Ausgabe Nr. 61

Lippe Reporter

Menschen der Region

Diebstahl auf der Adlerwarte
Wer hat den seltenen Falken entführt?

Eine echte Schweinerei in Bega
bei Mareike und Christian Ehlert

Rudolh Brandes im Interview

u.v.m.

Beke Bas

Die Weltmeisterin aus Lemgo

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

Vergiss den Obstkorb!

Respekt und Wertschätzung. Zwei schöne Worte, die man öfter hört. Nur sind sie im echten Leben sehr rar geworden.

Der heutigen Jugend wird angelastet, keinen Respekt mehr zu haben und es wird darüber diskutiert, ob man unseren Kinder Respekt und Wertschätzung beibringen kann. Die meisten Psychologen meinen, dass es möglich ist, sie müssen nur gute Vorbilder haben. Doch diese werden immer seltener.

Respekt setzt in der Regel jedoch auch eine gewisse Autorität voraus. Diese finden wir auch im Tierreich. Wissenschaftler sind sich einig, dass die Tiergruppen, bei denen sich keiner autoritär durchsetzt, von sich aus nicht lebensfähig sind und zerfallen. Einer Gesellschaft ohne Autoritäten und Respekt, fehlt oft der„Kompass“ und ist damit auf Dauer nicht denkbar. Es entsteht entsteht Chaos.

Oft wird eine natürliche Autorität, die auf Respekt und Wertschätzung basiert, durch eine rein formale (ich finde den Begriff „verliehene“ noch passender) ersetzt, die sich aus der „Kraft des Amtes“ ergibt. Hier ersetzt der wichtige Titel die Persönlichkeit mit Vorbildcharakter.

Leider wird in unserer Welt immer öfter diese formale Autorität an Menschen vergeben, ohne die realen menschlichen Qualitäten und die fachlichen Kenntnisse zu berücksichtigen. Somit verliert die Umgebung schnell die Lust zuzuhören, oder den Worten gar zu folgen. Paradebeispiele in der Politik gibt es genügend. Das Problem taucht aber nicht nur dort auf.

Unterstützt wird diese Entwicklung durch den verstärkten Fokus auf Individualismus und dem Gleichstellungsprinzip, das vom Kern her selbst schon die Grenzen zu Autoritäten schmälert, bzw. verschwinden lässt. Wenn alle gleich sind, ist keiner besser, und somit auch niemand Vorbild.

Respekt ist nicht nur eine Frage der Ethik. Er kann auch zum Wettbewerbsvorteil werden. Denn wenn unsere Arbeit wertgeschätzt wird, und dies nicht nur von den Vorgesetzten, sondern auch von Kollegen, fühlen wir uns doch wesentlich wohler und glücklicher und haben somit auch wieder noch mehr Freude an der eigenen Arbeit, an der eigenen Leistung.

In Unternehmen, in denen Mitarbeiter für ihre Leistungen Wertschätzung und Anerkennung erfahren, ist der Teamgeist oft groß. Diese Unternehmen sind nicht nur ein Magnet für neue Mitarbeiter, sondern oft auch wesentlich widerstandsfähiger im Wettbewerb.

Es gibt kaum noch Wirtschaftszweige, die kein Personal suchen. Jobangebote gibt es wie Sand am Meer. Wir sprechen schon lange nicht mehr nur über den Fachkräftemangel, sondern über Kräftemangel allgemein. Potenzielle Mitarbeiter werden mit verschiedenen Benefits gelockt, wie kostenlosen Kaffee und Wasser am Arbeitsplatz. Und natürlich eine Müslibar oder ein vitaminreicher Obstkorb. Oder zwei.

Das ist alles schön und gut, aber lässt mich genau das mit mehr Freude arbeiten? Oder ist es vielmehr der Respekt und die Wertschätzung für meine Arbeit?
Menschen mit natürlicher Autorität erfahren Respekt auch dafür, dass sie andere respektieren und ihnen Kompetenzen zusprechen. Sie können geben, aber auch annehmen. Diese Gegenseitigkeit ist extrem wichtig, und wenn wir diese bewusst angehen, können wir dafür sorgen, dass auch die Jugend wieder mehr Vorbilder bekommt und unsere Welt respektvoller wird. Und das schafft man nicht mit einem Obstkorb…

Markéta Teutrine

INHALT

Wo steht was?

Lippische Platt im Kindergarten Seite 6
Rudolph Brandes im fiktiven historischen Interview Seite 8
Fitnesstraining im höheren Alter? Seite 10
Parkhaus für das Lastenrad Seite 12
Neues vom Norderteich Seite 14
Diebstahl eines Falken auf der Adlerwarte? Seite 18

Weltmeisterin Beke Bas
„Im Ring höre ich nur meinen Trainer“ Seite 22

Eine echte Schweinerei in Bega Seite 30
Bund stoppt Breitbandförderung Seite 33
Lippes Sportler sind spitze Seite 34
Patenschaft im Tierheim Seite 38
Maik Menke im Ahrtal Seite 39
TH OWL: „Die Zukunft liegt im Jetzt“ Seite 40
Stichtag in Sicht - Thema Kfz-Versicherung Seite 42

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

Redaktion:
Markéta Teutrine (V.i.S.d.P)
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

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

Anzeige

150 Jahre!

Wenn das kein Grund zum feiern ist!

So lange gibt es das Geschäft schon in der Mittelstraße 7 in Lemgo. Viel länger geht sogar noch das Handwerk in der Familie Kuhlmann zurück. Früher wurde an dem Standort noch jeder Schuh handgefertigt und dem Kunden auf den Fuß angepasst.
Viel hat sich seitdem getan, die Leidenschaft für Schuhe ist geblieben.

Inzwischen kann man noch viel mehr als nur Schuhe kaufen, modische Damenoberbekleidung, Handtaschen, Mützen, Schals, Hüte für sie und ihn haben Einzug in das Sortiment erhalten.

Ab dem 4. November geht es im Schuhhaus Kuhlmann los. Gestartet wird mit der „Spätschicht" in Lemgo, an diesem Tag kann in toller Atmosphäre bis 22:00 Uhr geshoppt werden. Kaffeetresen, Barfußpfad, Gewinnspiel, Glücksrad – es ist viel los im November in der Mittelstraße 7! Kommen Sie vorbei und feiern sie mit uns.

SCHUHHAUS Kuhlmann

Schuhhaus Kuhlmann
Mittelstraße 7 | 32657 Lemgo
Tel: 05261- 4026
www.schuh-kuhlmann.de

Foto: Nico Düllmann

Lippische Heimatbund bringt Lippisch Platt in die Kindergärten

„Lippisch Platt in‘n Kinnergoorn“

Jetzt zieht Lippisch Platt in die Kindergärten ein und schon die Kleinsten bekommen die Möglichkeit, die alte Lippische Sprache auf spielerische Art kennenzulernen. Werner Zahn, Leiter der Fachstelle Mundart und Brauchtumspflege hat ein Buch mit Anregungen für den Alltag in den lippischen Kitas für den Heimatbund herausgebracht. In den nächsten Tagen erhalten alle knapp 200 Einrichtungen ein Päckchen vom Lippischen Heimatbund mit drei Freiexemplaren des neuen Büchleins. Auf 52 Seiten gibt es bekanntes und unbekanntes, Lieder, und kleine Texte aus dem Kindergartenalltag auf Lippisch Platt. Der Dank des Heimatbundes für die finanzielle Unterstützung geht an das Ministerium für Heimat, Kommunales, Bau und Digitalisierung des Landes NRW.

„Haben Sie keine Angst vor Lippisch Platt!“, appelliert Werner Zahn an die Erzieherinnen und Erzieher in den Kindergärten. „Sprechen und singen Sie bekannte und unbekannte Texte einfach mal plattdeutsch! Alle Texte sind auch hochdeutsch gedruckt und online hörbar unter „www.plattinderkita.de“.

„Kinder lernen schnell, mit Freude und großem Stolz und zeigen ihren Eltern und Großeltern gern, was sie schon können. Ein Projekt, das Freude und Spaß in die Kindergärten bringen soll. Dabei lernen die Kinder die alte Sprache ihrer Heimat kennen. Und vielleicht wird es auch zum Gesprächsthema in der einen oder anderen Familie unter den Generationen, dass wir früher eine eigene Sprache hatten“, ergänzt Willi K. Schirrmacher, stv. Vorsitzender des Lippischen Heimatbundes.

Die Kinder im Familienzentrum ev. Kita Heiligenkirchen haben auf jeden Fall mit ihrer Erzieherin Saskia Feldner schon fleißig geübt und sind mit viel Spaß bei der Sache.

Der Lippische Heimatbund bietet allen Einrichtungen auch Kontakte zu „Lippisch Platt Paten“ an und hat in seinem Paket auch gleich weitere Angebote für Kindergärten in Kooperation mit dem Lippischen Heimatbund und seinen Mitgliedsvereinen platziert.„Wir möchten schon den Kleinsten unsere lippische Heimat näher bringen, denn nur wer seine Heimat kennen und lieben lernt, wird sie später auch einmal bewahren und gestalten wollen“, erläutert Yvonne Huebner, Geschäftsführerin des Lippischen Heimatbundes das Engagement des Heimatbundes. „ Für dieses Ziel sind unsere 70 Mitgliedsvereine vor Ort engagiert tätig und für die Kindergärten ein verlässlicher Partner zu allen Heimatthemen. Wir laden alle Kindergärten ein, den Kontakt zu unseren Vereinen zu suchen. Aus Erfahrung wissen wir, dass so wunderbare Heimatprojekte mit viel Freude für die Kinder entstehen.“, so Huebner abschließend.

Das Büchlein kann in einer modifizierten Version auch im Heimatladen des Lippischen Heimatbundes im Kreishaus oder unter www.lippischer-heimatladen.de für 7,50 Euro (Mitglieder im Heimatbund 5,00 Euro) erworben werden.

Kontakt: Lippischer Heimatbund
Felix-Fechenbach-Str. 5, 32756 Detmold
Telefon: 05231/627911, **www.lippischer-heimatbund.de**

Anzeige

Wie man sich vor Phishing, Viren und Passwortklau schützt

Workshop „IT-Security“ gegen Gefahren im Netz für Jugendliche

Am Samstag, 12. November, lädt die Stadtbibliothek Detmold gemeinsam mit der MINT Community 4.OWL zu einem „IT-Sicherheit“-Workshop für Jugendliche im Alter von 13 bis 16 Jahren von 10:30 bis 13:30 Uhr ein.

Unser Alltag wird immer digitaler, doch neben den vielen Vorteilen entstehen dadurch auch neue Gefahren. Die Sicherheit kann dabei nicht immer von einem Virenscanner oder dem Spam-Filter geleistet werden, so dass der Faktor Mensch immer noch eine entscheidende Rolle spielt.

In diesem Workshop lernen die Teilnehmenden wie leicht die Erstellung „falscher Emails“ ist und wie sie sich am Handy und Computer vor Phishing, Viren und Passwortklau schützen können.
Die Veranstaltung findet im Rahmen der Reihe „MINT-Mach-Samstag“ in der Stadtbibliothek Detmold statt. Den Teilnehmenden aus allen Zielgruppen werden Themen aus den Bereichen Mathematik, Informatik, Naturwissenschaft und Technik nähergebracht. In Workshops und offenen Angeboten werden naturwissenschaftliche Themen vorgestellt und es darf ausprobiert, getüftelt und mitgemacht werden. MINT ist überall.

Ort: Stadtbibliothek Detmold, Leopoldstr. 5,
Zeit: 10:30 bis 13:30 Uhr

Das Angebot ist für Jugendliche kostenfrei, da es im Rahmen des geförderten Projektes MINT Community 4.OWL der Lippe Bildung eG stattfindet. Anmeldungen bitte unter:
pretix.eu/stadtdetmold/it-sicherheit/

Ein fiktives historisches

Interview mit Rudolph Brandes

Herr Brandes, wo hat denn nun die Varusschlacht stattgefunden?

Das konnte ich leider nicht in Erfahrung bringen. Meiner Vermutung nach könnte der Ort der Schlacht im Winnfeld zwischen Detmold und Horn liegen. Da auf diesem Flurstück aber viele Jahre Landwirtschaft betrieben wurde, sind dort natürlich nicht viele Spuren zu finden. Dennoch finde ich es äußerst spannend, mich mit der der Regionalgeschichte auseinanderzusetzen. Dies ist auch ein Grund, weshalb ich mich 1838 so für den Bau des Hermannsdenkmals auf der Grotenburg eingesetzt habe.

Neben der geschichtlichen Heimatforschung waren Sie auch als Autor, Herausgeber und Organisator aktiv. Hauptberuflich aber vor allem Apotheker. Wie bekommt man so viele Interessen in einen Tagesablauf?

Sie haben es ja gerade selbst angesprochen, ich war auch als Organisator tätig und als solcher habe ich auch meine Interessen strukturiert. Dazu muss ich allerdings sagen, dass ich nicht nur an der geschichtlichen Heimatforschung, sondern allgemein wissenschaftlich sehr interessiert bin, wobei mir in vielen Bereichen mein Wissen als Apotheker sehr hilfreich war. Etwa, wenn es darum ging, Minerale zu untersuchen oder pharmakochemisch zu arbeiten. Da konnte ich meine eigene wissenschaftliche Neugier mit meinem Beruf verbinden.

Wo wir gerade bei der wissenschaftlichen Neugier sind: Sie haben damals nach Übernahme der Apotheke einige Neuerungen eingeführt.

Das ist richtig. Allerdings konnte ich mich auch glücklich schätzen, zu der Zeit bereits ein eigenes Laboratorium zu besitzen, das mit allen benötigten Gerätschaften ausgestattet war. Um mehr Platz zu schaffen, sind wir damals mit dem Labor in ein anderes Gebäude gezogen. Dadurch konnten wir das Offizin, also die Werkstatt der Apotheke, und die Materialkammer neu einrichten.

Hatten sie die Ideen zur Umgestaltung dazu aus ihrer Ausbildung mitgebracht?

Ich denke, es ist immer hilfreich, nach rechts und links zu schauen und zu gucken, was andere anders oder vielleicht sogar besser machen. Meine Lehre habe ich zunächst in der Hirsch-Apotheke in Osnabrück absolviert, bevor ich zum Studium nach Halle und Erfurt ging.

Dort haben Sie aber nicht nur Pharmazie studiert.

Es gibt in der Wissenschaft einfach zu viel zu entdecken, um sich nur auf eine Sache zu konzentrieren. Pharmazie war sicherlich mein Schwerpunkt, aber darüber hinaus habe ich Vorlesungen in Chemie, Botanik, Mineralogie, Logik und Mathematik besucht. Und in Erfurt dann als Assistent von Christian Friedrich Bucholz (Pharmazeut und Chemiker, 1770–1818, Anm. d. Red.) gearbeitet. Wobei man natürlich sagen muss, dass es gerade in der Pharmazie wichtig ist, Zusammenhänge interdisziplinär zu verstehen. Damals habe ich auch begonnen, mich mit der Varusschlacht näher auseinanderzusetzen.

Wenn Sie Ihren Werdegang Revue passieren lassen, dann fällt auf, wie breit gefächert Ihre Interessen sind. Wurde das von Ihren Eltern auch gefördert?

Mein Vater war ja selbst Apotheker, daher wusste er, wie wichtig ein breit gefächertes Wissen war. Er war es übrigens auch, der das Laboratorium einst eingerichtet hatte. Meine Mutter kam aus einer Pastorsfamilie und legte dadurch geprägt ebenfalls Wert auf Bildung.

Diese Bildung hat sie zu zwei Doktortiteln und der Bekanntschaft mit Johann Wolfgang Goethe geführt.

Nun ja, ich habe in Jena begonnen, wissenschaftliche Arbeiten zu veröffentlichen und da ich vielseitig interessiert bin, hat mir dies Promotionen zum Dr. med., Dr. phil. und Dr. der Pharmazie eingebracht. Eine meiner wissenschaftlichen Arbeiten habe ich damals Johann Wolfgang Goethe gewidmet, der wie viele gar nicht wissen, nicht nur Schriftsteller, sondern ebenfalls Wissenschaftler war und sich sehr für die Natur interessierte. Er hat mich damals sogar zu sich nach Weimar eingeladen und wir haben uns sehr angeregt über die Naturforschung unterhalten.

Wenn man in Ihre Vita schaut, dann haben sie sich nicht nur mit Goethe über die Wissenschaft ausgetauscht. Da steht eine stolze Zahl von 38 gelehrten Gesellschaften, in denen sie Mitglied waren.

Austausch ist in der Wissenschaft wie auch im Leben von großer Bedeutung. Auf eine Mitgliedschaft bin ich besonders stolz, nämlich auf die im „Apothekerverein im nördlichen Teutschland" (heutiger Apothekerverband, Anm. d. Red.), da ich diesen mitbegründet habe.

Ihr Vater verstarb, noch bevor sie das Apothekerexamen ablegen konnten. Wie ging es in dieser Zeit mit der Apotheke weiter?

Da ich zunächst mein Studium beenden und zudem ein gewisses Maß an Berufserfahrung vorweisen musste, wurde die Apotheke erst einmal durch einen Verwalter weitergeführt Brandes neu hergerichtet und die Reinlichkeit und Ordnung in der Apotheke galten als vergleichsweise „musterhaft". Dank der Unterstützung durch Dr. Haase (bekannter Salzufler Arzt) konnte ich die Prüfung bereits nach drei Jahren, anstatt nach den eigentlich geforderten fünf, ablegen.

Wenn man etwas anders macht, als es in der Norm steht, werden oft aber auch kritische Stimmen laut.

Die lippische Landesregierung hatte damals große Zweifel, ob ich denn überhaupt geeignet sein könnte, eine Hauptapotheke zu leiten. Dazu kam, dass ich meinen Werdegang vorwiegend wissenschaftlich ausgerichtet hatte. Dr Haase stand mir jedoch immer aufmunternd zur Seite und unterstütze mich vor allem bei fachspezifischen Dingen. „Organisieren und wirtschaften kannst du, da brauchst du meine Hilfe nicht", hat er mal zu mir gesagt.

Und so konnten sie der zweifelnden Regierung bewiesen, dass Sie sehr wohl eine Apotheke leiten können.

1832 haben sie mich sogar zum „fürstlich lippeschen Medicinalrat" ernannt. Das war wahrhaftig eine Ehre.

Simon Rudolph Brandes, wie der Apotheker und Naturwissenschaftler mit vollem Namen heißt, stirbt am 3. Dezember 1842 im Alter von nur 47 Jahren nach kurzer, schwerer Krankheit. Die Fertigstellung des Hermannsdenkmals 1875 erlebte er nicht mehr, zum Zeitpunkt seines Todes war noch nicht einmal der Sockel vollendet.
Die Leitung der Apotheke wurde zunächst zwei Verwaltern übertragen, da sein Sohn Carl Friedrich Robert Brandes damals erst vierzehn Jahre alt war. Im Alter von 27 Jahren übernahm Robert Brandes dann selbst die Brandes'sche Hofapotheke und führte wie sein Vater ein umfangreiches Herbarium. Nach sechs Generationen in mehr als zwei Jahrhunderten übernahm 2015 dann der Apotheker Hans-Martin Zillmann die Bad Salzufler Traditionsapotheke am Markt.

ÜBER 2.800 BMW + MINI
Neu- & Gebrauchtwagen
SOFORT
verfügbar!

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

Ist Kraft- und Fitnesstraining im höheren Alter sinnvoll?

Diese Frage stellen sich immer mehr Menschen, die das 60. Lebensjahr überschreiten und nach sinnvollen und für Ihr Alter funktionierenden Sportangeboten suchen. In der Vergangenheit wurde da eine leichte „Hockergymnastik" und „Spazieren gehen" empfohlen, um bloß nicht zu hart zu trainieren. Aber war/ist das der richtige Ansatz? In diesem Artikel möchte ich Euch darüber aufklären, warum es so wichtig ist, auch im zunehmenden Alter noch richtiges Fitness- und Krafttraining zu absolvieren.

Zunehmend mehr Menschen sind von einem altersbedingten Rückgang der Skelettmuskulatur betroffen. Der Verlust an Muskelkraft kann gerade für Menschen im hohen Alter starke Einschränkungen bedeuten, wenn alltägliche Dinge wie das Treppensteigen, Stehen oder Gehen fast unmöglich werden. Ein individuell angepasstes Krafttraining in Fitness- und Gesundheitsanlagen kann diesen degenerativen Prozessen entgegenwirken – womit die Anlagen sozusagen die Tür zu mehr Lebensqualität bis ins hohe Alter öffnen.

Die demografische Alterung ist in Deutschland bereits weit vorangeschritten. Jede zweite Person ist heute bereits älter als 45 und jede fünfte älter als 66 Jahre (Statistisches Bundesamt, 2019).

Kraftleistungsfähigkeit erhalten

Faktoren, wie der Erhalt der Arbeits- und Erwerbsfähigkeit sowie der Erhalt der Selbstständigkeit und Selbstversorgung älterer Menschen im Alltag, werden daher in den nächsten Jahrzehnten zunehmend an Bedeutung gewinnen. Eine maßgebliche Einflussgröße zum Erhalt dieser Faktoren ist die Aufrechterhaltung einer hohen individuellen Kraftleistungsfähigkeit. Die Anpassungsprozesse an ein Krafttraining sind weitgehend altersunabhängig. Auch im hohen Alter reagiert der Körper auf überschwellige Trainingsreize. Somit können auch bei älteren Menschen u. a.

- eine Verbesserung der Kraftfähigkeit
- Muskelhypertrophie
- Knochenfestigkeitserhöhung
- gesteigerter Gelenkschutz
- insbesondere eine verbesserte Alltagsmotorik
- eine Sturzprophylaxe

erwartet werden.

Diese mannigfaltigen Anpassungsprozesse steigern im höheren Alter deutlich die Lebensqualität (Kekäläinen, Kokko, Sipilä & Walker, 2018). Die Ausführung eines regelmäßigen Krafttrainings kann in Fitness- und Gesundheitsanlagen erfolgen, in denen das qualifizierte Fachpersonal individuell auf die Trainierenden eingehen kann.

Bedeutung des Krafttrainings im höheren Alter

Der altersbedingte Kraftverlust hat im höheren Lebensalter deutliche Auswirkungen auf die Körperhaltung, die Fortbewegung und auf die Fähigkeit, Aktivitäten des alltäglichen Lebens zufriedenstellend erledigen zu können. Elementare Tätigkeiten des Alltags, wie z. B. das Aufstehen von Stühlen, das Überwinden von Stufen, das Tragen von Lasten oder einfach nur Stehen und Gehen, sind an ein Mindestmaß an Körperkraft gebunden und für den Erhalt einer selbstständigen Lebensführung essenziell. Viele ältere Menschen in den modernen Industriestaaten laufen Gefahr, Schwellenbereiche der Kraft, die für Tätigkeiten des täglichen Lebens notwendig sind, zu unterschreiten und sind in vielen Bereichen bereits auf fremde Hilfe angewiesen.

Ursache des altersbedingten Kraftverlusts

Primäre Ursache für diesen multifaktoriell bedingten deutlichen Verlust an Muskelkraft mit fortschreitendem

Anzeige

Lebensalter ist der altersbedingte Rückgang der Skelettmuskelmasse (= Sarkopenie). Auslöser der Sarkopenie sind zum Teil altersphysiologische Vorgänge, aber auch Lebensstilfaktoren, wie z. B. reduzierte Alltagsbelastungen bzw. die im Altersverlauf zunehmende Bewegungsarmut. Als Ursachen für die Sarkopenie werden in der Literatur folgende Mechanismen genannt.

- Verlust von Muskelfasern, ausgelöst durch den Verlust von motorischen Einheiten,
- Rückgang der Proteinsynthese,
- Rückgang der Produktion von Testosteron und IGF-1,
- Bewegungsarmut

Trainierbarkeit älterer Personen

Die Trainierbarkeit älterer Menschen wird heute anerkannt. Ein individuell angepasstes Kraftprogramm, wie es in Fitness- und Gesundheitsanlagen möglich ist, kann den altersbedingten degenerativen Prozessen entgegenwirken, indem durch entsprechende Trainingsreize der Verlust an Muskelmasse gestoppt bzw. sogar neue Muskelmasse aufgebaut und die Kraft dementsprechend gesteigert wird. In diesem Kontext zeigen Studien, dass die Lebenserwartung älteren Menschen eng mit der Körperkraft korreliert (Gale, Martyn, Cooper & Sayer, 2007; Metter, Talbot, Schrager & Conwit, 2002; Newman et al., 2006; Rantanen et al., 2000; Sasaki, Kasagi, Yamada & Fujita, 2007). Neben funktionellen und morphologischen Anpassungen kann ein Krafttraining im hohen Lebensalter über die erzielte verbesserte Hirndurchblutung auch die kognitiven Funktionen der älteren Sportlerinnen verbessern (Cassilhas et al., 2007).

Fazit

Zusammenfassend lässt sich ableiten, dass ein individuell angepasstes, in Fitness- und Gesundheitsanlagen mit qualifiziertem Personal durchgeführtes Krafttraining eine evidenzbasierte effektive Möglichkeit zur Lebensverlängerung und zur Verbesserung der Lebensqualität im Alter darstellt. Bei Personal Training Detmold gibt es seit kurzer Zeit einen neuen Kurs, der genau dieser Generation von Menschen im zunehmenden Alter die Chance gibt, speziell nach Ihren Bedürfnissen zu trainieren. Dieser Kurs heißt „Corepower Best Age“. Zugelassen sind nur Teilnehmer die mindestens 60 Jahre alt sind. Der Kurs findet jeden Donnerstag von 10 bis 11 Uhr statt.

„Corepower Best Age“

- wirkt der altersbedingten Sarkopenie entgegen,
- fördert die Muskelkraft und die neuromuskuläre Kontrolle,
- fördert die Mobilität sowie die körperliche Leistungsfähigkeit bei Alltagsbelastungen und erhält somit die selbstständige Lebensführung älterer Menschen,
- beugt Verletzungen vor und stellt eine wichtige Maßnahme zur Sturzprophylaxe dar,
- fördert das psychische Wohlbefinden und die Lebensqualität.

Habe ich damit Euer Interesse geweckt? Dann lade ich Euch zu einem kostenlosen Schnuppertraining zu diesem Kurs ein. Anmeldung und weitere Infos unter Personal Training Detmold (krome@corepower.fitness oder 0176 82153713).

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

Das Parkhaus fürs Lastenrad

Ein fester Aufbewahrungsort schützt vor Witterung, Vandalismus und Diebstahl

(djd). Fahrradfahren ist beliebter denn je: Rund 12,77 Millionen Menschen ab 14 Jahren in Deutschland treten mehrmals wöchentlich in die Pedale. Weitere 14,57 Millionen nutzen mehrfach im Monat ein Rad, so Statista laut einer Umfrage aus dem November 2021. Zahlreiche Gründe sprechen für diesen Trend: Mit Muskelkraft ist man emissionsfrei und klimafreundlich unterwegs, kann das Auto häufiger stehen lassen, Geld sparen und gleichzeitig etwas für die eigene Gesundheit tun. Viele Zweiradfahrer entscheiden sich für hochwertige Modelle und praktische Lastenräder mit viel Transportvolumen, die schnell mehrere Tausend Euro kosten können. Damit stellt sich eine wichtige Frage: Wo lässt sich das Rad sicher parken, wenn es gerade nicht benötigt wird?

Aufgeräumte Verhältnisse schaffen

In innerstädtischen Lagen mit vielen Radfahrenden im Haushalt wird schnell der Platz vor dem Haus knapp. Das Zweirad unter freiem Himmel abzustellen, ist ohnehin keine Dauerlösung. Schließlich gelten hochwertige Bikes und insbesondere Lastenräder als beliebtes Diebesgut. Draußen sind sie zudem allen Launen der Witterung ausgesetzt. Eine Alternative stellen robuste Fahrradgaragen aus nachwachsendem Holz dar, die dauerhaften Schutz bieten und außerdem noch abschließbar sind. So entfällt das mühselige Abstellen im Keller oder im Freien - gleichzeitig ist es vor dem Haus stets aufgeräumt. Vom Hamburger Hersteller die-zweiradgarage etwa gibt es passende Miniparkhäuser für bis zu sechs Räder. Sie sind bei Bedarf lang genug, um einen geschützten Parkraum auch für Lastenräder zu bieten. Hierfür werden hochwertige Bausätze produziert, die vor Ort nur noch zusammengeschraubt werden müssen. Ein klappbares Vorderdach öffnet sich nach kurzem Anheben selbstständig und ermöglicht ein bequemes aufrechtes Eintreten.

Schutz vor Dieben

Zu den Voraussetzungen zählt ein fester, möglichst ebener Untergrund, der beispielsweise mit Gehwegplatten oder Pflastersteinen in einem verdichteten Sandbett belegt ist. Hinter einem optionalen seitlichen Sichtschutz können in der Fahrradgarage zusätzlich noch Mülltonnen Platz finden - unter www.zweiradgarage.de gibt es weitere Details und einen Produktkonfigurator. Noch ein Tipp: Viele Hausratversicherungen akzeptieren die abschließbaren Varianten als geschlossenen Raum - wichtig für den Schutz vor Diebstahl. Es lohnt sich also, bei der eigenen Versicherung bezüglich der Konditionen nachzufragen.

An Weihnachtsfeiertagen und Silvester haben wir für euch geöffnet!

24.12.22: 16:00 - 22:00 Uhr • 25. + 26.12.22: 11:30 - 22:00 Uhr • 31.12.22: 11:30 - 22:00 Uhr

Wir freuen uns auf Ihre Reservierung für Ihre Betriebs-, Familien- oder Weihnachtsfeier!

MÜHLENBECK
SCHLÜSSEL & SCHLÖSSER

SCHNELL – ZUVERLÄSSIG – TRANSPARENT

Schlossnotdienst • Türöffnungen • Schlüsseldienst
Einbruchschutz • Videoüberwachung • Tresore

Schlüsseldienst Mühlenbeck Paderborn GmbH • Riemekestraße 32 • 33102 Paderborn • Telefon: 05251 - 8783015
E-Mail: info@muehlenbeck-paderborn.de • www.muehlenbeck-paderborn.de

Klares Bekenntnis zum Norderteich

Kreis Lippe und Landesverband Lippe haben sich über weiteres Vorgehen zum Erhalt des Gewässers sowie des gesamten Naturschutzgebiets verständigt

Die Lage am Norderteich hat sich leicht entspannt: Das Stauwerk ist repariert, die wenigen Regenfälle der letzten Wochen haben die Wasserfläche leicht vergrößert. Nun hoffen der Landesverband Lippe als Eigentümer und der Kreis Lippe auf weitere Niederschläge – und wollen die Zeit nun nutzen, um ein Konzept für den zukünftigen Umgang mit dem Gewässer und dem gesamten Naturschutzgebiet „Norderteich mit Naptetal“ zu erstellen.

„Wir plädieren für eine ganzheitliche Betrachtung und wollen im Frühjahr 2023 ein Konzept erarbeitet, das Maßnahmen für den Norderteich sowie die Flora und Fauna im gesamten Naturschutzgebiet aufzeigt“, erläutert Jörg Düning-Gast, Verbandsvorsteher des Landesverbandes Lippe, den gemeinsamen Standpunkt von Kreis Lippe und Landesverband. „Kurzfristige Entscheidungen oder Maßnahmen ohne eine Beurteilung der Auswirkungen auf das gesamte Ökosystem im Naturschutzgebiet, wollen wir vermeiden“, ergänzt Daniel Telaar, Leiter der Unteren Naturschutzbehörde beim Kreis Lippe.

Dürre und Hitze setzen den Gewässern zu. Die Gewässer im Zulauf zum Norderteich sind trockengefallen.

Verdunstungsverluste in Folge der hohen Temperaturen sorgten für zusätzliche Wasserverluste. Auch der Oktober ist aktuell zu warm und zu trocken. Seitdem im Mai 2022 festgestellt worden war, dass der Norderteich sehr viel Wasser verliert, haben die Forstabteilung, die Untere Naturschutzbehörde sowie die Untere Wasserbehörde Sofortmaßnahmen umgesetzt: „Wir haben damals unverzüglich eine Blase am Stauwehr gesetzt und wurden dabei von der Stadt Horn-Bad Meinberg und ihrer Feuerwehr hervorragend unterstützt. Außerdem haben wir an zwei Tagen mit Hilfe von Anglervereinen Fische entnommen, um sie in andere Gewässer umzusetzen“, fasst Olrik Meyer, Fachbereichsleiter Umwelt, nachhaltige Entwicklung und Mobilität beim Kreis Lippe, zusammen. In Abstimmung mit dem Landesverband und der Biologischen Station Lippe hat der Kreis Lippe zudem im Umfeld des Aussichtspunktes auf der trockengefallenen Gewässersohle im Süden des Norderteiches gemulcht. Rund zwei Drittel des aufgekeimten Weidenbestandes wurden abgemäht und zerkleinert, das verbleibende Drittel des Weidenbestandes wurde bewusst stehen gelassen, um die Auswirkungen des Weidenaufwuchses bei einem steigenden Wasserstand beobachten zu können.

„Zwischenzeitlich haben wir das Stauwehr so repariert, dass es nun dicht ist. Wir haben dazu Holz genutzt, das Konstrukt ist reversibel und könnte bei Bedarf wieder geöffnet werden", ergänzt Susanne Hoffmann, stellv. Leiterin der Forstabteilung des Landesverbandes.

Eine solche Öffnung könnte beispielsweise notwendig sein, wenn das zu erstellende Konzept aus naturschutzfachlichen und wasserökologischen Gründen eine Entschlammung empfehlen sollte – eine Maßnahme, die aktuell in Horn-Bad Meinberg von Bürgerinnen und Bürgern sowie im Stadtrat in die Diskussion gebracht wurde. „Dies halten wir uns offen. Mit hoher Wahrscheinlichkeit wird aber auch ohne Entschlammung des Teichs nach Wiederanstieg des Wasserstands der Norderteich einen gleichen oder zumindest vergleichbaren ökologischen Zustand besitzen, wie in den Vorjahren", lautet die fachliche Einschätzung von Meyer. „Alle Gewässer im Kreis Lippe werden infolge des Klimawandels immer wieder in Wassermangelsituationen hineingeraten. Unabhängig von potenziellen Maßnahmen zur Verbesserung der Stau-, Zufluss- und Abflusssituation am Norderteich, sind wir beim Norderteich auf Niederschläge angewiesen, und daran wird sich auch in Zukunft nichts ändern."

Die vorliegenden Daten und Kartierungen zum Norderteich sind älter als 25 Jahre und deshalb als Diskussionsgrundlage nicht geeignet.

Beide Partner wollen diesen Datenbestand und die Entwicklungspotenziale aktualisieren, um ein schlüssiges Maßnahmenkonzept ab 2023 für das gesamte Naturschutzgebiet aufzustellen. „Wir wollen durch das geplante Maßnahmenkonzept eine einheitliche Diskussionsgrundlage zu artenschutzfachlichen Aspekten schaffen. Aktuelle Kartierungen sollen beispielsweise zeigen, ob der Wasserverlust im Norderteich den Zustand des Schutzgebiets tatsächlich verschlechtert hat." Geplant sind Erhebungen zu Schmetterlingen, Vögeln und Wasserpflanzen und ein Abgleich der Ergebnisse mit dem Wissen zur Pflanzen- und Tierwelt im Schutzgebiet aus den letzten Jahren. So habe die Vogelwelt in den jüngsten Jahren sowohl durch die Veränderungen im Umfeld des Norderteiches als auch durch den Wegfall von Wasserpflanzen abgenommen. „Hauben- und Zwergtaucher sind im Schutzgebiet nicht mehr heimisch, dafür beobachten wir zunehmend Gänse- und Entenvögel", nennt Telaar als Beispiel.

Nicht zuletzt sollen auch Daten zum Grünland und zu den Eichen- und Röhrichtbeständen im Umfeld des Teichs erhoben werden: „Nicht nur die namensgebende Wasserfläche ist schützenswert, das gesamte Naturschutzgebiet, so zum Beispiel die alten Laubwälder, haben Bedeutung im Kreis Lippe. Daher wollen wir gemeinsam mit dem Landesverband ein robustes Zukunftskonzept erstellen", sagte Meyer anschließend. „Allen Akteuren ist die katastrophale Situation durch den Wassermangel bewusst. Die vielen Rückmeldungen aus der Bürgerschaft sind verständlich, sie zeigen auch die Bedeutung des Norderteichs für Natur, Landschaft und Naherholung. Wir werden uns für die Zukunft aufstellen. So wird das Konzept den Norderteich als Ort für Naherholung stärken ", betont Düning-Gast.

Jetzt ist wieder Zeit für kräftige(re) Rotweine. Besonders gut schmecken sie zu Gerichten mit Rind oder Ente. Eine gebratene Entenbrust mit Haselnussbutter ist einfach zuzubereiten. Als Beilagen eignen sich Kartoffelpüree, Rosenkohl und Karotten. Dazu passen vollmundige Rotweine aus Südwestfrankreich wie der Monastère de Saint Mont, den es im Fachhandel oder auf www.invinoveritas.de gibt.

Foto: djd-k/Plaimont/Syda Productions - stock.adobe.com

Foto: djd-k/Mouton Cadet

winterliche genüsse

Fleisch von heimischen Wildtieren ist gesund, nährstoffreich, fettarm und dank kurzer Lieferwege nachhaltig. Unter www.wild-auf-wild.de gibt es vielfältige Rezepte vom Wildschweinburger über den Festtagsbraten bis hin zum Reh-Schaschlik. Weiterhin sind dort Wildanbieter und Restaurants in der Nähe zu finden.

Foto: djd-k/Kapuhs/DJV

Beim sogenannten Foodpairing kommt es darauf an, zum Gericht den passenden Wein zu wählen. Nicht zu schwer und dennoch aromatisch zeigt sich etwa der von Früchten geprägte Rotwein Mouton Cadet Rouge von 2019. Für festliche Anlässe und als Begleiter zu Fleischgerichten ist dieser Wein eine gute Wahl.

Foto: djd-k/DJV/Olaf Deharde

Ist es draußen ungemütlich, freut man sich auf eine heiße Suppe oder einen Eintopf. Mit dem passenden Kochgeschirr wie den Töpfen von AMC ist die Lieblingssuppe schnell gezaubert. Der Schnellkochdeckel Secuquick softline reduziert die Kochzeit um bis zu 80 Prozent. Zwei Schnellkochprogramme sorgen dafür, dass alle Zutaten bei perfekter Temperatur schonend gegart werden: www.kochenmitamc.info.

Magenbitter trinkt man nicht mehr nur fürs körperliche Wohlbefinden. Vielmehr versprechen sie außergewöhnliche Geschmackserlebnisse. Bereits seit Jahrzehnten nutzt die Apothekerfamilie Dr. Jaglas eine mittelalterliche Klosterrezeptur zur Manufaktur feiner Kräuterelixiere, die pur als Aperitif und Digestif oder mit Tonic genossen werden können. Unter www.dr-jaglas.de erfährt man, mit welchen Speisen die Kräuterbitter am besten harmonieren.

Fotos: djd-k/www.dr-jaglas.de/Steffen Sinzinger

Fotos: djd-k/AMC Alfa Metalcraft Corporation

Foto: djd/Dr. Wolz/motortion - stock.adobe.com

HERZINFARKT-VORSORGE

Tomatenextrakt kann die Blutplättchen geschmeidig halten

(djd). Das Blut in unserem Körper ist unter anderem für den Transport von Sauerstoff und der lebenswichtigen Nährstoffe zuständig. Dafür muss es geschmeidig fließen können und darf nicht verklumpen. Genau das kann aber passieren, wenn die Blutplättchen in den Adern zum Beispiel auf Cholesterinablagerungen stoßen. Dann bildet sich im schlimmsten Fall ein Blutpfropf, der in Herz, Hirn oder Lunge zur tödlichen Gefahr werden kann. Um diesem Szenario vorzubeugen, nehmen viele Menschen täglich blutverdünnende Medikamente mit dem Wirkstoff ASS. Das Problem dabei: Dessen Nebenwirkungen können die ebenfalls wichtige Blutgerinnung hemmen. „Zur Vorbeugung für Risikopatienten, die (noch) keine Vorerkrankung haben, wird der Wirkstoff ASS in den ärztlichen Leitlinien nicht empfohlen", erklärt Dr. med. Georg Wolz, Facharzt für Allgemein- und Ernährungsmedizin. „Auch Patienten, die Gerinnungshemmer einnehmen, dürfen ihn wegen der Blutungsgefahr nicht gleichzeitig verschrieben bekommen." Eine Möglichkeit, das Blut ohne bekannte Nebenwirkungen geschmeidig zu halten, können pflanzliche Alternativen sein, etwa sekundäre Pflanzenstoffe aus der Tomate.

Vorsorge mit natürlichem Wirkstoff

Wissenschaftlern von der Universität Aberdeen ist es gelungen, aus der Tomate 30 verschiedene sekundäre Pflanzenstoffe zu extrahieren und daraus einen natürlichen und nebenwirkungsfreien Blutverdünner zu entwickeln. Dieser Tomatenextrakt, in Deutschland etwa als Präparat „Thromboflow" erhältlich, hält die Blutplättchen geschmeidig, sodass sie besser durch die Gefäße zirkulieren können. Dadurch kann die Gefahr, dass die Plättchen miteinander verklumpen, deutlich verringert werden. Das Präparat ist als Nahrungsergänzungsmittel zur Verbesserung des Blutflusses kategorisiert. Es ist in Apotheken und Reformhäusern oder unter www.wolz.de erhältlich. Auf die normale Blutgerinnung - also darauf, dass das Blut im Falle einer Verletzung durch das Stocken die Wunde verschließt – hat der Tomatenextrakt keine Auswirkung.

Raucher und Übergewichtige als Risikogruppe

Je älter ein Mensch ist, desto größer ist die Gefahr der ungewollten Blutverklumpung, weil die Verkalkung der Blutgefäße mit zunehmendem Alter fortschreitet. Altersunabhängig ist allerdings auch bei bestimmten Personengruppen die Neigung ihrer Blutplättchen zur Verklumpung höher. Dazu gehören Raucher, Diabetiker, Vielflieger sowie Menschen mit Bluthochdruck oder Übergewicht. Sie können mit dem Tomatenextrakt ihre Blutplättchen geschmeidig halten und so das Risiko von Gefäßkrankheiten verringern.

Der kurze Kriminalfall zum mitraten

von Joachim H. Peters

Der schlaue Fux und der Falke!

Natürlich schreibt man Fuchs ganz anders, aber Kriminalkommissar Markus Fux schrieb sich nun mal mit „x". „Daran machste nix", wie er immer scherzhaft behauptete. Was seine Kollegen aber nicht daran hinderte, ihre Späßchen mit seinem Namen zu treiben. Wenn zum Beispiel jemand den Kommissar suchte, hieß es oft „Der Fux ist in seinem Bau" und man deutete dabei auf seine Bürotür.

Aber das machten die Kollegen nicht aus Bosheit, denn Kommissar Fux war nicht nur ein netter Mensch und ein beliebter Kollege, sondern er wurde auch für seinen Scharfsinn bewundert, der schon so manchem Übeltäter zum Verhängnis geworden war. Und das hatte ihm sowohl bei den Kollegen, als auch in den Ganovenkreisen den Zusatz „der schlaue" Fux eingebracht.

Heute Morgen war es Bruno Ostmann, der auf der Wache erschien und sich nach ihm erkundigte. Keine fünf Minuten später saß er dem Kriminalbeamten gegenüber.

„Was kann ich denn für Sie tun, Herr Ostmann?", wollte Fux wissen und sah seinen Besucher neugierig an.

Es stellte sich heraus, dass Herr Ostmann die Adlerwarte in Berlebeck leitete, die sich insbesondere um Greifvögel, wie Falken kümmerte. In den letzten Tagen sogar um einen ganz besonderen.

„Sehe Sie, das ist so, Herr Kommissar. Abdul al Rashid ist zu einem Besuch nach Deutschland gekommen und der Scheich verreist nie ohne seinen geliebten Falken „Blitz". Er liebt dieses Tier und würde es nie allein in seinem Emirat zurücklassen. Er ist der einzige, der ihn füttert und…", Ostmann beugte sich verschwörerisch vor, „… der Vogel hat zuhause sogar einen echt goldenen Käfig."

Fux nickte zwar verstehend, sagte aber kein Wort. Er war sich sicher, dass Ostmann von sich aus auf das Problem zu sprechen kommen würde. Und damit hatte er Recht.

„Als der Scheich hier in Detmold ankam stellte er fest, dass es „Blitz" anscheinend nicht gut ging und da er davon gehört hatte, dass wir uns auf der Adlerwarte mit Greifvögel auskennen, kam er vorgestern zu uns."

Fux beugte sich vor und faltete die Hände vor sich auf dem Schreibtisch. „Und nun ist Ihnen der wertvolle Vogel gestohlen worden."

Ostmann erstarrte. „Woher wissen Sie das, Herr Kommissar?"

„Na, warum sollten Sie sonst zur Kripo kommen? Sie werden hier sicherlich kein Vogelutter kaufen wollen."

Bruno Ostmann nickte, denn der Kommissar hatte recht. Als er heute Morgen seine Runde drehte stellte er mit Entsetzen fest, dass man das Schloß an dem großen Vogelkäfig, in dem man den Wanderfalken untergebracht war, aufgesägt hatte und der wertvolle Vogel verschwunden war.

„Herr Kommissar, der Vogel ist über 50.000 Euro wert. Wenn der nicht wiederauftaucht, dann müssen wir die bezahlen."

„Was sagt denn den sein Besitzer, dieser Scheich, dazu?“, wollte Fux wissen.

Ostmann seufzte. „Der weiß es zum Glück noch gar nicht. Er ist heute Morgen mit seiner Privatmaschine nach Berlin geflogen und kommt erst morgen Mittag wieder.“ Ostmann sank in sich zusammen, wie ein Ballon aus dem man langsam die Luft rauslässt. „Aber es kommt noch schlimmer, Herr Kommissar.“

Er zog einen Zettel aus der Tasche und legte ihn auf den Schreibtisch.

Fux sah sofort um was es sich handelte. Die aus einer Zeitung ausgeschnittenen und aufgeklebten Buchstaben sprachen für ein klassisches Erpresserschreiben.

„Wenn sie den Falken wiederhaben wollen, dann zahlen sie 25.000 €, sonst lasse ich den Vogel frei und sie sehen ihn nie wieder. Das passiert auch, wenn sie zur Polizei gehen. Ich melde mich wieder

Ostmann stand der Schweiß auf der Stirn. „Der Zettel lag heute Morgen in unserem Briefkasten. Was sollen wir denn jetzt nur machen?“

„Auf jeden Fall war es schon mal richtig, dass Sie mit dieser Sache zu uns gekommen sind.“ Fux zog einen Schreiblock zu sich heran und begann Fragen zu stellen. „Erstens, wer wusste alles davon, dass der Vogel bei Ihnen zur Pflege war?“

„Nur unsere Mitarbeiter, der Scheich hatte darum gebeten, dass wir keinem erzählen. Er hat uns sogar Geld dafür gezahlt, dass wir die Adlerwarte für die Zeit schließen, in der „Blitz“ bei uns zu Gast ist.“

Fix nickte nachdenklich und machte sich Notizen. „Zweitens: Haben Sie einen Verdacht, wer den Vogel gestohlen haben könnte?“

Ostmann schluckte. Die ganze Sache schien ihm etwas peinlich zu sein. „Wissen Sie Herr Kommissar, seit zwei Wochen arbeiten zwei junge Burschen bei uns. Nun ja, und beide sind immer pleite wie ich erfahren habe. Ich meine, wenn jemand dringend Geld braucht…“

Kommissar Fux wusste, was Bruno Ostmann meinte. Mit 25.000 € Lösegeld könnte man schon so manches finanzielle Loch stopfen.

„Sie vermuten also, einer von denen könnte etwas mit der Sache zu tun haben?“

Ostmann nickte unschlüssig. „Ich weiß, dass mich beide gefragt haben, was der Falke wert sei.“ Dann senkte er den Blick, anscheinend war ihm der nächste Satz peinlich. „Und ich Ochse habe Ihnen auch noch prompt von den 50.000 € erzählt.“ Dabei schluckte er.

„Sind die beiden denn heute zur Arbeit erschienen?“, wollte Fux wissen.

„Ja, aber ich habe sie beide sofort wieder nach Hause geschickt und bisher weder ihnen noch jemand anderem vom Diebstahl des Vogels erzählt.“

„Und wie sieht es mit ihren anderen Mitarbeitern aus?“ Fux kaute nachdenklich auf seinem Kugelschreiber herum.

„Für die beiden würde ich meine Hand ins Feuer legen. Aber sie auch beide in Urlaub. Ich bin momentan mit den beiden Jungs alleine“, erklärte Ostmann.

„Na, dann geben Sie mir doch mal die Namen und die Adressen der beiden Burschen und ich werde Ihnen mal einen Besuch abstatten!“

Ostmann atmete erleichtert auf und begann die Namen zu notieren.

***

„Guten Morgen, Herr Müller.“ Kommissar Fux zeigte dem jungen Mann seine Dienstmarke. „Ich würde Sie gerne mal kurz sprechen. Es geht um einen Einbruch in der Adlerwarte.“

„Ach, hat mich der Ostmann deshalb heute Morgen nach Hause geschickt?“

Fux nickte. „Wo waren Sie denn letzte Nacht?“

„Na hören Sie mal, Herr Kommissar, was soll das denn heißen? Verdächtigen Sie mich etwa, dass ich etwas damit zu tun habe?“ Mike Müller schien plötzlich sehr aufgebracht.

„Das habe ich doch gar nicht gesagt, Herr Müller, ich habe sie nur freundlich gefragt, wo sie heute Nacht waren.“

„Ich war Zuhause und habe Fernsehen geguckt. Fußball um genau zu sein. Gestern war doch das Länderspiel gegen Belgien.“

„Und waren Sie dabei alleine?“, wollte Fux wissen.

„Ja, meine Freundin interessiert sich nicht für Fußball und ist deshalb bei ihrer Mutter geblieben.“

Fux machte sich wieder Notizen diesmal in ein kleines rotes Buch.

„Könnten Sie sich vorstellen, wer den Einbruch in die Adlerwarte gemacht haben könnte?“

Mike Müller winkte ab. „Keine Ahnung, da ist doch nichts zu holen…“ Dann stockte er plötzlich. „Moment mal, oder geht es etwa um Falken von dem Scheich? Hat man den geklaut?“

Fux ließ sich nicht in die Karten gucken. „Vielen Dank für Ihre Auskünfte, Herr Müller. Wenn ich noch Fragen habe, dann melde ich mich wieder bei Ihnen.“ Damit ließ er eine verblüfften Mike Müller in der Wohnungstür zurück.

***

Auch bei seinem zweiten Besuch hatte Kommissar Fux Glück, denn auch Jonas Schreiber war zuhause.

„Ich war bis elf Uhr in der Kneipe und dann bin ich nach Hause ins Bett“, antwortete er auf die Frage von Fux, wo er gestern Nacht gewesen war. „Der Wirt erinnert sich sicherlich noch, denn ich hatte nicht genug Geld dabei und musste erst noch kurz zum Geldautomaten, damit ich bezahlen konnte.“

„Und heute Morgen sind sie wie üblich zur Arbeit gefahren?“, wollte der Kommissar wissen.

„Genau und zwar mit dem Fahrrad, denn ich habe kein Auto. Und das wäre nach dem gestrigen Abend sicher auch nicht so gut gewesen, wenn ich mich hinters Steuer gesetzt hätte."

Fux blickte dabei in zwei müde Augen, wie man sie oft bei jemanden sieht, der zu tief ins Glas geschaut hat.

„Da waren Sie sicher froh, dass Herr Ostmann sie heute Morgen wieder nach Hause geschickt hat, oder?"

„Das können Sie laut sagen, Herr Kommissar. Ich bin gleich wieder ins Bett und habe geschlafen, bis sie geschellt haben."

Wissen Sie denn, warum Herr Ostmann Sie nach Haus geschickt hat?", fragte Fux nach.

„Nein, keine Ahnung, ich habe mich auch gewundert." Jonas Schreiber gähnte mit weit offenem Mund.

„In der letzten Nacht ist es auf der Adlerwarte zu einem Einbruch in einen der Vogelkäfige gekommen." Fux beobachtete Jonas genau, doch der schien echt überrascht zu sein.„Dabei wurde„Blitz", der Falke des Scheichs entwendet."

Der junge Mann stieß einen überraschten Pfiff aus. „Alter, der soll ja auch echt wertvoll sein."

„Wissen Sie vielleicht was darüber?", wollte Kommissar Fux wissen.

Joans lachte auf.„Nee, wie denn ich war ja in der Kneipe und dann im Bett, wie soll ich denn da wissen, wer da nachts Schlösser aufgesägt hat?" Er beugte sich verschwörerisch vor. „Aber vielleicht fragen Sie mal meinen Kollegen Mike, der ist immer pleite, dem traue ich so einen Aufbruch zu."

Jonas unterdrückte ein weiteres Gähnen. „Der soll auch schon Autos geknackt haben", verriet er.

Kommissar Fux machte sich mal wieder Notizen und verabschiedete sich dann.

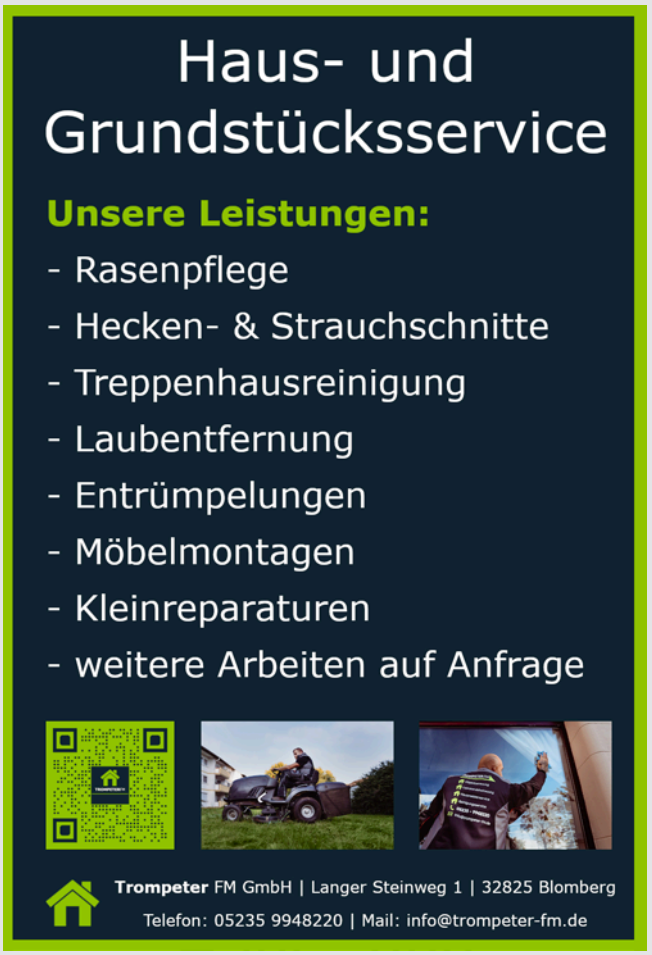
Und mit dem Worten„Na, dann gehen Sie mal wieder ins Bett, so müde wie Sie aussehen", ließ er Jonas Schreiber zurück.

***

Eine halbe Stunde später kam Bruno Ostmann, mit einer großen Transportbox an der Adresse an, die Kommissar Fux ihm am Telefon genannt hatte und bereits fünf Minuten später verließ er das Haus wieder mit dem wertvollen Falken und einem erleichterten Gesichtsausdruck. Auch diesmal hatte sich der Fux mal wieder als schlau herausgestellt.

Aber zu welchem Haus hatte er Bruno Ostmann bestellt? Zu dem von Mike Müller oder dem von Jonas Schreiber?

Die Lösung dieses Falls finden Sie auf Seite 36.



Sportschule
TOSA INU
ISEDICHT
GBA
IBA

Weltmeisterin
Beke Bas

„Im Kampf höre ich nur meinen Trainer“

Anzeige

Die 28-jährige Lemgoer Boxerin Beke Bas ist Weltmeisterin, Internationale Deutsche Meisterin und Deutsche Meisterin. Boxen ist Taktik, nicht Verprügeln, erklärt sie. Beke Bas verrät uns ihren Traum für sich und ihre Heimatstadt Lemgo.

„All das habe ich meinem Trainer zu verdanken" sagt Beke Bas, und man spürt, dass es ihr wichtig ist. „Er ist mein Chef, mein Promoter und Manager, mein Mentor und mein Zieh-Papa, und ich bin sehr glücklich, dass es ihn gibt."

Die frischgebackene Box-Weltmeisterin strahlt und nimmt einen Schluck Kaffee. Es ist wenige Tage nach der großen Kampfnacht in der Detmolder Stadthalle. Ein Boxevent, unterstützt durch Porsche Paderborn, schon nach wenigen Tagen ausverkauft. Drei Weltmeistertitel wurden dort vergeben. Einen, den in ihrer Gewichtsklasse, hat die Lemgoerin Beke Bas gewonnen. Sie trainiert bei Kai Gutmann in der Boxschule Tosa Inu.

„Meine Gegnerin war so stark", lässt sie den Kampf noch einmal Revue passieren. „Sie hat ähnlich wie ich nahe am Gegner geboxt, also musste ich mich weiter von ihr entfernen, das war eine riesige Umstellung." Weil ihre Gegnerinnen normalerweise einen Kopf größer seien als sie, die 1,61 Meter misst, sei sie gewohnt, nahe heranzugehen. Am Ende aber stand Beke Bas als Siegerin in der jubelnden Arena.

Weltmeisterin zu sein, ist das höchste erreichbare Ziel. „Ich brauche noch so ein paar Tage, dann realisiere ich, dass ich Weltmeisterin bin." Diesen Titel könne sie auch mehr genießen als den ersten. „Damals war ich so dermaßen unter Druck, das fühlt sich jetzt besser an." Jetzt habe sie erst mal ein paar Tage frei und könne durchatmen.

Als Beke noch ganz jung war, „das muss so in der ersten oder zweiten Klasse gewesen sein", da spielte sie Fußball. Beim 1. FC Köln, wo die Familie eine Zeit wohnte. Der Sport war ihr Ding, sie wurde besser und besser, das Talentförderzentrum in Herford folgte, und irgendwann stand das Ziel der Frauen-Nationalmannschaft fest. Aber dann kamen die Verletzungen, in den Knien, im Schienbein, und es wurde nichts mit dem Profifußball.

„Ich musste mir etwas Neues suchen, und da habe ich mal in ein Boxtraining bei Kai Gutmann reingeschnuppert, und war sofort begeistert", so Beke. Sie lehnt sich zurück und verschränkt die Hände hinter dem Kopf, blickt in die Ferne. „Der Wechsel vom Teamsport zum Einzelsport war schon krass, aber nach dem ersten Training wusste ich, dass das mein Sport ist." So blieb sie beim Boxen und bei ihrem Trainer.

Für alle Gegnerinnen zu stark

„Früher war Boxen eher etwas für Männer, aber das hat sich inzwischen gelegt, und das ist auch gut so", meint Beke. Inzwischen halten sich Männer und Frauen ungefähr die Waage. Aber damals, als sie anfing mit dem Boxen, fand ihre Familie das gar nicht gut.

„Irgendwann kam mein Trainer und sagte, ich sei vom Boxen abgemeldet worden. Davon wusste ich nichts, und da gab es zuhause natürlich Stress", erinnert sie sich. Sie machte trotzdem weiter, der Trainer habe sie netterweise einfach weiter trainiert. „Und dann stellten sich Erfolge ein, und meine Familie merkte, dass es mir ernst ist, und seitdem unterstützen sie mich toll."

Nach einem halben Jahr Training sollte sie im Amateurboxen schon den ersten Kampf haben. „Und dann hat meine Gegnerin mich in einem Sparringstraining gesehen und abgesagt. Weil ich zu stark wäre", lacht Beke.

Sieben Pro-Amateurkämpfe bestritt sie damals. Zwanzig hätten es werden sollen, aber viele Kämpfe wurden abgesagt. Immer mehr, weil die Gegnerinnen Beke fürchteten.

„Dann hat sich mein Trainer Kai Gutmann bei den Profis gemeldet. Die sahen sich einen Kampf an und gaben mir meine Profi-Lizenz." So einfach war das also.

„Das war schon verrückt damals", erinnert sich Beke. Als Profisportler braucht man vor allem Sponsoren. Denn: „Wenn ich eine Person herausfordere, dann muss ich sie bezahlen." Flüge, Hotel, Verpflegung, Gage, das alles ist die Herausforderin schuldig. „Wenn es so tolle Sponsoren wir Porsche Paderborn gibt, die solche Kosten übernehmen, dann ist das natürlich etwas anderes." Aber das sei nicht die Regel und da sei sie Geschäftsführer Thomas Meyer sehr dankbar.

Die aktuelle Gegnerin kam aus Argentinien, musste also ein paar Tage früher anreisen, deswegen waren die Kosten dieses Mal höher. Insgesamt sei sie bei Null herausgekommen, also hat sie kein Geld verdient. „Aber den Weltmeistertitel", lacht Beke Bas.

Profiboxerin zu sein, bedeutet ihr alles, aber es reicht nicht, um alleine damit über die Runden zu kommen. „Hauptberuflich bin ich Trainerin in der Sportschule Tosa Inu bei Kai Gutmann in Lemgo", erklärt sie. „Dadurch bin ich finanziell abgesichert." In der Vorbereitung für Wettkämpfe gebe sie ihre Kurse schon einmal ab, aber sonst hätte sie ihre festen Zeiten. Die allermeisten Profis würden nebenbei arbeiten. „Die Kinder, die ich trainiere, sind alle total stolz und happy, dass ich ihre Trainerin bin, das macht schon glücklich", sagt Beke, und das sieht man ihr auch an.

Beke ist Heilerziehungspflegerin. Nach ihrer Ausbildung gab sie eine Zeit lang geistig und körperlich beeinträchtigten Menschen Boxtraining in einer Lemgoer Einrichtung. „Die Teilnehmer hatten nie zuvor geboxt und waren so glücklich. Dabei waren auch Rollstuhlfahrer, die mir sagten, dass sie vorher noch nie so geschwitzt hätten", lacht Beke. Zu einer Werkstatt besteht immer noch Kontakt, und einzelne Klienten kommen auch in Bekes Boxkurse.

Ihr flexibler Raum.
Zelthallen von ZVG.

Mit mehr als 30 Jahren Erfahrung in Planung, Logistik und Montage von Zelthallen.

ZVG

Daimlerstr. 12 • 32108 Bad Salzuflen • zvg-zelte.de • 05222/921556

Thomas Meier und Kai Gutmann

Porsche Paderborn ist ein Glücksfall

Sponsoren zu haben, bedeute im Boxsport eigentlich alles, so Beke Bas. „Ohne Sponsoren kann man nicht kämpfen." Da sei Porsche Paderborn und besonders der Geschäftsführer Thomas Meyer ein echter Glücksfall.

„Thomas ist eine coole Socke", grinst Beke Bas. „Er ist sozial absolut kompetent, ist mit uns auf Augenhöhe, kümmert sich, organisiert mit, so etwas ist einzigartig und das schätzen wir." Sicherlich hilft, dass Thomas Meyer selbst boxt. „So ein Sponsor ist Gold wert und bestätigt unsere professionelle Arbeit", betont Beke Bas.

Für Porsche Paderborn hat das Box-Sponsoring schon Tradition. 2015 sei über einen Kunden der Kontakt zu Kai Gutmann entstanden, erklärt Geschäftsführer Thomas Meyer. „Lippe war und ist für uns ein wichtiger Standort, schließlich sind wir mit unserem Porsche-Zentrum auch für Lippe zuständig".

„Wir haben uns überlegt, dass es gut wäre, uns einmal ganz anders darzustellen und damit auch eine neue Kundschaft anzusprechen". Das sei die ursprüngliche Motivation für das Sponsoring gewesen. Im Grunde passe die Philosophie von Porsche gut mit dem Boxsport zusammen. „Hier wie dort geht es um echte Charaktere, um Menschen, die wissen, was sie wollen, um eine innere Stärke, den eigenen Weg zu gehen." Während der ganzen Zeit habe er es im Boxsport immer mit tollen Menschen zu tun gehabt.

Geile Spinner hier

So stieg Porsche Paderborn ein und sponserte die erste und zweite Boxnacht in Detmold, 2015 und 2016. Ein besonderer Moment sei gewesen, Graciano Rocchigiani kennenzulernen. Die Boxlegende sei mit einem seiner Schützlinge in Detmold angetreten. „Geile Spinner hier", hätte Rocchigiani anerkennend die Boxnacht kommentiert. „Das war natürlich ein toller Moment und Motivation, weiterzumachen", erinnert sich Thomas Meyer.

Mit dem ersten Paderborner Boxabend holte Porsche Paderborn den Sport bereits vor fünf Jahren in die Domstadt. „Kai Gutmann war vorher einmal zu Besuch in unserem Porsche-Zentrum. Hier müsste man das mal machen, hätte er geraunt. So ist die Idee geboren", lacht Thomas Meyer.

Man habe den Paderbornern etwas Neues präsentieren wollen. Schon damals, 2017, traten zwei Boxer von Kai Gutmann an: die Lemgoerin Leonie Giebel holte sich den Europameistertitel gegen Lela Terashvili aus Georgien, und der Paderborner Artur Müller besiegte Bilal Messoudi aus Marokko und durfte sich fortan internationaler deutscher Meister nennen.

Die Veranstaltung im Porsche Zentrum entpuppte sich als ein riesiger Erfolg. Direkt danach wurde ein nächstes Event geplant, das dann 2019 stattfinden konnte. Und auch hier wurden alle Erwartungen übertroffen. Artur Müller verteidigte seinen Titel durch technisches KO bereits in der zweiten Runde gegen den Engländer Carl Chadwick. Die Fans feierten ihn euphorisch, war der Abend für ihn doch ein Heimspiel – wie auch für Porsche Paderborn und Thomas Meyer.

Die anderen Highlights des Abends lieferten die Damen aus der Lemgoer Sportschule Tosa Inu von Kai Gutmann. Leonie Giebel gewann den Weltmeistertitel gegen die erfahrene Italienerin Amira Cannizzaro deutlich. Ebenso deutlich konnte Beke Bas gegen die Österreicherin Carina Greimel gewinnen und sich so zur Weltmeisterin krönen. Keine leichte Aufgabe, denn die Österreicherin hatte auch einen Weltmeister-Titel im Kickboxen.

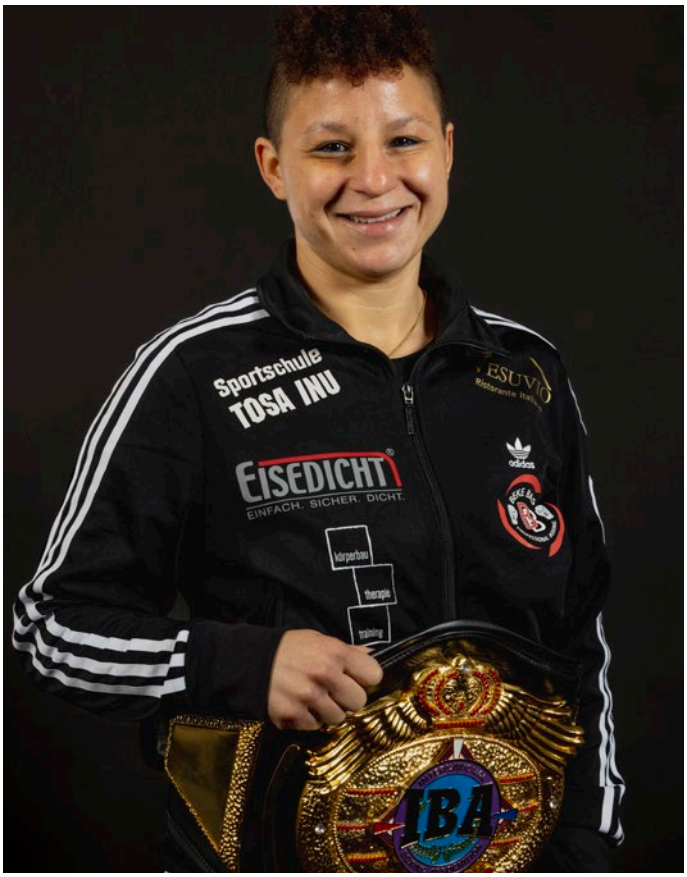
Mit den Veranstaltungen wollte Thomas Meyer auch andere Menschen ansprechen und die Scheu nehmen, ein Porsche-

Autohaus zu betreten. „Wir wollten zeigen, dass hier alles echt ist, die Leute, die Atmosphäre, die Lockerheit. Durch das Boxen geht das richtig gut“, erklärt Thomas Meyer, der selbst in seiner Freizeit boxt.

Die Boxnacht sollte eine niveauvolle Veranstaltung sein, die zu Porsche, aber auch zu Paderborn passt. Die Zusammenarbeit mit Kai Gutmann und seinen Schützlingen erwies sich dabei als Glücksfall, wobei die Siege der Heimsportler kein Muss waren. „Niederlagen sind nichts Schlimmes, man kann ja wieder antreten. Schlimm ist es nur, wenn man liegenbleibt“, so Meyer. Dass dann doch alle heimischen Sportler ihre Kämpfe gewonnen haben, war natürlich das Sahnehäubchen.

Und genauso war es vor wenigen Wochen in der Detmolder Stadthalle, wo sich Porsche Paderborn zum dritten Mal stark engagierte. So fand das offizielle Wiegen einen Tag vor den Kämpfen in den Geschäftsräumen an der Detmolder Straße statt. Und am Kampftag triumphierten die Titelträgerinnen erneut: Leonie Giebel verteidigte ihren Intercontinental-Titel gegen Futuma Yazidu aus Tansania, Beke Bas ihren Weltmeistertitel gegen Marisa Nunez aus Argentinien.

„Es waren tolle Kämpfe“, so Thomas Meyer: „Alle waren top motiviert und wollten die Begegnungen.“ Auch sei gut angekommen, dass es in diesem Jahr zwei Kickboxkämpfe gab. Er selbst war ganz nah am Ring. „Es war eine großartige Atmosphäre.“ >>



Und natürlich reize es ihn, nochmal eine Kampfnacht in Paderborn zu veranstalten. Ob das nochmal machbar sei, hinge auch von den Umbauplänen ab, die für das Porsche-Zentrum geplant seien. „Da wird sich einiges bewegen", so Thomas Meyer. Aber so oder so wolle man dem Boxsport als Sponsor treu bleiben.

Taktik, nicht Verprügeln

Beke Bas lehnt sich vor und schaut konzentriert. „Viele denken, Boxen bestehe daraus, einfach in einen Ring zu steigen und sich zu verprügeln", so die vierfache Titelträgerin. „Es ist aber ein taktischer Sport, der nicht darauf ausgelegt ist, den Gegner zu verletzen." Laufeinheiten, Krafttraining, Partnerübungen, und nur ein bis zweimal pro Woche Training im Ring – die Realität des Boxtrainings ist wesentlich vielfältiger als viele es wissen. „Wenn ich beim Fußball eine Grätsche abbekomme, ist das Knie schon mal hin. So etwas gibt es beim Boxen aber nicht", erklärt Beke.

Die Vorbereitung auf einen Kampf, die setze den Körper schon unter Stress, überlegt die Profiboxerin. Ernährungsplan, genaue Einheiten von Proteinen, Fetten, Kohlehydraten, dann das Abnehmen vor dem Kampf. „Wenn ich in den Tagen nach dem Kampf eine Pommes esse, bekomme ich direkt Magenschmerzen." Gleichzeitig bringe die Kampfvorbereitung den Körper aber auch in Topform.

„Im Kampf höre ich nur meinen Trainer und die Betreuer. Vom Publikum bekomme ich nichts mit", erzählt Beke Bas.

„Sobald die Glocke ertönt, muss ich voll da sein. Wenn ich mich erst ein paar Sekunden ausruhe, kann es schon zu spät sein." Natürlich sei es so, dass sie erst in den Kampf hereinkommen muss. Im Weltmeisterkampf in Detmold habe sie an einem bestimmten Punkt gespürt, dass es gut läuft. „Da war meine Konzentration noch höher. Ich hätte schon noch zwei Runden mehr geschafft."

Boxen sei mehr Ausdauer als Kraft, gibt die Profiboxerin zu bedenken. „Kondition schlägt Technik, das ist ganz klar." Mentale Stärke sei sehr wichtig beim Boxen. Deswegen gäbe es auch Kämpfe, die schon in der Umkleidekabine vor dem Kampf entschieden seien. „Wenn ich mental nicht voll da bin, dann habe ich schon verloren." Schon in den ersten Sekunden müsse man erkennen, wie die Gegnerin boxt, „damit ich ausweichen und punkten kann."

Ein Titelkampf in Lemgo

Und sonst? Ist das Boxen alles? „Nein, ich bin Sportschützin", lacht Beke. Größer könnte der Unterschied kaum sein. Hier der impulsive, schnelle Kampfsport, dort die Konzentration, die absolute Körperruhe. Ein toller Ausgleich sei das. Die Konzentration, das Haushalten mit dem Atem, die Kontrolle über den Körper. Daneben ist die Lemgoerin besonders vor Wettkämpfen öfters im Kino anzutreffen. „Dann kann ich einfach nur sitzen, beschäftige mich nicht körperlich und bin in einer Geschichte drin."

Der Kampf in der Detmolder Stadthalle hat Beke in der Weltrangliste von Platz 30 auf Platz 7 heraufkatapultiert. Die deutsche Rangliste führt sie an. Wo soll es da noch hingehen?

Was sind die nächsten Ziele?

Da muss die junge Lemgoerin nicht lange nachdenken. „Ich möchte gerne einmal eine Live-Übertragung einer meiner Kämpfe im Fernsehen", sagt sie. Und: „Dann möchte ich einen Weltmeisterkampf in meiner Heimatstadt, in Lemgo." Daran würde ihr Trainer Kai Gutmann schon arbeiten.

Für die Region wäre das eine tolle Sache, die sich dank des Engagements von Trainer Kai Gutmann, aber auch vom Sponsor Porsche Paderborn unter Thomas Meyer zum Hotspot des Boxens in Ostwestfalen-Lippe entwickelt hat. Und natürlich wäre das für Beke Bas eine tolle Sache. Wünschen wir ihr also, dass es bald klappt!

T-Time.

Der neue 911 Carrera T. Sportmade.

Ein Bekenntnis zum Purismus. Dank manuellem 7-Gang-Schaltgetriebe und Gewichtsreduzierung ist jede Fahrt mit dem neuen Carrera T auf das Wesentliche fokussiert: ungefilterte Emotionen.
Mehr unter: www.porsche.de/911CarreraT

Porsche Zentrum Paderborn
Thiel Sportwagen GmbH
Detmolder Straße 73
33100 Paderborn
Tel. +49 5251 504-911
www.porsche-paderborn.de

911 Carrera T · Kraftstoffverbrauch in l/100 km: innerorts 15,0–12,9 · außerorts 7,6–7,3 · kombiniert 10,2–9,5 (NEFZ); kombiniert 10,9–10,3 (WLTP); CO_2-Emissionen in g/km kombiniert: 232–217 (NEFZ); 247–233 (WLTP); Stand 10/2022

PORSCHE

Anzeige

Eine echte Schweinerei

Mareike und Christian Ehlert schwimmen erfolgreich gegen den Strom

Überall geht es bergab mit der ländlichen Infrastruktur. Überall? Nein, in einem kleinen 1.200 Seelen-Ort im Osten Lippes sieht es entgegen der allgemeinen Entwicklung mit der dörflichen Infrastruktur noch ganz gut aus. In Dörentrup-Bega gibt es einen Zahnarzt, einen Friseur, eine Bäckerei, einen Kindergarten, einen Jugendtreff, zwei Autowerkstätten, einen Feuerwehrstandort, einen Standort der Lebenshilfe und ein recht reges Vereinsleben, verkörpert durch Ziegler-, Dorfgemeinschaftsverein und TuS Bega.

In Bega leben aber auch Christian und Mareike Ehlert, ein junges Landwirtsehepaar, das sich sich dort sprichwörtlich sauwohl fühlen. Im wahrsten Sinne des Wortes, denn zur Familie gehören 250 Sauen mit ihren Ferkeln, die hier bis zum schlachtreifen Schwein aufgezogen werden. Den landwirtschaftlichen Familienbetrieb führen die Beiden mit zwei Mitarbeitern seit vielen Jahren in Eigenregie. Zudem betreiben Ehlerts Ackerbau, um selbsterzeugtes Futter einsetzen zu können. Durch eine vielgliedrige Fruchtfolge werden verschiedenste Früchte angebaut: Weizen, Gerste, Roggen, Raps, Mais, Zuckerrüben, Erbsen und Grassamen. Mit eigenen Photovoltaik-Anlagen erzeugt und nutzt man in dem Betrieb regenerative Energie.

Im vergangenen Jahr hatten die beiden Dörentruper eine Idee – und trotzen damit erfolgreich dem Trend der sich zurückziehenden Nahversorgung auf den Dörfern. Aber der Reihe nach.

Das ist Familie Ehlert

Christian Ehlert liebt es zu konstruieren, zu planen und einfach mal stundenlang Bahnen auf dem Acker zu ziehen. Außerdem findet er gutes Essen großartig, genauso wie American Football.

Seine Frau Mareike ist seit 2009 kommunalpolitisch aktiv. Seit 2014 ist sie Ratsfrau für Bega und einige Jahre lang war sie sachkundige Bürgerin im Kreistag Lippe. Sie hat ein Faible für die Natur und kann nur schwer drinnen sein. Ihre Hobbies sind ihre Hühner, alte Musik sowie Bogenschießen in Bega, soweit es die Zeit zulässt.

Komplett wurde die Familie in den Jahren 2014, 2016 und 2020. Da kamen die Kinder Lilly, Paul und Ella zur Welt. Die

drei sind draußen zuhause, wissen um die Zeitintensivität des landwirtschaftlichen Berufs und freuen sich, wenn sie dabei sein können. „Von klein auf lernen sie den Respekt vor der Natur und der Umwelt. Sie wissen, dass Tiere für Nahrungsmittel sterben müssen. Und dass man sie dementsprechend wertschätzen sollte“, beschreibt Mareike Ehlert die Kinderstube.

Und das ist die Idee

Geplagt von immer schlechteren Erlösen für das erzeugte Schweinefleisch, gepaart mit dem Wunsch, mehr für und mit Menschen zu arbeiten, reifte die Idee der Direktvermarktung der etwas anderen Art. „Unser kostbarstes und rarstes Gut ist Zeit“, sagt Christian Ehlert, „darum konnte es kein herkömmlicher Laden mit Bedienung werden“.
Die Direktvermarktung an sich eröffnet für beide Seiten Chancen: der Erzeuger kann einen fairen Preis für seine Produkte erzielen und der Kunde bekommt hervorragende regionale Produkte zum moderaten Kurs. Über die Automaten-Vermarktung, für die sich Ehlerts entschieden, kann der Kunde täglich völlig unabhängig von 6 bis 22 Uhr einkaufen.

Leckere Schweinereien gibt es hier, darum auch der Name des SB-Hofladens, der im Juni 2022 seine Pforten in Bega öffnete.

Familie Ehlerts Schweinerei

Die Schweinerei umfasst nun den Verkaufsautomaten mit Ehlerts Fleisch- und Wurstwaren, Eiern und Honig aus der Region sowie Snacks und Kaltgetränke. Hinzu gesellten sich eine Softeis-Maschine sowie ein Kaffeevollautomat – alles funktioniert automatisch und kann von jedem Kunden einfach bedient werden. An den automatisierten Verkaufsraum schließt der sogenannte Vertrauensbereich an. Ein weiterer Raum mit einer großen Regalwand, einem Kühlschrank sowie einem Regal mit Dekoartikeln.
„Wir freuen uns sehr, dass sich einige Erzeuger aus den Reihen von„Lippe kauft regional“ unserer Idee angeschlossen haben und Ihre Waren bei uns zum Verkauf anbieten“, erzählt Christian Ehlert.

„Lippe kauft regional“ ist eine Internetplattform, auf der sich Betriebe oder Erzeuger aus der Region vorstellen und auf ihre Produkte aufmerksam machen. Der regionale Gedanke wird hier großgeschrieben. In Familie Ehlerts Schweinerei findet man aus den Reihen anderer Erzeuger bislang Dosenwurst, Schafmilchprodukte, Rapsöl, Straußenprodukte, Honig und Erzeugnisse mit Honig sowie Bücher rund ums Landleben. „Wir legen großen Wert darauf, dass man sich beim Betreten des Ladens schon wohlfühlt und dass man ohne Worte zurechtkommt“, erläutert Mareike Ehlert. Dies scheint zu funktionieren, ist die Kundschaft doch tatsächlich, so wie man beobachtet, „von 1 bis 95 Jahre alt“, lächelt sie. Durch liebevoll gestaltete Hinweisschilder und Dekorationen läuft der Laden rund, wie sie sagt. „Natürlich gibt es schon mal Störungen, das wird immer so sein, wenn Mensch und Technik zusammenkommen“, erklärt sie. „Dennoch versuchen wir immer da zu sein, wenn es mal klemmt.“ Über telefonischen oder Vor-Ort-Support können Fragen und Probleme immer schnell aus der Welt geschafft werden.

Wer mal mehr möchte als eine Kohlwurst oder zwei Scheiben Grillfleisch, der kann Mareike Ehlert ganzjährig seine Bestellung per WhatsApp zukommen lassen. „Der Renner waren in diesen ersten Monaten Grillpakete. Der Kunde nennt eine Personenzahl und seine groben Vorstellungen und bekommt umgehend eine bunte Mischung an Grillwaren geliefert“ beschreibt Christian Ehlert das Prozedere. In der bevorstehenden kalten Jahreszeit bleibt weiterhin alles möglich.„Jetzt kann man vielleicht mal einen schönen großen Krustenbraten gebrauchen, oder vielleicht auch eine größere Menge von einem andren Produkt“. Das ist auf Anfrage jederzeit möglich.

Ein Ausflugsziel

Das Konzept der Schweinerei geht vor allem wegen einer Sache auf: es fehlte ein einfaches Ausflugsziel für Jung und Alt in der Umgebung.„Dadurch, dass wir selber drei noch recht kleine Kinder haben, wissen wir, dass es für junge Familien oft nicht viel braucht, um sich an einem Ort wohlzufühlen: eine Spielmöglichkeit für die Kinder, ein Plätzchen zum Niederlassen und ein bisschen Verpflegung“, erklärt Mareike Ehlert den Treffpunkt-Gedanken hinter „Familie Ehlerts Schweinerei“. So findet man rund ums Verkaufshaus Sitzmöglichkeiten, einen großen Spielturm und eine Toilette mit Wickeltisch. Ein weiteres Highlight: die Hühner-Streichelwiese. Direkt am Hof, unmittelbar an der Bega, leben Mareike Ehlerts Hühner. Besondere Hühner, Rassen, die nicht jeder hat und die einfach wunderschön anzusehen und zu beobachten sind. Jedes Jahr ziehen ein paar neue Exemplare ein, die in der Regel selbst ausgebrütet und hier aufgezogen werden.

Selbstverständlich darf „Huhn“ hier alt werden. Hier wird niemand wegen abfallender Legeleistung aussortiert.

Gern kann man die kleine Hühnerwiese betreten und den Hühnern so ganz nah kommen. Vielleicht auch auf der Hühnerbank unterm Birnbaum Platz nehmen? Aber Vorsicht, hier sitzen auch die Hühner gern. Und verlieren ab und an mal was. Die Hühner sind überaus zutraulich und neugierig und lieben Hühnerleckerlis: getrocknete Mehlwürmer. Diese gibt es zum Füttern aus einem kleinen Wandautomaten.

Glück

„Glück ist, wenn du liebst, was du tust“, besagt ein Sprichwort. Bei Ehlerts trifft das zu: mit der Schweinerei konnte der Betrieb um ein weiteres Standbein erweitert werden, das nicht nur ihnen, sondern auch den Gästen Spaß macht.„Wir bekommen so viel positives Feedback, das macht einfach glücklich“, sagen die zwei wie aus einem Mund. Inzwischen ist Ehlerts Schweinerei ein Treffpunkt im Ort geworden. Vor allem sonntags treffen sich Familien hier, um bei einem Eis oder einem Kaffee eine gute Zeit zu haben – und für abends vielleicht noch etwas für den Kochtopf mitzunehmen.
Auch viele Radfahrer kennen die Schweinerei bereits.„Mir war gar nicht bewusst, wie viel Radverkehr hier im Ort tatsächlich stattfindet. Es ist total schön zu sehen, dass ganz viele die Schweinerei als Etappenziel ihrer Radtouren einplanen“ freut sich Mareike Ehlert.
In mittelfristiger Zukunft wird es einen Ausbau der Schweinerei geben. Man darf gespannt sein, in welcher Form. Zudem wird es immer wieder mal kleine Events rund um den Hofladen geben, wie in jüngster Vergangenheit schon alte Schlepper oder eine Esel-Wandergruppe hier bestaunt werden konnten. An Ideen mangelt es Ehlerts nicht – für Bega sicherlich ein Gewinn.

Familie Ehlerts Schweinerei
Christian und Mareike Ehlert
Barntruper Str. 15 | 32694 Dörentrup-Bega
www.schweinerei-bega.de

Bund stoppt Breitbandförderung

Kerstin Vieregge: Ländliche Regionen schauen in die Röhre

Ländliche Regionen und Kommunen in ganz Deutschland sollten profitieren von dem milliardenschweren Gigabitförderprogramm, das im April 2021 von der damaligen CDU-geführten Bundesregierung aufgelegt wurde. Am Montag, 17. Oktober 2022, hat Digitalminister Dr. Volker Wissing (FDP) dieses Programm nun völlig überraschend gestoppt, zum Ärger der Bundestagsabgeordneten Kerstin Vieregge und ihrer Fraktion.

„Wieder einmal werden leere Fördertöpfe als Grund genannt. Einmal mehr lässt die Bundesregierung die Menschen auf dem Land damit im Stich und all die Kommunen, die auf die Förderung vertraut und mit großem Aufwand die Anträge vorbereitet haben, schauen jetzt in die Röhre", stellt Vieregge klar. Der Breitbandausbau ist in ihren Augen ein elementarer Aspekt gleichwertiger Lebensverhältnisse. „Gerade ländliche Räume hängen in ihrer Entwicklung von dieser Infrastruktur ab. Ohne Breitband keine Gewerbeansiedlungen und keine neuen Einwohner. Die ländlichen Regionen bluten aus", so Vieregge.

Die CDU/CSU-Bundestagsfraktion hatte eine Aktuelle Stunde beantragt und Erklärungen von der Ampel-Regierung eingefordert. „Es gibt keinen plausiblen Grund für den Stopp. Völlig unklar bleibt auch, wie es mit bereits gestellten Anträgen weitergeht und wann ein neues Förderprogramm aufgelegt wird", so Vieregge. Der von der Ampel im Koalitionsvertrag ausgerufene digitale Aufbruch werde ohne ausreichende Glasfaserförderung nicht funktionieren. Statt die Finanzierung zu ermöglichen verordne Digitalminister Wissing Stillstand für eines der wichtigsten Projekte des Jahrzehnts. „Wenn die Ampel den Fortschritt wirklich will, den sie sich auf die Fahnen schreibt, dann muss sie die erforderlichen Mittel zur Fortsetzung der Breitbandausbauförderung schnellstens bereitstellen", fordert Vieregge. Für den Kreis Lippe und seine Kommunen freut sie sich, dass fast alle bereits rechtzeitig an dem Fördertopf partizipieren und einen Zuschlag gewinnen konnten.

Bundestagsabgeordnete Kerstin Vieregge fordert die Fortführung des Breitbandausbau-Programms von der Ampel-Regierung.

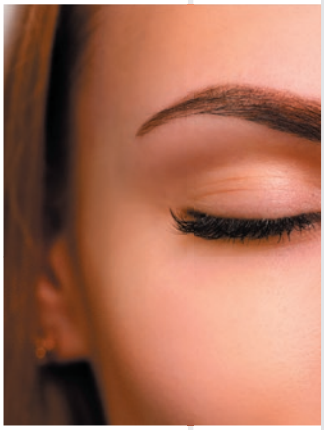
House of Beauty

Die grosse Neueröffnung!

am **04.11.**, ab **15:30**
in der **Pivitsheider Str. 24a**

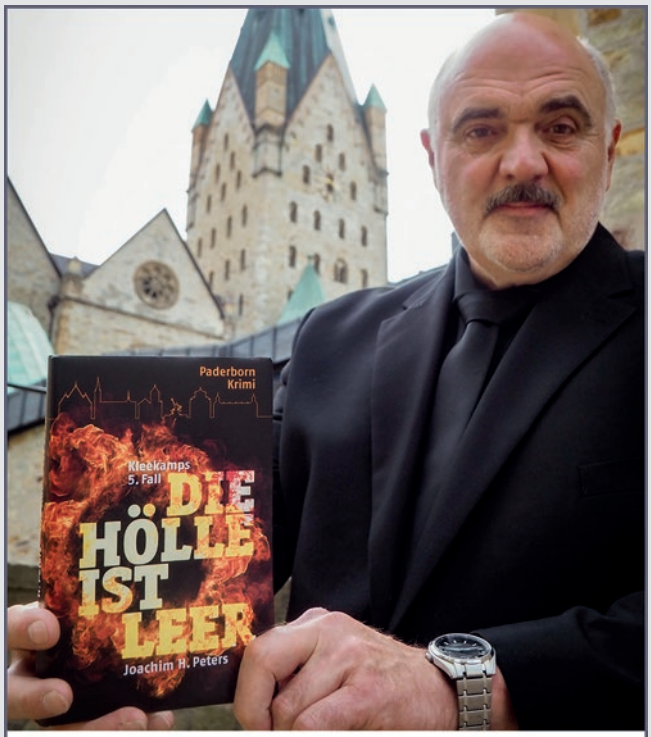
Dein Schönheitssalon in Augustdorf!

- Powderbrows
- Hochsteckfrisuren
- Brautpakete
- Aquafacial
- Microblading
- Remover
- Wimpernkranzverdichtung
- uvm.



Pivitsheider Str. 24a
32832 Augustdorf

www.house-of-beauty-augustdorf.de
Tel.: 0171 3463218



Erneut müssen sich Kleekamp und Börns gegen Verdächtigungen, Anfeindungen und gefährliche Gegner zur Wehr setzen. Ist wirklich ein Terroranschlag geplant? Und wenn ja, wo? Können die beiden das Schlimmste verhindern? Und wie weit würden sie dafür gehen?

Verlag: Vox Rindvieh - Verlag M. Borner
Taschenbuch, 244 Seiten, ISBN: 9783982015767

Foto: Lippe Bildung eG

Lippes Sportler sind spitze

Kreis Lippe und Kreissportbund Lippe ehren lippische Sportler

Zum ersten Mal seit Beginn der Corona-Pandemie haben der Kreis Lippe und der Kreissportbund Lippe (KSB) wieder lippische Sportler für ihre herausragenden Leistungen in verschiedenen Sportarten ausgezeichnet. Insgesamt 76 Athleten wurden für besondere Leistungen geehrt und erhielten als Anerkennung eine von Landrat Dr. Axel Lehmann und KSB-Präsident Friedhelm Böger überreichte Medaille. Anders als bei den früheren Sportlerehrungen wurden in diesem Jahr die Leistungen zweier Wettkampfperioden betrachtet, da viele Wettkämpfe aufgrund der Pandemie und dem damit verbundenen Lockdown nicht stattfinden durften.

„Die hervorragenden sportlichen Erfolge national und international sind das Ergebnis einer sehr guten Breitensportarbeit und einer erfolgreichen Kooperation zwischen Schule, Vereinen und Sportleistungszentren in Lippe“, erklärt Landrat Dr. Axel Lehmann.

„Gerade durch die überaus vorbildliche Arbeit in unseren Sportvereinen waren trotz der Corona-Pandemie so viele überragende Leistungen in einer für den Sport turbulenten Zeit möglich“, sagt KSB-Präsident Friedhelm Böger.

Ausgezeichnet wurden sowohl Einzel- als auch Mannschaftsleistungen in verschiedensten Sportarten von Leichtathletik, Tanzsport, Bowling, Karate, Bogensport, Kunstradsport, Orientierungslauf und Turnen bis Indiaca. Mit dabei waren Deutsche Meister sowie Zweit- und Drittplatzierte, Europameister sowie Teilnehmende an Weltmeisterschaften, die mit ihren ausgezeichneten Erfolgen die hohe Relevanz des Sports im Kreis Lippe bewiesen.

Große Ehre gebührt dem KTV Detmold. Die Turnerinnen und Turner erreichten sowohl 2020 als auch 2021 den 1. Platz des Turn-Talentschul-Pokals des Deutschen Turner-Bundes.

Lohnt es sich jetzt noch in eine Immobilie zu investieren?

Wer ein Haus kauft oder baut, verwirklicht sich damit selbst und wohnt nach seinen ganz eigenen Vorstellungen. Zudem erfahren Immobilien meist eine solide Wertsteigerung – je nach Lage und Nachfrage – und sind als langfristige Zukunftsvorsorge und Kapitalanlage zu bewerten.

Eine Immobilie als Kapitalanlage lohnt sich dann, wenn die Rendite höher ist als bei anderen Geldanlageformen wie dem Sparbuch oder dem Fondssparen.

Immobilien sind wertbeständige und sichere Kapitalanlagen und zumeist geschützt vor der Inflation. Kurzfristige Schwankungen auf den Kapitalmärkten überdauert eine Immobilie aufgrund ihrer besonderen Unabhängigkeit von Börsen- und Wirtschaftsdaten gut.

Wir von Gross-Immobilien beraten Sie mit unserer langjährigen Erfahrung auf dem Immobiliensektor vertrauensvoll und individuell.

Sprechen Sie zuerst mit uns!

GROSS IMMOBILIEN

Bandelstr. 23a
32756 Detmold
Tel. 05231/961080

www.gross-und-partner.de

Mitglied im ivd

Foto: djd/Nürnberger Versicherung/ Getty Images/Jure Gasparic

So kann man Angehörigen im Sterbefall zumindest finanzielle Sorgen ersparen

(djd). Der Tod gehört zum Leben dazu: Daran werden die Menschen in Deutschland beispielsweise im Trauermonat November erinnert. Viele machen sich vor allem in der dunklen Jahreszeit auch Gedanken über den eigenen Abschied, wie er gestaltet werden soll und dass er für die Angehörigen zumindest keine finanzielle Belastung darstellt. Denn das Sterben in Deutschland ist teuer: Alleine die Beerdigungskosten liegen schnell bei 6.000 bis 8.000 Euro, mit Grabpflege und Friedhofsgebühren kommen weitere Ausgaben auf die Familie zu. Um seinen Hinterbliebenen diese Kosten zu ersparen, kann man für den Todesfall Geld zurücklegen - oder eine klassische Sterbegeldversicherung abschließen.

Hier die wichtigsten Fragen und Antworten dazu:

- Was kostet eine Sterbegeldversicherung? Der Beitrag hängt vom Eintrittsalter und der gewählten Versicherungssumme ab.

- Wie lange müssen Beiträge bezahlt werden? Bei der Bestattungsvorsorge der Nürnberger Versicherung etwa müssen Beiträge nicht lebenslang gezahlt werden, sondern maximal 25 Jahre bei einem Eintrittsalter bis 60 Jahren. Bei einem Eintrittsalter zwischen 61 und 80 Jahren läuft die Beitragszahlung maximal bis zum Alter von 85 Jahren, mehr Infos gibt es unter **www.nuernberger.de**

- Wie hoch sollte die Versicherungssumme sein? Sie sollte der Höhe der zu erwartenden örtlichen Bestattungskosten und den persönlichen Wünschen entsprechen. So liegen die durchschnittlichen Bestattungskosten zwar bei „nur" 6.000 bis 8.000 Euro - aber die Ausgestaltung wird dann vielleicht den individuellen Vorstellungen nicht gerecht. Möchte man vor allem spezielle Wünsche für die Bestattung oder etwa auch die Kosten der Grabpflege abdecken, empfiehlt sich daher ein höherer Betrag, um zumindest den Großteil der Ausgaben zu decken.

- Wer kann keine Sterbegeldversicherung abschließen? Personen unter gesetzlicher Betreuung können in der Regel keine Bestattungsvorsorge vereinbaren und für sie kann auch keine Bestattungsvorsorge abgeschlossen werden.

- An wen wird die Versicherungssumme im Todesfall ausgezahlt? Das Geld wird an das Bestattungsunternehmen beziehungsweise an die Erben überwiesen.

- Was bedeutet Wartezeit bei der Sterbegeldversicherung? Die Bestattungsvorsorge der Nürnberger Versicherung etwa kann man ohne Gesundheitsfragen abschließen, im Gegenzug gibt es eine Wartezeit beziehungsweise Staffelung der Leistung in den ersten 18 Monaten.

BESTATTUNGEN
FRITZ RUBART PIVITSHEIDE
gegründet 1926

BESTATTER VOM HANDWERK GEPRÜFT

Fritz Rubart
Am Fischerteich 26
32758 Detmold
Postfach 80 09
32736 Detmold
Telefon 0 52 32 / 9 85 40
Telefax 0 52 32 / 8 71 99

Grabpflege
Wir helfen Ihnen!

Wir übernehmen die dauerhafte Grabpflege für Sie!

- gepflegter Zustand
- Neugestaltung
- zuverlässige Erhaltung

Wolfsiek 2 • 32683 Barntrup
www.gartenbau-drewes.de

Gartenbau DREWES

VINO è VITA.de
LEIDENSCHAFTLICH LECKER - LEBEN

Unsere Öffnungszeiten:
Dienstag - Freitag: 11:00 – 18:30
Samstag: 10:00 – 16:00

Stoddartstr. 6a | 32758 Detmold | 05232 - 69 11 844 |
service@vinoevita.de

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

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

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

Die Rose im Kalletal
Seniorenresidenz

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

rose.kalletal

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

Lösung des Kiminalfalls (S. 18):
Es war das Haus von Jonas Schreiber, denn Kommissar Fux hatte nicht erwähnt, dass das Schloss am Vogelkäfig aufgesägt wurde. Das konnte nur der Dieb wissen.

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

Foto: djd/www.nanogermany.de

Der Trauer einen eigenen Ausdruck verleihen

Individueller Abschied von Verstorbenen, besonderer Schmuck für die Erinnerung

(djd). Weil jeder Mensch Trauer anders erlebt und ausdrücken möchte, wandeln sich jetzt Traditionen: Familienangehörige und Freunde entscheiden sich heute immer häufiger gegen eine früher übliche Bestattung, bei der sie auf einem Friedhof Erde ins Grab werfen sollten. Statt einer Trauerfeier gibt es spezielle Feste, um Verstorbenen zu gedenken. Menschen lassen sich vielfach direkt in der freien Natur beisetzen. Hinterbliebene möchten immer seltener Trauerkarten mit betenden Händen als Motiv schicken. Sie entscheiden sich für individuelle Motive. Bilder, Geschichten und persönliche Dinge treten in den Vordergrund.

Ohrringe und Ringe mit Fingerabdruck

Eine dezent-dekorative Möglichkeit, sich auf allen Wegen an einen geliebten Verstorbenen zu erinnern, sind besondere Schmuckstücke. Solcher Trauerschmuck wird etwa vom Familienunternehmen Pur Solutions (nano-erinnerungsschmuck.de) in Nettetal am Niederrhein hergestellt: Aus Edelstahl, teils mit Gold- und Silberakzenten, entstehen Anhänger, Ringe oder Armschmuck. Haare, Blüten oder ein Flöckchen Asche des Verstorbenen sind darin in einer unsichtbaren Kammer eingeschlossen. Ausgefallene Erinnerungs-Schmuckstücke sind auch kleine Anhänger, auf denen sich der mit einem Laser aufgetragene Fingerabdruck des Verstorbenen befindet. Sie können um den Hals oder als Ohrring getragen werden. Eva Deppe von Pur Solutions vergleicht den Fingerabdruck mit der Unterschrift des Verstorbenen: „Er ist wie ein Markenzeichen, das auf dem Schmuckstück bleibt, Halt geben und Trost spenden kann." Die Fingerabdrücke für den Schmuck können mit einem Stempelkissen abgenommen und per Post übermittelt werden.

Ein Song zum Abschied

Eine besondere Erinnerung, ein eigens gestalteter Abschied – diese Wünsche von Hinterbliebenen werden zunehmend berücksichtigt. So können bei Bestattungen etwa kleine Trostengel aus Holz mit einem Wunsch oder einem letzten Gruß beschriftet und auf den Deckel von Sarg oder Urne geheftet werden. Rituale, die zu dem Verstorbenen passen, kommen hinzu: So hören viele zusammen mit anderen Angehörigen dessen Lieblingssong oder schreiben persönliche Geschichten in ein Gedenkbuch.

Ausbildung zur Bestattungsfachkraft

Die Nachfrage an flexiblen und qualifizierten Bestattungsfachkräften ist stark gestiegen, weshalb es seit dem 1. August 2007 ein anerkannter Ausbildungsberuf ist. Seit 2022 ist das Bestattungshaus Lesemann ein Ausbildungsbetrieb im Bestattungsgewerbe und bietet Ausbildungsplätze an.

Die Ausbildung dauert drei Jahre und findet in einem Betrieb sowie in der Berufsschule statt. Den Umständen und Leistungen entsprechend kann die Ausbildung um ein halbes oder ganzes Jahr verkürzt werden.

Der vielseitige Ausbildungsberuf erfordert psychische und physische Belastbarkeit. Fähigkeit zur Kommunikation, Flexibilität, Selbstständigkeit und Einfühlungsvermögen sind wichtige sowie notwendige Fähigkeiten für eine Ausbildung zur Bestattungsfachkraft.

An der Berufsschule wird sowohl das Kaufmännische, als auch das Bestatterspezifische gelehrt. Auch überbetriebliche Unterweisungen wie Grab- und Friedhofstechnik, die hygienische Versorgung eines Verstorbenen und Beratungsgespräche können dazugehören.

Die Abschlussprüfung vor der Handwerkskammer Unterfranken bildet den Abschluss der Ausbildung. Darauffolgend besteht die Möglichkeit der Qualifikation zum Bestattermeister oder verschiedene Fortbildungslehrgänge zur Spezialisierung im Bestattungsgewerbe.

Bestattungshaus **Lesemann**
Familienbetrieb seit 1829

- Ausführung aller Bestattungsarten
- Ausstellungsraum
- Eigener Verabschiedungsraum und Trauerhalle
- Bestattungsvorsorge

Bahnhofstr. 30
32825 Blomberg

Tel.: 05235/5625
Mobil: 0171/3444601

bestattungshaus-lesemann@gmx.de

Patenhündin Schnute
mit Lutz Weitkamp von der Hundeschule Kalletal
Am Sportplatz 17, 32689 Kalletal - Lüdenhausen

Patenschaft im Tierheim

Sie haben den Wunsch einen Hund oder ein anderes Tier (Katze, Hase, Kaninchen, Meerschweine, etc…) zu besitzen. Doch aufgrund mangelnder Zeit, oder persönliche Umstände, lassen es nicht zu; sich um den 4-Beiner artgerecht zu kümmern.
Dann bietet sich die Option einer Patenschaft im Tierheim an.

Wie wird man Pate?

Sie haben im Tierheim einen Bewohner ausgesucht und melden Interesse auf eine Patenschaft an. Viele Tierheime bieten auch Patentiere direkt an.

U.a. kann bei einem Hund, das Gassi gehen übernommen werden, oder bei einer Katze der Besuch für eine Schmusestunde. So können die Tiere etwas den Tierheimalltag vergessen.

Eine Patenschaft für ein Tierheimbewohner kann aber auch finanziell übernommen werden.

Viele alte Tiere, oder Tiere, die auf eine tierärztliche Dauerversorgung angewiesen sind; sitzen lange im Heim. Durch eine monatliche überwiesene Summe, können somit die anfallenden Kosten für diese Tiere bis zum Auszug in ein neues Zuhause; beglichen werden. Aber auch für die, die aus irgendwelchen Gründen als sogenannte„Dauerbewohner“ im Tierheim leben.

Eine Patenschaft muss nicht teuer sein, bei vielen Tierheimen startet der Mindestbeitrag bei 5,00 Euro pro Monat.

Für all diese Tiere ist es wichtig, dass ihre Versorgung sichergestellt ist und mit einem monatlichen Patenbeitrag hilft man dabei.

Fast alle Tierheime bieten einmal im Jahr ein sogenanntes Patentreffen an. An diesem Tag treffen sich die Paten mit ihrem jeweiligen Patentier. Also wer Zuhause, kein Tier halten kann, findet bei der Übernahme einer Patenschaft im Tierheim die Möglichkeit auf den Hund oder auf ein anderes Tier zu kommen.

Infos zu Patenschaften gibt es bei allen Tierheimen oder Tierschutzorganisationen auf deren Homepages.

Es gibt viele Tiere, die sich über eine Patenschaft sehr freuen würden.

Anzeige

Die Flut wirkt bis heute nach

Maik Menke engagiert sich nach wie vor im Ahrtal

Es war die Nacht vom 14. auf den 15. Juli 2021 als die Flut im Ahrtal den Menschen dort alles nahm: Ihr Zuhause, ihre Existenz, ihre Erinnerungsstücke, im schlimmsten Fall auch die eigene Familie.

Maik Menke aus Paderborn war damals einer der ersten, die in den überschwemmten Gebieten bei den Aufräumarbeiten geholfen haben.

Der Wille, vor Ort die in Not geratenen Menschen zu unterstützen, treibt ihn an. Deswegen engagiert er sich wie in Sinzig oder bei der Feuerwehr und macht sich stark beim Weißen Ring für den Opferschutz. Soll ein guter Zweck unterstützt werden, hält er sich nicht zurück. So auch im Ahrtal. Genauer gesagt in Sinzig, wo zwölf Bewohner eines Behindertenwohnheims starben, weil offenbar niemand damit gerechnet hatte, dass die Flut so plötzlich und so heftig kommt. „Die Städte glichen einem Trümmerfeld“, erinnert sich Maik Menke betroffen und sucht nach den richtigen Worten. In seiner 20-jährigen Berufslaufbahn habe er schon des öfteren erlebt, wie viel Kraft Wasser haben kann, aber eine Zerstörung in diesem Ausmaß habe auch er bisher weder gesehen noch erlebt.

„Je weiter man in die betroffenen Gebiete hineingefahren ist, desto deutlicher wurde, wie stark Städte, Dörfer, Häuser und die Landschaft zerstört sind. Das war schon echt gespenstisch.“

Während er erzählt, muss er erst mal schlucken, bevor er weiterspricht. Die Schwierigkeit bestand vor allem darin, erst einmal dorthin zu gelangen, wo man helfen wollte. Straßen waren unterspült, Brücken nicht mehr vorhanden. „Wir mussten immer aufpassen, dass wir uns unsere Hilfsfahrzeuge nicht kaputt fuhren, da teilweise sehr spitze und scharfkantige Metallsplitter aus dem Schlamm ragten“, erzählt er. Noch heute, über ein Jahr nach der Flut sind viele Einsatz- und Sonderfahrzeuge, die bei der Hilfsaktion Schaden genommen haben, noch nicht wieder repariert. Eines seiner Fahrzeuge, ein Spülwagen, konnte nun endlich nach Paderborn transportiert werden. „Ich finde es bezeichnend, dass der Wagen so lange dort stand und niemand dazu gekommen ist, das Fahrzeug zu reparieren“, macht sich Maik Menke seinem Ärger Luft. Nun, da der Wagen wieder in Paderborn ist, wird die Reparatur aber wohl nicht mehr lange auf sich warten lassen, sodass sein Fuhrpark bald wieder um ein funktionstüchtiges Fahrzeug verstärkt wird. „Allerdings warten andere immer noch darauf, dass ihre Fahrzeuge endlich repariert werden“, moniert der Paderborner.

„Die Zukunft liegt im Jetzt“

Jahresempfang der TH OWL

Zum 19. Mal hat die Technische Hochschule Ostwestfalen-Lippe (TH OWL) mehr als 300 Gäste aus Wissenschaft, Wirtschaft und Politik in ihren Audimax auf den Innovation Campus Lemgo geladen, um auf ein ereignisreiches Jahr zurückzublicken. In diesem Zusammenhang wurden auch der Forschungs- und Lehrpreis der TH OWL sowie die Preise der Hochschulgesellschaft, der Studierendenschaft und des Deutschen Akademischen Austauschdienst e. V.(DAAD) vergeben.

Der Abend stand unter dem Motto „Die Zukunft liegt im Jetzt“, welches Buchstabe für Buchstabe an einer an das Glücksrad angelehnten Buchstabenwand enthüllt wurde. Hochschulpräsident Professor Dr. Jürgen Krahl rückte dem Motto entsprechend die Bau- und Campusentwicklung an den drei Standorten in den Fokus seiner Rede und machte dabei auch auf die zahlreichen Projekte der TH OWL aufmerksam. Diese wiesen auf eine vielversprechende Zukunft der Hochschule und seien schon heute, wenn auch teilweise in einem unfertigen Stadium, an den drei Standorten der TH OWL erlebbar. Zu den angesprochenen Projekten gehören in Lemgo neben dem InnovationSPIN, der Future Food Factory als Lebensmittelfabrik der Zukunft und dem sanierten unter Denkmalschutz stehenden Hauptgebäude auch die Campus-Kita, die im kommenden Jahr eröffnen wird. „Wir sind sehr glücklich, dass wir jetzt eine Kindertagesstätte am Campus haben“, sagte Präsident Krahl. Die eigentliche Zukunft sei ja nicht die Digitalisierung, sondern seien die Kinder.

Ein neuer Hotspot für die kreative Szene in OWL entsteht mit dem KreativInstitut.OWL am Standort Detmold. „Das KreativInstitut.OWL, mit der TH OWL, der Uni Paderborn und der Detmolder Musikhochschule unter einem Dach, ist so in Deutschland einmalig“, sagte Krahl. Umgezogen von Lemgo nach Detmold in ebenfalls modernste neue Räumlichkeiten ist die Medienproduktion. „Sie ist auf dem neuesten Stand der Technik und so gut für die Zukunft gerüstet“, sagte Krahl.

Digitalisierung beim Gebäudebau

Effektives und nachhaltiges Bauen seien entscheidend, um den etwa zwei Milliarden mehr Menschen auf der Welt bis 2050 guten Wohnraum zur Verfügung zu stellen, sagte der Präsident der TH OWL.
Überhaupt sei Nachhaltigkeit ein großes Thema für die Hochschule. „Das Thema begleitet uns in allen Vorhaben, egal ob beim Bauen oder in der Lehre. Ich bin davon überzeugt, dass Nachhaltigkeit und Bildung die Megathemen der Zukunft sind“, sagte Krahl, der anschließend aktuelle Projekte der TH OWL wie das Land-Kraftwerk in Dörentrup zur dezentralen Energieversorgung, den geplanten Pilzpavillon zur Landesgartenschau 2023 und die Mobile SmartFarmOWL vorstellte. Mit einer Video-Einspielung von den ersten Testfahrten des Demonstrators „Thusnelda“ am 3. Oktober zeigte Krahl, dass das MONOCAB tatsächlich das Zeug dazu hat, die schienengebundene Mobilität zu revolutionieren.

All diese Projekte sind bewusst ausgerichtet auf die moderne Weiterentwicklung des ländlichen Raums. Das gilt auch für das geplante Zukunftszentrum Gesundheit Lippe. „Mit unserer Beteiligung tragen wir dazu bei, Medizin und Gesundheit im ländlichen Raum zu stärken“, sagte Krahl, der auch an den Tag der offenen Tür sowie die zahlreichen Digitalisierungs- und Modernisierungsmaßnahmen in der Verwaltung aufmerksam machte. So werde im November ein neues Campus-Managementsystem an den Start gehen, dass Studierenden und Verwaltung die Organisation des Studiums erleichtere.

Das Thema Diversität und Internationalität spielt auch an der TH OWL eine immer entscheidendere Rolle.

Daher hat das Diversity-Team ein Konzept und ein Toolkit zur Sensibilisierung entwickelt, bei der die Frage im Zentrum

steht, inwieweit Menschen mit egal welchen Besonderheiten Räume und Dinge an der TH OWL nutzen oder sich vor Ort auf dem Campus zurechtfinden. Dass die TH OWL nun schon zum siebten Mal mit dem TOTAL E-QUALITY-Prädikat ausgezeichnet wurde zeige, wie erfolgreich die Hochschule beim Thema Gleichstellung und Chancengleichheit agiert.

Schließlich verwies TH OWL-Präsident Krahl noch auf das diesjährige Jubiläum der Hochschulgesellschaft sowie das Engagement der Medienproduktion in Form eines Nachhaltigkeits-Bällebades während der Weltausstellung in Dubai und auf die Hilfsprogramme, die die TH OWL für Flüchtlinge aufgelegt habe.

„All das ist eine Gesamtleistung der gesamten Hochschule, der Lehrenden, Studierenden und der Angestellten in der Verwaltung. Ihnen gilt mein herzlicher Dank – und natürlich auch den vielen Partnerinnen und Partnern, Freundinnen und Freunden, die gemeinsam mit uns an der Gestaltung der Zukunft arbeiten", sagte Krahl.

Die Präsentation der zahlreichen Projekte griff auch das Mitglied des Hochschulrates Dr. Ulrich Stiebel in seinem Grußwort auf. „Ich bin wohl das dienstälteste Mitglied im Hochschulrat und es ist mir einfach eine Freude zu sehen, wie positiv sich die Technische Hochschule OWL entwickelt", sagte das Mitglied des Aufsichtsrates der Stiebel Eltron-Gruppe.

Vor allem die drei Standorte Detmold, Lemgo und Höxter strukturierten neben der Rede Krahls und den Preisverleihungen den gesamten Abend. Nach einer Begrüßung durch Kanzlerin Nicole Soltwedel und Ralf Freitag, Pressesprecher der TH OWL, stellten Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter aus Lehre und Verwaltung in Moderationsduos ihren jeweiligen Standort vor.

Die Bedeutung der Studierenden, Kolleginnen und Kollegen in Technik, Verwaltung und Wissenschaft sowie die Professorinnen und Professoren spiegelten die Preisverleihungen wider.

Das Präsidium der TH OWL vergibt jährlich einen mit 10.000 Euro dotierten Preis für herausragende Forschung und exzellente Lehre.

Den Forschungspreis erhielt in diesem Jahr Professor Dr. Burkhard Wrenger vom Fachbereich Umweltingenieurwesen und Angewandte Informatik. Professor Dr. Stefan Witte, Vizepräsident für Forschung und Transfer, hob in seiner Video-Laudatio den Nachhaltigen Beitrag Professor Wrengers hervor, den er mit seinen Forschungsaktivitäten und der Kooperation mit regionalen sowie internationalen Partnern für die Entwicklung der TH OWL leistet. „IT ist ihm wichtig, zu Wasser, zu Land und in der Luft. Gekoppelt mit seiner Begeisterung für die Physik hat sich daraus das Forschungs- und Arbeitsfeld ‚Autonome Sensorsysteme' gebildet, in dem er heute an der TH OWL aktiv ist und hier seine Arbeiten insbesondere in die Landwirtschaft und in das Umweltmonitoring einbringt." Den Preis selbst überreichte TH OWL-Präsident Professor Dr. Jürgen Krahl.

Der Lehrpreis 2022 ging an Professor Dr. Martin Oldenburg vom Fachbereich Umweltingenieurwesen und Angewandte Informatik. „Jüngst hat er die digital begehbare Kläranlage entwickelt, mit der er die Theorie für die Studierenden erlebbar macht.

Mit digitaler Unterstützung wird hier der Anwendungsbezug erhöht und ein vermeintlicher Widerspruch von digitaler Lehre und Praxis widerlegt", sagte Laudatorin Professorin Dr. Yvonne-Christin Knepper-Bartel, Vizepräsidentin für Bildung und Internationalisierung. „Sein didaktisches Konzept erfüllt das Motto unseres Lehrpreises ‚Theorie praktisch erleben' geradezu perfekt", sagt Professorin Knepper-Bartel.

Den Preis der Hochschulgesellschaft, dem Förderverein der Hochschule, erhielten in diesem Jahr die Studierenden Lisa Kemper, Robin Zittrich und Valentin Ntem. Erstmalig wurde in diesem Jahr auch ein Sonderpreis der Hochschulgesellschaft an Marc Blomeyer, Student im Fachbereich Maschinenbau und Mechatronik, verliehen. Volker Steinbach, Präsident der Hochschulgesellschaft, hob Marc Blomeyers außerordentlichen Einsatz für seine Kommilitoninnen und Kommilitonen hervor und seinen Gestaltungswillen in unterschiedlichen Gremien. „In seiner zweijährigen Tätigkeit als Vorsitzender des Allgemeinen Studierendenausschusses, kurz AStA, hatte er stets ein offenes Ohr für seine Kommilitoninnen und Kommilitonen an der TH OWL und setzte sich mit großem Engagement für ihre Belange ein. Während seiner Zeit im AStA war unser Preisträger auch Ratgeber und Mentor für das Finanzreferat und gleichermaßen treibendes Mitglied im Studierendenparlament", führte Volker Steinbach aus.

Auch in diesem Jahr wurde wieder der Preis der Studierendenschaft für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der TH OWL vergeben. Nils Isendahl, Vorsitzender des AStA der TH OWL, verlieh diese Auszeichnung an Martina Wallbaum aus dem Fachbereich Medienproduktion. „Sie ist in der Telefonzentrale, im Prüfungsamt und im Fachbereich Medienproduktion tätig. Alles, was mit der Genehmigung von Räumen und Veranstaltungen zu tun hat, geht bei ihr über den Tisch. Sie ist für die Studierenden immer eine offene Ansprechperson, der die Studierenden vertrauen", sagt Nils Isendahl.

Den DAAD-Preis erhielt Mohammad Abo Kaf für seine überdurchschnittlichen Leistungen an der TH OWL und sein Engagement für die Studierenden. „Er hat sich nicht nur auf das Studium konzentriert, sondern sich auch sozial Engagiert beim Deutschen Roten Kreuz als Rettungssanitäter und auch im DLRG als Rettungsschwimmer", betonte Laudator Professor Dr. Andreas Breuer, Fachbereich Maschinenbau und Mechatronik.

Auf der Website www.th-owl.de/ausgezeichnet stellt die TH OWL die diesjährigen Preisträgerinnen und Preisträger in kurzen Videos vor.

STICHTAG IN SICHT

Ratgeber: Wann man seine Kfz-Police kündigen kann und was dabei zu beachten ist

(djd). Jeder Autofahrer in Deutschland hat eine Kfz-Versicherung. Spätestens nach einer Beitragserhöhung oder einem Schadenfall fragen sich viele Versicherungsnehmer, ob die gewählte Versicherung wirklich die passende ist. Geht es nicht billiger und besser? Im Internet kann man auf Vergleichsportalen nach dem passenden Tarif suchen. Doch die Sache hat einen Haken: Die Onlineportale sind selten unabhängig und beziehen auch nicht immer sämtliche Anbieter in eine Kalkulation mit ein.

Beitragshöhe nicht immer das entscheidende Kriterium

Zudem ist die Beitragshöhe nicht immer das entscheidende Kriterium. Denn langfristig kann ein billiger Tarif unter Umständen dazu führen, dass Versicherungsnehmer für bestimmte Leistungen selbst aufkommen müssen. Das geht dann mehr ins Geld als ein etwas höherer Beitrag. Relevant sind auch die Zusatzleistungen eines Versicherers. Bei der Kfz-Versicherung der Nürnberger Versicherung etwa steht die Kundenkarte allen Versicherungsnehmern in Form eines digitalen Passes für die digitale Brieftasche - das sogenannte Wallet - zur Verfügung. Mehr dazu unter www.nuernberger.de. Die Vorteile des digitalen Passes: Man hat seine Vertragsinfos stets zur Hand, kann im Schadenfall mit dem Unfallgegner alle relevanten Infos kontaktlos per QR-Code teilen und kann den Schaden bequem online melden. Auch erhält man Tipps zum Verhalten am Unfallort. Zudem ist es möglich, den Pass an Mitversicherte weiterzuleiten.

In diesen vier Fällen kann man seine Kfz-Versicherung kündigen:

1. Ablauf der Vertragszeit: In der Regel laufen Kfz-Verträge von 1. Januar bis 31. Dezember. Da die Kündigungsfrist einen Monat beträgt, kann man jedes Jahr bis spätestens 30. November die Versicherung kündigen. Achtung: Das Kündigungsschreiben muss spätestens an diesem Tag bei der Versicherung eingegangen sein. Die Kündigungsfrist von einem Monat muss auch bei Verträgen eingehalten werden, die in der Laufzeit vom Kalenderjahr abweichen.

2. Fahrzeugwechsel: Wer sich während der Laufzeit der Kfz-Versicherung für die Anschaffung eines anderen Fahrzeugs - egal ob neu oder gebraucht - entscheidet, kann ebenfalls seine Police kündigen.

3. Beitragserhöhung: Wenn der Versicherer den Tarif anhebt, kann man von seinem Sonderkündigungsrecht Gebrauch machen und die Autoversicherung wechseln. Allerdings nur, wenn die Erhöhung nicht aufgrund einer Höherstufung in der Schadenfreiheitsklasse erfolgt ist.

4. Schadenfall: Auch im Schadenfall steht Versicherungsnehmern ein außerordentlicher Wechsel zu. Wer etwa mit der Schadenabwicklung seines Versicherers unzufrieden ist oder eine Werkstattbindung nicht akzeptieren will, kann sich auf sein Sonderkündigungsrecht berufen.

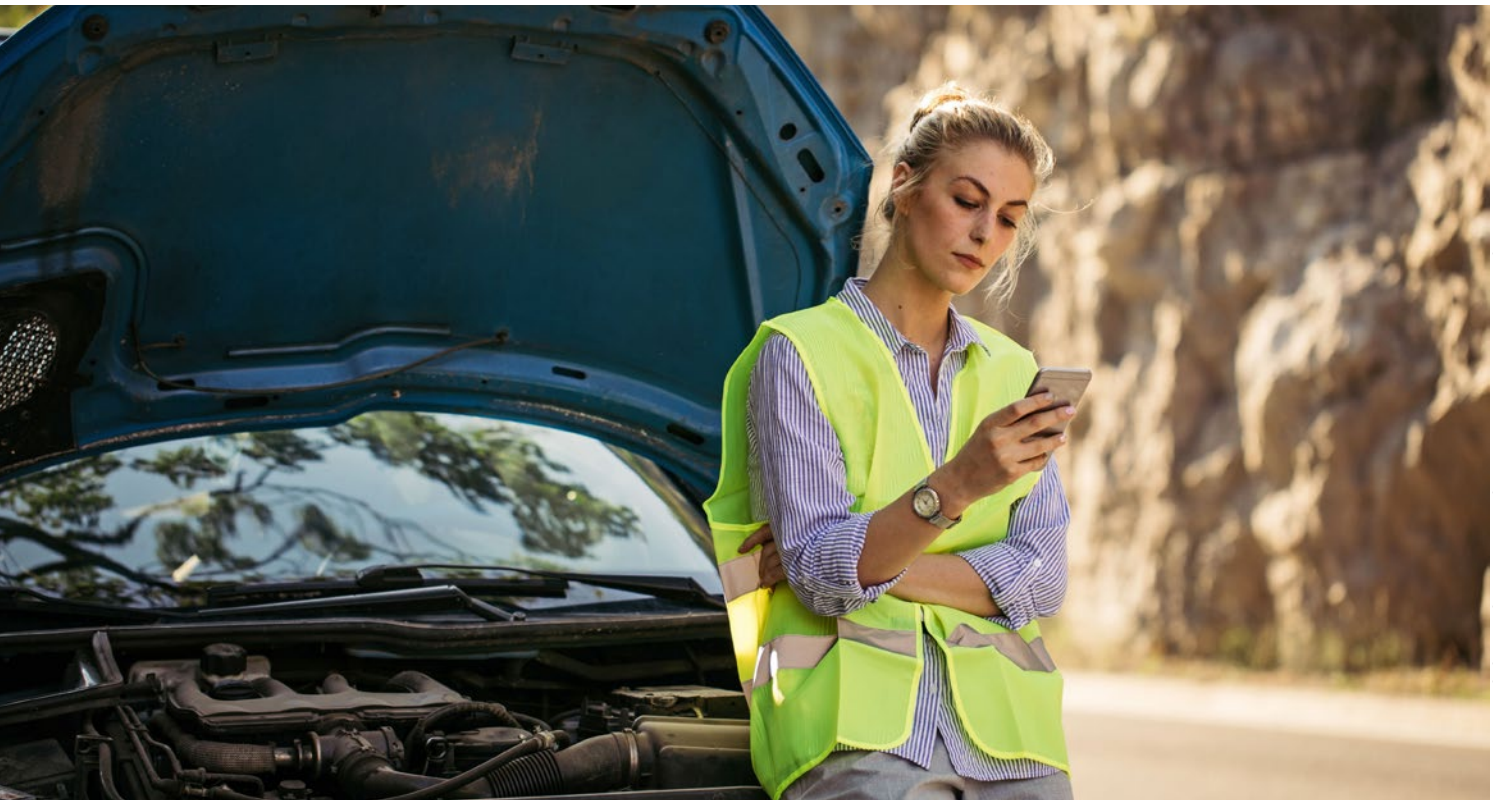


Foto: djd/Nürnberger Versicherung/Getty Images/South_agency

Große Klappe viel dahinter

Volkswagen Original Teile

Wir haben die Original-Teile und das richtige Werkzeug

Wenn Ihnen Qualität, Werterhalt und Sicherheit wichtig sind, dann vertrauen Sie nicht irgendwem, sondern den Profis von Stegelmann.

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

WEDER®
gruppe We care for you
Sauber.
Ein Job auch
für Quer-
einsteiger.
ab 13 € / Std.*
wählbare Arbeitszeit
PKW bei Vollzeit
* Tariferhöhung ab dem 1.10.22
Fragen? Wir sind für dich da: +49 (0) 5221 138453-0
www.weder-gmbh.de