserem Studio geworden. Schnell zu merken, was richtige Bewegung macht, damit ich mir selbst helfen kann, ist unser Ziel. Es ist Hilfe zur Selbsthilfe für ein schmerzfreies Leben“, sind sich die Gesundheits-Fitnesstrainer/innen im Lemgoer „Sportpunkt“ einig.

Zu Beginn des sechswöchigen Programms werden die Schmerzursachen analysiert. Nach einem Statik-Test und einer kompletten Körperanalyse werden maßgeschneiderte Übungen erstellt, die fachmännisch begleitet werden. Weitere Informationen zu dem Programm sowie Anmeldungen nimmt das Sportpunkt-Team bis zum 30. November unter: **Telefon (0 52 61) 18 72 97** oder per E-Mail an **info@sportpunkt-lemgo.de** entgegen.

	9			7		4		
7				6		3	9	
1		2					6	7
	5	3	8	1	2		4	6
8		7		9				
4	2		7	5		8		
					1			
	8			3	7			5
5	1	9			8		7	

			3		4		9	1
				7		3		
	3	1	8		5		6	
2			5					
			9	1	2	4	7	8
				6			5	
		9		5		1	8	
						9		
	1	7		8	9		2	

				5	9			1
	9			7		8		
						3	7	
5	4		6			9		
1	8		2		5		6	4
6	7	9		4	8			3
					6		8	
	5				3			2
				1				7

Wir suchen Verstärkung
für unser Team!

Steuerfachangestellte
Bilanzbuchhalter
in Vollzeit (m/w/d)

Wir bieten nicht einfach nur einen Job. Bei uns gibt es die Wunscharbeitszeit und viele Arbeitgeber-Mehrwerte!

Jetzt bewerben!

Bei uns gibt es zum Einstieg nicht nur einen...
BLUMENSTRAUSS

brinkmann
unternehmensberatung

05265.9495-0
Sternberger Straße 3 • 32694 Dörentrup
www.brinkmann-unternehmensberatung.de

Lippes größtes
KAMINSTUDIO

Auf drei Etagen präsentieren wir Ihnen einen umfassenden Überblick rund um die gemütliche Wärme des Kaminfeuers.

- Kaminöfen
- Pelletöfen
- Kaminanlagen
- Heizeinsätze
- Brennstoffe
- Schornsteinsysteme
- Schornsteinbau & -sanierungen

Mo, Di, Fr & Sa
10-18 Uhr 10-14 Uhr

05261 6662590
www.lhk-lemgo.de

LHK
Weststraße 54
32657 Lemgo

4				8		7		
			6	4		9	1	
8		1	5	7	9	2		3
1				3		6		9
6			9		7		8	
		5			6	3	2	
2	1					8		
	3	8		9			5	6
						1		

6					7		4	1
7						2		5
1			5		3	6	8	
	3	4		8				
8	6					5	3	
		1				8		
	2		8		6	4		
3			4	5	9	1		2
4	1	5		3				8

Tagungen und Konferenzen in der Stadthalle Detmold

Genießen Sie das einzigartige Ambiente im Herzen der alten Residenzstadt

Nach Plänen des damaligen Landesbaumeisters Christian Teudt, entstanden auf dem Schlossplatz von 1780 bis 1800 langgestreckte Flügelbauten mit Eckpavillons, genügend Platz für den Marstall, eine Reitbahn und Wagenremisen. Die Neubauten hatten außerdem Einrichtungen der lippischen Landesverwaltung aufzunehmen, wie die Kanzlei, das Landesarchiv, das Hofgericht und diverse Wohnungen für Bedienstete.

Von 1951-1953 wurde das Reithaus, dass noch bis in die 40er-Jahre als Reithalle genutzt wurde, zum Veranstaltungshaus umgebaut und hat bis heute seinen fürstlichen Charme und sein einzigartiges Ambiente für sämtliche Arten von Veranstaltungen erhalten. Abgeschlossen wurde 2021 eine fast vollständige technische und energetische Sanierung des Gebäudes.

Ob Sie eine Veranstaltung im kleinen Rahmen oder mit mehreren Hundert Menschen durchführen möchten, die Stadthalle bietet eine Vielzahl an Räumlichkeiten, die auf unterschiedlichste Art und Weise genutzt werden können. Im Herzen der Residenzstadt gelegen, finden sich im direkten Umfeld Anbindungen zum Bus- und Bahnverkehr und öffentlichen Parkhäusern. Im Umkreis befinden sich mehrere Hotels und Restaurants sowie die Fußgängerzone mit vielen Einkaufsmöglichkeiten. Auch das Landestheater, das Lipp. Landesmuseum sowie weitere kulturelle Einrichtungen sind schnell erreichbar.

Mit einem Blick auf den Schlosspark und dem Fürstlichen Residenzschloss, beeindruckt die Stadthalle mit einer einzigartigen Kulisse, technisch auf dem neuesten Stand, optisch aber immer noch historisch.

Die Räumlichkeiten

Großer Saal

Der variabel gestaltbare große Saal bietet hervorragende Möglichkeiten für größere Veranstaltungen. Hier finden bis zu 472 Personen einen Sitzplatz, ohne Bestuhlung 600 Personen. Die Bühnenfläche von 9,50 x 7,20 m kann vielfältig genutzt werden. Die Veranstaltungstechnik ist auf dem modernsten Stand, unsere Haustechniker stellen jederzeit eine technische Betreuung sicher.

Grundfläche: ca. 500m²
Ballbestuhlung: 400 Plätze
Reihenbestuhlung: bis zu 472 Plätze (je nach Größe der Bühne)
Parlamentarisch: 200 Plätze
Arena: 550 Plätze (zwei Tribünen)
Veranstaltungen: 600 Plätze (ohne Bestuhlung)
Bühnengröße variabel, maximal: 9,50 x 7,20 m

Kleiner Saal

Der kleine Saal eignet sich ideal für Sitzungen, Tagungen, Konferenzen und Vorträge und beeindruckt durch seine angenehme Akustik. Auch die Aussicht auf die Umgebung ist einzigartig. Der Blick auf den Schlosspark, zur Ameide und auf das Landestheater bietet eine wunderschöne Kulisse. Hier finden in Reihenbestuhlung bis zu 120 Personen Platz, bei einer Bestuhlung mit Tischen bis zu 70 Personen. Auch hier findet man eine vorinstallierte Veranstaltungstechnik, wie Beamer, Leinwand sowie Ton- und Lichttechnik.

Grundfläche: 145 m²
Reihenbestuhlung: max. 120 Plätze
Plätze an Tischen: max. 70 Plätze

Konferenz- / Tagungsräume und Künstlergarderoben
Sie suchen nach Räumlichkeiten, in denen Sie sich in kleiner Runde zusammensetzen und in schöner, moderner Atmosphäre die Zeit verbringen können? In der Stadthalle Detmold gibt es fünf Räumlichkeiten in unterschiedlichen Größen, die nach eigenen Bedürfnissen gebucht werden können.
Alle Räume sind neu saniert und möbliert und eignen sich perfekt für alle Arten von Besprechungen. Zwischen den beiden Konferenzräumen befindet sich eine neu eingerichtete Küchenzeile, die es ermöglicht, sich vor oder während der Veranstaltungen Speisen und Getränke zuzubereiten. Durch eine flexible Anordnung von Tischen und Stühlen ist eine Vielzahl an Nutzungsmöglichkeiten gegeben. Auch hier kann auf Wunsch eine technische Ausstattung gebucht werden, wie Beamer, Flatscreen, Mikro usw.
In den Künstlergarderoben können Sie sich in bequemen Loungemöbeln in kleiner Runde aufhalten und das spezielle Flair der Räumlichkeiten genießen, dass sonst nur den auftretenden Künstlerinnen und Künstlern vorbehalten ist.

Eingangs- / Garderobenfoyer
Auch das Eingangsfoyer und das Garderobenfoyer können für unterschiedliche Anlässe gebucht werden. Das lichtdurchflutete Eingangsfoyer bietet eine besonders offene Atmosphäre mit einem wunderschönen Blick auf den Schlosspark. Der Raum kann für Empfänge, Catering oder auch Ausstellungen genutzt werden. Gleiches gilt für das Garderobenfoyer. Auch dieser Raum kann nach Belieben hergerichtet und für verschiedene Arten von Veranstaltungen, z. B. Empfänge, genutzt werden.

Um den passenden Raum für Ihre individuelle Veranstaltung zu finden, können Sie gerne telefonisch oder per E-Mail einen Termin vereinbaren, um sich die Räumlichkeiten vor Ort anzusehen.

Bei Interesse würden wir uns über eine Anfrage sehr freuen
stadthalle@detmold.de

Kontakt:
Detmolder Stadthallen GmbH
Schlossplatz 7
32756 Detmold
Telefon: 05231 22266 und 23732
E-Mail: stadthalle@detmold.de
Internet: www.stadthalle-detmold.de

Ansprechpartnerinnen:
Lisa Estelle Groß, Veranstaltungsmanagement
Ulla Weber, Veranstaltungsmanagement

Wir unterbreiten Ihnen gern ein individuelles Angebot für Ihre Veranstaltung. Darüberhinaus beraten wir Sie gern zu einem vielseitigen Rahmenprogramm, Veranstaltungsbausteinen oder dem ein oder anderen exklusiven Tipp.

Die Stadthalle Detmold ist ganzjährig für Sie da.
Betriebsferien führen wir in der Woche wischen Weihnachten und Neujahr durch. In dieser Zeit bleibt die Stadthalle geschlossen.

© Fotos: Stadthalle Detmold

Ein Experten-Tipp von Timo Kampe

Bestattungsvorsorge

Eine behutsame Auseinandersetzung mit der Endlichkeit aller Dinge

Wenn Sie bei Ihren Angehörigen eine Sterbegeldversicherung finden, prüfen Sie, ob diese tatsächlich an den Umstand des Todes selbst gebunden ist. Wenn nicht, sollten Sie gemeinsam zu dem Bestatter Ihres Vertrauens gehen und diese Versicherung an das entsprechende Bestattungsunternehmen abtreten.

Somit ist eine Auszahlung nur mit Sterbeurkunde und Bestattungsrechnung möglich, d.h. dieses Geld wird einzig und allein für die Kosten der Bestattung genutzt! Dies sollte geschehen, bevor Sie einen Antrag auf beispielsweise Heimkostenzuschuss beim zuständigen Sozialamt stellen. Damit ist gewährleistet, dass im Falle des Todes die ursprüngliche Versicherungssumme nicht vom Sozialamt für die Heimunterbringung o.ä. einkassiert, sondern einzig und allein für die Abwicklung der Beerdigung aufgewendet wird.

Sollte noch keine Absicherung für Ihre Angehörigen oder für Sie selbst existieren, berät Sie ein sachkundiger Bestatter in Ihrer Nähe bezüglich der optimalen Bestattungsvorsorge sicherlich gerne und vor allem kostenlos.

GESTATTEN, BESTATTER!

HALLE & KAMPE

DAS BESTATTUNGSHAUS

ERDE | FEUER | SEE | WALD | ÜBERALL & IM RICHTIGEN STIL

Breite Str. 1 | 32756 Lemgo | Langenbrücker Mühle
www.kampe-bestattungen.de
Tel. 05261-188466
Tag & Nacht für Sie erreichbar!

Foto: djd/Supergrip Antirutsch/olezzo - stock.adobe.com

Im Badezimmer lauern Unfallrisiken auf glatten Bodenbelägen

(djd). Von der Nasszelle zum Wellnessbad: Das Badezimmer hat in den vergangenen Jahren enorm an Stellenwert gewonnen. Für viele ist es heute der Lieblingsraum im Zuhause, um Ruhe und Entspannung zu finden. Gleichzeitig sind damit die Wünsche an eine hochwertige und behagliche Einrichtung gewachsen. Vor allem Bodenbeläge und Wandfliesen prägen die Atmosphäre dieses Bereichs. Neben der Optik wird bei der Auswahl der Fliesen allzu oft die Funktionalität vernachlässigt. Dabei stellen rutschige Oberflächen ein latentes Unfallrisiko dar.

Vorhandene Böden rutschsicher machen

Feuchte Raumluft ist im Badezimmer keine Seltenheit. Wenn dazu noch einige Seifenspritzer auf dem Boden landen und die Oberfläche der Fliesen generell etwas rutschig ist, kommt es schnell zu einem Sturz mit schmerzhaften Folgen. Daher gilt auch hier: Vorsicht ist besser als Nachsicht - zum Beispiel mit einer speziellen Anti-Rutsch-Behandlung. So sorgt etwa eine Behandlung mit Supergrip dafür, dass sich die Oberflächenstruktur des Bodenbelags dauerhaft verändert und rutschhemmend wird. Die Optik der Fliesen bleibt dabei voll bestehen. Die Handhabung bei bereits verlegten Böden ist einfach: Nachdem die Oberfläche gründlich gereinigt worden ist, wird das Konzentrat gleichmäßig aufgebracht. Nach etwa 30 Minuten Einwirkzeit ist die Fläche bereits wieder betretbar. Die Behandlung eignet sich für verschiedenste Materialien wie Keramik, Feinsteinzeug, Marmor, Kalkstein, Beton, Agglo, Terrazzo, zement- oder kalkgebundene Böden sowie poliertes Feinsteinzeug. Auch für glatte Badewannen oder Duschtassen aus Emaille ist die Anwendung empfehlenswert.

Bequem und sicher modernisieren

Wer ohnehin gerade eine Modernisierung des Badezimmers plant, kann es sich noch einfacher machen. Zunächst können die Hauseigentümer ihre Wunschfliesen nach eigenem Geschmack auswählen - unabhängig davon, wie rutschhemmend ihre Oberfläche ist. Anschließend werden die Platten zum Hersteller geschickt und dort bereits vor der Verlegung fachgerecht behandelt. Das spart Mühen und Zeit, die Abwicklung erfolgt bequem per Paketversand. Unter www.supergrip.de gibt es weitere Details und Tipps für das sichere Zuhause. Das Konzentrat ist laut Hersteller ökologisch unbedenklich und biologisch abbaubar. Es hat einen pH-Wert von 4,6 und ist frei von Lösungsmitteln.

Anzeige

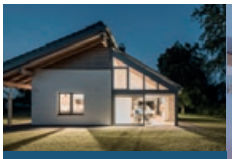
Geschützt durch den Herbst

Wenn die Temperaturen sinken und die Sonne am Himmel unter geht, möchte man am liebsten gar nicht mehr raus. Aber mit den Glashäusern und Wintergärten von Firma Streit verbinden Sie auch im Herbst die wunderschöne Natur mit Ihrem Wohlfühlraum.

Für gewöhnlich hält der Herbst in den hiesigen Breiten noch viele schöne Tage bereit, an denen man einige erholsame Stunden im Freien genießen kann. Stilvolles Gestaltungselement für die Terrasse und praktischer Allwetter-Schutz zugleich ist ein solider Wintergarten. Er bietet Hausbesitzern die Möglichkeit, länger draußen zu sitzen, lässt ganz nach Wunsch Licht und Luft auf die Terrasse und hält Regen von oben ab.

Gerne finden wir mit Ihnen zusammen die perfekte Lösung für Ihr perfektes Herbstgefühl. Wir freuen uns auf Sie! **Ihr Streit-Team**

STREIT



50 JAHRE
MEISTERBETRIEB

Einladung in unsere über
1000m² große Ausstellung

Sonnenschutz • Terrassenüberdachungen
Glashäuser • Wintergärten • Glas-Faltwände
Fenster & Türen • Einbruchschutz

Thomas Streit GmbH & Co. KG I Weststraße 35 I 32657 Lemgo
fon 05261 96690 I **mail** info@streit-lemgo.de I **streit-lemgo.de**
Instagram Streit.lemgo I **Facebook** Streit.Lemgo
Öffnungszeiten Mo - Fr 8 - 12:30 / 14 - 17 Uhr & Sa 10 - 13:00 Uhr

Anzeige

Urlaubsfeeling für Zuhause

Gönnen Sie sich Ihre eigene natürliche Badeoase

Mit kräftigen Zügen schwimmt er durch das azurblaue Wasser. Noch ist das kühle Nass auch wirklich angenehm kühl, aber obwohl es früh am Morgen ist, wärmt die Sonne an diesem Tag Luft und Wasser schon ordentlich auf. Zwei Züge noch, dann erreicht er die Treppe, reibt sich mit beiden Händen das Wasser aus den Augen und geht zu seiner Liege. Er trocknet sich kurz ab, dann geht er ins Haus.

Moment, wie jetzt? Wir dachten, er würde im Meer oder Hotelpool schwimmen. „Mit einem Schwimmteich oder Naturpool kann man sich das Urlaubsfeeling auch in den eigenen Garten holen“, erklärt Jan-Niklas Uhlig.

Aber wo liegt eigentlich der Unterschied zwischen einem Schwimmteich und einem Naturpool?

„Im Gegensatz zu herkömmlichen Außenpools kommen Naturpools komplett ohne Chlor aus. Dank eines biologischen Aufbereitungssystems wird das Wasser schonend und auf natürliche Weise gereinigt. Dabei muss der Pool natürlich nicht zwingend mit Pflanzen ausgestattet werden, um der „Natur“ gerecht zu werden, vielmehr ist die Wasseraufbereitung natürlich. Damit schonen Naturpools nicht nur die Natur, sondern auch den Geldbeutel, da so ein Naturpool deutlich geringere laufende Kosten verursacht“, weiß der Landschaftsbauer.

Beim Schwimmteich spielt dagegen die Bepflanzung eine deutlich größere Rolle. „Das einzige technische Gerät, dass ich bei einem Schwimmteich empfehle, ist ein Oberflächenskimmer, der Blüten oder Blätter von der Teichoberfläche absaugt“, erklärt der Experte. „Zusätzlich haben wir noch die Unterscheidung in Still- und Fließgewässer. Im Naturpool ist das Wasser durch das Aufbereitungssystem in Bewegung und gilt dadurch als Fließgewässer. Der Schwimmteich dagegen wird weitestgehend sich selbst überlassen, das Wasser steht, wodurch er als Stillgewässer gilt.“

Aber ob Schwimmteich oder Naturpool – die Planung und Umsetzung überzeugender Wasserwelten mit biologisch gereinigtem Wasser erfordert in beiden Fällen ein hohes Maß an Know-how und Erfahrung. Ebenso zentral ist der Einsatz erprobter, den individuellen Anforderungen entsprechender Filtertechnologien.

Das A und O eines hervorragenden Schwimmteichs oder Naturpools ist die perfekte Planung unter Einbeziehung der Gesetzmäßigkeiten der Natur. Und die hat sowohl einen gestalterischen als auch einen funktionalen Aspekt.

Die Landschafts- und Poolbauexperten berücksichtigen die bereits bestehende Landschafts- oder Garten-Architektur und planen anhand der individuellen Wünsche der Auftragsgeber die zu erstellende Anlage. Damit man sich auch genau vorstellen kann, wie der Naturpool oder Schwimmteich einmal aussehen soll, wird die Planung von der ersten Handskizze bis hin zur maßstabsgetreuen 3-D-Planung komplett visualisiert.

Die funktionale Planung hingegen ist an genaue Vorgaben aus der Natur gebunden. „Nur so kann die biologische Aufbereitung das Wasser, je nach gewähltem Verfahren, mit höherem oder mit minimalem Technikeinsatz oder sogar unter vollständigem Technik-Verzicht, ohne desinfizierende, chemische Zusätze weich, klar und sauber halten“, erklärt Jan-Niklas Uhlig. Sorgfältig aufeinander abgestimmte Wasserpflanzen unterstützen zusätzlich die natürlichen Reinigungsprozesse des Wassers. „Darüber hinaus kann der Schwimmteich oder Naturpool mit allem Komfort aus dem herkömmlichen Poolbau ausgestattet werden. Extras wie Gegenstromanlage, Massagedüsen, Scheinwerfer, Oberflächenabsaugung oder Überlaufrinne haben wir bereits des Öfteren eingebaut“, spricht der Poolbauexperte aus Erfahrung.

Wer den Badespaß noch bis in den Herbst hinein genießen möchte, für den lässt sich eine Poolheizung in Kombination mit einer Rollladenabdeckung realisieren. „Wir orientieren uns beim Bau der Anlage immer an den höchsten Qualitätsmaßstäben und erstellen dabei ein Badegewässer, bei dem die Pflegefähigkeit jederzeit berücksichtigt wird“, betont Jan-Niklas Uhlig.

Uhlig Strassen- und Landschaftbau GmbH
Dienstweg 62, 32791 Lage
Tel: 052 32 – 88 6 77 | www.uhlig-lage.de

Foto: djd/RUD Ketten/Ivan Redaelli

Damit im Ernstfall die Handgriffe sitzen

Schneeketten: Übung und leicht montierbare Modelle erleichtern das Aufziehen

(djd). Das Wetter zeigt sich auch in Mitteleuropa von Jahr zu Jahr extremer, die Jahreszeiten haben sich deutlich verändert. Für Autofahrer heißt das: Sie müssen sich öfter als bisher auf herausfordernde Straßenverhältnisse einstellen. Gerade in alpinen Regionen kann ein Wetterumschwung aus heiterem Himmel für Schneemassen sorgen. Deshalb sollte man in diesen Gegenden immer Schneeketten dabeihaben. Auf vielen Strecken sind sie bei winterlichen Straßenbedingungen sogar vorgeschrieben, Verstöße werden mit hohen Bußgeldern geahndet. Schneeketten sind aber nur dann nützlich, wenn man sie auch aufziehen kann.

Moderne Schneeketten passen auf alle Fahrzeuge neuerer Bauart

Denn dieser Vorgang geschieht häufig unter widrigen Bedingungen und bei frostigen Temperaturen. Entsprechend gut sollten die dafür notwendigen Handgriffe sitzen. Das Aufziehen sollte man deshalb vor der Abfahrt in der warmen Garage mindestens einmal oder besser sogar zweimal geübt haben. Einfacher wird es, wenn man beim Kauf einer Schneekette von vornherein auf leicht montierbare Modelle setzt. Die Schneekette Click2Go von RUD beispielsweise wird mit wenigen Handgriffen an der Außenseite des Rads mit einem Klick angebracht und zieht sich beim Anfahren selbst aufs Rad. Mit einem Klick lässt sich das Modell auch wieder demontieren. Durch die feinen Kettenglieder auf der Lauffläche des Reifens und die fehlenden Elemente auf der Innenseite kann die Schneekette an allen Fahrzeugen der neueren Generation und auch an Elektrofahrzeugen mit schmalen Radkästen montiert werden. Mehr Informationen gibt es unter www.rud.com. Wer bereits Schneeketten besitzt, sollte prüfen, ob diese noch auf das aktuelle Auto passen. Probleme können vor allem bei Ketten auftauchen, die älter als zehn Jahre sind. Diese sind nicht auf die Verwendbarkeit bei aktuellen Rad-Reifen-Kombinationen geprüft.

Vor der Abfahrt Licht und Zubehör überprüfen

Nicht nur die Schneeketten sollten vor der Fahrt in den Winterurlaub gecheckt werden, auch die Beleuchtung muss geprüft werden, um „Blindflüge“ bei Schneetreiben zu verhindern. Für eine freie Sicht sorgen zudem gute Wischerblätter. Gefährlich wird es, wenn sie nicht mehr sauber wischen oder Schlieren ziehen. Zur Grundausstattung für die Scheibenreinigung zählt frostsicheres Wischwasser, auch die Kühlflüssigkeit des Motors muss mit ausreichendem Frostschutz versorgt sein. Mit einem Handbesen lassen sich Motorhaube und Dach im Falle eines Falles vom Schnee befreien, er sollte deshalb ebenfalls an Bord sein, ebenso wie ein stabiler Eiskratzer und ein Enteisungsspray. Bleibt das Auto im Schnee stecken, kann man es mit einem Klappspaten freischaufeln.

Mach den Lichttest jetzt kostenlos

Klare Sicht - Sichere Fahrt

Wer mehr sieht, kommt sicher an

Die Tage werden kürzer und die Dämmerung setzt früher ein.
Nur ein richtig eingestellter Scheinwerfer sorgt für gute Sicht.
Machen Sie den Lichttest, bevor es dunkel wird.

STEGELMANN

Autohaus Stegelmann GmbH & Co. KG
info@stegelmann.de
www.stegelmann.de

Standort Detmold
Bielefelder Str. 86-88
32756 Detmold
05231 63070

Standort Detmold
Sprottauer Str. 45
32756 Detmold
05231 63070

Standort Lemgo
Stegelmann-Str. 1
32657 Lemgo
05261 25970

Standort Lage
Gasstraße 1-5
32791 Lage
05232 60070

Standort Bad Salzuflen
Oerlinghauser Str. 63
32108 Bad Salzuflen
05222 98480

Kuhlmann

Damen- und Herrenschuhe
Barfußschuhe
Damenoberbekleidung
Taschen und Tücher
Portemonnaies
und vieles mehr

... mehr als Schuhe!

SCHUHHAUS
Kuhlmann

Mittelstraße 7 | 32657 Lemgo | Tel.: 05261 - 4026
Mobil/WhatsApp: 0157 - 33905952
www.schuh-kuhlmann.de

Öffnungszeiten:
Mo - Fr 10.00 - 18.00 Uhr
Sa 10.00 - 16.00 Uhr

ÜBRIGENS: Der Kundenparkplatz steht Ihnen wie gewohnt hinter dem Haus zur Verfügung – Zufahrt über die Papenstraße.

amm-lemgo.de