

Besondere Jahreshauptversammlung

Die LIPs in Motion feiern Jubilare



Auf dem Foto zu sehen der alte Vorstand. Von links nach rechts: Sarah Hemann, Annette Löscher, Janet Reimann, Birgit Nabben, Michaela Krupke, Anja Breker, Conny Eberhardt, Monika Rothgänger, Bettina Benning, Conni Böske

Die diesjährige Jahreshauptversammlung der LIPs in Motion, war eine besondere und emotionale Versammlung. Zunächst wurden die Chormitglieder durch die 1. Vorsitzende begrüßt. Es fanden Wahlen statt. Anja Breker als 1. Vorsitzende, stellte sich nach 4 Jahren für ihr Amt nicht mehr zur Verfügung. Auch die 2. Vorsitzende Sarah Hemann gab nach 2 Jah-

ren das Amt ab und somit erfolgte eine Neuwahl. Zur 1. Vorsitzende wurde Michaela Krupke und zur 2. Vorsitzende Bettina Benning gewählt. 3. Vorsitzende bleibt weiterhin Conny Eberhardt wiedergewählt, ebenso Monika Rothgänger, als Kassiererin. Unter dem Punkt „Verschiedenes“ wurde es dann „ehrevoll“. 12 Mitglieder wurden für ihre lang-

jährige Treue mit der Ehrenurkunde und der silbernen Nadel für 25-jährige Mitgliedschaft ausgezeichnet. Alle geehrten sind sogar Gründungsmitglieder. Der Vorstand gratulierte zusätzlich mit einem Blumenstrauß als Zeichen der Anerkennung und lobte die Mitglieder für so eine kontinuierliche Zusammengehörigkeit. Musik verbindet. Der Chor feierte auch das 15-jäh-

rige Jubiläum seines Chorleiters Peter Stolle. Mit viel Engagement und musikalischer Leidenschaft prägt er den Chor seit vielen Jahren. Als Dank gab es ein Fotobuch mit Erinnerungen aus 15 Jahren sowie einen Blumenstrauß. Für das Jahr sind wieder Konzerte geplant, die natürlich früh genug in der Presse und auf Social Media veröffentlicht wird.

Die Schulpflegschaft der Musikschule Lage ist neu aufgestellt

Eltern, Schülerinnen und Schüler haben wieder eine Vertretung

Bereits im Oktober des vergangenen Jahres trafen sich Vertreterinnen der Eltern, Schülerinnen und Schüler aus den verschiedenen Klassen und Gruppen der Musikschule Lage zur jährlichen Schulpflegschaftsversammlung. Als wichtigster Tagesordnungspunkt standen die Vorstandswahlen an. Jeweils einstimmig wurden Verena Groppe als Vorsitzende, Christine Kramer als Stellvertreterin und die Melanie Fliege als Schriftführerin gewählt. Alle drei Vorstandsdamen haben Kinder, die an der Musikschule Lage Unterricht bekommen. Zum Teil sind sie auch selbst als erwachsene Schülerinnen in das Musikschulleben eingebunden. Ihnen obliegt nun das wertvolle Ehrenamt, als Vorstand der Schulpflegschaft „die Zusammenarbeit zwischen der Musikschule, den Schüler*innen und den Erziehungsberechtigten zu fördern.“ Und sie sollen in allen „grundsätzlichen Angelegenheiten der Musikschule gehört werden.“ So sieht es die amtliche Satzung der Musikschule Lage vor. Das Engagement der Eltern und aller Schülerinnen und Schüler über den ei-

genen Unterricht hinaus ist von unschätzbarem Wert für ein lebendiges Kulturleben und gelingende musikalische Bildung. Bei der Schulleitung und im Kollegium der Musikschule ist die Freude darüber groß, dass die Schulpflegschaft wieder gut aufgestellt ist. Während der Schulpflegschaftsversammlung wurden die anwesenden Eltern- und Schülervertreter auch über aktuelle Themen, Veranstaltungen und Projekte der Musikschule informiert. Markus Krüger war als Vorsitzender des Fördervereins der Musikschule Lage e. V. ebenfalls dabei. Er informierte über die Konzertprojekte des Fördervereins und die gezielte Förderung sowohl besonders bedürftiger als auch besonders talentierter Schülerinnen und Schüler. Die Anwesenden Mitglieder sprachen sich dafür aus, die Schulpflegschaft in ihrer Rolle als Vertretung und Ansprechpartner mehr öffentliche Aufmerksamkeit zu verschaffen. Kontaktmöglichkeit zur Schulpflegschaft besteht über die E-Mail-Adresse schulpflegschaft@musikschule-lage.de



von links nach rechts: Stellvertreterin Christine Cramer, Vorsitzende Verena Groppe und Schriftführerin Melanie Fliege. Foto: Markus Krüger



Neue Trauergruppe in Detmold

Der Ambulante Hospiz- und Palliativ-Beratungsdienst Lippe e.V. bietet ab März eine neue Trauergruppe in Detmold an. In vertrauter Gruppenatmosphäre von acht bis zehn Teilnehmern gibt es Impulse zur Auseinandersetzung mit der eigenen Trauer und darüber hinaus viele Austauschmöglichkeiten untereinander. Wir möchten Sie durch diese schwere Lebenszeit begleiten. Unsere ausgebildeten Trauerbegleiterinnen treffen sich zweimal

im Monat mit Ihnen. Insgesamt zehn Termine. Immer montags von 19 bis 21 Uhr und ein Samstag von 10 bis 14/15 Uhr. Start: 16. März, Samstag, 28. März, 20. April, 4. Mai, 18. Mai, 1. Juni, 15. Juni, 29. Juni und Abschluss: 13. Juli
Veranstaltungsort: Seminarräume der Hospizberatungsstelle Detmold, Lange Straße 31, 32756 Detmold
Anmeldung erforderlich unter 05222 3639310.



Bei uns wird **FACHBERATUNG** groß geschrieben!

□□□□□□□□

FLIESENSTUDIO-LAGE

W+S GmbH & Co. KG □□□□□□

Im Seelenkamp 8c · 32791 Lage
Telefon 0 52 32/6 44 43
Telefax 0 52 32/6 66 08

**FLIESEN · SANITÄR
MARMOR · KLINKER**

**Schauen Sie doch mal vorbei:
Wir freuen uns auf Ihren Besuch.**

Gedenken an die Opfer des Nationalsozialismus

Veranstaltungsreihe vom 17. Januar bis zum 13. Februar

Anlässlich des diesjährigen Gedenktages an die Opfer des Nationalsozialismus am 27. Januar 2026 lädt die Stadt Lage in Kooperation mit der Arbeitsgemeinschaft christlicher Kirchen Lage (ACK), dem Lippischen Heimatbund OV Lage, dem Lagenser Bündnis gegen Rechts, der Volkshochschule Lippe-West, der Sekundarschule Lage, dem Ortsverband Bündnis 90/Die Grünen Lage sowie dem Förderverein der Stadtbücherei Lage erneut zu einer Veranstaltungsreihe ein.

1. Juli Führung „Spuren des jüdischen Lebens“

25. Januar Shoa-Gottesdienst zum Gedenken an die Opfer des Nationalsozialismus

27. Januar Vortrag „Die Lagenser Kriegsgesellschaft“

28. Januar Erinnerung an die

jüdische Lagenser Familie Werthauer

30. Januar Begehung des Jüdischen Friedhofs in Lage

13. Februar CORREKTIV auf Tour „Was passiert, wenn Hass regiert?“

Des Weiteren plant das Lagenser Bündnis gegen Rechts einen Vortrag zur „Aktion T4“. Referent, Ort und Zeit der Veranstaltung werden gesondert bekannt gegeben.

Nähere Informationen sind dem Veranstaltungsflyer zu entnehmen. Dieser ist auch im Internetauftritt der Stadt Lage (www.lage.de) verfügbar und liegt in Papierform im Bürgerservice der Stadt Lage aus.

Alle Bürgerinnen und Bürger sind herzlich eingeladen, die Veranstaltungen zu besuchen.



Gedenkmauer auf dem jüdischen Friedhof in Lage. Foto: Stadt Lage

Kleine Schätze - großes Glück!

Vorsortierter Flohmarkt

Herzlich Willkommen zum Pustebäumen-Flohmarkt! Hier finden Familien alles rund ums Kind. Kleidung (Größe 50-128), Schuhe, Bücher, Spielsachen und vieles mehr. Am 21. Februar von 11 bis 14 Uhr im Familienzentrum Pustebäume. Für Schwangere mit Mutterpass und einer Begleitperson Einlass bereits ab 10 Uhr. Cafeteria, Kuchen und Getränke (gerne auch zum mitnehmen)

Familienfreundliches Haus direkt in der City!



Exp. 12472: Erwerben Sie ein charmantes Zweifamilienhaus in Lage mit historischem Flair, teils modernisiert in den 80er/90er Jahren. Ideal für Familien: Supermarkt und Bahnhof in unmittelbarer Nähe. Investieren Sie in energetische Modernisierungen und nutzen Sie Mieteinnahmen aus dem vermieteten Erdgeschoss zur Finanzierung. Potenzial zur Aufstockung des Anbaus. Genießen Sie den kleinen, ruhigen Garten und eine Garage. Weitere Infos: Baujahr 1920, Gasheizung von 2006/2009. Bedarfs-EA: 401,10 kWh (m²*a); EEK: H.

Kaufpreis 215.000 € zzgl. 3,57 % Prov. inkl. MwSt.

Historisch schön – Modernisierung lohnenswert!



Exp. 11659: Zweifamilienhaus aus dem Baujahr 1911 auf einem ca. 736 m² großen Grundstück. Das Haus bietet eine Wohnfläche von ca. 120 m², verteilt auf 8 Zimmer und 2 Bäder. Renovierungsbedarf ist vorhanden, jedoch verfügt die Immobilie über einen gedämmten Dachboden mit 58 m² Nutzfläche, eine Gasheizung aus 2012 und Kunststofffenster. Der Anbau stammt aus den 70er Jahren, Stromzähler sind getrennt. Ideal für individuelle Gestaltungsmöglichkeiten. Bedarfs-EA: 347,60 kWh (m²*a). EEK: H

Kaufpreis 198.000 € zzgl. 3,57 % Prov. inkl. MwSt.

Charmantes Mehrfamilienhaus in Lage – Ihre Investitionschance!



Exp. 11723: In unmittelbarer Nähe zu von Wald und Feldern steht dieses Haus von 1966. 3 langfristig vermietete Wohneinheiten erstrecken sich auf einer großzügigen Gesamtwohnfläche von ca. 257 m². Es wurde zuletzt umfassend in 2014 renoviert und jede Einheit besticht durch helle und offene Gestaltung. Die große Terrasse im Erdgeschoss und die Balkone im Obergeschoss laden zum Verweilen ein. Zusätzlicher Gartenanteil kann erworben werden. Gasheizung von 2014. Garage/ 2 Carportstellplätze. Grundstück ca. 620 m². Verbrauchs-EA: 60,70 kWh (m²*a); EEK: B.

Kaufpreis 485.000 € zzgl. 3,57 % Prov. inkl. MwSt.



Immobilien GmbH

Paulinenstraße 34 • 32756 Detmold

Tel. 05251 292 2955 • www.s-immobilien-gmbh.de

Verlorene Wette kennt nur Gewinner

Gefeiert, gewettet und geholfen: Heidener Weihnachtsmarkt schlägt Rekorde bei Spenden

Heiden - Der Weihnachtsmarkt 2025 in Heiden zog am 13. und 14. Dezember viele Besucherinnen und Besucher an die Marktstraße. Neben festlicher Stimmung gab es auch eine ungewöhnliche Wette der Aktionsgemeinschaft Heiden: Sie wetteten gegen die Gäste, dass es nicht gelänge, die 100 Watt der neuen Beleuchtung in 100 Kilogramm Lebensmittel aufzuwiegen. Die Gäste ließen sich von der Idee inspirieren. Sie zeigten vollen Einsatz und gewannen deutlich: Insgesamt kamen mehr als 200 Kilogramm Lebensmittel zusammen - eine stolze Spende für einen guten Zweck.

Die gesammelten Spenden wurden dem Leale e. V., der Lebensmittelausgabe in Lage, übergeben. Dort können Bedürftige regelmäßig auf eine umfangreiche Versorgung mit Lebensmitteln zählen. Die Spende wird dort dazu beitragen, dass noch mehr Menschen in der Region Unterstützung erhalten. Die Aktionsgemeinschaft Heiden zeigte sich trotz der sportlichen Wette beeindruckt von der Hilfsbereitschaft der Heidenenerinnen und Heidenener. Die örtlichen Vereine und Privatpersonen aus den Nachbarorten hatten gemeinsam zum Gelingen des Weihnachtsmarktes beigetragen und damit einmal mehr gezeigt, wie viel Zusammen-



Gunnar Lüttmen (re.) nimmt freudig die Lebensmittelspende aus Heiden von Marcus Blachowski, Heinz Tölle und Christian Diemer (v. l.) entgegen. Foto: Aktionsgemeinschaft Heiden

halt vor Ort bewirken kann. Der Vorsitzende der Aktionsgemeinschaft, Heinz Tölle, freute sich unter diesen Umständen sehr, verloren zu haben und kündigte an: „Unseren Wetteinsatz werden wir selbstverständlich bei der Saisonöffnung unseres Freibades einlösen; jedes Kind bekommt von uns ein Eis.“

5. Lagenser Stadtputztag am 21. März

Stadtmarketing Lage und Stadt Lage laden zum Mitmachen ein

Auch im Jahr 2026 setzen Stadtmarketing Lage e. V. und die Stadt Lage ein starkes Zeichen für bürgerschaftliches Engagement und Umweltschutz. Am Samstag, 21. März, findet von 10 bis 14 Uhr der 5. Lagenser Stadtputztag statt. Bürgerinnen und Bürger, Vereine, Gruppen und Initiativen sind herzlich eingeladen, sich erneut an der gemeinsamen Reinigungsaktion zu beteiligen. In den vergangenen Jahren engagierten sich jeweils über 400 Helferinnen und Helfer, die gemeinsam rund 20 Kubikmeter Unrat sammelten und fachgerecht entsorgten. Dieses vorbildliche En-

gagement soll nun fortgesetzt werden - für eine saubere Stadt und ein starkes Gemeinschaftsgefühl. „Ohne das tatkräftige Engagement der vielen Ehrenamtlichen in der Kernstadt und den 14 Ortsteilen wäre ein solches Ergebnis nicht möglich“, stellt Bürgermeister Matthias Kalkreuter als Vorsitzender des Stadtmarketing Lage e. V. anerkennend heraus. Der Stadtputztag leiste einen wichtigen Beitrag zum Umwelt- und Stadtschutz sowie zum Miteinander in Lage. Teilnehmende können die im Vorjahr gereinigten Gebiete gerne

erneut übernehmen oder sich ein neues Gebiet aussuchen. Aus Sicherheitsgründen sind das Straßenbegleitgrün sowie die Bepflanzungen der Kreisverkehre von der Aktion ausgeschlossen. Zur besseren Organisation werden alle Interessierten gebeten, die Planungsabfrage, die im Internet unter www.lage.de zur Verfügung steht, bis zum 20. Februar auszufüllen und zurückzusenden. Die benötigten Materialien für die Reinigungsaktion werden von der Stadt wieder kostenfrei zur Verfügung gestellt. Für Sammelaktionen in den Ortsteilen wird um Mitteilung gebeten, wenn eine Bereitstellung von

Entsorgungsmulden oder dergleichen erforderlich ist. Als Dankeschön für den Einsatz ist zum Abschluss des Tages ein gemeinsamer Imbiss im Innenhof des Rathauses auf dem Clara-Ernst-Platz vorgesehen, zu dem die Helferinnen und Helfer der Aktion herzlich eingeladen sind. Für die Planung wird um eine ungefähre Angabe der teilnehmenden Personenanzahl gebeten. Stadtmarketing Lage und die Stadt Lage freuen sich auf eine rege Beteiligung und einen erfolgreichen 5. Lagenser Stadtputztag. Rückmeldungen bitte per Mail an Frau Maydorn I.maydorn@lage.de.

bei sich ankommen

körperbasierte Energiearbeit

aus Japan

Me-Time

Entspannung

Spüren

Shiatsu

Denken

Sein

achtsame Berührung

der Meridiane

persönliche Entwicklungs

möglichkeit

„Raum für dich“
Dr.-Ing. Alexandra Gens | Teutoburger-Wald-Str. 15
32791 Lage – Hörste | Tel. 0171 28 18 053
E-Mail: willkommen@alexandra-gens.de www.alexandra-gens.de

Lippischer Heimatbund wandert

Die Sonntagswanderer im Lippischen Heimatbund, Ortsverein Lage e.V., laden zur nächsten Wanderung ein. Am Sonntag, 8. Februar, führt eine einfache Rundwanderung entlang der Bega-Auen. Die Strecke startet in der historischen Altstadt Lemgo, Regenstorplatz, Schloss Brake weiter zur Bega zurück zum Ausgangspunkt. Alle Teilnehmer treffen sich um 9 Uhr auf dem

Parkplatz an der Eichenallee in Lage. Gäste sind wie immer herzlich willkommen. Nach der Wanderung ist eine Einker in Restaurant „Am Bahnhof in Hörstmar“ zu einem gemeinsamen Mittagessen vorgesehen. Hierfür ist eine verbindliche Anmeldung bis Dienstagabend, 3. Februar, beim Wanderführer Klaus Stiller unter Tel. (05232) 65670 erforderlich.

Musik in guter Lage

Förderverein veranstaltet Konzert mit Lehrkräften der Musikschule



Am Sonntag, 1. Februar, beginnt um 16 Uhr das diesjährige Konzert mit den Lehrerinnen und Lehrern der Musikschule Lage. Die Mitwirkenden werden auf der Bühne im Foyer des Technikums zeigen, dass sie das Musizieren, welches Sie tagtäglich an Kinder Jugendliche und Erwachsene vermitteln, auch selbst hervorragend beherrschen. Einlass zum Konzert ist ab 15:15 Uhr. Eintrittskarten sind in der Buchhandlung Brückmann und im Büro

der Musikschule erhältlich. Eine Besonderheit ist, dass sich die Lehrkräfte extra für dieses Konzert wieder zu kleinen Ensembles zusammengeschlossen haben. Die Bandbreite reicht von Gruppen mit barocken Triosonaten und Konzerten bis zum Jazz Trio. Auch solistische Beiträge auf Harfe, Akkordeon und Mallets werden zu hören sein. Der Förderverein bietet vor dem Konzert und in der Pause Snacks und Getränke an.





Eco Flow PV-Anlage

10 kWp

Anlage inkl. Speicher

Ab 16.900 €

Inklusive Montage, Installation & Anmeldung

ANGEBOT BEINHALTET:

- 10 kWp Photovoltaikanlage
- 10 kWh Eco Flow Speicher
- Unterstützung dynamischer Stromtarife
- Montage, Installation & Anmeldung

Individuelles Sofortangebot

Jetzt Termin vereinbaren unter 0521 759 810 96

Kontakt aufnehmen:



0521 759 810 96



info@futuresolar-germany.de



www.futuresolar-germany.de

Bremer Straße 3
33613 Bielefeld
Deutschland



Selbsthilfegruppe für Trauernde nach Suizid

Der Ambulante Hospizdienst und die Selbsthilfekontaktstelle wenden sich an An- und Zugehörige von Suizidbetroffenen

Sind Sie Betroffene oder Hinterbliebene von Menschen, die durch Suizid verstorben sind? Als Hospizdienst kommen wir immer wieder mit Betroffenen in Kontakt, die Not und Scham empfinden, die Last der Trauer ist oft groß.

Wir möchten Sie darin unterstützen, Menschen kennen zu lernen, die Ähnliches erlebt haben und sich als Selbsthilfegruppe zu finden, um gemeinsam Lösungen für Ihre Trauer zu entwickeln. Zu einem unverbindlichen 1. Austausch am Freitag, 6. Februar um 17 Uhr laden wir Sie, gemeinsam mit der Selbsthilfekontaktstelle in die Räume des Ambulanten Hospiz- und Palliativ- Beratungsdienstes Lippe e.V. (über Jeans- Fritz) in Detmold, Lange Straße 31 ein.

Voraussichtliches Ende wird 18.30 Uhr sein. Anmeldungen sind nicht erforderlich. Für Nachfragen steht Ihnen Frau Ute Kiel, Trauerbegleiterin, 05222-3639310, gerne zur Verfügung.

DRK Lage ehrt treue Blutspender

Gute Resonanz zum Jahresanfang

Zum ersten Blutspendetermin des DRK Ortsverein Lage konnten 184 Blutspender, darunter vier Erstspender im Schulzentrum am Werreanger begrüßt werden. Die Blutspendebeauftragte Gisela Rösler berichtet von einem gut angenommenen Termin und bedankt sich herzlich bei allen, die ihr Blut spenden wollen. Mehreren Mehrfachspendern wurde besonders gedankt. Günther Meier und Stephan Bröker haben bereits 100 Mal Blut gespendet, Christiane Niebecker erreichte die 50 Spenden sowie die 25 Spenden schafften Silke Arensmeyer, Elsa Dirks, Antonina Gutknecht, Andrea Michel sowie Marie Schuster. Anlässlich der Ehrung überreichte Gisela Rösler eine Urkunde, eine Ehrennadel sowie ein kleines Präsent. Nach der Blutentnahme konnten sich alle Spender wieder an einem reichhaltigen Buffet stärken. Dieses wurde wie üblich liebevoll vom DRK-Team hergerichtet und kam bei allen gut an. Der nächste Blutspendetermin findet im Schulzentrum Lage am Dienstag, 31. März, statt. Eine Online-Anmeldung ist bereits jetzt möglich.

Herzliche Einladung der AWO-Pottenhausen Zum Bingo, Kaffee und Kuchen.

Treffpunkt im Vereinstreff am 5. Februar um 15 Uhr in Pottenhausen an der Krentruferstraße. Gäste und Nichtmitglieder sind willkommen. Anmeldung bitte Bei Axel Wiebusch Tel. 05232 921323 oder Elisabeth Sunkovsky 05232 62808



ANZEIGEN · PROSPEKTEVERTEILUNG DRUCKE · WEB-AUFTRITTE · FILM

Rufen Sie mich an und vereinbaren Sie einen Termin mit mir.

Wir rücken Ihre Produkte und Dienstleistungen, die gesamte Leistungsfähigkeit Ihres Unternehmens, individuell nach Ihren Wünschen, ins richtige Licht.

ZEITUNG

Lokaler geht's nicht.

DRUCK

Satz. Druck. Image.

WEB

24/7 online.

FILM

Perfekter Drehmoment.

www.postillon.com | postillon.com/e-paper

Alle 14 Tage in Ihrem Briefkasten

MEDIENBERATER
Matthias Simon

FON 02241 260-161
MOBIL 0176 70976243
E-MAIL m.simon@rautenberg.media

6

Der Postillon Lage | 4. Jahrgang | Nr. 2 | Freitag, 30. Januar 2026 | Kw 5 | postillon.com/e-paper

Aus der Arbeit der Parteien Bündnis90 / Die Grünen

Zukunft der Kita Maßbruch

Die Fraktion der Grünen mißbilligt die Entscheidung von AfD, Aufbruch C, CDU und FDP, die Abstimmung über den Mietkostenzuschuss für die Kita Maßbruch zu vertagen. Dadurch wird die Schaffung sicherer und zeitgemäßer Betreuungsplätze verzögert, während die marode Einrichtung nur eingeschränkt nutzbar ist. Die 60 Jahren alte Kita ist aufgrund von Schimmel und Wasserschäden in

Teilen nicht nutzbar. Zwei Gruppen mussten bereits in Provisorien ausgelagert werden. Gutachten bestätigen, dass eine Sanierung weder wirtschaftlich noch pädagogisch sinnvoll ist. Ein Neubau ist daher die tragfähige und notwendige Lösung. Die ev.-ref. Kirchengemeinde Lage und die Stiftung Eben-Ezer beabsichtigen, die Kita abzureißen und neu zu bauen. Dies hat einen erheb-

lichen Vorteil für die Stadt: Sie wird davor bewahrt, einen teuren Neubau selbst zu finanzieren und die laufenden Kosten - inklusive Personal - tragen zu müssen. Die geplante Unterstützung durch die Stadt in Form eines Mietkostenzuschusses von 8 € pro m² ist aus Sicht der Grünen die wirtschaftlichste und am schnellsten zu realisierende Lösung. Durch die Vertagung des Beschlusses haben AfD, Aufbruch C,

CDU und FDP den Neubau um Monate verzögert. Zeit, in denen Kinder und Erzieher weiter in unzumutbaren Räumlichkeiten untergebracht sein werden. Die Grünen fordern, die Entscheidung umgehend wieder auf die Tagesordnung zu setzen: „Lage braucht funktionierende Kitas und verlässliche Perspektiven für Eltern und Kinder.“

Reimund Neumann

Ende: Aus der Arbeit der Parteien Bündnis90 / Die Grünen

SPORT

Vorsortierter Kinderkrasbasar beim BSV Müssen

Kinderkram-Basar „Rund ums Kind“

Lage. Die Jugendabteilung des BSV Müssen (Turnhalle am Sportplatz Müssen, Hörster Str. 9 in Lage) lädt am Samstag, 7. Februar, zu einem vorsortierten Kinderkrasbasar ein. Gestöbert werden kann nach Lust und Laune in der Zeit von 11 bis

14 Uhr. Schwangere haben die Möglichkeit mit einer Begleitperson bereits um 10 Uhr vorbeizuschauen.

Angeboten werden Frühjahr- / Sommerkinderbekleidung, Kinderschuhe, Spielzeuge, Bücher, Babyausstattung, Schwanger-

schaftsmode, Autositze, Fahrräder und vieles mehr. Unsere Cafeteria lädt mit Kaffee, Kuchen und frischen Waffeln zum Verweilen ein, für den großen Hunger gibt es Bratwürstchen und Pommes. Es können aus organisatorischen Gründen leider keine Kinderwa-

gen, Buggys oder ähnliches mit in den Verkaufsraum genommen werden. Abstellmöglichkeiten sind vor Ort vorhanden (teilweise auch überdacht). Aus organisatorischen Gründen ist leider nur Barzahlung möglich. Der BSV Müssen freut sich auf Ihren Besuch.



PRODUKTFOTOGRAFIE

**SIE HABEN DAS PRODUKT?
WIR HABEN DAS KNOW-HOW!**

- hochwertige, professionelle Fotos die unsere Profis für Sie anfertigen
- wir setzen Ihre Produkte ins rechte Licht
- professionelle Bildbearbeitung
- individuelle Beratung
- hohe Qualitätskontrollen
- kurze Kommunikationswege um Ihre Wünsche umzusetzen

WEITERE INFOS UNTER:
www.rautenberg.media/film/produktfotos



Fit und Fröhlich ist die Devise der Happy -Oldis vom VfL Pottenhausen.

Deshalb suchen wir für unsere Hockergymnastikgruppe neue interessierte Mitsstreiter.

Wer Freude daran sich durch Gymnastik im Sitzen, leichtes Kopftraining in der Gemeinschaft fit zuhalten ist herzlich willkommen.

Körperliche Einschränkungen sind kein Hindernis. Das Treffen findet jeden Mittwoch von 15.30 bis 16.30 Uhr im Vereinstreff an der Krentrupstraße in Pottenhausen statt.

Anfragen bitte bei der Übungsleiterin Susann Tölke
Telf. 05232-68886



HÖRGERÄTE BREIDENSTEIN

Ihr Meisterbetrieb für moderne Hörhilfen

im Ärztehaus Westtor
Lange Straße 51
32791 Lage
Tel. 05232 - 63093

NOTDIENSTE

WIR SIND RUND UM DIE UHR FÜR SIE DA!



110 POLIZEI

112 FEUERWEHR



APOTHEKEN-NOTDIENST

Apotheken-Notruf 0800 00 22833

Freitag, 30. Januar

Westtor-Apotheke

Lange Straße 51a, 32791 Lage, 05232/66600

Samstag, 31. Januar

Hirsch-Apotheke am Markt

Lange Straße 63, 32791 Lage, 05232/951050

Sonntag, 1. Februar

Leopold-Apotheke

Krentruper Straße 22, 33818 Leopoldshöhe (Krentrup), 05208/951211

Montag, 2. Februar

Apotheke am Johannistor

Mittelstraße 112, 32657 Lemgo, 05261/94540

Dienstag, 3. Februar

Hasselbach-Apotheke

In den Benten 10 F, 32758 Detmold (Pivitsheide), 05232/87836

Mittwoch, 4. Februar

Engelbert-Kämpfer-Apotheke

Engelbert-Kämpfer-Straße 60, 32657 Lemgo, 05261/14666

Donnerstag, 5. Februar

Medica-Apotheke

Lagesche Straße 9-13, 32657 Lemgo, 05261/667626

Freitag, 6. Februar

Ross-Apotheke

Lange Straße 76, 32791 Lage, 05232/9808450

Samstag, 7. Februar

Flora-Apotheke

Obere Straße 24, 32791 Lage, 05232/65657

Sonntag, 8. Februar

Westtor-Apotheke

Lange Straße 51a, 32791 Lage, 05232/66600

Montag, 9. Februar

Leopold-Apotheke

Leopoldstraße 2 - 4, 32657 Lemgo, 05261/94460

Dienstag, 10. Februar

MELVIGO Apotheke

Klingenbergstraße 31, 32758 Detmold, 05231/27444

Mittwoch, 11. Februar

Lortzing-Apotheke

Lange Straße 79, 32756 Detmold (Innenstadt), 05231/22200

Donnerstag, 12. Februar

Schwanen-Apotheke

Lemgoer Straße 7, 32791 Lage (Hardissen), 05232/2577

Freitag, 13. Februar

Hof-Apotheke

Lange Straße 55, 32756 Detmold (Innenstadt), 05231/23255

Jeweils ab 9 Uhr bis 9 Uhr Folgetag

Angaben ohne Gewähr

GEGEN GEWALT

Menschen, die Gewalt erleben oder erlebt haben.

• Telefon-Nummer für Frauen

116 016

• Telefon-Nummer für Männer

0800 12 39 900



ALLGEMEINE NOTDIENSTE

- Polizei-Notruf **110**
- Feuerwehr/Rettungsdienst **112**
- Ärzte-Notruf-Zentrale **116 117**
- Gift-Notruf-Zentrale **0228 192 40**
- Telefon-Seelsorge **0800 111 01 11** (ev.)
0800 111 02 22 (kath.)
- Nummer gegen Kummer **116 111**
- Kinder- und Jugendtelefon **0800 111 03 33**
- Anonyme Geburt **0800 404 00 20**
- Eltern-Telefon **0800 111 05 50**
- Initiative vermisste Kinder **116 000**
- Opfer-Notruf **116 006**



NOTFALLSCHUBLADE

Das gehört in eine gut erreichbare **Notfall-schublade** in Ihrer Wohnung/Ihrem Haus:

1. Taschenlampe
2. Kerze/Streichhölzer
3. Batteriebetriebenes Radio (um Hinweise der Feuerwehr/Polizei empfangen zu können)
4. Powerbank zum Aufladen des Handys
5. DIESE SEITE mit allen wichtigen Notrufnummern

Startschuss für den 12. Landes-Chorwettbewerb NRW

Ausschreibung ist online, Anmeldung ab sofort möglich

Der Landesmusikrat NRW lädt Chöre aus allen Landesteilen zum Leistungsvergleich und zur musikalischen Begegnung ein: Der 12. Landes-Chorwettbewerb Nordrhein-Westfalen findet am 12. und 13. September 2026 in Dortmund statt. Zur Teilnahme eingeladen ist die gesamte Bandbreite der Amateur-Chorszene – von Kinderchören über Vokalensembles bis hin zu großen Konzertchören.

Auf nach Leipzig: Ihre Chance auf die Bundesbühne

Der Wettbewerb in Dortmund ist das direkte Sprungbrett zum Deutschen Chorwettbewerb (DCW), der im Mai 2027 in der Musikstadt Leipzig stattfindet. Für die teilneh-

menden Chöre bietet sich die großartige Möglichkeit, sich das Ticket für den Bundesentscheid zu ersingen. Wer die Jury in Dortmund mit einer „sehr guten“ Leistung begeistert, kann sich für die Weiterleitung qualifizieren und Nordrhein-Westfalen im Jahr 2027 auf nationaler Ebene vertreten.

Neue Regeln für populäre Chormusik

Die Ausschreibung für 2026 wurde an die aktuellen Regularien des Deutschen Chorwettbewerbs angepasst. Besonders im Bereich der populären Chormusik (Jazz, Pop, Gospel) gelten neue, differenzierte Anforderungen. Um die Chancengleichheit für die Bundes-

ebene zu wahren, müssen Pop-Chöre detaillierte Technik-Anforderungen (Tech-Rider) erfüllen.

NRW-Spezial: Vielfalt und neue Preise Neben den Qualifikationskategorien für den Deutschen Chorwettbewerb hält der Landes-Chorwettbewerb NRW an bewährten Sonderformaten fest, die die Breite der NRW-Chorszene abbilden: Interkulturelle Chöre: Eine eigene Kategorie bietet Raum für Ensembles, die Repertoire verschiedener Herkunftskulturen pflegen. Schulchöre: Schulen erhalten eine eigene Bühne für den landesweiten Vergleich. Neu: Mit neuen Sonderpreisen prämiieren wir erstmals gezielt den besten Chor mit Kin-

dern im Grundschulalter und die mitreißendste Performance im Kinder- und Jugendbereich.

Ausschreibung und Anmeldung ab sofort online

Chöre aller Gattungen sind aufgerufen, am Wettbewerb teilzunehmen. Die vollständige Ausschreibung, die neuen Technik-Checklisten sowie die Anmeldeformulare stehen ab sofort auf der Webseite des Landesmusikrats NRW zum Download bereit.

<https://www.lmr-nrw.de/projekte/wettbewerbe/>

landes-chorwettbewerb-nrw Anmeldeschluss für den Wettbewerb ist der 30. April 2026. Landesmusikrat NRW e.V.

Diese Führerscheine müssen jetzt umgetauscht werden

Viele Autofahrerinnen und Autofahrer in Deutschland müssen sich in diesem oder den kommenden Jahren um den Umtausch ihres Führerscheins kümmern: Führerscheine, die vor dem 19. Januar 2013 ausgestellt wurden, müssen in den neuen EU-weit einheitlichen Führerschein im Scheckkartenformat umgetauscht werden. Die EU verspricht sich von dem Umtausch ein einheitliches und fälschungssicheres Führerschein-system.

Jährlicher Umtausch in gestaffelten Fristen

Die Umtauschpflicht gilt in gestaffelten Fristen und richtet sich nach dem Ausstellungsjahr des Führerscheins. Führerscheine, die zwischen 2002 bis 2004 ausgestellt wurden, müssen bis zum 19. Januar 2027, Führerscheine aus 2005 bis 2007 bis zum 19. Januar 2028 umgetauscht werden.

Für Führerscheine, die 2008 bis 2011 ausgestellt wurden, gelten jeweils Umtauschfristen vom 19. Januar 2029 bis 19. Januar 2032; für Dokumente aus dem Zeitraum 2012 bis 18. Januar 2013 endet die Frist am 19. Januar 2033. Führerscheinbesitzer, deren Geburtsjahr vor 1953 liegt, haben unabhängig vom Ausstellungsjahr ihres alten Führerscheins bis zum 19. Januar 2033 Zeit für den Umtausch.

Achtung: Für Führerscheine, die zwischen 1999 und 2001 ausge-

stellt wurden, ist die Umtauschfrist bereits am 19. Januar 2026 abgelaufen. Wer zu spät ist, muss mit einem geringen Bußgeld rechnen - die eigentliche Fahrerlaubnis bleibt aber bestehen.

Termin vor Ort oder Umtausch digital beantragen?

Für den Umtausch notwendig sind ein gültiger Personal- oder Reisepass, ein biometrisches Passfoto sowie der alte Führerschein; zudem fällt eine Verwaltungsgebühr von rund 25 Euro an. Das neue Dokument muss dann alle 15 Jahre bei der örtlichen Fahrerlaubnisbehörde erneuert werden. In einigen Kommunen kann der Pflicht-Umtausch digital durchgeführt werden. Dort können Sie in einem entsprechenden Serviceportal einen Antrag stellen, Dokumente hochladen und die Servicegebühr direkt bezahlen. Sparen kann man sich den Gang zum Amt vielerorts trotzdem noch nicht - entweder, weil der neue Führerschein abgeholt, oder der alte zur Entwertung abgegeben werden muss.

Ist der Online-Service in Ihrem Ort nicht verfügbar, sollten Sie möglichst frühzeitig einen Termin bei der Fahrerlaubnisbehörde ihres aktuellen Wohnorts vereinbaren. Insbesondere zum jeweiligen Stichtag herrscht vielerorts hoher Andrang, die Bearbeitung kann dann mehrere Wochen dauern.

Du zählst Deine Schritte - wir bezahlen Geld dafür...



...bring den Leserinnen und Lesern mit dem

Postillon

Freude ins Haus!

Wenn Du mindestens 13 Jahre alt bist, scan den QR-Code und bewirb Dich.



Kontakt: WhatsApp: 05208 95 99 800
Mail: redaktion@dasblatt.de oder Tel.: 05208 95 99 801
Bitte unbedingt Namen, Alter, Straße und Tel.-Nr. angeben

Die nächste Ausgabe erscheint am:
Freitag, 13. Februar 2026
Annahmeschluss ist am:
06.02.2026 um 10 Uhr

RAUTENBERG MEDIA Zeitungspapier –
PEFC & FSC:
Made of paper awarded the EU Ecolabel
LIC no. NOR/011/002, supplied by Norske Skog

IMPRESSUM

DER POSTILLION LAGE

HERAUSGEBER, DRUCK UND VERLAG

RAUTENBERG MEDIA KG
Kasinostraße 28-30 · 53840 Troisdorf
HRA 3455 (Amtsgericht Siegburg)
USt-ID: DE214364185
Komplementär: Dr. Franz-Wilhelm Otten
Tel. 02241 260-0
willkommen@rautenberg.media

Verantwortlich für den redaktionellen Teil,
gemäß § 18 Abs. 2 MStV:

Nathalie Lang und Corinna Hanf
Verantwortlich für den Anzeigenteil:
Dunja Rebinski

ERSCHEINUNG 14-tägig

RUBRIKWEISE

INHALTLICHE VERANTWORTUNG

Politik (Mitteilungen der Parteien):

Bündnis 90 / Die Grünen

Reimund Neumann

FDP

Benita Henning

Die inhaltliche Verantwortung für die Beiträge in den oben ge-
nannten Rubriken liegt bei den jeweils benannten Personen bzw.
Institutionen. Die Redaktion nimmt keine inhaltliche Prüfung die-
ser Beiträge vor.

Verteilung & rechtliche Hinweise

Kostenlose Haushaltsverteilung in Lage. Keine Zustellga-
rantie. Einzelheft: 5,00 € zzgl. Porto (Bestellung über die
Herausgeberin). Geschützte Warenzeichen sind meist
nicht gesondert gekennzeichnet; fehlende Hinweise be-
gründen kein Nutzungsrecht. Namentlich gekennzeichnete
Beiträge geben nicht zwingend die Meinung der Redak-
tion wieder.

Pressematerial & eingesandte Inhalte

Eingesandtes Material wird nicht zurückgesandt. Ein An-
spruch auf Veröffentlichung besteht nicht. Die Einreichenden
haften für Inhalte, Rechteinhaber und vollständige
Quellenangaben. Mit der Einreichung wird Rautenberg Me-
dia ein einfaches Nutzungsrecht zur Veröffentlichung in
Print- und Onlinemedien eingeräumt – auch für Bildmate-
rial. Die Einreichenden garantieren die Rechteinhaber-
schaft und stellen Rautenberg Media von Ansprüchen Dritter
frei. Bei versehentlichem Weglassen von Namens- oder
Quellenangaben verzichten sie auf daraus entstehende An-
sprüche. Fremdbeiträge erscheinen auf Verantwortung der
jeweiligen Einreichenden. Die Redaktion wählt aus und be-
arbeitet, übernimmt aber keine Haftung für Inhalte.

KONTAKT

MEDIENBERATERINNEN

Matthias Simon

Fon 02241 260-161

m.simon@rautenberg.media

REPORTER

Hajo Gärtner

hj.gaertner@rautenberg.media

VERTEILUNG regio-pressevertrieb.de

Regio Presse Vertrieb GmbH

mail@regio-pressevertrieb.de

VERKAUF

Fon 02241 260-112

verkauf@rautenberg.media

REDAKTION

Fon 02241 260-250 /-212

redaktion@rautenberg.media

INFORMATION

info@rautenberg.media

RAUTENBERG MEDIA ONLINE

rautenberg.media

facebook.de/rautenbergmedia

instagram.de/rautenberg_media

youtube.com/@rautenbergmedia

ZEITUNG

postillon.com/e-paper

SHOP

rautenberg.media/anzeigen

- ZEITUNG
- DRUCK
- WEB
- FILM

RAUTENBERG
MEDIA

PRIVATE & GESCHÄFTLICHE KLEINANZEIGEN ONLINE BESTELLEN
www.rautenberg.media/kleinanzeigen

Wir kaufen Wohnmobile

+ Wohnwagen, 03944-36160,
www.wm-aw.de (FA)

Räumungen von Wohnungen,
Häusern, Dachböden, Kellern
etc.! Auch Kleinabriss von
Garagen, Vordächern, Garten-
häusern, Demontage und
Rückbauarbeiten. Fa. Borgis
Verwertungen.
Tel.: 05205-72553



KLEINANZEIGEN
PRIVAT & GESCHÄFTLICH
ONLINE BESTELLEN

rautenberg.media/kleinanzeigen
Ihre private*
KLEINANZEIGE
bis 100 Zeichen
in dieser Zeitung **ab 6,99€**

*gewerbliche Kleinanzeige ab 13,99 €

■ ■ ■ ■ **RAUTENBERG MEDIA**



Instrument
des
Jahres 2026:
Das Akkordeon

Familien
ANZEIGENSHOP

GEBURT12.1
43 x 90 mm
ab **52,00**

Für alles was wirklich zählt!
shop.rautenberg.media

*inkl. MwSt. Preis variiert nach Auflage der Zeitung.

www.postillon.com | postillon.com/e-paper

Postillon
Alle 14 Tage in Ihrem Briefkasten

**HALLO PRESSESPRECHER/INNEN
PRESSEBEAUFTRAGTE**

der **VEREINE – KIRCHEN – SCHULEN** und
anderer Organisationen

Akkreditieren Sie sich gleich jetzt
für das CMSsystem von Rautenberg Media,
um für diese Zeitung Artikel einzustellen:
<https://redaktion.rautenberg.media>

Wir freuen uns auf Sie!

■ ZEITUNG ■ DRUCK ■ WEB ■ FILM



Fit im Büro

Gesund und erfolgreich durch den Arbeitsalltag

Der moderne Arbeitsalltag ist geprägt von langen Stunden am Schreibtisch, digitalen Meetings und einem hohen Maß an Konzentration. Gerade im Büro kann es eine Herausforderung sein, körperlich aktiv und geistig frisch zu bleiben. Wer sich fit hält, steigert nicht nur das eigene Wohlbefinden, sondern auch die berufliche Leistungsfähigkeit. Das kann sich auch positiv im Bewerbungsprozess bemerkbar machen.

Bewegung im Berufsalltag: Kleine Schritte mit großer Wirkung

Schon einfache Maßnahmen helfen dabei, mehr Bewegung in den Büroalltag zu integrieren. Aktive Pausen mit kurzen Spaziergängen, Dehnübungen oder ein paar Treppeinstufen fördern die Durchblutung und helfen gegen Müdigkeit. Dynamisches Sitzen, also der Wechsel zwischen Sitzen und Stehen, entlastet den Rücken und aktiviert die Muskulatur. Auch kleine Büro-Workouts mit Widerstandsbändern oder Balancekissen lassen sich leicht in den Tagesablauf integrieren.

Ergonomie am Arbeitsplatz: Gesundheit und Produktivität fördern

Ein ergonomisch gestalteter Arbeitsplatz ist nicht nur komfortabel, sondern auch eine wichtige Voraussetzung für langfristige Gesundheit und Leistungsfähigkeit. Studien zeigen, dass ergonomische Möbel und eine gute Arbeitsplatzgestaltung Rückenbeschwerden, Verspannungen und Konzentrationsprobleme deutlich reduzieren können.

Wichtige Aspekte für einen ergonomischen Arbeitsplatz sind individuell angepasste Stuhl- und Tischhöhen, eine Monitorpositi-

on auf Augenhöhe mit ausreichendem Abstand sowie eine gute Beleuchtung durch natürliches Licht und blendfreie Lampen. Auch eine ruhige Arbeitsumgebung mit akustisch optimierten Räumen oder Noise-Cancelling-Technik kann der verbesserten Konzentration beitragen.

Komfort im Büro: Wohlfühlen steigert die Motivation

Ein angenehmes Arbeitsumfeld wirkt sich direkt auf Motivation und Kreativität aus. Pflanzen, persönliche Gestaltungselemente oder eine kleine Lounge-Ecke können das Büro freundlicher machen. Doch auch die Raumtemperatur und die Luftqualität spielen eine wichtige Rolle für das Wohlbefinden. So lohnt es sich auch mal einen Blick auf das Thermostat zu werfen und regelmäßig die Arbeitsräume zu lüften.

Bewerbungstipps: Fit für den nächsten Karriereschritt

Wer sich beruflich verändern



möchte, sollte nicht nur fachlich, sondern auch persönlich überzeugen. Ein gesunder Lebensstil und ein aktiver Umgang mit dem Arbeitsalltag können dabei ein echter Vorteil sein.

Für eine erfolgreiche Bewerbung ist ein selbstbewusstes Auftreten entscheidend. Wer sich fit und wohl fühlt, strahlt das oft auch aus. Soft Skills wie Belastbarkeit,

Selbstorganisation und Gesundheitsbewusstsein sind in vielen Branchen gefragt.

Ein gesunder Büroalltag ist keine Nebensache, sondern eine wichtige Grundlage für beruflichen Erfolg. Wer Bewegung, Ergonomie und Komfort in den Arbeitsalltag integriert, schafft die besten Voraussetzungen für eine produktive Karriere.



www.postillon.com | postillon.comie-papier

Postillon

Alle 14 Tage in Ihrem Briefkasten

Billinghausen | Ehrentrop
Hagen | Hardissen | Heiden
Heßloh | Holzhausen
Hörste | Kachtenhausen
LAGE | Müssen | Ohrsen
Pivitsheide | Pottenhausen
Waddenhausen | Wissenstrup

RAUTENBERG MEDIA

Wir suchen AUSTRÄGER/*/INNEN

jeden Alters für den POSTILLON für

alle Ortsteile

Sie verteilen HIER, in Ihrem Wohngebiet
nur wenige Stunden im Monat | freitags oder samstags | Prospekte sind in die Zeitungen bereits maschinell eingelegt | einzige Voraussetzung: Sie sind mindestens 13 Jahre alt

Wir freuen uns auf Sie, bewerben Sie sich jetzt

➤ redaktion@dasblatt.de

➤ **Tel. 05208 95 99 801**

Bitte teilen Sie uns mit, für welchen Bereich Sie sich bewerben möchten

<input type="checkbox"/> Billinghausen	<input type="checkbox"/> Heiden	<input type="checkbox"/> LAGE	<input type="checkbox"/> Waddenhausen
<input type="checkbox"/> Ehrentrop	<input type="checkbox"/> Heßloh	<input type="checkbox"/> Müssen	<input type="checkbox"/> Wissenstrup
<input type="checkbox"/> Hagen	<input type="checkbox"/> Holzhausen	<input type="checkbox"/> Ohrsen	
<input type="checkbox"/> Hardissen	<input type="checkbox"/> Hörste	<input type="checkbox"/> Pivitsheide	
<input type="checkbox"/> Hedderhagen	<input type="checkbox"/> Kachtenhausen	<input type="checkbox"/> Pottenhausen	

Gerne per WhatsApp

+49 5208 95 99 800

oder mit diesem QR-Code bewerben!

Irrtümer beim Strom sparen - richtig oder falsch?

Verbraucherzentrale NRW klärt über Stromsparmythen auf

Sparen bei den Stromkosten hat im Alltag vieler privater Haushalte eine hohe Bedeutung. Doch einige überlieferte Tipps und Verhaltensweisen entpuppen sich häufig als Irrtum oder haben gegenteilige Effekte. „Wichtig ist, sich zu informieren, seine Verhaltensweisen kritisch zu prüfen und Schritt für Schritt die eigenen Stromsparroutinen im Alltag zu finden und anzuwenden“, sagt Dr. Konstantin von Normann, Leiter der Beratungsstelle Troisdorf der Verbraucherzentrale NRW. Doch was sind gängige Irrtümer rund um Strom sparen im Haushalt?

Irrtum 1: Licht an- und ausschalten verbraucht mehr Strom als Licht brennen zu lassen

Stimmt nicht! Das gilt weder für moderne LED- noch für Halogenlampen. Leuchtmittel, die ausgeschaltet sind, verbrauchen immer

weniger Energie als brennende. Wer beim Verlassen eines Raumes die Beleuchtung ausschaltet, spart Strom und damit bares Geld. Der Irrtum stammt noch aus der Zeit der als Energiesparlampen bekannten Kompaktleuchtstofflampen. Bei diesen erhöhte ein häufiges An- und Ausschalten den Stromverbrauch und verkürzte ebenso ihre Lebensdauer.

Irrtum 2: Ungenutzte Ladegeräte in der Steckdose verbrauchen keinen Strom

Nein! Der Energieverbrauch bei einem Smartphone- oder Tabletladekabel ohne aktiven Ladevorgang ist zwar kaum messbar. Allerdings verbrauchen alle im Stromnetz befindlichen elektrischen Geräte auch im Leerlauf Energie. Wer mehrere Ladegeräte im Haushalt nutzt, kann die Netzteile nach Gebrauch wieder aus der Steckdose ziehen



oder dafür stromsparende, abschaltbare Steckdosenleisten einsetzen. Damit lassen sich alle Geräte in einem Schritt vom Stromnetz trennen.

Irrtum 3: Geräte im Standby-Modus kosten kein Geld

Entspricht nicht der Wahrheit! Standby-Geräte wie Fernseher, Musikanlage, Spielkonsole und andere Geräte im Haushalt laufen im Standby im Bereitschaftsmodus weiter. Eine abschaltbare Steckdosenleiste schafft Abhilfe. Beim Internet-Router, der nie ganz ruht, kann man in den Einstellungen in den Stromspar-Modus wechseln. Denn der jährliche Stromverbrauch eines Routers ist ähnlich hoch wie der eines Kühlschranks.

So lässt sich der Stromverbrauch nachts, wenn der Router keine aktive Funktion hat, per Programmierung reduzieren.

Irrtum 4: Backofen vorheizen ist immer notwendig

Fast nie! Meist steht dies als Zubereitungstipp auf vielen Back- und Kochrezepten und auf Verpackungen von Fertigprodukten. Bis auf wenige Rezeptausnahmen wie beispielsweise Blätterteig, bei dem es auf eine hohe Temperatur von Beginn an ankommt, gelingen die Produkte auch so bei gleichem Geschmack. Ein Nachteil beim Vorheizen: Man wartet oft zu lang, bis etwa Fertigprodukte in den Backofen gestellt werden und verbraucht unnötig Energie. Grundsätzlich empfiehlt sich ein Blick in die Bedienungsanleitung des Gerätes. In der Regel finden sich dort Temperatur- und Zeitempfehlungen und Anregungen zum energiesparenden Backen.

Irrtum 5: Eco-Programm bei Wasch- und Spülmaschinen läuft

zu lange und spart keinen Strom

Stimmt nicht. Bei Waschmaschinen im Eco-Modus beruht die längere Waschkdauer auf längerem Einweichen der Wäsche und häufigerem Hin- und Herschaukeln der Trommel. So wird eine höhere Aufheizenergie vermieden, weil die reinigende Bewegung der Trommel weniger Energie benötigt als das Aufheizen des kalten Wassers auf 60 Grad Celsius. Ähnliches gilt bei Spülmaschinen im Eco-Programm: Die häufigere und längere Bewegung der Sprüharme benötigt weniger Strom als das Aufheizen des Wassers im Normalbetrieb.

Irrtum 6: Tiefkühltruhe kühlt besser je niedriger die Temperatur ist

Nein! Beim Tiefkühlen sind minus 20 Grad nicht besser als minus 18 Grad Celsius für die Haltbarkeit von tiefgekühlten Lebensmitteln. Das Wachstum von Mikroorganismen wird bei minus 18 Grad Celsius vollends gestoppt, eine niedrigere Temperatureinstellung verbraucht daher unnötig Strom. Wichtig ist, dass man Türen von Gefrierschränken nicht zu lange geöffnet hat und nach dem Füllen und Entnehmen von Lebensmitteln schnell wieder schließt. So bleibt die Kühltemperatur konstant und es sammelt sich weniger Eis an. Hat sich bereits Eis im Kühlfach gebildet, hilft Abtauen beim Energiesparen. Weiterführende Infos: Strom sparen im Haushalt: <https://www.verbraucherzentrale.nrw/node/10734> Aktuelle Veranstaltungen rund um das Thema Energie unter: www.verbraucherzentrale.nrw/e-veranstaltungen Verbraucherzentrale NRW e.V.

Familien

ANZEIGENSHOP

Wir trauen uns
am 18.05.2026 in Bonn
um 15.00 Uhr
in der Paulus Kirche

NICOLETTE RUFUS

Der Partner
in der
F 102-06
90 x 50 mm
ab 17,23*

HALLO Welt

Wir freuen uns sehr über die
Geburt unserer Zwillinge

Theresa & Alena

geb. 2025

geb. 10.05.2025
2770 g
48 cm

GEBURT 12.1
43 x 90 mm
ab 52,00*

DANKSAGUN

Für die wohlwollenden Beweise der
Anteilnahme beim Tode meines
geliebten Vaters, unseres guten
Schwiegervaters und Großvaters

Michael Musterfeld

Wir danken wir unseren Dank aus,
im Namen aller Angehörigen
Gabi Musterfeld (geb. Muster)

TD 12-12
90 x 90 mm
ab 102,96*

WOHNUNG!

Moderne Maisonette Wohnung,
3 ZL, 125 qm, 2-Personenhaus, Fuß-
bodenheizung, großer Balkon, Gar-
age, komplett (neu) möbliert, gut
gehalten, über 20 Jahre alt, gut
für 2-3 Personen geeignet.

K03_15
43 x 30 mm
ab 17,00*

*inkl. MwSt., Preis variiert nach Auflage der Zeitung.

**Online Familien-Anzeigen:
für alles was wirklich zählt!**

shop.rautenberg.media