



# Mitteilungsblatt

Marienmünster mit: Altenbergen, Born, Bredenborn, Bremerberg, Elversen, Großenbreden, Hohehaus, Kleinenbreden, Kollerbeck, Löwendorf, Münsterbrock, Papenhöfen und Vörden

FÜR DIE STÄDTE

Nieheim mit: Entrup, Himmighausen, Holzhausen, Mersheim, Oeynhausen und Sommersell.

## Marienmünster & Nieheim

35. Jahrgang

Freitag, den 18. November 2022

Woche 46 / Nummer 11

Jeden Monat in Ihrem Briefkasten

### Ortschaft Born feierte 800-jähriges Dorfjubiläum



Eine Ehrenmedaille der Stadt Marienmünster mit Urkunde überreichte Bürgermeister Suermann (2.v.l.) an Theo Elberich. Luftaufnahmen des Jubiläumsdorfes schenkte er Ortsvorsteher Thomas Johlen (r.). Foto: ahk

Bericht im Innenteil

**KÖLLER BETTENSTUDIO**  
Betten • Matratzen • Lattenroste • Bettwaren • Boxspringbetten

Über  
**90 JAHRE**  
Werksverkauf!  
„Wieder gut schlafen!“  
„Kuscheln  
Sie sich  
ein...“  
...große Auswahl  
an Daunendecken  
und Wolldecken  
eingetroffen!

Lassen Sie sich von uns beraten –  
Ihr Team vom Kölle-Bettenstudio

**STEINHEIM, GEWERBEGEBIET**

Info:  
[www.koeller-bettenstudio.de](http://www.koeller-bettenstudio.de)  
Telefon 0 52 33/74 67 • H. Kölle GmbH  
[info@koeller-bettenstudio.de](mailto:info@koeller-bettenstudio.de)

**Goldankauf**  
Lange Strasse 94, Bad Driburg  
Königsplatz 18, Paderborn



05253-8689518  
05251-1474799  
0177-7544398

**BARAUSZAHLUNG SOFORT • Wir zahlen faire Preise**

**WIR HABEN WIEDER FÜR SIE GEÖFFNET.**

• Gold-Münzen • Gold-Schmuck • Diamanten • Platin • Zinn  
• Silber-Schmuck • Silber-Münzen • Silber-Besteck (80er, 90er, 100er)  
• Keine Verkaufsverpflichtung • Ehrliche Beratung: • 100% seriös und diskret



**OKAL**  
Ausgezeichnete Häuser



#### Beratung und Verkauf

Claudia Becker

+49 170 66 20 77 0

[claudia.becker@okal.de](mailto:claudia.becker@okal.de)

[www.okal.de/claudia-becker](http://www.okal.de/claudia-becker)

OKAL Musterhaus Baunatal



Bericht zur Titelseite

## 800-jähriges Dorfjubiläum in Born

Ortsheimatpfleger Theo Elberich wird mit Ehren verabschiedet

Unter dem Namen Eilbrachtessen wurde sie im Jahr 1222 erstmalig urkundlich erwähnt, die kaum 80 Einwohner zählende Ortschaft Born. In diesem Jahr blickt sie somit offiziell auf 800 bewegte Jahre zurück, die es mit einem Dorfjubiläum zu feiern galt.

(sij) Eingeleitet wurde das Jahrhundertfest mit der Begrüßung der Gäste durch Ortsvorsteher Thomas Johlen sowie einer von Diakon Markus Jux geleiteten Andacht.

Namentlich hieß Johlen Bürgermeister Josef Suermann, Kreisheimatpfleger Hans-Werner Gorzolka erinnerte ebenfalls an die wechselvolle Geschichte des Grenzdorfes, dessen Bewohner im Lichte der Machtinteressen „lieber“ Nachbarn >>Grafen von Schwanenberg und Äbte von Marienmünster<< über all die Jahrhunderte hinweg Standhaftigkeit und Selbstbehauptungswillen abverlangt wurden. So geprägt sei das von ihnen gefeierte Dorfjubiläum ein wahrhaft würdiger Anlass, sagte Gorzolka. Mit dem Erscheinen des Jubiläumsbuches ende zugleich eine Ära in der Dorfgeschichte, denn mit Theo Elberich lege nach 37 Jahren schier unermüdlichen Schaffens ein Urgestein der Heimatpflege sein Amt nieder.

„Er war einer der ersten, der Heimatpflege mit Umwelt- und Naturschutz verband und sie so auf seine ganz eigene Art und Weise nachhaltig prägte“, sagte Gorzolka. Für ihn zähle Theo Elberich zu den markantesten ehrenamtlich engagierten Persönlichkeiten der Region. Er sei ein echter Kämpfer, Überzeugungstäter und Vorbild für Heimatpfleger.

In namentlicher Ansprache bedankte sich Suermann bei Theo Elberich für 37 Jahre Orts-

heimatpflege und zusätzliche zwölf Jahre Stadtheimatpflege. In Anerkennung seiner Verdienste um die Stadt Marienmünster und die vorbildliche Führung der Ortschronik überreichte er Elberich „die Ehrenmedaille der Stadt Marienmünster, die nur an verdiente Persönlichkeiten vergeben wird.“

Thomas Johlen überreichte er für das „Hütte“ genannte Dorfgemeinschaftshaus zwei aktuelle Luftaufnahmen der Ortschaft Born.

### „Heute endet eine Ära!“

Kreisheimatpfleger Hans-Werner Gorzolka erinnerte ebenfalls an die wechselvolle Geschichte des Grenzdorfes, dessen Bewohner im Lichte der Machtinteressen „lieber“ Nachbarn >>Grafen von Schwanenberg und Äbte von Marienmünster<< über all die Jahrhunderte hinweg Standhaftigkeit und Selbstbehauptungswillen abverlangt wurden. So geprägt sei das von ihnen gefeierte Dorfjubiläum ein wahrhaft würdiger Anlass, sagte Gorzolka. Mit dem Erscheinen des Jubiläumsbuches ende zugleich eine Ära in der Dorfgeschichte, denn mit Theo Elberich lege nach 37 Jahren schier unermüdlichen Schaffens ein Urgestein der Heimatpflege sein Amt nieder.

„Er war einer der ersten, der Heimatpflege mit Umwelt- und Naturschutz verband und sie so auf seine ganz eigene Art und Weise nachhaltig prägte“, sagte Gorzolka. Für ihn zähle Theo Elberich zu den markantesten ehrenamtlich engagierten Persönlichkeiten der Region. Er sei ein echter Kämpfer, Überzeugungstäter und Vorbild für Heimatpfleger.



Die „Buchmacher“ und Sponsoren präsentierten das Geschichtsbuch von „Schön-Born.“ V. l.: Thomas Johlen, Theo Elberich, Thomas Göke, Leonie Koch und Franz Meyer. Foto: ahk



So spannend wie einen Kriminalroman erzählte Stadtheimatpfleger Franz Meyer die Geschichte des Bauerndorfes Born. Foto: ahk

gerinnen und Heimatpfleger.

„Lieber Theo, ich verleihe Dir heute den Titel Dinosaurier der Heimatpflege“, lobte Gorzolka und überreichte dem Geehrten mit einem herzlichen „Danke Theo“ ein Präsent mit „Corveyer Produkten“ sowie eine Ehrenurkunde des Westfälischen Heimatbundes.

Stadtheimatpfleger Franz Meyer knüpfte inhaltlich bei seinen Vorrednern an und würdigte das außergewöhnliche Engagement des nach Born zugezogenen Ortsheimatpflegers, Heimatforschers und Chronisten. Unter anderem habe Elberich dafür gesorgt, dass die bis in das frühe 18. Jahrhundert zurückreichende

schriftliche Überlieferung des Krukemeyer-Hofes den Weg in das Stadtarchiv Marienmünster fand und damit auf Dauer der historischen Forschung zur Verfügung gestellt wurde.

In Anlehnung an Theo Elberichts mit vielen Mühen erworbenen Spitznamen Hornissen Papst sagte Meyer: „Nicht nur die Hornissen, auch wir werden Dich künftig vermissen.“

Anhaltenden Beifall spendeten die Bornen dem am 30. Oktober 1935 in Münster-Mecklenbeck geborenen Bauernsohn, Schreiner, Häuserbauer, Heimatpfleger, Naturschützer und Chronisten, als er für den kommenden Tag zum Geburtstagssekt einlud.

### GEBRAUCHT FAHREN – GELD SPAREN

Gebrauchte Autoteile  
VW - Audi - Seat - Skoda

- günstige Reifen & Felgen
- gebrauchte Autoersatzteile
- Ankauf von (Unfall-) Fahrzeugen
- Entsorgung von Altfahrzeugen



Keggenriede 1  
34434 Borgentreich  
Tel.: 05643 9492380

Mobil + Whatsapp 0173 3150715 info@autoteile-shop.nrw

## Dank für 36 Jahre Unterstützung

In mehr als 100 Blutspendeaktionen organisierte „Beinekes Ulla“ die Teamarbeit

(ahk). Seit jeher war es guter Brauch, dass beim Deutschen Roten Kreuz (DRK) die Blutspender nach dem für die Patientenversorgung so wichtigen Aderlass mit belegten Broten, Kaffee und anderen Getränken versorgt wurden. In Bredenborn übernahm Ursula Beineke 36 Jahre lang bei mehr als 100 Blutspendeterminen mit ihrem Team diesen ehrenamtlichen Service. Als sie sich jetzt altersbedingt von diesem Amt verabschiedete, bedankten sich Michael Prautzsch vom DRK-Blutspendedienst Ostwestfalen-Lippe und die Blutspendebeauftragte des DRK Höxter, Michal Larusch, mit herzlichen Worten und einem Präsentkorb. Ebenfalls aus Altersgründen wurden Beate Köhne nach zwölf Jahren und Anita Schmidt nach zehn Jahren mit Dank und Anerkennung verabschiedet. Rückblickend zeigten sich die drei DRK-Helferinnen sehr zufrieden.

„Die Arbeit im Team hat uns Spaß gemacht und wir haben viele nette Leute kennengelernt“, erinnerten sie sich übereinstimmend. Zufrieden konnten sie auch deshalb sein, weil ihre Nachfolge bereits gesichert ist. Die neue Teamchefin heißt Eva Hecker und wurde bereits als junges Mädchen im Alter von zwölf Jahren von Ursula Beineke in das Bredenborner DRK-Organisationsteam aufgenommen. An ihrer Seite sind Mareike Schmerekim und Renate Meier. Brötchen belegen und Kaffee kochen dürfen sie seit Beginn der Corona-Pandemie zwar nicht mehr, aber sie sind bei den Anmeldungen behilflich und reichen den Blutspendern nach deren Einsatz kleine Präsente. Festzuhalten bleibt ferner, dass auch ein Herr geehrt wurde. Josef Dreier ist als Chef der Bredenborner Schützenhalle zuständig für das Öffnen und Schließen der Türen und er sorgt



**Großer Dank des DRK und ein leises Servus der Geehrten: (vorne v. l.) Michal Larusch, Beate Köhne, Ursula Beineke, Anita Schmidt und Michael Prautzsch. (2. Reihe v.l.) Renate Meier, Eva Hecker, Mareike Schmerekim und Josef Dreier. Foto: ahk**

dafür, dass die Energie dort ankommt, wo sie benötigt wird. Außerdem sammelt er die Anmeldungen für das jeweilige Blutspenden. Und das bereits seit zehn Jahren.

## Glücksbotin besucht Marienmünster

**Maria Kemker und Josef Suermann überreichen Klimaschutzpreis 2022 der Westenergie**

(ahk) Im schönen Marienmünster dürfen sich in diesem Jahr die Petrijünger über den mit 1.000 Euro dotierten Klimaschutzpreis der Westenergie freuen. Die Urkunde zur Preisverleihung überreichten die Kommunalmanagerin des Energiedienstleisters Maria Kemker und Bürgermeister Josef Suermann an den Vorsitzenden des Fischerei- und Angelsportvereins Dominik Wichmann.

Maria Kemker zufolge wurde der Fischerei- und Angelsportverein vom Rat der Stadt Marienmünster für den im 23. Jahr vergebenen Preis ausgewählt, weil er mit dem Bau eines „Turm der Artenvielfalt“ ein besonderes Zeichen gesetzt habe. „Das Projekt trägt im hohen Maße dazu bei, die Artenvielfalt in der Region zu erhalten und zu fördern. Deshalb verdient ein solcher Einsatz, wie ihn die Angler hier gezeigt haben, auch eine Belohnung“, sagte Kemker. Sie hoffe sehr, dass diese Belohnung auch andere Gruppen und Vereine motiviere, sich für den Schutz des

Klimas und den Erhalt der Natur einzusetzen.

Bürgermeister Suermann lobte ebenfalls das „Engagement des Fischerei- und Angelsportvereins für Natur und Umwelt“ und drückte seinen Dank dafür mit einer in Flaschen verschenkten Flüssigkeit aus.

Die Frage, wie der Verein darauf kam ein solches Haus für Igel, Schmetterlinge, Wildbienen, Vögel, Insekten und anderes Getier zu bauen, beantwortete Dominik Wichmann so: „Im Urlaub habe ich einen Turm der Artenvielfalt in Wien gesehen und ich war sofort begeistert.“ In seinem 50 Mitglieder zählenden Fischerei- und Angelsportverein -davon 40 aktive- fand er sogleich Interessierte und Helfer, die bereit waren, seine Idee vom eigenen Insektenurm an diesem wunderschönen Platz in der Nähe des Hoge-Sees umzusetzen. Dem Vernehmen nach will es der Verein dabei aber noch nicht belassen, denn laut Dominik Wichmann könnte das Preisgeld schon bald für den Bau eines Storchenmastes verwendet werden.



**Westenergie-Kommunalberaterin Maria Kemker (Bildmitte) und Bürgermeister Josef Suermann überreichten dem Vorsitzenden des Fischerei- und Angelsportvereins Dominik Wichmann die Urkunde für den Klimaschutzpreis 2022. Foto: ahk**

## Naturbestattungen

**Ihre günstige und pflegefreie Ruhestätte im Wald**

**Persönliche Führungen**

**Tel.: 05274 9891-20  
www.avenatura-holsterberg.de**

AveNatura  
Friedhof Am Holsterberg

## Junge Dirigentin wird geadelt

Die neue Weinkönigin von Bredenborn heißt Katharina Gemmeke

(ahk). „Bredenborn hat eine neue Weinkönigin“, lautete die gute Nachricht. „Sie heißt Katharina Gemmeke und ist bildhübsch“, folgte die noch bessere. Und dass die junge Dame aus Reelsen seit einiger Zeit den Musikverein Bredenborn leitet, macht die Bürgerinnen und Bürger der einstmals selbständigen und mit Stadtrechten versehenen Ortschaft noch stolzer.

Gewählt wurde die neue Weinkönigin während des vom Maurer- und Handwerkerverein ausgerichteten Weinfestes. Dabei stieg die Spannung von Minute zu Minute, denn bis der Vereinsvorstand mit Burkhard Münster und Thorsten („bitte mit h“) Müller die noch amtierende sympathische Weinkönigin Ilse Zymner mit Dank und großem Lob verabschiedete, dauerte es bis etwa 22.15 Uhr. Langeweile kam bis dahin jedoch keine auf, denn zur Unterhaltung trugen zunächst die Frauengesellschaft unter der Leitung von Elisabeth Gorzolka und der MGV Concordia

Bredenborn mit seinem neuen Leiter Oliver Quandt bei. Bei den Damen hieß es „Was kann schöner sein“ und „Leben ist mehr“, während die besseren Bässe (sprich Baritone und Tenöre) mit modernen Songs von Santana und Drugstop die Gäste begeisterten. Mit dem Lied „Ich hab den Wind belauscht, der durch die Reben rauscht“, gaben sie zudem das Versprechen, dass der Wein auch in diesem Jahr gut sein wird. Nach den singenden Frauen und Männern bestiegen die musizierenden Damen und Herren des Musikvereins das Podium. Und sie stellten erneut unter Beweis, dass, wenn man in Bredenborn auf die Pauke haut, die Stimmung mit so flott gespielten Märchen und bekannten Melodien nur noch besser werden kann. Tonlos blieb das beliebte Blasorchester jedoch in dem Augenblick, als seine Dirigentin unter lautem Jubel zur Weinkönigin 2022 ausgerufen wurde und von ihrer sympathischen Vorgängerin Ilse



**Mit seiner im feschen Dirndl dirigierenden Orchesterchefin Katharina Gemmeke sorgte der Musikverein Bredenborn beim Weinfest des Maurer- und Heimatvereins für angenehme Unterhaltung und gute Stimmung. Foto: ahk**

Zymner die Schärpe überreicht bekam. Den nun von allen erwarteten Tusch stimmte schließlich, in Verhinderung der Orchesterchefin, Altmeister und Trompeter Friedrich Ernst an. Nach dem offiziellen Teil des fröhlichen Weinfestes übernahm

DJ Merlin die Regie und gab damit der dirigierenden Weinkönigin und ihren Musikern Gelegenheit, selbst ins Weinglas zu schauen. Die tolle Stimmung, so berichtete es der fröhliche Landfunk am nächsten Tag, soll bis zum Morgengrauen angehalten haben.

## Lustige Kinotage in der Abtei Marienmünster

Westenergie spendierte drei Filmhits und schenkte die Einnahmen der Kulturstiftung

(sij) „Ich will Spaß“, hieß es 1982 in einem Musikfilm mit Nena und Markus. 40 Jahre später bekamen Kinofans zwar nicht diesen Film zu sehen, den großen Spaß hatten sie im Schafstall der Abtei Marienmünster dennoch. Denn dorthin hatte die Westenergie GmbH an zwei Tagen ins professionell vorbereitete „Abteikino“ eingeladen.

Auf dem Programm stand zunächst das Abenteuer mit Pettersson und Findus. Rund 100 Kinder genossen diesen Mitmach-Film und tanzten zur Aufforderung des findigen Katers schließlich mit den Filmhähnern vor der großen Leinwand. Das später ab und an zu hörende Knirschen kam jedoch nicht mehr aus den Lautsprechern und auch nicht vom Hühnerfutter, sondern eindeutig von dem auf dem Boden verstreuten Popcorn. In der folgenden Filmvorführung raste die tierische Gangster Gang, bestehend aus Wolf, Hai, Piranha, Tarantel und Schlange

über die Leinwand. Zum guten Schluss wurden aus den raffinierten und skrupellosen Dieben und Betrügern jedoch noch anständige Typen, die sogar kleinen, in Not geratenen Katzen und alten Menschen helfen. Man merke sich: „Auch aus einem bösen Wolf kann ein guter Junge werden!“

In der Samstagabendvorstellung feierte Monsieur Claude sein großes Fest. Und natürlich ging es auch dabei auf der Leinwand so turbulent und spaßig zu, dass dem Hauptdarsteller Christian Clavier schon einmal die Haare zu Berge standen. Zumal dann, wenn einer seiner aus anderen Kulturkreisen stammenden Schwiegersöhne darüber nachdachte, als Schwarzer den Jesus zu mimen.

Für die Stadt Marienmünster war das Angebot der Westenergie ein voller Erfolg.

So jedenfalls urteilte Sabine Walter, die für die Stadt Marienmünster die Planung übernommen



**Mit vollen Popcorntüten in der Hand warteten Theo, Kiara, Enessa und Hanno (v. l.) auf die Gangster Gang. Foto: privat**

hatte und bei allen Vorführungen als Organisatorin vor Ort war. Bei ihr sowie bei der von der Kulturstiftung Marienmünster anwesenden Helferin Nicola Nilling bedankte sich der künstlerische Leiter der Kulturstiftung Hans Hermann Jansen. „Ohne euch wäre das kaum möglich“, so Jansen. Ein herzliches Dankeschön richtete er an Maria Kemker, die das

Filmprojekt seitens der Westenergie begleitete. Der Erlös aller Einnahmen kommt der Kulturstiftung der Stadt Marienmünster, somit allen Bürgerinnen und Bürgern zugute.

Besonders gefreut hat Sabine Walter das Kompliment eines Grundschülers. „Das hast Du gut ausgesucht“, lautete sein Kommentar am Ende der letzten Vorstellung.

## Mit Bewegung gegen die Erschöpfung

Wie man mit gezielter Bewegungstherapie wieder zu Kräften kommt

Sorgen und Ängste, permanenter Stress oder Lebenskrisen: Für die mentale Gesundheit sind das große Herausforderungen. Wenn diese Belastungen nur vorübergehend auftreten, kommen die meisten Menschen damit gut zurecht. Schwieriger wird es, wenn sich dadurch psychische oder psychosomatische Krankheitsbilder entwickeln oder verstetigen. Die Corona-Pandemie hat diese Problematik noch verstärkt. Viele Menschen leiden seit Monaten unter Ängsten, Erschöpfung oder depressiven Verstimmungen. Auch die teils aggressiven Debatten in Politik und Gesellschaft belasten oft sehr.

### Wieder in Bewegung kommen

Findet man selbst nicht mehr heraus aus der negativen Gedankenspirale, sollte man sich nicht scheuen, Hilfe zu suchen. Eine gute Option kann eine Bewegungstherapie sein - zum Beispiel die Heileurythmie beziehungsweise Eurythmetherapie. Sie wurde im Rahmen der Anthroposophischen Medizin als ergänzendes Verfahren entwickelt. Dabei geht es nicht um Sportlichkeit. Therapeutinnen und Therapeuten leiten ruhige und gezielte Bewegungen an, um eine stabilisierende und kräftigende Wirkung bei den Anwendern zu erzielen. Die

Heileurythmie ist eine medizinische Behandlung, die auf ärztliche Verordnung durchgeführt und von zertifizierten Therapeuten angeboten wird. Teilweise übernehmen die Kassen die Kosten. Astrid Andersen ist Eurythmitherapeutin und Vorstandsmitglied im Berufsverband Heileurythmie. Sie beschreibt ihren therapeutischen Ansatz so: „Wir entwickeln für die Patienten und Patientinnen eine individuelle Behandlung, in der blockierte Gefühle gelöst und geschwächte Organfunktionen gestärkt werden.“

### Neuer Halt und mehr Selbstvertrauen

Durch die Bewegungsübungen können die Betroffenen zu einer gesunden Balance zwischen physischen, seelischen und geistigen Anforderungen finden und neue Kräfte entwickeln. Der Patient übernimmt dabei eine aktive Rolle und gestaltet so seine Behandlung selbst mit. „Die Heileurythmie macht es möglich, den Menschen wieder Halt zu geben. Sie gewinnen ihr Selbstvertrauen zurück und lernen, sich und ihre Bedürfnisse



Mit ruhigen und gezielten Bewegungen kann die Heileurythmie eine kräftigende Wirkung erzielen.

Foto: djd/BVHE/Paracelsus Krankenhaus Unterlengenhardt

wieder wahrzunehmen. Das ist der Schlüssel zur Genesung“, so Astrid Andersen weiter. Die Heileurythmie kann sowohl in der Prävention als auch bei chronischen und akuten sowie bei schweren Erkrankungen einge-

setzt werden. Inzwischen wird Heileurythmie zunehmend wissenschaftlich erforscht. Weitere Infos und einen Therapeutenfinder gibt es unter [www.bvhe.de](http://www.bvhe.de). (djd)



Die eigenen Bedürfnisse wahrnehmen - das unterstützt den Heilprozess.  
 Foto: djd/BVHE/Die Filderklinik



## Gesundheitszentrum für PersönlichkeitSENTWICKLUNG

Ganzheitliche Aus- und Weiterbildungen, Seminare, Workshops, individuelle Prozessbegleitung

-  Schamanismus / Erlebnispädagogik
-  Feuerlauf & Schwitzhütte
-  ganzheitliche Gefühlsarbeit / Präsenztraining
-  zielorientierte Familien- & Themenaufstellung
-  Schattenintegration / Trancearbeit
-  astrosophische Archetypenlehre & Symbolsprache
-  weitere Angebote siehe Homepage

05276 / 2389 868 | [www.gzpe.de](http://www.gzpe.de) | [info@gzpe.de](mailto:info@gzpe.de)  
 Antoniusstr. 15 | 37696 Marienmünster



## Schloss Rheder ziert neuen Lions-Adventskalender

Aktion der Serviceclubs Bad Driburg und Brakel macht sich stark für die Essenstafeln im Einzugsgebiet

Bad Driburg/Brakel (bb). Schloss Rheder ziert in diesem Jahr als Bildmotiv den Lions-Adventskalender. Das Barockschloss aus dem Jahr 1750 hat ein paar mehr Zimmer als die 24 Kläppchen des Adventskalenders, aber hinter jedem der 24 Adventsfenster verbergen sich wertvolle Preise.

Zum zwölften Mal haben die Fördervereine der Lions Clubs Bad Driburg und Brakel ihren besonderen Adventskalender aufgelegt. Er kostet fünf Euro und der Erlös geht komplett an einen guten Zweck. „In diesem Jahr spenden wir den Erlös den Essenstafeln in Brakel, Bad Driburg und Steinheim. Gleichzeitig nimmt



Hausherrin von Schloss Rheder, Gabriele Freifrau von Spiegel, präsentiert mit den Vertretern der Lions-Clubs den neuen Adventskalender.



*Jetzt täglich frischer*  
*»Gänse und Entenbraten*  
*»Heimische Wildgerichte*

Wir freuen uns auf  
Ihren Besuch  
Bad Driburg, Lange Str. 70  
Tel. 0 52 53 / 22 20

man mit dem Kalender an der Verlosung von Preisen im Wert von über 12.500 Euro teil“, erläutert Aktionsorganisator Fritz Unruhe vom Brakeler Lions Club. Auch bei der ersten Kalenderaktion 2011 war der Erlös den örtlichen Tafeln gespendet worden.

Am 2. November ist der Verkaufsstart des Kalenders, der in diesem Jahr erneut in einer Auflage von 4.500 Stück in den Handel kommt. Erworben werden kann er in ausgewählten Geschäften in Bad Driburg, Brakel, Nieheim, Steinheim und Borgentreich. In Steinheim kann der Kalender in der Apotheke im Gesundheitszentrum und der Center Apotheke, der Buchhandlung Wedegärtner, Fred Frisör, Lödige & Sohn Raumausstattung,

tungen, Physiotherapeutische Praxis Martin Bürger und der Praxisgemeinschaft Dr. Nalbach, Thiele, Dr. Winter, Schill, sowie dem Raiffeisen-Markt erworben werden. In Nieheim gibt es den Kalender im Schuhhaus Reineke und der St. Nikolaus-Apotheke und in Borgentreich im Bauzentrum Kühlert.

Seit dem Jahr 2011 hätten die Brakeler und Bad Driburger Lions mit den Adventskalendern eine Spendensumme in Höhe von rund einer viertel Million Euro eingeworben und damit nachhaltig soziale Projekte gefördert, betont Unruhe. Die 22.500 Euro der diesjährigen Kalenderaktion wer-

den den Hilfsaktionen Speisekammer Bad Driburg, Tischlein deck dich Brakel und dem Steinheimer Tisch zur Verfügung gestellt. Vorausgesetzt, es werden alle Kalender verkauft. „Nach unserer bisherigen Erfahrung sind die Kalender immer schon nach kurzer Zeit ausverkauft, denn sie sind ein sehr begehrtes Geschenk zum Beginn der Adventszeit“, sagt Unruhe.

139 Gewinnchancen enthalten die Kalender. Es gibt Reise- und Restaurantgutscheine zu gewinnen, eine Ballonfahrt und viele Sachpreise. Fritz Unruhe: „Der Hauptpreis ist eine Reise im Wert von 1.250 Euro.“



**BÖHLER'S**  
*Landgasthaus*

Hotel & Restaurant am gräflichen Park

Zauberhafte weihnachtliche Atmosphäre gepaart mit leckeren Speisen steht für schöne Stunden in der Weihnachtszeit bei uns.

**1. und 2. Weihnachtstag**  
11–15 Uhr geöffnet bitte reservieren

Hinter dem Rosenberg 2 | 33014 Bad Driburg  
Telefon: 0 52 53. 12 35 | E-Mail: [info@boehlers.net](mailto:info@boehlers.net)



Organisator Fritz Unruhe stellt den neuen Lions-Kalender vor.

# BESINNLICHE ADVENTSZEIT

## Weihnachten für alle

Initiatoren vom Steinheimer Tisch helfen Bedürftigen



**Weihnachten für alle - das Team vom „Steinheimer Tisch“ bittet um Lebensmittelspenden, damit allen Bedürftigen ein Weihnachtspäckchen übergeben werden kann. Foto: M.Sieland (2021)**

(sie) „Alle Jahre wieder“ soll jeder eine Weihnachtsfreude haben. Dies ist seit fünfzehn Jahren das Motto der Initiatoren vom „Steinheimer Tisch“.

### Bitte helft alle mit!

### Schon jetzt laden wir Sie wieder ein

„Weihnachten für alle“, machen Sie mit,...

... damit es in Kinderherzen Weihnachten wird!

Der Steinheimer Tisch bittet wieder um offen gepackte Pakete mit Lebensmitteln - weihnachtlich dekoriert. Diese kommen direkt den Bedürftigen in der Großgemeinde Steinheim zu Gute, verspricht das Team.

**Abgabetermin ist Dienstag, der 13. Dezember von 12 bis 18 Uhr in der evangelischen Kirche**

### Steinheim.

Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Steinheimer Tisches werden dann alle Päckchen und Pakete so vorsortieren, dass für jeden ein passendes Paket bereitsteht, so dass auch die Großfamilien ein entsprechend großes Paket erhalten.

Das Steinheimer Tisch Team dankt allen, die ein Päckchen oder ein Paket stiften wollen: „Sie werden wieder große Freude auslösen“, denn nur durch Ihre Mithilfe kann dieses Projekt durchgeführt werden.

Die Aktion dient jedes Jahr dazu, auch jenen ein Weihnachten mit Festessen und Geschenken zu ermöglichen, die es sich schlicht nicht leisten können.

## Individuelle Weihnachtskugeln



Wer gerne individuelle Kugeln für den Weihnachtsbaum herstellen möchte, braucht nicht viel:

- Glaskugeln (idealerweise mit Aufhängung)
- Nagellack (verschiedene Farben)
- Küchenpapier oder eine andere Unterlage, um den

Tisch vor Flecken zu schützen  
Zunächst sollte man die Aufhängung entfernen, damit sie nicht verklebt. Dann den Nagellack auf die Kugel tropfen

lassen. Die Kugel vorsichtig drehen, damit die Farbe verläuft. Wer möchte, kann auch verschiedene Farben mischen oder ineinander verlaufen lassen. Mit dem Pinsel des Nagellacks können anschließend kleine Punkte oder feine Linien auf die Kugel aufgetragen werden.

Anschließend muss die Kugel für mindestens zwei Stunden trocknen. Am besten funktioniert das, wenn man die Kugeln in einen Eierbecher oder ein etwas kleineres Glas stellt.

**MANIFATTURA**

**HÜTENZAUBER**

Samstag 03.12.22 | 12-18 Uhr  
Sonntag 04.12.22 | 12-18 Uhr



### PERFEKT FÜR DIE FAMILIE!

Der Rotary Club Bad Driburg sorgt mit leckeren Köstlichkeiten für das leibliche Wohl.

Die Einnahmen werden für einen guten Zweck gespendet.

Am Samstag kommt die Märchantante und Sonntag ab 16.00 Uhr der Weihnachtsmann und bringt den Kindern eine kleine Überraschung.

MANIFATTURA, I ANGF STRASSF 127, 33014 BAD DRIBURG  
ÖFFNUNGSZEITEN: SA 10-18 UJ IR SO 12-18 UJ IH

## Einladung zum Äthiopienabend

Die Mitglieder der Äthiopienhilfe Steinheim/Heepen sind am 31. Oktober von ihrer diesjährigen Reise nach Äthiopien zurückgekehrt.

„Es war wieder eine intensive Zeit in Äthiopien, von der es viel zu berichten gibt. Deshalb möchten wir Sie/euch alle gerne zu unserem Äthiopienabend am

Sonntag, den 20. November um 15 Uhr in das Kolpinghaus, Am Piepenbrink 6 in Steinheim einladen.

Wir werden wieder mit viel Bild- und Film-Material von unserer Arbeit und den Projekten berichten. Wir freuen uns schon auf Sie/Euch“, lädt Heike Nalbach für die Äthiopienhilfe ein.

GESCHENKIDEEN ZUM



WEIHNACHTSFEST

## Ein Jahr voller unvergesslicher Gartenschau-Momente



Jetzt Jahreskarten für 2023 sichern und selbst genießen oder zu Weihnachten verschenken! Farbenfrohe Blumenpracht, entspannte Walldidylle, abwechslungsreiche Spielplätze, der einzige Grüffelo Pfad Deutschlands sowie familienfreundliche Veranstaltungen wie das Sparkassen-

Waldleuchten, die Sandwelten und das Kürbisfestival: Die Gartenschau in Bad Lippspringe ist das ideale Ausflugsziel für Familien und Naturfreunde in der Region. Aktuell haben alle Fans der mehrfach ausgezeichneten Parkanlage die Möglichkeit, sich ihre Jahreskarte für 2023 zum Vorteils-



Ab dem ersten Adventswochenende sorgen zahlreiche Leuchtobjekte wieder für festliche Stimmung in der Gartenschau Bad Lippspringe.



## Gartenschau 2023 Fühlst sich an wie Urlaub



JETZT  
JAHRES-  
KARTEN  
SCHENKEN!

...direkt vor  
Deiner Tür!

5 Euro Frühbucherrabatt  
bis zum 8. Januar  
plus 2 Gratismonate  
in 2023 für Neukunden!



preis zu sichern. Für besonders treue und auch für neue Kunden gibt es darüber hinaus attraktive Boni.

Erwachsene Einzelpersonen sowie Familien mit einem Erwachsenen und beliebig vielen eigenen (Enkel-) Kindern bis 17 Jahre, die den vergünstigten Jahreskarten-Vorverkauf nutzen, sparen beim Kauf ihrer Gartenschau-Jahreskarte für 2023 zurzeit 5,00 Euro und zahlen somit nur 40,00 Euro. Und Familien mit zwei Erwachsenen und beliebig vielen eigenen (Enkel-) Kindern bis 17 Jahre zahlen im günstigen Vorverkauf, der bis zum 8. Januar 2023 läuft, lediglich 80,00 Euro.

Für besonders treue Jahreskarten-Inhaber bietet die Gartenschau erstmals einen attraktiven Zusatzrabatt in Höhe von 5,00 Euro. Und auch für Personen, die aktuell keine Jahreskarte für die Gartenschau besitzen, lohnt sich der Kauf des Tickets in diesem Jahr besonders. Denn Neukunden bekommen zwei Monate Gartenschau geschenkt und haben die Möglichkeit, ihre Jahreskarte für 2023 bereits im November und Dezember 2022 zu nutzen. Nähere Informationen dazu gibt es online unter [www.gartenschau-badlippspringe.de](http://www.gartenschau-badlippspringe.de).

## GESCHENKIDEEN ZUM WEIHNACHTSFEST

### Salzgrotte Bad Driburg

Kraft tanken und das Immunsystem stärken - Erholung pur für Körper und Geist

Die Salzgrotte Bad Driburg ist ein Ort der Entspannung und Gesundheit.

Durch die Verbindung von insgesamt 20 Tonnen Salz und 4 Salinen entsteht ein Reizklima, welches vergleichbar mit einem Aufenthalt am Meer ist. Die Sole-Inhalation reinigt die Lunge, ist somit empfohlen bei Krankheiten wie Asthma, Allergien oder hartnäckigem Husten, aber auch bei Hauterkrankungen oder Schlafstörungen und Stress.

Auch nach einer überstandenen Covid 19 Infektion ist ein Aufenthalt in der Salzgrotte sehr hilfreich. Sie nehmen in bequemen Liegen Platz und können sich vom Alltagsstress erholen.

Auch Kinder sind in der Salzgrotte herzlich willkommen. In speziellen Familiensitzungen spielen die Kinder im Salz wie in einem großen Sandkasten und stärken so ganz unbemerkt ihr Immunsystem.

Eine besondere Entspannung bieten die Massagen bei Marion Weber (Physiotherapeutin & Entspannungstrainerin, sowie Inhaberin der Salzgrotte Bad Driburg) in dem außergewöhnlichen Ambiente der Salzgrotte, als Gutschein auch eine beliebte Geschenkidee.

Neu in der Salzgrotte sind neben der beliebten Klangmeditation auch diverse andere Kurse wie Salzyoga, Rücken Relax oder Fantasiereisen mit Klang für Kinder.

Alle aktuellen Informationen finden Sie auf [www.salzgrotte-bad-driburg.de](http://www.salzgrotte-bad-driburg.de).

Die Öffnungszeiten der Salzgrotte sind werktags von 9:30 Uhr - 12:00 Uhr & 13:30 Uhr - 17.15 Uhr. Am Wochenende oder Feiertag von 10:30 Uhr - 13:00 Uhr & 13:30 Uhr - 16:00 Uhr. Dienstags ist Ruhetag.

Eine telefonische Reservierung wird empfohlen unter 05253/ 974238.



Die salzhaltige Luft wirkt abschwellend, schleimlösend und entzündungshemmend. Nach einem Infekt können Sie die Salzgrotte nutzen um Ihr Immunsystem zu unterstützen und so schneller wieder zu genesen.



Eine besondere Entspannung in der Salzgrotte bieten die Massagen bei Marion Weber, als Gutschein auch eine besondere Geschenkidee.



 **SalzGrotte**  
BAD DRIBURG

WOHLFÜHLEN · ENTSpannen · DURCHATMEN

**WEIHNACHTSANGEBOT**

10er Karte + 1 Besuch gratis 90,- €  
5er Karte + 1 Besuch gratis 54,- €

[www.salzgrotte-bad-driburg.de](http://www.salzgrotte-bad-driburg.de)

**05253 974238** • Am Hellweg 10 • 33014 Bad Driburg

## GESCHENKIDEEN ZUM WEIHNACHTSFEST

### „Es weihnachtet schon.....bei ADAM Medizintechnik

(sie) „Wir bedanken uns bei unseren Kunden für ihre Treue und für die gute Zusammenarbeit in vergangenen Jahr!

Wir wünschen allen eine schöne und besinnliche Adventszeit, ein schönes Weihnachtsfest und bleiben Sie gesund!

„Sie finden bei uns im Sortiment auch schöne und vor allem nützliche Geschenke für Ihre

Lieben. Winterschlupsäcke z.B. sind in der kalten Jahreszeit für Rollstuhlfahrer\*innen enorm wichtig ebenso Regenschirme für Rollatoren“, erklärt Christina Hon. „ADAM Medizintechnik bietet in Steinheim an der Detmolder Straße 67 - 73 Rundum-Service in der Medizintechnik. Vor viereinhalb Jahren ist das Unternehmen hier eingezogen. „Wir fühlen uns am



Lymph- und Lipödem. Qualitativ hochwertige Kompressionsstrümpfe für Arme und Beine gibt es in schickem Design und trageangenehmen Flach- und Rundstrick. „Der Kompressionsstrumpf unterstützt dabei, die eigene Persönlichkeit in der Venentherapie zu entfalten - oder sich mit den neuen Farbtrends auch mal ganz neu zu erfinden“, so die Firma „medi“. Die neuen Trendfarben sind Kastanienbraun, Himbeerrot, Mangogelb und Grau. Dazu Verzierungen mit Swarovski-Steinen, da seien die Strümpfe richtig „Hip“, strahlt eine Kundin. Alle Strümpfe werden von Christina Hon individuell angepasst.

Christina Hon und Swen Schmiedel zeigen auch ein Herz für andere, Sie unterstützen seit langem die Aktion der Löwenmama Susanne Saage. Aktuell ist wieder ein Tisch mit „Hilfsmitteln“ und Wünschen aus den Kliniken, die von der Löwenmama unterstützt werden, aufgebaut. Zahlreiche Kunden greifen hier zu und helfen so dem Engagement von Susanne Saage. Es gibt einen Tisch mit z.B. Wärmekissen, Trinkflaschen, Lagerungskissen und vielen Dingen mehr, die die Kliniken bei der Löwenmama bestellt haben. Dies können von den Kunden erworben werden und zu Weihnachten bringt Susanne Saage die Geschenke zu den Kliniken.

„Das Engagement von Susanne Saage ist einfach beispielhaft“, erklärt Christina Hon. „Das unterstützen wir von Herzen!“

### Starke Wirkung für starke Frauen!

Auch für Männer!



Immer in guten Händen.

**ADAM**  
MEDIZINTECHNIK

Adam Medizintechnik GmbH

Detmolder Straße 67-71  
D-32839 Steinheim

Tel.: +49 (5233) 209 48 78  
Fax: +49 (5233) 209 48 79

[www.adam-med.de](http://www.adam-med.de)

P

Direkt  
vor dem  
Haus!



Viele Dinge, die Kinderherzen höher schlagen lassen, sind bei ADAM Medizintechnik erhältlich. Ihr gezielter Kauf unterstützt die Aktion „Löwenmama“ von Susanne Saage (rechts). Foto: Margret Sieland

# GESCHENKIDEEN ZUM WEIHNACHTSFEST

## 21 Jahre „Löwenmama“

Unermüdlicher Einsatz, der mehr denn je von Herzen kommt

(sie) Was im Jahr 2001 mit einer Schreckensnachricht begann, hat sich zu einer ganz besonderen Spendenaktion entwickelt, die in der Weihnachtszeit für viele Kinder ein Stück Hoffnung bringt. Susanne Saages dritter Sohn bekam im Jahr 2001 die Diagnose Leukämie - für die Familie eine Katastrophe. Doch die Familie kämpfte unermüdlich, besonders die Eltern zerrissen sich zwischen Krankenhaus und zu Hause. Die beiden älteren Brüder von Moritz litten stark unter der Situation. Moritz konnte durch eine Stammzellenspende gerettet werden und aus Dankbarkeit kümmert sich die „Löwenmama“ seit 21 Jahren um kranke Kinder, aber auch um die Geschwister in den Krankenhäusern. Deutschlandweit werden mittlerweile 60 Kliniken und Hospize beliefert. „Den kranken Kindern und den Geschwistern, gerade in der Weihnachtszeit ein Lächeln ins Gesicht zu zaubern und ein wenig Freude zu bringen, das ist für mich das schönste Weihnachtsgeschenk. Mit meiner Familie bringen wir die Geschenke persönlich zu den Kindern“, berichtet Susanne Saage. Das Projekt wird durch Spenden erst möglich. Diese

Spenden sammelt die „Löwenmama“ unermüdlich ein. In vielen Geschäften stehen Spendentische, zahlreiche Firmen und Vereine engagieren sich für die gute Sache. Die kranken Kinder schreiben ihre Weihnachtswünsche auf und Susanne Saage erfüllt sie alle. Sie hat viele ehrenamtlich engagierte, die ihr den Rücken stärken und sie unterstützen - auch betroffene Eltern, die selbst ein krankes Kind haben oder hatten. Ihre größte Stütze ist ihre eigene Familie, die ihr tatkräftig bei ihrer Aktion unter die Arme greift. In Steinheim findet die Löwenmama seit vielen Jahren bestmögliche Unterstützung. Mit dabei ist „Kaufhaus Schwager“, „ADAM Medizintechnik“, REWE Axel Remmert-Bobe und REWE Jörg Kanne“, Team Wedegärtner, „Christiaan Veenstra/ HOLIDAY LAND Reisebüro“, „Raumausstatter/ Geschenke Gerd Lödige“, „Annas Bistro mit Herz“, im Center am Speicherturn „EDEKA Wast“, „Schuh Klocke“, Goeken Backen“ und „Foto Beckmann“ und die ungenannten, die im Hintergrund bleiben möchten. „Ich bin unendlich dankbar für die großartige Hilfe, die ich hier und überall bekomme“, so



Unterstützer Christiaan Veenstra vom HOLIDAY LAND Reisebüro ist immer zu einem Spaß aufgelegt. Foto: Margret Sieland



Kuschelige Kissen, Decken, Kinderrucksäcke, Portemonnaies und vieles mehr gibt es bei Anette Lödige in der oberen Marktstraße. Foto: Margret Sieland

Susi Saage. Für ihren großen Einsatz ist sie in ihrer Heimatstadt Nieheim 2015 mit dem Ehrenamtspreis der Stadt Nieheim ausgezeichnet worden und 2020 erhielt sie das Bundesverdienstkreuz. Die Löwenmama ist mit soviel Herzblut und Engagement bei ihrer Aktion, dass jedem das Herz aufgeht (wenn es nicht aus Stein ist) wenn sie davon berichtet.

Jeder kann helfen und an den genannten Stellen etwas für die kranken Kinder erwerben, es kommt an!



## Rekordernte auf heimischen Streuobstwiesen

Heimat- und Kulturverein Marienmünster erntet 15 Tonnen Obst

(sie) Das Jahr 2022 bescherte reichlich Obst auf den Streuobstwiesen des Heimat- und Kulturvereins Marienmünster. So konnten ehrenamtliche Helfer eine Rekordernte verzeichnen. An drei Tagen wurden rund 15 Tonnen Äpfel und Birnen geerntet. Erstmals wurden Äpfel an die Aktion Heimatäpfel geliefert. Rund zwei Tonnen werden zu Obstbrand in der Edelbrennerei in Bellersen zu Obstbrand verarbeitet. An der mobilen Obstpresse wurden 2.450 Liter Apfelsaft gepresst. Auf den 13 Hektar naturbelassenen Streuobstwiesen, die

vom Verein gepflegt werden, sind alte Obstsorten, wie Roter Boskoop, Goldparmäne, Gravensteiner, Glockenapfel vorhanden. Der Direktsaft wird in 5-Liter-Behältern mit Zapfhahn angeboten. Die Mindesthaltbarkeit beträgt zwei Jahre. Auch nach Anbruch hält sich der Saft noch einige Wochen. Der Brand wird in 0,5-Liter-Flaschen angeboten. Verkaufsstellen für Apfelsaft und Obstbrand sind in der Tankstelle K 59 in Vörden, im Geschäft von Michael Nolte in Vörden, bei Edeka in Vörden und in der Schaukäserei Menne in Nieheim.



Freiwillige Helfer des Heimat- und Kulturvereins Marienmünster nach erfolgreicher Ernte von links: Gisbert Lücke, Willi Seck, Helmut Schmerez, Brigitte Lücke, Georg Massolle, Ewald Kreilos, Sonja Delling und Wolfgang Kaiser. Foto: privat

## Fördervereingründung für den Kindergarten Marienmünster-Vörden

Schon lange wurde sich für den Kindergarten Marienmünster-Vörden ein Förderverein gewünscht. Im letzten Kindergartenjahr fand sich eine Gruppe aus Müttern, die bereit waren, diesen zu gründen. Alle haben Kinder, die aktuell den Kindergarten Marienmünster-Vörden besuchen. Näher kennengelernt haben sie sich bei der vorherigen Zusammenarbeit im Elternbeirat. Die Chemie stimmte von Anfang an und man war sich schnell einig das Projekt „Fördervereinsgründung“ anzugehen.

Nach sorgfältiger Vorbereitung fand dann am 30. März die Gründerversammlung statt. Einstimmig wurde der Vorstand des Förderverein des Kindergarten Marienmünster - Vörden e.V. gewählt. Er setzt sich wie folgt zusammen:  
 Sandra Kreilos: 1. Vorsitzende  
 Michaela Grüne: 2. Vorsitzende  
 Carolin Schwemmer: Schriftführerin  
 Kathrin Schmerez: Kassiererin  
 Nach einer kleineren Aktion auf dem Sommerfest des Kindergartens und der Ausrichtung eines Kindersachenbasars im Septem-

ber, war es dem Verein ein Anliegen etwas Besonderes für die Adventszeit zu organisieren. So kam der Gedanke eines Weihnachtsmarktes, auf dem eigens hergestellte Produkte zum Verkauf angeboten werden sollen, auf. Der Vorschlag erhielt sehr viel positive Resonanz. Es konnten zahlreiche Kinder, Erzieher/innen, bastelbegeisterte Eltern, Großeltern und Freunde des Kindergartens gewonnen werden, diesen Weihnachtsmarkt zu unterstützen. Alle produzieren gerade mit viel Herzblut sowohl

Gebasteltes als auch kleine Leckereien. Als Ausrichtungsort erschien das Herz von Vörden, mit dem Haus des Gastes ideal. Am 26. November findet man hier also ab 16 Uhr Verkaufstände mit selbst hergestellten Produkten. Für die Kinder wird es ein Bastelangebot geben. Außerdem gibt es Bratwürstchen sowie kalte und warme Getränke. Ein weiteres Highlight wird eine Tombola mit großartigen Preisen sein. Der Förderverein freut sich über viele Besucher aus nah und fern.

## 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.



**MEDIENBERATERIN**  
Margarethe Sieland

**MOBIL** 0157 55659266  
**E-MAIL** m.sieland@rautenberg.media



## Stromsparen im Elektroauto

Die rasant gestiegene Zahl von Elektroautos auf unseren Straßen kann nicht darüber hinwegtäuschen, dass ein Kernthema bei deren Nutzern nach wie vor für Beunruhigung sorgt: die Reichweiten-Ansst. Wie man mit Elektroautos besonders sparsam und weit fahren kann, erklärt die Zeitschrift Auto Straßenverkehr in ihrer aktuellen Ausgabe.

### Tempo

Mit dem Fahrstil beeinflusst man direkt den Verbrauch. Starke Beschleunigung, plötzliches Abbremsen und dadurch wieder notwendiges Anfahren sowie eine hohe Durchschnittsgeschwindigkeit erhöhen den Stromverbrauch und reduzieren die Reichweite. Mit welcher Durchschnittsgeschwindigkeit man am weitesten kommt,

hängt vom Modell, dessen Größe und Gewicht ab. In verschiedenen Tests hat sich eine Geschwindigkeit zwischen 90 und 100 km/h als optimal herausgestellt.

### Rollwiderstand

Die Reifen haben großen Einfluss auf den Verbrauch. Daher verfügen manche Modelle ab Werk bewusst über schmale Reifen mit großem Durchmesser - das senkt Roll- und Luftwiderstand. Wer den Luftdruck um 0,2 bar über den Mindestdruck erhöht, senkt ebenfalls den Widerstand, ohne dass der Reifen leidet.

### Eco-Modus

Viele Elektroautos verfügen über einen Eco-Modus, der bis zu zehn Prozent mehr Reichweite ermöglichen soll. Er reduziert Beschleunigung und Höchstgeschwindigkeit,

keit, mitunter werden auch Heizung und Klimaanlage gedrosselt.

### Heizung

Klimaanlage und Heizung sind Stromfresser. Hier lässt sich viel Energie einsparen. Im Sommer bei 35 Grad senkt der Verzicht auf Kühlung durch die Klimaanlage den Reichweitenverlust von 17 auf vier Prozent. Auch wenn man nicht auf Heizen und Kühlen verzichten will: Man sollte die Technik sparsam einsetzen, wenn man längere Fahrten plant. So sollte man im Winter eher die Sitzheizung nutzen als das Heizgebläse.

### Routenplanung

Langstrecken sollten mit Blick auf Staus genau geplant werden. Denn zähflüssiger Verkehr mit häufigem Bremsen und Anfahren kostet zusätzlich Strom. Moder-

### NÄCHSTEN MONAT:

**TIPPS ZUM STROMSPAREN IN DER WEIHNACHTSZEIT**

ne Navis und Smartphone-Apps können Routen unter Einbeziehung des aktuellen Verkehrs, Fließgeschwindigkeit, Fahrbahnbeschaffenheit, Wetterdaten und den Standorten von Ladestationen planen.  
(mid/ak-o)

## Zukunftswerkstoff Kupfer

### Große Erzlager und hohe Recyclingquote sichern den Kupferbedarf langfristig

Der Werkstoff Kupfer begleitet uns durch unseren Alltag - oftmals, ohne dass wir es bewusst wahrnehmen. Die moderne technische Welt würde ohne Kupferwerkstoffe nicht funktionieren. Und eine große Bedeutung hat der Werkstoff beim Klimaschutz: in E-Fahrzeugen, in Windrädern und PV-Anlagen ist Kupfer nahezu unersetzlich. Und die Nachfrage wird im Zuge der technischen Entwicklung und des Umstiegs auf erneuerbare Energien weiter steigen. Die gute Nachricht ist, dass Kupfer im Unterschied zu anderen Roh-

stoffen noch lange verfügbar sein wird.

### Mehr als 50 Prozent des Kupfers stammen aus der Wiederverwertung

Ein Grund dafür ist seine endlose Wiederverwertbarkeit. Fossile Brennstoffe werden unwiedergänglich verbraucht, Materialien wie Kunststoffe sind nur bedingt und nicht unendlich recyclingfähig. Kupfer dagegen kann unbegrenzt zurückgewonnen und zu neuen Produkten verarbeitet werden, ohne dass es zu Qualitäts-einbußen kommt. So wird bereits

heute mehr als die Hälfte des Kupferbedarfs in Deutschland aus Recyclingmaterial gedeckt. Unter [www.kupferinstitut.de/recycling](http://www.kupferinstitut.de/recycling) gibt es dazu viel Wissenswertes und weitere Hintergrundinformationen.

### Große Erzvorkommen rund um den Globus

Ein weiterer Grund dafür, dass eine Verknappung von Kupfer nicht zu erwarten ist, liegt in seiner hohen Verfügbarkeit in der Erdkruste. Vorkommen, die sich wirtschaftlich nutzen lassen, findet man auf fast jedem Kontinent.

Aktuell stehen einem jährlichen Kupferbedarf von 28 Millionen Tonnen Kupfervorräte von geschätzten 870 Millionen Tonnen gegenüber. Auf der Grundlage vorläufiger geologischer Untersuchungen prognostizieren Experten aber weit größere Ressourcen von 5.000 Millionen Tonnen. Nicht eingerechnet sind dabei künftige neue Gewinnungsverfahren, die auch die Erschließung von sogenannten „armen“ Erzlagern ermöglichen, die heute noch nicht wirtschaftlich sind.  
(djd)



Traditionelle Kupferanwendungen etwa in Münzgeld machen nur mehr einen geringen Teil des Bedarfs aus. Unersetzlich ist das rote Metall vor allem in der Elektrotechnik und Elektronik sowie in Umweltanwendungen. Foto: djd/Deutsches Kupferinstitut/Shutterstock

**Wir reparieren und warten auch Ihr Elektro-Auto**



05253/  
940640



**Auto Hillebrand**  
GmbH & Co KG  
fair - kulant - zuverlässig



Groppendiek 17 • 33014 Bad Driburg • [www.auto-hillebrand.de](http://www.auto-hillebrand.de)

## EGV Nieheim veröffentlicht Wanderplan 2023

### Jahreswanderung führt ins Sauerland

Nieheim (nak). Wandern heißt: „Durchatmen, die Natur riechen, sehen und spüren und einfach entspannen - Wandern ist gesund, macht fit und hält jung. Und zusammen macht es gleich noch mehr Spaß“, so Günter Kaiser vom Vorstand des EGV, Abt. Nieheim. Mit der Veröffentlichung des Wanderplans 2023 spricht er die Einladung aus: „Nehmen Sie doch mal an einer gemeinschaftlichen Wanderung teil und genießen Sie all die positiven Effekte, die der Ausflug ins Grüne mit sich bringt.“ Für das kommende Jahr werden zwölf Wandertouren und Ausflüge angeboten. Highlight ist die Jahreswanderung vom 1. bis 4. Juni 2023 mit dem Ziel Bödefeld im Hochsauerland, in dem im Landhotel Albers Quartier gemacht wird. Wer hieran teilnehmen möchte, muss sich bis Mitte November 2022 anmelden. An allen vier Tagen wird gewandert. Das Wanderjahr 2023 beginnt am 12. Februar 2023 mit einer Rundwanderung um die Herlingsburg. Die Herlingsburg ist eine Wall- und Flieburg im östlichen Lipper Bergland auf dem

Gebiet der Gemeinden Lügde. Zur Jahreshauptversammlung lädt der Vorstand am 3. März um 19 Uhr ins Sackmuseum ein. Am 19. März wird auf dem Rundweg um das idyllische Sandebeck gewandert. Immer den Kirchturm im Blick führt der Panoramaweg rund um den kleinen Ortsteil von Steinheim. Am 23. April führen die Wege der Vielfalt bei Höxter-Ottbergen durch eine abwechslungsreiche Kulturlandschaft hinauf auf die Hänge rechts und links der Nethe. Eine Maiwanderung mit Frühstück startet am 1. Mai um 8 Uhr. Anmeldung erforderlich.

Mit dem Fahrrad geht es am 17. Juni zur Landesgartenschau in Höxter. Anmeldung erforderlich. Eine aussichtsreiche Rundwanderstrecke bietet der Panoramaweg Marienmünster um die Abtei und Oldenburg am 16. Juli. Am 19. August steht eine Tageswanderung an. Um 8 Uhr startet die Fahrt nach Villingen. Das Silberbachtal nahe der Ortschaft Leopoldstal gilt als eine der schönsten Wanderregionen im Naturpark Teutoburger Wald. Die



In diesem Landhotel in Bödefeld werden die Wanderer aus Nieheim logieren.

Wanderung führt am 17. September in das eindrucksvoll von der Natur gestalteten Tal unterhalb des Velmerstot. Ein Rundwanderweg im Brakeler Bergland wird am 15. Oktober erwandert. Schon traditionell ist die Wanderung am 18. November mit anschließendem Grünkohlessen in Erwitzen.

Ansprechpartner für alle Wanderungen ist Günter Kaiser, 05274/8211. Die Wanderungen starten grundsätzlich um 13 Uhr am Parkplatz an der Sparkasse in Nieheim, sofern nichts anderes vermerkt ist. Empfehlung: Bitte auf festes Schuhwerk und angemessene Wanderkleidung achten und Getränke nicht vergessen.

## Besondere musikalische Unterhaltung

### Jagdhornbläser des Hegerings Höxter-Nieheim erfreuten die Gottesdienstbesucher

(ahk) Achtung vor den Geschöpfen gilt als Waidgerechtigkeit und gehört zu den Verhaltensgrundsätzen einer gesitteten Jägerschaft. Zurückgeführt wird dieser Ehrenkodex des edlen Waidmanns auf den heiligen Hubertus von Lüttich. Da sein Namenstag am 3. November gefeiert wird, erinnern die christlichen Jägerschaften in dieser Zeit vielerorts mit den sogenannten Hubertusmessern an den im 8. Jahrhundert verstorbenen Bischof und Wohltäter. Im Nieheimer St. Nikolaus Altenwohn- und Krankenhaus erlebten die Bewohner ihren Hubertus-Gottesdienst am Nachmittag des 22. Oktober mit mehreren Gästen sowie den Bläsern des Hegerings Höxter-Nieheim. Geleitet wurde die Feier von Diakon Michael von Boeselager, als Lektorin assistierte ihm Kathrin Kaufmann vom Sozialen Dienst. Welche



Diakon von Boeselager (mittig) leitete den von Jagdhornbläsern begleiteten Gottesdienst. Foto: ahk

Freude der Auftritt der Jagdhornbläser den Seniorinnen und Senioren bereitete, zeigten ein langanhaltender Beifall und die Bitte, im nächsten Jahr doch unbedingt wiederzukommen.



## Die besten Tipps für gesundes Zahnfleisch

Mehr als die Hälfte der jungen Erwachsenen in Deutschland leidet an Entzündungen des Zahnfleischs. Bei etwa jedem Zehnten der betroffenen 35- bis 44-Jährigen geht das bis zu einer Erkrankung des gesamten Zahnhalteapparates (eine schwere Parodontitis). In anderen Altersgruppen sieht es nicht viel besser aus. Die Entzündung kommt quasi „mit Ansage“: Wird Zahnbeflag (Plaque) nicht regelmäßig entfernt, verkalkt dieser und wird zu Zahnstein. Darin siedeln sich Bakterien an, die den Zahnschmelz angreifen und unter das Zahnfleisch wandern. Dort sind sie per Zahnbürste unerreichbar. Ohne Gegenmaßnahmen drohen so Entzündungen.

Was tun? Ohne tägliches Zahneputzen geht es nicht. Dazu gehört auch das Reinigen der Zahzwischenräume mit Zahnseide oder einer Interdentalbürste.

### Vielseitiger Helfer Vitamin C

Gerade auch auf der Ernährungsseite kann man aktiv werden: Ein vielseitiger Helfer gegen Parodontitis und ihre Vorstufen ist Vitamin C. Dieses unterstützt die Vermehrung von Abwehrzellen gegen die Plaquebakterien. Studien haben gezeigt, dass eine erhöhte Vitamin-C-Aufnahme das Zahnfleisch stärkt.

Coenzym Q10 schützt Zellen vor Schäden durch oxidativen Stress und somit vor Entzündungen. Das Auftragen von Coenzym Q10 auf das Zahnfleisch konnte in ersten

Studien sowohl bei Gingivitis als auch bei Parodontitis Zahnfleischbluten lindern und die Tiefe der Zahnfleischtaschen verringern. Eine Parodontitis-Behandlung kann auch durch den Einsatz von Probiotika unterstützt werden - etwa als Lutschtabletten oder Kaugummis. Probiotika sind lebende Bakterien, die einen gesundheitlichen Nutzen für den Menschen haben. Milchsäurebakterien können zum Beispiel Plaquebakterien verdrängen. Mehr Infos unter [www.vitamindocor.com/zahnfleisch](http://www.vitamindocor.com/zahnfleisch)

Eine Ernährung, die reich an Omega-3-Fettsäuren ist, kann in vielen Fällen helfen, Entzündungen am Zahnfleisch zu lindern. Wichtig ist dabei ein hoher Gehalt an Eicosapentaensäure (EPA). Fettreiche Fische wie Lachs und Hering zählen zu den wichtigsten Lieferanten der Fettsäuren. Auch die Einnahme über Fischölkapseln ist möglich.

Vitamin D und Calcium sind wichtig für stabile Kieferknochen. Vitamin D reduziert Zahnfleischentzündungen und fördert die Bakterienabwehr. Es wird von der Haut meist nur zwischen Mai und September bei direkter Sonneneinwirkung gebildet. In Winter und Frühjahr leiden daher viele Deutsche an Vitamin-D-Mangel. Es gibt auch Präparate, die eine Kombination von Mikronährstoffen für das Zahnfleisch und das Immunsystem enthalten. (akz-o)

### Rundum gut betreut

im modernen Senioren-Park carpe diem in Bad Driburg

Betreutes Wohnen, stationäre und ambulante Pflege, Tagespflege, ein öffentliches Café-Restaurant „Vier Jahreszeiten“ sowie unser Menü- und Wäschesservice.

#### Jobs in der Pflege – ein Job viele

**Perspektiven.** Infos unter [jobs.senioren-park.de](http://jobs.senioren-park.de) oder in unserem Magazin *study & work*.



Senioren-Park  
**carpe diem**

...nutze den Tag!

#### Senioren-Park carpe diem

Tel.: 05253/4047-0  
Caspar-Heinrich-Str. 14-16 · 33014 Bad Driburg  
[bad-driburg@senioren-park.de](mailto:bad-driburg@senioren-park.de) · [www.senioren-park.de](http://www.senioren-park.de)



**vka**

Verbund katholischer  
Altenhilfe | Paderborn

Willkommen in  
einem Haus voller  
Selbstbestimmung.

Unser Haus Sankt Nikolaus im Herzen von Nieheim bietet Menschen nach individuellem Bedarf Unterstützung und Teilhabe.

#### Zu unserem Angebot gehören:

- 76 vollstationäre Plätze
- Kurzzeit- und Verhinderungspflege
- Offener Mittagstisch
- Seniorengerechte Wohnungen



**Sankt Nikolaus Hospital**  
Hospitalstraße 20 · 33039 Nieheim  
05274 981-0 · [st-nikolaus@vka-pb.de](mailto:st-nikolaus@vka-pb.de)

Wir freuen uns Sie  
kennenzulernen!

[www.vka-pb.de](http://www.vka-pb.de)

## “Das Kleeblatt”

**Ambulante Alten- u. Krankenpflege GbR**

Wir sind ein Team von examinierten Krankenschwestern/-pflegern, Kinderkrankenschwestern und Altenpflegerinnen und verfügen bereits über mehr als 25 Jahre Erfahrung in der Ambulanten Pflege.

Unser Pflegedienst bietet alle Leistungen in der medizinischen Versorgung und Pflege, rufen Sie uns an: Steinheim ☎ 0 52 33 - 9 92 30

## „Das Kleeblatt“ Steinheimer Tagespflege



eine teilstationäre Pflegeeinrichtung

Neue Str. 18 · 32839 Steinheim · Tel.: 0 52 33/9 92 30 · Fax: 0 52 33/9 92 31 · E-Mail: [das-kleeblatt-tagespflege@t-online.de](mailto:das-kleeblatt-tagespflege@t-online.de)

## „Gute Zeit“ mit Sascha Gutzeit und Detektivspinne

Erzbischöfliche Büchereifachstelle und St. Nikolaus Bücherei Nieheim luden Grundschüler zum Vorlesetag ein

(ahk). Über ein besonderes Angebot der Erzbischöflichen Büchereifachstelle Paderborn freute sich die Bücherei St. Nikolaus Nieheim. Sie bekam den bekannten Kinderbuchautor Sascha Gutzeit für eine Lesung angeboten und gab dieses Geschenk, so Irmgard Kuckuk, „mit großer Freude an die Kinder der Kath. Grundschule weiter.“

Dort las der 1972 in Wuppertal geborene Autor, Musiker, Schauspieler und Kabarettist aus seinen Büchern, die von der an der Decke in der Ecke lauernden Detektivspinne Luise oder aber den Stadt-Land-Fluss-Detektiven erzählen. Dabei gelang es Sascha Gutzeit immer wieder, sein kreatives Multitalent so geschickt einzusetzen, dass der Eindruck entstand, seine Figuren wären lebendig und würden

selbst erzählen oder zum Klang der Gitarre singen.

Für die aufmerksam lauschenden und fröhlich mitsingenden Kinder war diese Lesung mit Sascha Gutzeit ein Riesenspaß, der bei einigen von ihnen offensichtlich das Interesse an weiteren Geschichten mit Luise, Opa Hubert, seinem wuscheligen Hund und der Maulwurfsgrille weckte. „Du bist der Beste“, urteilte eine Schülerin und lud den temperamentvollen „Fünf Freunde Sprecher“ und Sänger (Mischung aus Herbert Grönemeyer und Otto Waalkes) zu einer weiteren Lesung nach Nieheim ein. Bis dahin können sich die kleinen Leseratten die Bücher von Sascha Gutzeit bei Irmgard Kuckuk und Gabi Reineke in der Bücherei, Paternosterstraße 1, ausleihen.



Gabi Reineke und Irmgard Kuckuk vom St. Nikolaus Bücherei-Team, Autor Sascha Gutzeit und Rektorin Karin Finkeldei (v. l.) stimmten die Grundschüler auf eine spannende Lesestunde ein. Foto: ahk

## Tosender Applaus für turbulente Komödie

Nach zwei Jahren Spielpause feiert Sommerseller Theatergruppe Lampenfieber 25-jähriges Bestehen mit erfolgreicher Inszenierung

(bb). Die Laientheatergruppe Lampenfieber aus Sommersell feiert in diesem Jahr ihr 25-jähriges Bestehen. „Eigentlich

hatten wir das bereits schon im Jahr 2020, aber leider durften wir ja in dem Jahr nicht spielen und im letzten Jahr war die Vorbereitungszeit zu knapp, sodass wir nach 2019 jetzt erstmal wieder ein Bühnenstück vorbereiten konnten“, berichtet die Vorsitzende Maria Kukuk. Das allerdings war aber erneut ein großer Erfolg. Alle Aufführungen waren nahezu ausverkauft.

Unter der Regie von Kerstin Struck hat das neunköpfige Ensemble bestehend aus Alfons Kukuk, Martin Spehr, Bernd Unruhe, Monika Nolte, Monika Fortmann-Kremeier, Dennis Prumbaum, Ivonne Schnelting, Thomas Gutsche und Katharina Billerbeck in diesem Jahr die britische Komödie „Kein Platz für Liebe“ von Anthony Marriott und Bob Grant auf die Bühne gebracht. Rund ein Dutzend Helfer waren bei jeder Aufführung zusätzlich hinter Bühne und Theke und am Einlass im Einsatz und sorgten für einen reibungslosen Ablauf.

In dem diesjährigen Stück ging es um Verwicklungen rund um die Gäste eines etwas herunter-



Monika Nolte spielt eine Harfenistin und ahnungslose Ehefrau. Foto: bb



Die Vorsitzende Maria Kukuk kümmert sich als Organisatorin um den reibungslosen Ablauf. Foto: bb

gekommenen Landhotels. Durch den regen Hotelbetrieb kam es sowohl auf dem Flur als auch in den Zimmern zu überraschenden und unbeabsichtigten Begegnungen. Vor allem einem Arzt, der sich dort mit seiner Sprechstundengehilfin vergnügen möchte, fiel die Kinnlade runter, als er plötzlich seine Gattin im Flur antraf, die er an einem ganz anderen Ort wählte. Das Stück kam beim Sommerseller Publikum

bestens an und jede Aufführung wurde von tosendem Applaus begleitet.

Eine Besonderheit im Jubiläumsjahr war, dass anlässlich der Zusammenarbeit des lokalen Bündnisses zwischen dem Sommerseller Kindergarten Arche Noah und der Theatergruppe die Kita aktuell ein kleines Bühnenstück einstudiert hat, das bei der Premiere als Vorprogramm aufgeführt war.



## Klar Schiff machen in der virtuellen Welt

### Darauf sollten Bewerber bei der Pflege ihrer Social-Media-Profile achten

Endlich wieder aufräumen und gründlich ausmisten: Das ist von Zeit zu Zeit nicht nur für die eigene Wohnung wichtig, sondern erst recht für das virtuelle Zuhause. Denn Arbeitgeber suchen häufig online nach geeigneten Kandidaten und verschaffen sich im Web einen ersten Eindruck. Die eigenen Profile sollten daher aktuell und frei von eher fragwürdigen Inhalten oder Schnappschüssen sein. Zudem werden viele Positionen direkt über Empfehlungen und Netzwerke besetzt. Ein aktives Auftreten auf geeigneten Plattformen kann sich somit auszahlen.

#### Der erste Eindruck zählt

Wie wirkt man auf Personen, die einen noch nicht kennen? Dies lässt sich herausfinden, indem man den eigenen Namen in die Suchmaschine eingibt. Schließlich gehen auch Personalverantwortliche meist so vor, um herauszufinden, ob Bewerber zur Unternehmenskultur passen könnten. „Oft findet man bei der Onlinesuche lange vergessene Einträge wieder, die einem heute womöglich unangenehm sind. Ein regelmäßiges Aufräumen ist daher unbedingt zu empfehlen“, sagt Bastian Krapf von Adecco Personaldienstleistungen. Die Porträtfotos sollten aktuell sein

und zum professionellen Anspruch passen. Noch mehr gilt das für Karriereportale wie LinkedIn oder Xing. Hier geht es vor allem um das digitale Selbstmarketing: Berufsstationen, Qualifikationen, aber auch persönliche Stärken dürfen selbstbewusst präsentiert werden. Tipp: Neben der aktuellen Berufsbezeichnung lassen sich dort Hashtags setzen, um mit Kernaufgaben und Kenntnissen leichter gefunden zu werden. Eine vollständige Übersicht der bisherigen Arbeitsstationen gehört ebenfalls zu den Grundlagen. „Wer darüber hinaus aktiv professionelle Inhalte erstellt, teilt und kommentiert, macht auf sich aufmerksam und zeigt die eigene fachliche Expertise“, erklärt Bastian Krapf weiter.

#### Systematisch aufräumen

Neben Karriere- und Business-

plattformen tummeln sich viele heute ebenfalls in den eher privat ausgerichteten sozialen Medien. Doch auch hier sollten Bewerber seriös auftreten. Bilder, Beiträge, Kommentare und alles, was dem eigenen Ruf schaden könnte, sollte man tunlichst löschen - selbst wenn es sich buchstäblich um Jugendsünden handelt. Auf Facebook zum Beispiel kann man einschränken, wer einen auf Fotos markieren darf. Dadurch lassen sich unangenehme Überraschungen vermeiden.

Unter [adecogroup.de](http://adecogroup.de) etwa gibt es viele weitere Tipps für das digitale Eigenmarketing und die Jobsuche. Noch ein Tipp, der auf alle sozialen Plattformen zutrifft: Ein systematisches Aufräumen der eigenen Kontaktliste schafft Klarheit und sorgt dafür, dass man selbst relevantere Beiträge angezeigt bekommt. (djd)



Eigene Qualifikationen, Berufserfahrungen und Stärken darf man online selbstbewusst darstellen. Foto: [djd/adecogroup.de/Unsplash/Miguelangel Miquelena](http://djd/adecogroup.de/Unsplash/Miguelangel Miquelena)



## mahlmann

Wir packen's an

### Ihr Fullservice-Dienstleister in der Neumöbellogistik



Fachkraft (m/w/d)  
für Lagerlogistik  
Fachlagerist (m/w/d)



Berufskraftfahrer (m/w/d)

### Mahlmann bietet Ausbildungsplätze in der Region!

Heinrich Mahlmann GmbH

Industriestraße 11–13  
D-32839 Steinheim/Westf.

[bewerbung@mahlmann-logistik.de](mailto:bewerbung@mahlmann-logistik.de)

Telefon (0 52 33) 95 77-0  
Telefax (0 52 33) 95 77-40

[www.mahlmann-logistik.de](http://www.mahlmann-logistik.de)

# STARTUP IN DEINER REGION

## Neue Assistenten in der Pflege

13 Schüler bestehen Ausbildung am Bildungszentrum Weser-Egge der KHWE

**Brakel.** Ein Jahr lang haben sie auf diesen Tag hingearbeitet: 13 Pflegefachassistenten haben am Bildungszentrum der KHWE ihre Ausbildung bestanden. „Sie haben in dieser Zeit gelernt, das Leiden von Menschen, die schwer erkrankt, alt und gebrechlich oder gar sterbend sind, erträglicher zu machen“, sagt Schulleiterin Ute Pägel, sichtlich stolz auf den Nachwuchs. Sie ist überzeugt davon, dass die Ausbildung den neuen Pflegefachassistenten weitere berufliche Chancen bietet wird. Die Absolventen haben nun die Möglichkeit, in den vier Krankenhäusern der KHWE, in den fünf Seniorenhäusern oder bei den Ambulanten Caritas Pflegestationen zu arbeiten. „Einige haben sich auch vorgenommen, direkt mit der dreijährigen Ausbildung zur Pflegefachkraft fortzufahren“, berichtet Ute Pägel. Für sie geht die Zeit des Lernens also noch weiter. Die schulische Ausbildung zur Pflegefachassistentin am Bildungszentrum Weser-Egge in Brakel beinhaltet 500 Stunden Theorie und 1100 Stunden Pra-



**Ein erfolgreicher Tag: 13 Schüler des Bildungszentrums Weser-Egge bestehen die Ausbildung zur Pflegefachassistentin.**

xis. Nach den Abschlussprüfungen übernehmen die Absolventen unter anderem Aufgaben der pflegerischen und hauswirt-

schaftlichen Versorgung von Patienten, pflegebedürftigen oder behinderten Menschen. Weitere Informationen über die Aus-

bildung zur Pflegefachkraft oder Pflegefachassistentin bei der KHWE gibt es online unter [bildung.khwe.de](http://bildung.khwe.de).

### GUTE AUSBILDUNG. SICHERE ZUKUNFT.

In unserem Verbund KHWE arbeiten rund 2.900 Mitarbeiter für die Gesundheitsversorgung in der Region. Unterstützen Sie uns dabei!

Wir bilden aus (m/w/d) in diesen Bereichen:

- Pflegefachkraft
- Hebammenwissenschaft  
studienbegleitend mit der FHM Bielefeld
- Pflegefachassistentin
- Kauffrau/-mann für Büromanagement
- Medizinische Fachangestellte
- zudem bieten wir Praktika und Bundesfreiwilligendienst an



#### Ihr Ansprechpartner:

Andreas Dick, Personalreferent  
05272 - 607 11 56  
Ute Pägel, Schulleitung  
05272 - 607 19 10

Weitere Infos und Bewerbungen unter:  
[www.khwe.de/de/karriere/ausbildung](http://www.khwe.de/de/karriere/ausbildung)



# STARTUP IN DEINER REGION

## Abdul gibt Gas in Richtung Zukunft

Der 19-jährige Syrer macht eine Ausbildung zum Karosserie- und Fahrzeugbaumechaniker bei IDENTICA Hustädte

„Er kam, sah und siegte“, sagt Ralf Hustädte über seinen Azubi Abdul Haj Moustafa. Der 19-Jährige hat im August seine Ausbildung zum Karosserie- und Fahrzeugbaumechaniker bei IDENTICA Hustädte in der Bad Driburger Südstadt begonnen. Als erster Azubi des Betriebes in diesem Bereich. „Davor hat er als Praktikant bewiesen, dass er voller Motivation steckt! Dieser Beruf ist sein Ding“, betont Ralf Hustädte. Und auch sonst habe von Beginn an einfach alles gepasst, so der Chef. Abu - wie der junge Syrer freundschaftlich von seinen Arbeitskollegen gerufen wird - sei eine tolle Ergänzung für das erfahrene Team der Karosserie- und Lackexperten von IDENTICA Hustädte. Vor fünf Jahren war Abdul mit seiner Familie vor dem Krieg in Syrien aus Aleppo nach Deutschland geflohen. Seither lebt der heute 19-Jährige in Salzkotten. Hier hat er seine Schullaufbahn abgeschlossen und absolviert nun die dreieinhalbjährige Ausbildung zum Karosserie- und Fahrzeugbaumechaniker in dem Bad Driburger Familienbetrieb. Dieser bietet einen zuverlässigen Service rund um Unfallinstandsetzung und Lackierung, Fahrwerksvermessung und Karosserievermessung, Beseitigung von Hagel-, Lack- und Glasschäden, Kalibrierung von Assistenzsystemen und vieles mehr. Inhaber Ralf Hustädte und sein Team sind Allrounder für einen qualitativ und fachlich hochwertigen Service - mit umfassendem Fachwissen, professionellem Werkzeug und vom Hersteller empfohlenen Materialien, inklusive mehreren Ersatzwagen sowie einem Hol- und Bring-Service. Und zu diesem Team gehört seit August auch Azubi Abdul. „Ich fühle mich hier sehr wohl“, sagt der 19-Jährige, für den



Chef Ralf Hustädte (l.) freut sich über seinen engagierten Azubi. Foto: Silke Riethmüller

seine Kollegen und sein Chef in der kurzen Zeit so etwas wie eine zweite Familie geworden sind. Aber nicht nur im Berufsleben gibt der junge Mann ordentlich Gas in

Richtung Zukunft. Auch privat tritt er nicht auf die Bremse. Parallel zu seiner Ausbildung übt Abdul schon fleißig für den Einbürgerungstest. (SR)



Bei IDENTICA Hustädte in Bad Driburg lernt Abdul Haj Moustafa den Beruf des Karosserie- und Fahrzeugbaumechanikers. Foto: Silke Riethmüller

### RALF HUSTÄDTE



**STARKE TEAM,  
STARKE LEISTUNG.**

Ralf Hustädte  
Hans-Sachs-Str. 2  
33014 Bad Driburg  
Tel. 05253/3333  
Fax 05253/4942  
[www.identica-hustaede.de](http://www.identica-hustaede.de)

**DIE KAROSSERIE- UND LACKEXPERTEN** 

# NOTDIENSTE

WIR SIND RUND UM DIE UHR FÜR SIE DA!


**110 POLIZEI**  
**112 FEUERWEHR**


## A POTHEKEN-NOTDIENST

Apotheken-Notruf 0800 00 22833

**Freitag, 18. November****Amts-Apotheke**

Windmühlenweg 1, 37696 Marienmünster (Vörden), 05276/1070

**Samstag, 19. November****City-Apotheke**

Lange Straße 106, 33014 Bad Driburg, 05253/1281

**Sonntag, 20. November****St. Rochus-Apotheke**

Bahnhofsallee 8, 32839 Steinheim, 05233/8609

**Montag, 21. November****Südstadt-Apotheke**

Dringenbergerstraße 47, 33014 Bad Driburg, 05253/3989

**Dienstag, 22. November****Brunnen-Apotheke**

Lange Straße 119, 33014 Bad Driburg, 05253/2311

**Mittwoch, 23. November****Apotheke am Ansgar oHG**

Brenkhäuser Straße 69, 37671 Höxter, 05271/699970

**Donnerstag, 24. November****Kilianni-Apotheke oHG**

An der Kiliannikirche 14, 37671 Höxter, 05271/921144

**Freitag, 25. November****Corvinus-Apotheke**

Westfalenstraße 8, 37671 Höxter (Lüchtringen), 05271/33726

**Samstag, 26. November****Markt-Apotheke**

Marktstraße 30, 32839 Steinheim, 05233/950010

**Sonntag, 27. November****Amts-Apotheke**

Windmühlenweg 1, 37696 Marienmünster (Vörden), 05276/1070

**Montag, 28. November****St. Nikolaus-Apotheke**

Marktstraße 6, 33039 Nieheim, 05274/1212

**Dienstag, 29. November****Apotheke Warburger Straße**

Warburger Straße 14, 33034 Brakel, 05272/392263

**Mittwoch, 30. November****Annen-Apotheke**

Hanekamp 25, 33034 Brakel, 05272/5245

**Donnerstag, 1. Dezember****Apotheke im Gesundheitszentrum Steinheim**

Bahnhofsallee 12, 32839 Steinheim, 05233/702050

**Freitag, 2. Dezember****St. Rochus-Apotheke**

Bahnhofsallee 8, 32839 Steinheim, 05233/8609

**Samstag, 3. Dezember****Center Apotheke Steinheim**

Anton-Spilker-Straße 33, 32839 Steinheim, 05233/952535

**Sonntag, 4. Dezember****Kilianni-Apotheke oHG**

An der Kiliannikirche 14, 37671 Höxter, 05271/921144

**Montag, 5. Dezember****Arminius-Apotheke**

Mittlere Str. 46, 32676 Lügde, 05281/7266

**Dienstag, 6. Dezember****Hubertus-Apotheke**

Pyrmonter Straße 1, 32816 Schieder-Schwalenberg (Schieder), 05282/94041

**Mittwoch, 7. Dezember****Brunnen-Apotheke**

Lange Straße 119, 33014 Bad Driburg, 05253/2311

**Donnerstag, 8. Dezember****City-Apotheke**

Lange Straße 106, 33014 Bad Driburg, 05253/1281

**Freitag, 9. Dezember****Marien-Apotheke**

In der Woort 2, 37671 Höxter (Ottbergen), 05275/683

**Samstag, 10. Dezember****Malteser-Apotheke**

Marktstraße 4, 37671 Höxter, 05271/33663

**Sonntag, 11. Dezember****Apotheke am Ansgar oHG**

Brenkhäuser Straße 69, 37671 Höxter, 05271/699970

**Montag, 12. Dezember****Petri-Apotheke**

Papenbrink 18, 37671 Höxter, 05271/31133

**Dienstag, 13. Dezember****Rosen-Apotheke**

Nieheimer Straße 10, 33034 Brakel, 05272/9555

**Mittwoch, 14. Dezember****Amts-Apotheke**

Windmühlenweg 1, 37696 Marienmünster (Vörden), 05276/1070

**Donnerstag, 15. Dezember****Heutor-Apotheke**

Heutorstraße 4, 32825 Blomberg, 05235/95310

**Freitag, 16. Dezember****Humboldt-Apotheke**

Neue Torstraße 7, 32825 Blomberg, 05235/6079

**Samstag, 17. Dezember****Markt-Apotheke**

Marktstraße 30, 32839 Steinheim, 05233/950010

**Sonntag, 18. Dezember****Apotheke im Gesundheitszentrum Steinheim**

Bahnhofsallee 12, 32839 Steinheim, 05233/702050

Notdienste jeweils von 9 bis 9 Uhr am Folgetag

Angaben ohne Gewähr

## ÖRTLICHE NOTDIENSTE

**Notfallambulanzen****Paderborn** am Brüderkrankenhaus, Husener Straße 50**Warburg** Notfallpraxis im St.-Petri-Hospital in Warburg**Höxter** am St.-Ansgar-Krankenhaus, Brenkhäuser Straße 69**Zahnärztlicher Notdienst****01805986700****Tierärztlicher Notdienst**Amtstierärztliche Notdienste für den Kreis Höxter  
**05271/96571****Krankenhäuser****St.-Josef-Hospital**

05253/9850

**St.-Vincenz-Hospital**

05272/6070

**St.-Ansgar-Krankenhaus**

05271/660

**St.-Rochus-Krankenhaus**

05233/2080

**Meldung von Gasstörungen**

Westnetz GmbH

0800/0793427

www.westnetz.de

Alle Angaben ohne Gewähr

**Heimweg-Telefon**

Für alle, die sich vom mulmigen Gefühl auf ihrem nächtlichen Weg mit einem netten Gespräch ablenken lassen möchten.

**030 120 74 182**

So. - Do. 20:00 - 24:00 Uhr

Fr. - Sa. 22:00 - 4:00 Uhr

## ALLGEMEINE NOTDIENSTE

## • Polizei-Notruf

**110**

## • Feuerwehr/ Rettungsdienst

**112**

## • Ärzte-Notruf-Zentrale

**116 117**

## • Gift-Notruf-Zentrale

**0228 192 40**

## • Opfer-Notruf

**116006**



## Dämmen rechnet sich

Bei hohen Energiekosten amortisiert sich das Sanieren noch schneller



Angesichts hoher Energiepreise amortisiert sich das energetische Sanieren noch schneller.

Foto: djd/IVH/Felix Scholz

Bis zu einem Drittel der Wärmeenergie geht in schlecht oder gar nicht gedämmten Altbauten über die Fassade laufend nach außen verloren. In der Folge muss nachgeheizt werden, Energieverbrauch, Kosten und Emissionen klettern in die Höhe. Ein effektiver Wärmeschutz für die Gebäudehülle zählt daher zu den ersten und wichtigsten Maßnahmen, um weiter steigenden Energiekosten entgegenzuwirken. Zusätzlich zu den Einsparungen können Hauseigentümer bei selbst genutztem Wohnraum weiterhin staatliche Fördermittel nutzen, was das Sanieren noch attraktiver macht.

### Energetische Amortisation in wenigen Monaten

Die fachgerechte Dämmung der Fassade ist ökologisch ebenso wie finanziell ein Gewinn. Dieses Fazit zur Wirkung einer energetischen Modernisierung zieht das Forschungsinstitut für Wärmeschutz e. V. München (FIW) in einer aktuellen Studie aus dem Jahr 2022. Die Kohlendioxid-Emissionen, die etwa bei der Herstellung von grauem EPS, einem gängigen Dämmmaterial, entstehen, haben sich in der Nutzung bereits nach fünf bis acht Monaten amortisiert. Ebenso ist die Herstellungsenergie innerhalb weniger Monate wieder ein-

gespart. Zu diesem Schluss kommen die Wissenschaftler nach der Auswertung aktueller Umweltproduktdeklarationen der Dämmstoffe. „Da eine moderne Dämmung buchstäblich ein Hausleben lang hält, fällt die energetische, ökologische und ökonomische Bilanz entsprechend positiv aus“, unterstreicht Serena Klein, Sprecherin der Geschäftsführung des Industrieverbands Hartschaum e. V. (IVH).

### Planung und Dämmung durch Fachhandwerker

Als Voraussetzung für eine dauerhaft wirksame Dämmung gilt, dass die Sanierung von erfahrenen Fachbetrieben geplant und ausgeführt wird. Energieberater begleiten den Prozess zusätzlich und können einen individuellen Sanierungsfahrplan aufstellen, der exakt für die vorhandene Bausubstanz passende Empfehlungen abgibt. Damit sind aus der Bundesförderung für effiziente Gebäude (BEG) Zuschüsse von bis zu 25 Prozent der Gesamtinvestitionen möglich. Beispielsweise unter [www.mit-sicherheit-eps.de](http://www.mit-sicherheit-eps.de) gibt es dazu viele weitere Informationen und Tipps für Hauseigentümer. Die Dämmung mit Hartschaum wie expandiertem Polystyrol (EPS) zählt zu den seit Jahrzehnten bewährten Verfahren. Das

Material verbindet eine hohe Dämmleistung mit leichter Verarbeitbarkeit und geringem

Gewicht - wichtig gerade für die Altbau sanierung. Zudem ist das Material langlebig, sicher und dank heutiger Technik nach Jahrzehnten der Nutzung anschließend recycelbar. (djd)

**Schrotte & Metalle Kass**  
Entsorgungsfachbetrieb

Mobil 01 73/58 10 705  
Tel. 0 52 72/39 19 90

Inh. Melita Kass  
Am Güterbahnhof 1-3 · 33034 Brakel

Zertifizierter  
Entsorgungsfachbetrieb  
nach § 56 KrWG ZER -QMS

- Ankauf von Schrotten
- Haushaltsauflösungen und Containerdienst

## Brenn- und Kraftstoffe vom Profi

**Raiffeisen Lippe-Weser AG**

Gemeinsam erfolgreich handeln!



### Steinheim

Lipper Tor 1, 32839 Steinheim  
Tel: 0 52 33 / 94 18 28 oder 94 18 27  
Fax: 0 52 33 / 94 18 49

**Malermeisterbetrieb  
Eckert**  
Meisterbetrieb Eckert  
Hauptstraße 2  
33039 Nieheim-Entrup

Tel.: 0151-53510221  
[info@eckert-maler.de](mailto:info@eckert-maler.de)  
[www.eckert-maler.de](http://www.eckert-maler.de)

Die nächste Ausgabe erscheint am:  
**Freitag, 16. Dezember 2022**  
Annahmeschluss ist am:  
**09.12.2022 um 10 Uhr**

Rautenberg Media Zeitungspapier –  
nachhaltig & zertifiziert:  
Made of paper awarded the EU Ecolabel  
reg. no. FI/11/001, supplied by UPM

## IMPRESSUM

MITTEILUNGSBLATT  
MARIENMÜNSTER & NIEHEIM  
HERAUSGEBER, DRUCK UND VERLAG  
RAUTENBERG MEDIA KG  
Kasinostraße 28-30 · 53840 Troisdorf  
Fon +49 (0) 2241 260-0 · Fax 260-259  
willkommen@rautenberg.media

V.i.S.d.P. Redaktioneller Teil:  
Bianca Breuer und Christoph de Vries  
Verantwortlich f. d. Anzeigenteil:  
Dunja Rebinski

ERSCHEINUNG monatlich

### V.i.S.d.P. FÜR DIE RUBRIK

- Politik
- CDU Marienmünster Joseph Büker
- SPD Marienmünster Joh. Leßmann
- WGB Marienmünster Elmar Stricker
- UWG Marienmünster Josef Dreier
- Bündnis 90 / Die Grünen Bündnis 90 / Die Grünen
- Nieheim Gerhard Antoni

Kostenlose Haushaltsverteilung in Marienmünster und Nieheim. Zustellung ohne Rechtsanspruch. Einzelbezug über Rautenberg Media 5,00 Euro/Stück + Porto. Sind gesetzlich geschützte Warenzeichen nicht gekennzeichnet, erlauben fehlende Hinweise keine freie Nutzung. Namentlich gekennzeichnete Artikel spiegeln nicht immer die Meinung der Redaktion wider.

### Handhabung für unverlangt hereingegebene Pressematerialien

Rautenberg Media übernimmt keine Haftung für die Richtigkeit (inhaltlich u. orthographisch) und Vollständigkeit. Per Post erhaltenes Pressematerial wird nicht zurückgesandt. Keine garantierte Veröffentlichung. Entstehen Forderungen Dritter aus Verletzungen des Urheber-, Presse- oder Nutzungsrechts durch das Pressematerial, fordert Rautenberg Media Schadenersatz beim Einreicher. Bei irrtümlich fehlender Namensnennung am Werk (z.B. Bildnachweis) verzichtet der Einreicher auf jegliche Forderung an Rautenberg Media. Durch den Einreicher des Pressematerials wird Rautenberg Media befugt, dieses sowohl für ihre Print-Ausgaben, als auch für die durch sie betriebenen elektronischen Medien zu verwenden.

## KONTAKT

MEDIENBERATERIN  
Margarethe Sieland  
Fon 0157 55 65 92 66  
m.sieland@rautenberg.media

REPORTERIN  
Sabrina Klenke

VERTEILUNG Fon 05276 95 25 07  
Michael Nitsche  
mail@regio-pressevertrieb.de  
regio-pressevertrieb.de

SERVICE Fon 02241 260-112  
service@rautenberg.media

REDAKTION Fon 02241 260-250 / -212  
redaktion@rautenberg.media

## RAUTENBERG MEDIA ONLINE

rautenberg.media  
facebook.de/rautenbergmedia  
twitter.de/rautenbergmedia  
instagram.de/rautenberg\_media  
vimeo.com/rautenbergmedia

ZEITUNG  
mitteilungsblatt-marnie.de/e-paper  
unserort.de/marienmuenster

SHOP  
rautenberg.media/anzeigen

LOKALER GEHT'S NICHT  
Für Nordrhein-Westfalen publiziert Rautenberg Media über 80 Städte- und Gemeindezeitungen. Die Zeitungsartikel mit Bildmaterial erscheinen auch unter unserort.de, der Social-Media-Plattform von Rautenberg Media.



■ ZEITUNG  
■ DRUCK  
■ WEB  
■ FILM

RAUTENBERG  
MEDIA

PRIVATE & GESCHÄFTLICHE KLEINANZEIGEN **ONLINE BESTELLEN**

**www.rautenberg.media/kleinanzeigen**

## Angebote

### Gesundheit

Ich bin Heilpraktikerin für Psychotherapie

Mit meinen Methoden Psycho-Kinesiologie, Gesprächsführung, Verhaltenstherapie, prog. Muskelentspannung bin ich bei Panikattacken, Ängsten, Depressionen, psychosomatischen Beschwerden o. anderen Krisensituationen ganz persönlich f. Sie da. In Paderborn: Irene Bredewald, 0151/26383637



### AUTO & ZWEIRAD

Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen  
Tel.: 03944-36160 www.wm-aw.de  
"Wohnmobilcenter Arn Wasserturm"

### DIENSTLEISTUNG

#### HAUSHALTSAUFLÖSUNG ENTRÜMPELUNG

Kostenlose Abholung von Altmetall - ein Anruf genügt!  
Wohnungen · Keller · Garagen · Dachböden  
ganze Häuser · Messiwohnungen etc.

??? WAS KÖNNEN WIR FÜR SIE TUN ???  
Schnell, pünktlich & diskret! Günstig zum Festpreis!

**Suermann**

### ARBEITSMARKT

#### Reinigungskraft (m/w/d) gesucht Teilzeit/Minijob

Arbeitszeiten nach Absprache  
Jolmes Gebäudereinigung GmbH  
Frau Wegner

0176 18999024  
c.wegner@jolmes.de

## Familien ANZEIGENSHOP

Familien  
ANZEIGENSHOP

FGB 20-13  
43 x 90 mm  
ab 18,00\*

Für alles was wirklich zählt!  
shop.rautenberg.media

**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 €

**02241 260-400** Telefonische Beratung

 **RAUTENBERG MEDIA**

### Fragen zur Verteilung?

**HERR NITSCHE** · FON 05276 952507  
mail@regio-pressevertrieb.de

**www.regio-pressevertrieb.de** **REGIO** • pünktlich • zielerichtet • lokal

Die Zeitungszustellgesellschaft der RAUTENBERG MEDIA KG

**Familien**  
**ANZEIGENSHOP**



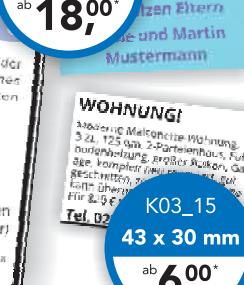
**F597**  
90 x 50 mm  
ab 20,50\*



**TD 12-12**  
90 x 90 mm  
ab 110,00\*



**FGB 20-13**  
43 x 90 mm  
ab 18,00\*



**KO3\_15**  
43 x 30 mm  
ab 6,00\*

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

**Online Familien-Anzeigen:**  
**für alles was wirklich zählt!**  
**shop.rautenberg.media**



## Keine Angst vor dem ersten Tag

Ratgeber Beruf: So gelingt der Start in einem neuen Unternehmen



Ein bisschen aufgeregkt ist jeder und jede am ersten Tag in einem neuen Unternehmen: Ausgeruht, motiviert und dank den genannten Tipps bekommt man die Nervosität aber gut in den Griff.

Foto: djd/Randstad/Valéry Kloubert

Nicht nur Beziehungen haben heute im Durchschnitt eine deutlich geringere „Halbwertszeit“ als früher - auch im Beruf gibt es immer weniger Menschen, die sich lebenslang an ein einziges Unternehmen binden. Und so werden auch in diesem Herbst wieder viele Menschen eine neue Stelle antreten - ob als Berufseinsteiger oder nach einem Wechsel des Arbeitgebers. „Mit Lampenfieber ist jeder neue Start verbunden, schließlich lauern gelegentlich auch Fettäpfchen“, weiß Petra Timm, Presse- und Berichterstatterin bei Randstad, Deutschlands führendem Personaldienstleister. Fürs „erste Mal“ hat Timm einige Tipps:

### Sich über den neuen Arbeitgeber informieren

Das Vorstellungsgespräch liegt eventuell schon einige Zeit zurück, da sollte man sein Wissen über das neue Unternehmen und den neuen Job einem Update unterziehen. Also noch einmal die Stellenausschreibung lesen und die Firma „googeln“, vielleicht gibt es aktuelle Infos.

### Im Zweifelsfall lieber zu elegant als zu leger

Bewerber bekommen beim Einstellungsgespräch meist schon einen Eindruck vom Dresscode,

der in der Firma herrscht und der heute von Unternehmen zu Unternehmen sehr unterschiedlich sein kann. Im Zweifelsfall am ersten Tag lieber etwas zu elegant kleiden als zu leger.

### Wichtige Ansprechpartner merken

In den meisten Firmen muss man sich den Kollegen nicht vorstellen, sondern wird ihnen vorgestellt. Für den ersten Small Talk sollte man sich etwas zurechtlegen: Was wird die eigene Aufgabe sein, welche Qualifikationen besitzt man, was hat man vorher gemacht. Gerade in größeren Unternehmen lernt man anfangs viele Leute kennen und sollte sich deshalb Namen und Positionen notieren, um ein erneutes Nachfragen zu vermeiden. Merken sollte man sich seine Ansprechpartner für zentrale Fragen, etwa für die Einarbeitung oder die Technikunterstützung.

### Nicht zu viel sagen, nicht zu viel fragen

Selbstbewusstsein ist gut, Überheblichkeit nicht: An den ersten Arbeitstagen sollte man sich auf keinen Fall mit dem eigenen Wissen brüsten, so etwas kommt bei fast allen neuen Kollegen ganz schlecht an. Auch mit Meinungsäußerungen etwa zu

politischen Themen oder mit Fragen zu Urlaub oder Arztbesuchen sollte man sich anfangs zurückhalten. Wann üblicherweise der Einstand gegeben wird, darf man dagegen die Kollegen ruhig fragen. Ein No-Go ist die Beschäftigung mit dem Smartphone, es hat erst mal lautlos im neuen Schreibtisch zu verschwinden.

### Alle Programme auf dem Rechner installiert?

Möglichst rasch sollte man checken, ob die E-Mail-Adresse korrekt eingerichtet ist, ob auf dem Notebook oder Rechner alle notwendigen Programme installiert sind und ob man die notwendigen Zugänge und Passwörter dazu hat. (djd)

## Reinigungskräfte (m/w/d)

mit Erfahrung und guten Deutschkenntnissen für ein Objekt in Bad Driburg, Hinter dem Rosenberge gesucht. Arbeitszeiten MO bis FR ab 5:30 Uhr für 6 Std. 13 € Stundenlohn und auf 520,00 € Basis ab 8.00 Uhr oder ab 5.30 Uhr.

Wir freuen uns auf Ihren Anruf unter **0178 / 9096140** oder unter <https://jobs.klueh.de/jobs-findest>

**WIR** sind ein mittelständisches Medienhaus in Troisdorf

**ZEITUNG** ■ **DRUCK** ■ **WEB** ■ **FILM** ■ **unserort.de**

Zum nächstmöglichen Termin suchen wir für unsere Zeitung **Mitteilungsblatt Marienmünster & Nieheim** einen

## ■ REPORTER (m/w/d)

für den **Bereich Marienmünster**  
als freien Mitarbeiter auf Honorarbasis

### SIE HABEN

- Freude am Verfassen von Werbetexten und redaktionellen Berichten
- Interesse an lokalen Veranstaltungen, Kultur, Sport & Brauchtum
- Kenntnisse im Umgang mit Internet und PC
- eine Digitalkamera
- Ortskenntnisse

### SIE SIND

- aufgeschlossen, aktiv und zuverlässig
- sicher im Umgang mit der deutschen Sprache
- motorisiert

Bitte senden Sie Ihre Kurzbewerbung per E-Mail (.pdf) mit Lebenslauf unter dem Stichwort „Reporter\*in – Mitteilungsblatt Marienmünster & Nieheim“ an: [karriere@rautenberg.media](mailto:karriere@rautenberg.media)



**RAUTENBERG MEDIA KG**

Kasinostraße 28-30  
53840 Troisdorf  
[www.rautenberg.media](http://www.rautenberg.media)

# REWE

## Björn Wakup Dein Markt

Entdecke unsere **neue**  
**Selbstbedienungs-Abteilung.**



Salate und Frischkäse:  
Frische für dich im Markt  
gemacht.



### Direkt mitnehmen!

Im Kühregal erwartet dich höchste Qualität.  
Vom Rindersteak bis zum Schnitzel –  
alles frisch verpackt zum Mitnehmen.

WILHELM SEIT 1885  
BRANDENBURG

Beim Kauf  
von 3 Brandenburg  
Selbstbedienungs-  
Produkten deiner  
Wahl erhältst du  
eine Frischebox  
gratis.



Für dich geöffnet: Montag-Samstag von 7 bis 21 Uhr.

Druckfehler vorbehalten. Abgabe nur in haushaltstypischen Mengen. Verkauf nur solange der Vorrat reicht.  
Aktionspreise sind zeitlich begrenzt. Nur in teilnehmenden Märkten. Unser Unternehmen ist Bio-zertifiziert durch DE-ÖKO-006.

  
rewe.de

Entdecke unsere neue Selbstbedienungs-Abteilung.