BAD LIPPSPRINGER

HEGGEMANNMEDIEN

TÄGLICH BRANDAKTUELLE **NEWS ONLINE LESEN!** bad-lippspringer-nachrichten.de

31. Oktober 2018 | Ausgabe 647 | 36. Jahrgang

Erste Berufemesse an der Gesamtschule

Bad Lippspringe (kar). Die Gesamtschule Bad Lippspringe-Schlangen lädt für den 10. November zur ersten Ausbildungs- und Praktikumsmesse ein. Schirmherr der Veranstaltung ist Bürgermeister Andreas Bee.

Mit ihrer ersten Berufemesse verfolgt die Leitung der örtlichen Gesamtschule mehrere Ziele und Erwartungen: "Unser besonderes Anliegen ist es, dass die Schülerinnen und Schüler gut informiert sind, wenn sie sich für einen Beruf entscheiden. Deshalb war es uns sehr wichtig, zu dieser Veranstaltungspremiere auch die ortsansässigen Betriebe mit einzuladen", machte Thorsten Quest im Gespräch deutlich. Der Lehrer ist zugleich Abteilungsleiter für die Jahrgänge 8-10 an der örtlichen Gesamtschule. Quest zufolge besteht aktuell bereits eine Kooperationspartnerschaft mit den ortsansässigen Firmen Niewels und RTB sowie der Volksbank Schlangen.

Die Reaktion der 120 angeschriebenen Arbeitgeber auf die Berufemesse am 10. November bewertet die Schulleitung als sehr positiv. Kurzfristig seien aber noch weitere Anmeldungen mög-

Und worum geht es konkret? Am 10. November sollen interessierte Betriebe Gelegenheit haben, sich und ihr Unternehmen vorzustellen und mit den Auszubildenden in soe ins Gespräch zu kommen. "Und natürlich wäre es sehr



Werben für die erste Ausbildungs- und Praktikumsmesse an der Gesamtschule (v.l.): Bürgermeister Andreas Bee, Modjgan Bidardel, Ausbildungsaquisateurin für den Kreis Paderborn, Birgit Werth, Studien- und Berufswahlkoordinatorin an der Gesamtschule, Thorsten Quest, Abteilungsleiter sowie David Tyler, Sachgebietsleiter bei der Stadt Bad Lippspringe. Foto: Klaus Karenfeld

len bei der Berufswahl immer noch Berufswahlkoordinatorin.

schön, wenn auch viele Eltern ihre Kin- eine sehr große Rolle", betont Birgit der begleiten würden. Denn sie spie- Werth, die zuständige Studien- und

An der Gesamtschule Bad Lippspringe-Schlangen sind bekanntlich sämtliche Schulabschlüsse möglich - angefangen beim Hauptschulabschluss bis hin zum Abitur. "Wir sehen es als unsere zentrale Aufgabe an", so Quest, "die uns anvertrauten jungen Menschen auf ihrem Weg in den richtigen Beruf zu begleiten."

Die erste Ausbildungs- und Praktikumsmesse ist seit Monaten auch Unterrichtsthema. Im Fach Wirtschaft werden die Schülerinnen und Schüler auf die Veranstaltung vorbereitet.

Der Informationstag am 10. November beginnt um 10 Uhr und endet gegen 13 Uhr. Dazu eingeladen sind auch alle Schüler anderer Schulen, speziell der Jahrgänge 8-10.

Kontaktadresse:

b.werth-schulte@gesamtschulebad-lippspringe-schlangen.de

Neuer Blumenflor stimmt auf Herbst und Winter ein

blumen gegen herbstliche Bepflanzun-

Bad Lippspringe. Nach einem heraus- Team 100.000 Blumenzwiebeln ein. ragenden Sommer können die Besu- die im kommenden Frühjahr für viecher der Gartenschau Bad Lippsprin- le Farbtupfer sorgen werden. Bei den ge bald den neuen Herbstflor erleben. herbstlichen Pflanzungen dominie-Die Gärtner des städtischen Bau- ren facettenreiche Blumensorten wie hofs wechseln aktuell die Sommer- Stiefmütterchen, Hornveilchen, Silberblatt, Winterheide und Fetthennen. Den gen aus. 20.000 neue Blumen werden Wechsel der Bepflanzung nehmen die den Besuchern die schönste Seite des Gärtner des Bauhofs Beet für Beet vor. botanischen Herbstes auf der Gar- Zunächst wird der vorhandene Somtenschau zeigen. Zudem setzt das merflor entfernt. Im nächsten Schritt

kommen die Blumenzwiebeln für den Frühiahrflor in die Erde. Darauf folgt dann die herbstliche Bepflanzung der Beete. Die Umgestaltung der Bepflanzung dauert etwa vier Wochen, in denen eine Mischung aus Sommer- und Herbstflor zu sehen ist. Im nächsten Frühjahr werden dann unter anderem Narzissen Hyazinthen Kaiserkronen Krokusse sowie die charakteristische Tulpenpracht die Besucher erfreuen.

Gruseln ist am 2. November im Burgkeller erwünscht

INFORMATIONSABEND der Gesamtschule Bad Lippspringe Schlangen für Eltern von Kindern des Jahrgangs 4 (Vorstellung des Schultyps Gesamt-

schule sowie Informationen zu den besonderen Angeboten der Schule)

Montag, 12.11.2018 18.30 Uhr, Ort: Mensa des Schulzentrums Im Bruch

Mehr Infos

auf Seite 2

Bad Lippspringe. Die nächste Kulturveranstaltung der Stadt Bad Lippspringe findet am Freitag, 2. November, um 17.00 Uhr im historischen Burgkeller statt. Monster, Hexen und Vampire haben zu Halloween Hochkoniunktur. aber auch Zauberer können Kindern und Erwachsenen das Fürchten lehren. Unter dem Motto "Gruseln erwünscht" verwandelt Zauberer Simselim den Burgkeller in ein unheimliches Gemäuer.



Während des bunten Gruselprogramms erfahren die großen und klei-

nen Besucher, wo Graf Dracula sein Blut bis zur nächsten Vollmondnacht aufbewahrt und wie man auf ganz einfache Art Gespenster jagen kann. Dazu werden Gruselgeschichten gelesen und gezaubert. Der Eintritt für die Veranstaltung ist kostenfrei. Weitere Informationen zu den Kulturveranstaltungen gibt es bei der Tourist-Information in der Lindenstraße 1a unter Telefon 05252/26-260 oder unter www. bad-lippspringe.de.

An der Weberei 12 | 33175 Bad Lippspringe Telefon: 0 52 52 - 933 41 41

- 🍄 Große BARF-Auswahl
- Hundebetten nach individuellem Wunsch
- Passende Hundekissen zum Träumen
- Kuscheldecken für die Vierbeiner
- 잠 Riesige Auswahl an Kauartikel





Kundendienst & Verkauf

in Paderborn & Salzkotten

www.krix-technik.de

05251 / 28 29 80



Aus Tradition backen wir Brötchen, Brot, Gebäck und Torten ohne künstliche Zusatz- und Konservierungsstoffe!



Hauptgeschäft: Benhausen Eggestraße 94 Tel. 0 52 52/ 62 92

Filiale: Bad Lippspringe Arminiusstraße 15

WEMA - STOFFE

seit fiber 30 Jahren

Aktuelle Winterstoffe, Jersey, BW und Weihnachtsdrucke 30 bis 50 % reduziert!

Max-Planck Str. 15 · 33104 Sennelager · Tel.: 0 52 54 / 93 92 30

Stellvertreter für den Schiedsmann in Bad Lippspringe gesucht

springe sucht einen neuen Stell- unbürokratisch durchgeführt. Interesvertreter für das Ehrenamt des Schiedsmanns in Bad Lippspringe. Schiedspersonen werden auf die Dauer von fünf Jahren vom Rat gewählt fach 1480, 33169 Bad Lippspringe) und nach der Wahl von der Leitung des Amtsgerichts bestätigt. Das Ehrenamt können Interessenten übernehmen, die zwischen 30 und 70 Jahre alt sind und aufgrund ihrer Persönlichkeit und ihren Fähigkeiten zur Streitschlichtung befähigt sind.

Im Dienst geht es um Nachbarrechtsstreitigkeiten, Ehrverletzungen, Privatklagedelikte und Streitigkeiten über Ansprüche nach Abschnitt 3 des all-Gleichbehandlungsgeset-

Bad Lippspringe. Die Stadt Bad Lipp- zes (AGG). Die Verfahren werden sehr sierte Personen können sich bis zum 23. November 2018 schriftlich bei der Stadtverwaltung (Ordnungsamt, Postoder per E-Mail an Leonard.Toelle@ Bad-Lippspringe.de oder Dennis.Weber@Bad-Lippspringe.de bewerben. Bewerbungen sollten einen kurzen Lebenslauf beinhalten. Bewerbungen von Menschen mit Migrationshintergrund sind ausdrücklich erwünscht.

> Weitere Informationen zu diesem Ehrenamt gibt es bei Leonard Tölle (Telefon 05252/26-134) und Dennis Weber (Telefon 05252/26-137).

Was bewegt Bad Lippspringe, schon über 100 Antworten nach nur einer Woche FDP-Umfrage

der Bad Lippspringer FDP möch-Fragebogen entwickelt. Dieser richtet sich an alle Bürgerinnen und Bürger und ist anonym. Jeder, der mitmaabgedruckten Link oder QR-Code zu mat liegt. der Onlineumfrage. Es soll ganz bewusst nicht um ein spezielles Thema gehen, vielmehr sollen die Bürgerinnen und Bürger mitteilen dürfen, was ihnen wirklich wichtig ist oder auf dem Herzen brennt

Da jetzt schon über 100 qualifizierte Meinungen abgegeben wurden,

Bad Lippspringe. Der Ortsverband wird nun nochmals dazu aufgerufen, sich rege an der Aktion zu beteiligen. te wissen, was die Menschen in der Im November werden die Antworten Stadt bewegt und hat hierzu einen ausgewertet und das Ergebnis veröffentlicht. Schon jetzt kann verraten werden, dass es bei einigen Themen erhebliche Übereinstimmungen gibt chen möchte, gelangt über den unten und den Menschen viel an ihrer Hei-

> Ganz nach dem Motto, "Denken wir neu", möchte der Ortsverband ein Zeichen der Liberalität und Mitbestimmung setzen.

> http://kurzelinks.de/FDPumfrageBaLi alternativ:

www.fdp-bad-lippspringe.de



Der neue KAUPIRAT nun auch in Bad Lippspringe

Bad Lippspringe. Der Kaupirat ist vielen Lippspringern längst ein Begriff. Kurz vor dem siebenjährigen Unternehmensbestehen hat der Eigentümer Sven Rummert und sein Jack Russell Terrier Lenny, die Filialen in Bielefeld, Paderborn und nun auch in Bad Lippspringe mit einem neuen Konzept allen Filialen einen einheitlichen Look verpasst. Die Kunden sollen sich nun noch wohler in den aufgeräumten Filialen fühlen und der Unterschied zu klassischen Ketten noch deutlicher werden. Auch haben in der Filiale in Bad Lippspringe viele neue Produkte ihren Platz gefunden. Der BARF-Bereich wurde erneuert deutlich vergrößert und nun sind auch weitere Trockenfuttersorten wie HappyDog und Black Canyon neben Wolfsblut hier zu finden.



An der Weberei 12 33175 Bad Lippspringe Tel.: 05252 - 933 41 41 RAT Email: info@kaupirat.de Shop in Paderborn: Kaupirat Paderborn, Neuhäuser Str. 27 in 33102 Paderborn, Tel.: 05251 - 874 49 44. Email: paderborn@kaupirat.de.

Erstes Weihnachtsfest in Deutschland

Experiment e.V. sucht Gastfamilien über Weihnachten für internationale Studierende in Bad Lippspringe & Umgebung

Bad Lippspringe. Die gemeinnützi- ten aus einem völlig neuen Blickwin- tere Informationen gibt es unter www. ge Austauschorganisation Experiment e.V. vermittelt in Kooperation mit dem Auswärtigen Amt und der Stiftung Mercator internationale Studierende für jeweils ein bis zwei Wochen in Gastfamilien in Deutschland Der heliebteste Termin für dieses Austauschprogramm ist iedes Jahr die Zeit über Weihnachten und Silvester, Viele Teilnehmende möchten ihr erstes Weihnachtsfest in Deutschland im Kreise einer Familie verbringen und sind gespannt, wie die Feiertage hier begangen werden. Die jungen Erwachsenen kommen unter anderem aus China, Indien und Tunesien und freuen sich sehr darauf, sich mit ihrer Gastfamilie auszutauschen.

Auch die Gastfamilien profitieren von diesem Austausch: Die Studierenden berichten gerne von der Kultur ihrer Heimat oder kochen typische Gerichte. Außerdem lernt man so das eigene Zuhause, Traditionen und Gewohnhei-

kel kennen. Oft entstehen aus diesem experiment-ev.de/gastfreundlich. Dort zweiwöchigen Zusammenleben Kontakte, die lange halten.

Auch in Bad Lippspringe werden nun Gastfamilien gesucht. Wer außergewöhnliche Feiertage mit internationalem Flair erleben möchte, kann sich in der Geschäftsstelle von Experiment e.V. bei Miriam Mentel melden (Tel.: 0228-95722-24 F-Mail: mentel@experiment-ev.de). Zudem vermittelt Experiment e.V. ab Februar Schülerinnen und Schüler aus aller Welt, die zwei bis zehn Monate in Deutschland bleiben möchten. Die Jugendlichen sind zwischen 15 und 18 Jahren alt und kommen zum Beispiel aus Irland. Italien sind u.a. das Auswärtige Amt. die Botund Kolumbien

Gastfamilie kann jeder werden - egal in der Stadt oder auf dem Land. Wichtig sind Humor. Neugier und Toleranz anderen Menschen einzulassen. Wei-

stellen sich auch einige Teilnehmende mit kurzen Videos vor

Über Experiment e.V.

Das Ziel von Experiment e.V. ist seit über 85 Jahren der Austausch zwischen Menschen aller Kulturen, Religionen und Altersgruppen. Experiment e.V. ist gemeinnützig und das deutsche Mitglied von "The Experiment in International Living" (EIL). 2017 reisten 2.288 Teilnehmende mit Experiment e.V. ins Ausland und nach Deutschland. Ein Drittel davon erhielten Stipendien. Kooperationspartner schaft der USA, das Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und ob alleine oder als Großfamilie, egal ob Jugend, das Bundesministerium für wirtschaftliche Zusammenarheit und Entwicklung, der Deutsche Bundessowie die Bereitschaft, sich auf einen tag, das Goethe-Institut und die Stif-

Herbstwallfahrt in die Schweiz nach Flüeli

Bad Lippspringe. Zu Ihrer traditionellen Wallfahrt in die Schweiz in den kleinen Wallfahrtsort Flüeli-Ranft hatten sich wieder 35 Pilger aus Bad Lippspringe und dem Kreis Paderborn aufgemacht. Dort hat im 15. Jahrhundert der Nationalheilige der Schweiz, Klaus von der Flüe, gelebt und gewirkt, Kolping-Diözesanpräses Sebastian Schulz zelebrierte Gottesdienste in den beiden Ranft-Kapellen an der Klause des Heiligen und auch eine Hl. Messe in der Grabkapelle in Sachseln. Fahrten und Besichtigungen führten die Gruppe nach Luzern, auf den Pilatus und über den Vierwaldstädter See.



Die geografische Mitte der Schweiz auf die Viertausender Eiger, Mönch und der Aelggi-Alp wurde erwandert und Jungfrau besucht.

Projekt von NIVEA und DLRG für mehr Sicherheit im Wasser

Seepferdchen für alle

Kostenlose Rettungsschwimmausbildung und Fortbildung für pädagogische Fachkräfte

Wasser zieht fast alle Kinder magisch an. Umso wichtiger ist es, dass kleine Wasserratten rechtzeitig lernen, sich sicher im kühlen Nass zu bewegen. Statistiken besagen aber, dass immer weniger Kinder in Deutschland schwimmen können. Nur noch jedes zweite Kind unter zehn Jahren lernt schwimmen, jede fünfte Grundschule hat keinen Zugang zu einem Schwimmbad, Diesen Zustand wollen die Deutsche Lebens-Rettungs-Gesellschaft e.V. und ihr Partner NIVEA langfristig ändern.

Ziel des Projekts ist es, die Anzahl potentieller Ausbilder zu vergrößern, umso mehr Kinder an das Wasser zu gewöhnen und zum Schwimmen lernen zu bringen. Das Projekt richtet sich vornehmlich an Erzieher, Erzieherinnen, Tagesmütter und -väter sowie und Sicherheit, um die Kinder ent-Grundschullehrerinnen und -lehrer

Schützlingen ins Wasser zu gehen und 2018 in Bad Lippspringe statt. den ersten Schritt zur Schwimmausbildung zu gehen. Alle Projektteilnehmer erwerben nach der Ausbildung die Be- Nach der erfolgreichen Prüfung folgen rechtigung das Seepferdchen-Abzeichen abzunehmen.

Auftakt mit regionaler Ausbildung

Zunächst heißt es "ab ins Wasser": In einem Kurs bei ihrer heimischen DI RG Ortsgruppe frischen die pädagogischen Fachkräfte bundesweit ihre Rettungsschwimmqualifikationen auf und erwerben am Ende des Kurses das Rettungsschwimmabzeichen Silber. Denn die Rettungsfähigkeit der Begleitperson ist nicht nur elementare Grundvoraussetzung für den Schutz der Kinder - sie gibt auch die nötige Ruhe spannt an das Wasser heranzuführen.

Überregionale Fortbildung

zwei Lehrgänge:

1. "Vorbereitungslehrgang Ausbildungsassistent". Ausbildungsexperten der DLRG vermitteln in einem zweitägigen Lehrgang Tipps und Tricks, wie Kinder spielerisch über richtiges Verhalten am Wasser aufgeklärt, an das Element Wasser gewöhnt und an das Schwimmen lernen herangeführt werden können.

2. In einem weiteren zweitägigen Aufbaulehraana erwerben sie dann die Qualifikation zum "Ausbildungsassistent Schwimmen". Dieser befähigt zur Abnahme der Seepferdchen-Prüfung. Dieser Lehrgang ist zudem vom DOSB

Sie sollen motiviert werden, mit ihren Der nächste Kurs findet im November (Deutscher Olympischer Sportbund) als Vorstufenqualifikation auf dem Weg zum Trainer anerkannt.

Kostenios Dank NIVEA

Die Teilnahme am Proiekt ist durch die Zusammenarbeit der DLRG mit ihrem Partner NIVEA kostenfrei und wird als Fortbildungsmaßnahme anerkannt. Weiterer positiver Nebeneffekt: Schwimmen ist eine der gesündesten Sportarten überhaupt und ein idealer Ausgleichssport für die Arbeit im Kindergarten und in der Schule.

Weitere Information und Anmeldung bei uns: DLRG OG Bad Lippspringe e.V., Michael Petersen, Tel.: 05252 -931910, Email: Michael.Petersen@ Bad-Lippspringe.dlrg.de

http://bad-lippspringe.dlrg.de/unserangebot/seepferdchen-fuer-alle.html



NEUERÖFFNUNG SA. 03.11.2018 GEHT ES LOS



Öffnungszeiten: Mo. - Do. 08:00 bis 17:00 Uhr

Telefonische Terminannahme von Mo. - Do. 12:00 bis 14:00 Uhr

Tel.: 05252 9778272

100 Jahre Kino in Bad Lippspringe

Fahrkarten zum Besuch der Weihnachtsmärkte in Fürstenberg und Corvey

Bad Lippspringe. Die Senioren-Uni- um 15:00 Uhr in der Gaststätte Oberon lädt zu einem Vortrag zur Kinogeschichte in Bad Lippspringe ein. Der Referent Reinhard Brockmann, Jourvon damals bis heute seine Zuhörerinnen und Zuhörer auf eine Zeitreise zu diesem Thema durch Bad Lippspringe mit. Neben Informationen zur damaligen Kinowelt geht es im Wesentlichen um das lokale Kinogeschehen. Dabei innerungen wieder geweckt.

Die sehr unterhaltsame, informative Vortragsveranstaltung der Senioren-Union Bad Lippspringe findet am Dienstag, 6. November 2018

ließ, Detmolder Straße 168, statt. Sie beginnt, wie immer, mit einem gemeinsamen Kaffeetrinken. Der Einnalist aus Bad Lippspringe, nimmt mit tritt ist frei! Mitglieder und ebenvielen Bildern und lustigen Anekdoten so Gäste sind herzlich willkommen! Vor der Veranstaltung, ab 14.30 Uhr, werden die Fahrkarten für die Tagesfahrt zu den Weihnachtsmärkten in der Porzellanmanufaktur Fürstenberg und im Kloster Corvey verkauft.

Die Fahrt findet am Samstag, 1. Dewerden sicherlich so manche alten Er- zember 2018 statt. Sie beginnt ab 09:30 Uhr und die Rückkehr wird gegen 20:00 Uhr sein.

> Kosten je Person 25 Euro, einschließlich Eintritt zum Weihnachtsmarkt im Kloster Corvey.

Ganz leicht zum neuen Wunschbad

"BADIA - so genial geht BAD heute"

Bad Lippspringe. Das Badezimmer sondern abgestimmte und vorgeprüfwird immer mehr zum Lebens-Wohlauch die die Ansprüche an ein neues Wunschbad

- Aber oft auch die Angst vor explodierenden Kosten -

Dass eine Badrenovierung auch ganz unkompliziert und entspannt ablaufen kann, verspricht Markus Peters: "Wir haben mit unseren Industriepartnern ein neues Vorfertigungskonzept für Komplettbäder entwickelt und letztes Jahr auf der internationalen Sanitärmesse Frankfurt (ISH) mit großem Erfolg präsentiert."

Das BADIA-BAD-Konzept bietet nicht nur die Sanitärartikel vor der Wand,

te Gesamtmodule. Module gibt es für fühlbereich. Entsprechend hoch sind Waschtische, WC, Bidet, Urinal, sowie Dusch- und Badewannenanlagen. Wählen Sie aus einer Vielzahl von Möglichkeiten von der einfachen bis zur gehobenen Ausstattung. Die Module bestehen aus drei Ebenen. Die erste Ebene ist das Vorwandgestell mit integrierten Leitungen, die zweite Ebene ist die Beplankung mit Fliesen und die dritte Fbene das Anbringen der Sanitärartikel.

> Schnell gerechnet und eingebaut zum FIX - Preis und FIX - Termin! Mit 20 Jahren Dichtigkeits-Garantie.

Vorgestellt im neuen "3D - Bad - Kino" peters-badsanierung.de in Bad Lippspringe.





SHOPPING & GASTRO GUIDE

INTERNETPORTAL



Einfach scannen und schon gelangen Sie auf unserem Internetportal! Oder

www.shopping-gastro-bad-lippspringe.de

E-PAPER

www.bad-lippspringer-nachrichten.de

ANMELDUNGEN für die Krippenausstellung ab sofort möglich

Bad Lippspringe. Die Vorbereitun- det parallel der beliebte "Hüttenzauber Am Ende der Ausstellung erhalten alle gen für die Krippenausstellung in Bad auf der Burg" statt. Lippspringe laufen. Wer in diesem Jahr am Samstag, 1. Dezember, und endet

Erwachsene und Kinder, die eine selbst mitmachen möchte, kann sich ab so- gebastelte Krippe, Bilder oder Bastel- Anmeldungen nimmt die Tourist Infort anmelden. Die Ausstellung beginnt arbeiten zum Advent ausstellen möchten, sind herzlich eingeladen. Auch am Sonntag, 16. Dezember. Am ers- Gruppenarbeiten von Kindergärten entgegen. Anmeldeschluss ist Monten Wochenende der Ausstellung fin- oder Schulklassen sind willkommen. tag, 5. November.

Teilnehmer ein kleines Geschenk.

formation Bad Lippspringe persönlich oder telefonisch unter 05252 / 26-266

Start des Vorverkaufs für "Servus Peter"

Kult-Musical für die ganze Familie kommt nach Bad Lippspringe in das Kongresshaus

Bad Lippspringe. In der traumhaf- der 1950er und 1960er Jahre mitge- gen Kellners Peter übernimmt. ten Kulisse des Gasthofes "Im weißen Rössl" wird das Publikum auf eine nostalgische Reise in die heile Welt



nommen. Jetzt kommt die Kult-Komödie nach Bad Lippspringe: Am Samstag. 5. Januar 2019. ist um 20.00 Uhr im Kongresshaus das Musical "Servus Peter" in Anlehnung an die Verfilmung von 1960 mit Peter Alexander live zu erleben.

Die Zuschauer können sich auf ein Wiedersehen mit dem verliebten Oberkellner, seiner Wirtin, dem lispelnden 7immermädchen und vielen mehr freuen. Angelehnt an das klassische Singspiel von Ralph Benatzky wird mit viel Schwung, Musik und Komik in den legendären österreichischen Gasthof geladen. Die Idee für das "Heile Welt"-Musical hatte der Entertainer Peter Grimberg, der auch die Rolle des eifri-

Der Einlass erfolgt ab 19.00 Uhr, die Aufführung beginnt um 20.00 Uhr. Eintrittskarten für die Kategorie 1 kosten 53.90 Euro zzal. System- und Vorverkaufsgebühren. Tickets für die Kategorie 2 gibt es für 44,90 Euro und die Karte in der 3. Kategorie kostet 35,90 Euro jeweils zzgl. System- und Vorverkaufsgebühren. Begleitpersonen von Schwerbehinderten erhalten freien Fintritt.

Die Karten sind in der Tourist-Information (Lindenstraße 1a, 33175 Bad Lippspringe, Telefon 05252/26-260), online unter www.reservix.de und www.adticket.de sowie bei allen bekannten Vorverkaufsstellen von Reservix und Adticket erhältlich.



STROHMATRATZEN -

Natürlich schlafen

Wir fertigen außergewöhnliche Naturmatratzen aus Naturmaterial für Ihren gesunden Schlaf. Dabei verwenden wir nur Material bester Qualität, vorwiegend mit Bio-Zertifikat.

Strohmatratzen | Biomatratzen **Naturmatratzen**

- Alle Bezüge unserer Biomatratzen sind aus 100% Baumwolle.
- Die Auflagen sind anstatt aus Schafschurwolle auch in Baumwolle lieferbar.
- Anstatt mit Roggenstroh sind alle Matratzenausführungen auch mit Dinkelstroh oder Kokos lieferbar.
- Wir fertigen auch außergewöhnliche Matratzenmaße und unterbreiten Ihnen gerne bei Bedarf ein Angebot.

ENDLICH DURCHSCHLAFEN Neben der Fertigung und dem Vertrieb von Strohmatratzen, Kokosmatratzen und Latexmatratzen, bieten wir Ihnen eine Vielzahl von weiteren Produkten an. So erhalten Sie von uns Kissen, Bettdecken, Steppdecken, Unterbetten und Sofas Sanadorm Strohmatratzen

Seite 4 31. Oktober 2018

Inhaber: Jan Lange

Tel. 0 56 46 / 2 11

Am Bahnhof 13 | 34439 Willebadessen

E-Mail: strohmatratzen@gmx.de

Selbst ist die Frau: LaminatDEPOT lädt am 15. November zum exklusiven Workshop für Frauen in Paderborn ein



Paderborn. Der Workshop "Selbst ist die Frau" kommt wieder nach Paderborn. Am Donnerstag, 15. November, findet in der Filiale am Frankfurter Weg die exklusive Veranstaltung ausschließlich für Frauen statt. Von 18.45 bis 21.30 Uhr gibt es nützliche Tipps, Tricks und praktische Übungen rund ums Laminat- und Parkettverlegen.

"Ich bin davon überzeugt, dass die Frauen aus Paderbon den Männern zeigen wollen, welches Handwerker-Talent in ihnen schlummert", sagt Filialleiter Eric Deters. "Das Interesse für Bodenbeläge wächst immer mehr bei unserer weiblichen Kundschaft." Die Teilnahme an dem Workshop ist kostenlos. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Erfahrungsgemäß ist die Nachfrage besonders hoch. Das LaminatDEPOT bittet um vorherige Anmeldung entweder per E-Mail un-

ter workshop@laminatdepot.de oder telefonisch unter 05251/ 1845726.

Wenn ein neuer Bodenbelag benötigt wird, stellen sich viele Frauen folgende Fragen: Welcher Bodenbelag und welches Dekor passen zu welchem Raum? Möchte ich klassisches Laminat, den neuen Trendboden Click-Vinyl oder doch lieber hochwertiges Parkett? Welches Werkzeug benötige ich beim fachmännischen Verlegen der Böden? Die Hartbodenprofis des LaminatDE-POTs werden beim exklusiven Frauen-Workshop ausführlich Rede und Antwort stehen und jede gestellte Frage beantworten.

Unter Anleitung der Mitarbeiter des LaminatDE-POTs dürfen die weiblichen Gäste selbst Hand anlegen und zum Beispiel Laminat, Parkett oder Click-Vinyl verlegen, Fußleisten zuschneiden und montieren sowie Randbereiche mit Silikon abdichten. "Die Teilnehmerinnen erhalten das nötige Basiswissen zu den Bodenbelägen, kreative Inspiration für die eigene Raumgestaltung und Tipps zur richtigen Bodenpflege", verspricht Eric Deters. Mithilfe eines virtuellen Raumplaners werden die Experten des LaminatDEPOTs zeigen, wie sich die Wirkung der verschiedenen Bodenbeläge und Dekore in unterschiedlichen Wohnumfeldern durchtesten lassen. Zur Stärkung werden Getränke und Snacks angeboten.

Besinnlicher Winterbummel

Winterzauber Dalheim, 16. bis 18. November 2018

Dalheim. Zahllose Lichter spiegeln sich spätestens in der Dämmerung in den Augen der Besucher wieder. Vom 16. bis 18. November findet am Kloster Dalheim bei Lichtenau mit dem Winterzauber Dalheim zum dritten Mal einer der ersten vorweihnachtlichen Märkte der Region statt. Weiße Herrenhuter Sterne und Lichtgirlanden legen einen märchenhaften Glanz über die gesamte Klosteranlage und

überall aufgestellte Tannen kündigen die baldige Adventszeit an.

Die Idylle verspricht einen besinnlichen Winterbummel. Fernab jeglicher Hektik können die Spaziergänger nach kleinen und großen Geschenken für den Adventskalender oder den Gabentisch Ausschau halten. Zwischen Ölen, Tee- und Kräutermischungen, zwischen Schafmilchseife, Modischem aus Wolle, Accessoires aus Leder oder Schmuck von der Goldschmiedin fällt die Entscheidung so manchem schwer. Auch das vielfältige Angebot an weihnachtlichen



Dekorationen sorgt für die Qual der Wahl. Neben Windlichtern und Kerzen wartet handgefertigter Christbaumschmuck auf Bewunderer, außerdem holzgeschnitzte Krippenfiguren, Adventskränze, Weihnachtsengel und Elche.

Beim Spaziergang entlang der Stände umschmeichelt der Duft von Pfefferkuchen und Glühwein die Nasen. Wer vor allem wegen der Leckereien gekommen ist, wird nicht enttäuscht. Zimtlikör und Apfelpunsch, Bratwurst und Bratapfel-Flammkuchen, Schmalzbrote und Stollen buhlen um die Gunst der Genießer. Nach einem heißen Getränk oder einem leckeren Mahl kann der Winterbummel weitergehen. Denn schließlich gibt es noch frostfeste Skulpturen für den Garten zu entdecken, englische Wohnaccessoires, Kunsthandwerk aus dem Erzgebirge und vieles mehr.

Winterzauber Dalheim, Kloster Dalheim, Lichtenau, 16. bis 18. November 2018. Geöffnet: Freitag und Samstag 11 bis 20 Uhr, Sonntag 13 bis 19:30 Uhr. Eintritt: 9 Euro, ermäßigt 7 Euro, Kinder unter 12 Jahren frei, bis 17 Jahre 1 Euro. Wochenend-Karte 14 Euro. Informationen: www.gartenfestivals.de oder Telefon 0561/2075730..

GEWINNSPIEL 5 x 2 Eintrittskarten Einfach eine Postkarte an Redaktion HEGGEMANNMEDIEN Stichwort "Winterzauber Dalheim" Burgstr. 2 • 33175 Bad Lippspringe. Einsendeschluss: 06.11.2018 Das Losverfahren entscheidet. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.



KFZ -Rund ums Auto



Aquaplaning: So verringern Sie das Risiko

- · Bei nasser Fahrbahn Geschwindigkeit verringern
- · Reifen spätestens bei drei Millimeter Restprofiltiefe wechseln
- · Geschwindigkeitsbeschränkungen beachten
- · Vorsicht, wenn sich Wasser auf der Fahrbahn sammelt (Spurrinnen)
- · Wenn's passiert: zügig vom Gas gehen, Kupplung treten, geradeaus lenken
- · Auf richtigen Reifendruck und intakte Stoßdämpfer achten



theinerautomobile

theiner-automobile detmolder str. 48 33175 bad lippspringe fon 0 52 52 42 70 fax 0 52 52 93 32 43

Wir bieten Ihnen:

- service rund ums auto
- klimaservice
- reparaturen aller fabrikate
- o motorinstandsetzung
- karosserieinstandsetzung
- o reifenservice
- · autoverglasung
- ° elektronikdiagnosen
- fachkompetente beratung
- achsvermessung

Vorsicht, Aquaplaning!

Bei 80 fahren Sie Wasserski!



Überraschende Starkregengüsse verwandeln die Straßen in gefährliche Rutschbahnen. Sie erhöhen das Risiko, bei Aquaplaning die Kontrolle über das Fahrzeug zu verlieren, warnen die Unfallexperten von DEKRA.

"Auch mit modernen Reifen ist die Aquaplaning-Gefahr nicht vollständig gebannt. Die Physik lässt sich nicht überlisten", sagt DEKRA Reifenexperte Christian Koch. Sobald das Wasser auf der Fahrbahn wenige Millimeter hoch steht, kann bei höheren Geschwindigkeiten ein Wasserkeil unter den Vorderrädern entstehen, der das Fahrzeug unlenkhar macht

Geschwindiakeit und Profiltiefe entscheiden

.Wie schnell ein Reifen aufschwimmt. hängt stark von der Fahrgeschwindigkeit und der Profiltiefe der Reifen sowie von der Wassertiefe ab", erklärt Koch. Für gebrauchte Reifen mit mehr als drei Millimeter Profiltiefe gilt die Faustregel: "Ab 80 km/h fahren Sie Wasserski." Im Bereich des gesetzlichen Minimums von 1,6 Millimetern kann Aquaplaning aber auch schon bei 65 bis 70 km/h auftreten.

Aus diesem Grund empfiehlt DEKRA. nicht nur Winter-, sondern auch Sommerreifen nicht bis zum gesetzlichen takt kommen.

Minimum von 1,6 Millimetern herunterzufahren, sondern schon bei einem Restprofil von drei Millimetern auszutauschen. "Dann hat der Fahrer auf nasser Fahrbahn eindeutig mehr Sicherheitsreserven", betont Koch.

Unfallursache Nr. 1: Zu schnelles Fahren

"Zu hohe Geschwindigkeit ist die Ursache Nummer 1 bei Aquaplaning-Unfällen", warnt der Unfallsachverständige. "Ich empfehle, auf Fahrbahnen mit durchgehendem Wasserfilm unbedingt das Tempo zu verringern und nicht abzuwarten, bis Aguaplaning auftritt. Beachten Sie unbedingt die für Nässe geltenden Geschwindigkeitsbeschränkungen." Je höher das Wasser auf der Straße steht, umso schneller schwimmen die Reifen auf. Kritische Stellen sind Spurrinnen und andere Vertiefungen, in denen sich das Wasser sammelt. Aquaplaning wird au-Berdem begünstigt durch zu geringen Reifendruck, breite Reifen und verschlissene Stoßdämpfer.

Wenn's passiert: Runter vom Gas und stur geradeaus lenken

Was tun, wenn es passiert und das Fahrzeug plötzlich aufschwimmt? "Das Tempo verringern, dafür zügig, aber nicht zu abrupt vom Gas gehen, Kupplung treten und das Lenkrad gerade halten", empfiehlt Koch. Wichtig: In dieser Situation auf keinen Fall zur Seite lenken, sonst besteht die Gefahr, dass das Fahrzeug ausbricht, wenn die Reifen mit der Fahrbahn wieder in Kon-

FAHRERFLUCHT Wer weiterfährt, macht sich strafbar

nem Unfall, geht der Puls bei allen Be- noch immer nicht, dass die Flucht vom teiligten in die Höhe. Manche geraten Unfallort kein Kavaliersdelikt ist und sogar in Panik und fahren im Affekt ten. Dabei vergessen sie, dass Fahrerflucht in Deutschland, unabhängig von der Schwere des Unfalls, strafbar ist. "Wird dem Unfallverursacher erst nach der Flucht bewusst, was er getan hat, sollte er sich innerhalb der nächsten 24 Stunden bei einer Polizeidienststelle melden", rät Thiess Johannssen von den Itzehoer Versicherungen. "Dort schildert er die Gegebenheiten, hinterlässt seine Anschrift und außerdem Unfallort und Kennzeichen seines Fahrzeugs." Übrigens: Hält sich der Unfallverursacher an diese 24-Stunden-Frist, wirkt sich das, trotz Fahrer-

Kommt es im Straßenverkehr zu ei- flucht, strafmildernd aus. Viele wissen mit einer Geldstrafe, dem Entzug des weiter, da sie die Konsequenzen fürch- Führerscheins oder, je nach Schwere des Unfalls, mit einer Gefängnisstrafe bis zu drei Jahren geahndet wird. (txn.)

> WER NACH EINEM VERURSACHTEN UNFALL WEITERFÄHRT, MACHT SICH DER FAHREREI UCHT STRAFBAR, BETROFFENE HABEN 24 STUNDEN ZEIT, UM SICH BEI DER NÄCHST-GELEGENEN POLIZEIDIENST-STELLE ZU MELDEN UND DA-MIT IHRE STRAFE ZU MILDERN.



Tel. 05252 9336467

Seite 6 31. Oktober 2018 -



KFZ -Rund ums Auto

AUTOMARKT



Ford Ka Cool & Sound Edition, EZ 02/2015. 27.500 km, 1.242 cm³, 51 kW (69 PS), Benzin, E10-geeignet, Schaltgetriebe, HU 02/2020, Klimaanlage, Schwarz Metallic, ABS, beheizbare Frontscheibe, Berganfahrassistent, Bluetooth, Bordcomputer, CD-Spieler, elek-Fensterheber/Seitenspiegel/Wegfahrsperre. ESP. Freisprecheinrichtung. Garantie. Isofix. Leichtmetallfelgen. Multifunktionslenkrad. Nichtraucher-Fahrzeug, Reifendruckkontrolle, Scheckheftgepflegt, Sitzheizung, Sommerreifen, Start/Stopp-Automatik, Traktionskontrolle, Tuner/Radio, USB, Winterpaket, 6.950 Euro: Auto-Husemann, Bahnhofstr, 20, 32805 Horn-Bad Meinberg, Tel.: 05234-690730



Volkswagen Golf Plus, EZ 11/2011, Unfallfrei. 52.000 km. 1.197 cm3. 77 kW (105 PS). Benzin (E10-geeignet), Schaltgetriebe, HU Neu, grau (metallic), Airbags (Front-, Seiten- und weitere Airbags), ABS, elektr. Wegfahrsperre/Seitenspiegel/Fensterheber, ESP, Lichtsensor. Traktionskontrolle. Start/Stopp-Automatik. Regensensor, Scheckheftgepflegt, Garantie, Nichtraucher-Fahrzeug, Leichtmetallfelgen, Dachreling, Klimaautomatik, Einparkhilfe (vorne, hinten, selbstlenkende Systeme), Sitzheizung. 9.950 Euro: Auto-Husemann. Bahnhofstr. 20, 32805 Horn-Bad Meinberg, Tel.: 05234-690730

Peugeot 106, Bi. 1998, 3-türig, 206,000 km gelaufen, TÜV 2015 abgelaufen, Motor in gutem Zustand, Preis VHB, Tel.: 0163-9755353 oder 05272-390854

Daihatsu Move. Bi. 2003. Tkm 120. AU TÜV 06/2019, sehr gepflegt, VB 1.250 Euro, Tel.: 0151-56075431

- 4 Winterreifen auf Stahlfelge Opel-Astra J (Eis & Schnee), 205/60 R 16 - 96H, ca. 9.000 km gelaufen, 120 Euro FP. Selbstabholer, Bad Lippspringe, Tel.: 05252-4199 oder 0176-
- (5 Loch) Stahlfelgen, Lochkreis 11 mm, Einpresstife 44. Bereifung: Firestone Winterhawk. 185 / 65 R 15, Profiltiefe 2 x 8 mm und 2 x 6 mm, Verkauf wegen Fahrzeugwechsel, 100 Euro VHB, Selbstabholer, Tel.: 05258-931270 oder Mobil: 0176-96725159
- 4 Reifen mit Felgen/Winter, 195/60 R 15 T Continental, 60 Euro, Tel.: 05252-51388
- 4 Alufelgen für Mercedes 200C Sportcoupe zu verkaufen Tel : 05251-21621



Opel Astra J Sports Tourer Exklusiv, EZ 10/2015, 47.900 km, 1.598 cm³, 81 kW (110 PS), Diesel, Schaltgetriebe, Unfallfrei, HU Neu, ABS, Allwetterreifen, Armlehne, Bergfahrassistent, Bordcomputer, ESP, elektr. Fensterheber/Seitenspiegel/Wegfahrsperre, Garantie, Isofix, Lederlenkrad, Leichtmetallfelgen, Schwarz Metallic, Nichtraucher-Fahrzeug, Radio (Tuner/Radio), Regensensor, Scheckheftgepflegt, Sitzheizung, Start/Stopp-Automatik, Tempomat, USB, Zentralverriegelung, 12.750 Euro; Auto-Husemann, Bahnhofstr. 20, 32805 Horn-Bad Meinberg, Tel.: 05234-690730

Winterreifen aus dem Sommerschlaf holen

Mit fallenden Temperaturen verlieren Sommerreifen an Grip. Deshalb gilt die "Von O bis O"-Regel: Nach ihr sollten Winterpneus von Oktober bis Ostern am Fahrzeug montiert sein, um die 4 Winter Kompletträder auf 6J, 15 Zoll H2 anspruchsvollen Straßenverhältnisse durch Regen. Schnee und Matsch sicher meistern zu können. Wichtig zu wissen: "Wer mit Sommerreifen auf winterlichen Fahrbahnen unterwegs ist muss mit einem verlängerten Bremsweg um mindestens 65 Prozent im Vergleich zu Winterreifen rechnen. Gleichzeitig drohen Bußgelder und Punkte in Flensburg", erklärt Thiess Johannssen von den Itzehoer Versicherungen. Winterreifen sind mit dem Schneeflocken-Symbol gekennzeichnet. Die Gummimischung allein sorgt aber nicht für Grip. Auch die Profiltiefe muss stimmen - Experten empfehlen mindestens vier Millimeter. (txn.)



Damit Autofahrer auf regennassen oder verschneiten Straßen nicht ins Rutschen kommen, sollten eine angemessene Fahrweise sowie Winterreifen eine Selbstverständlichkeit sein.

Foto: animaflora/Fotolia/Itzehoe



Jetzt zu besonders attraktiven Konditionen einsteigen: Der MINI One Blackvard mit aufregen der Sonderausstattung ist wie geschaffen für Kurvenjäger und Eckenentdecker.

MINI One D Blackyard

70 kW (95 PS), 3-Türer, Midnight Black metallic, Stoff Firework Carbon Black, 17" LM-Radsatz Cosmos Spoke schwarz, Sport-Lederlenkrad, Beifahrersitz-Höhenverstellung, Nebelscheinwerfer, Klimaanlage, Intelligenter Notruf, TeleServices, Dachhimmel anthrazit, Lichtpaket u.v.m.

Kraftstoffverbrauch (l/100 km): innerorts 4,4 \cdot außerorts 3,6 \cdot kombiniert 3,9 · CO2-Emission 102 g/km · CO2-Effizienzklasse A.

Leasingbeispiel von der BMW Bank GmbH:

Anschaffungspreis:	18.488,73 EUR
Leasingsonderzahlung:	0,00 EUR
Laufleistung p.a.:	10.000 km
Laufzeit:	36 Monate
36 monatliche Leasingraten á:	199,00 EUR
Sollzinssatz p.a.:**	4,25 %
Effektiver Jahreszins:	4,33 %
Gesamtbetrag:	7.164,00 EUR

Zzgl. 890 € für Überführung und Zulassung.

*Wir vermitteln Leasingverträge ausschließlich an die BMW Bank GmbH, Heidemannstr. 164, 80939 München. Bonität vorausgesetzt. Stand 10/18. Alle Preise inkl. MwSt. ** Gebunden für die gesamte Vertragslaufzeit.

DER MINI ONE BLACKYARD.



B&K GmbH & Co. KG Stedener Feld 33104 Paderborn Tel 05251. 13 52-0

e-mail paderborn@bundk.de

DIESEL **UMTAUSCH** PRÄMIE

SICHERN SIE SICH JETZT BIS ZU 6.000 € FIAT DIESEL-UMTAUSCHPRÄMIE



*UPE des Herstellers i. H. v. 12.890 € abzgl. Fiat- und Händler-Dieseltauschprämie i.H.v. 3.500 € zzgl. Überführungskosten, bei Kauf eines nicht bereits zugelassenen Fiat 500 Pop 1.2 8V mit 51 kW (69 PS) und gleichzeitiger Inzahlungnahme eines mindestens 3 Monate au en Diesel-Altfahrzeugs (Euro 1-5). Abbildungen zeigen Sond

Kraftstoffverbrauch in I/100 km innerorts 10,8-4,3, außerorts 6,1-3,2, kombiniert: 6,7-3,6, CO₂-Emission, kombiniert: 177-88 g/km (gemäß VO (EG) Nr. 715/2007). Effizienzklasse E-A+



Bauer & Bickmeier GmbH

33100 Paderborn · Detmolder Straße 120 · Tel : 05251/1454-0 · www.rr-bb.de

31. Oktober 2018 7 Seite



Montag, 12.11.18, ab 19 Uhr im Haus Hartmann

Leserinnen und Leser der Bücherei und der AWO stellen an diesem Abend Lieblingstexte vor. Wer selbst gern vorlesen möchte, ist auch dazu herzlich eingeladen. Es kann ein Abschnitt aus einem Buch, eine Geschichte oder ein Gedicht sein, spannend, lustig, nachdenklich - aber möglichst nicht viel länger als fünf Minuten

Für Käse und Rotwein für einen gemütlichen Abend ist gesorgt!

AWO Jugendtreff Haus Hartmann (1. OG) hplatz 1 33175 Bad Lippspringe

Tel.: 05252 51888 facebook.com/awo.padert





Ingo Appelt kommt ins Kongresshaus

Vorverkauf zur Live-Tournee "Besser... ist besser!" in der Tourist-Info läuft ab sofort

Bad Lippspringe. Einer der bedeudeutschen Comedians tendsten kommt nach Bad Lippspringe: Ingo Appelt präsentiert sein neues Programm unter dem Motto "Besser ...ist besser! - Das Update! Jetzt noch besser" am Freitag, 29. März 2019, um 20.00 Uhr im Kongresshaus. Ab sofort läuft der Vorverkauf für diesen außergewöhnlichen Live-Abend.

Voller Leidenschaft begeistert Ingo Appelt das Publikum mit seinem aktuellen Programm Da sich die Welt immer schneller dreht, hat der selbsternannte "Konkursverwalter der Männlichkeit" seiner Show ein gehöriges Update vernasst Sein 7iel: Vereinen statt snalten Die "Männer-Verbesserungs-Comedy" trifft sowohl bei Männern als auch den Frauen auf begeisterte Zustimmung. Auf die größten Fragen und Ungereimtheiten des Alltags bietet Appelt klare Antworten - verpackt in eine einzigartige Live-Show.



Der Einlass erfolgt ab 19.00 Uhr, die Show beginnt um 20.00 Uhr. Die re-

gulären Eintrittskarten kosten 29.90 Euro. Ermäßigte zahlen nur 25.00 (Gartenschau-Dauerkartenin-Furo haber, Schwerbehinderte ab 70 %, Schüler / Studenten; Ermäßigungsnachweise sind beim Finlass vorzuzeigen).

Die Karten sind ab sofort in der Tourist-Information (Lindenstraße 1a, 33175 Bad Lippspringe, Telefon 05252/26-260), online unter www.reservix.de und www.adticket.de sowie bei allen bekannten Vorverkaufsstellen von Reservix und Adticket erhältlich.

Lehrgang zum Umgang mit der Motorsäge

tet im Werkraum der Dreifachturnhalle der Schulen im Bruch ein Lehrgang kurs B). Die Kosten für den viertägigen zum richtigen Umgang mit Motorsägen. An zwei Wochenenden lernen die Teilnehmer das unfallfreie Arbeiten mit nach Abschluss des Kurses den Beder Motorsäge und erhalten eine Vielzahl von hilfreichen Tipps. Der Lehrgang findet am Freitag, 9. November, von 16.00 Uhr bis 22.00 Uhr sowie am Samstag, 10. November, von 9.00 Uhr bis 16.00 Uhr, statt. Fortgesetzt wird schutzhose, der Kurs am Freitag, 23. November, in der Zeit von 16.00 Uhr bis 22.00 Uhr sowie am Samstag, 24. November, von 9.00 Uhr bis 16.00 Uhr.

Der Lehrgang entspricht den Anforde-

Bad Lippspringe. Im November star- rungen des Landesbetriebes Wald und Holz NRW (Grundkurs und Aufbau-Lehrgang belaufen sich auf 100 Euro pro Person. Die Teilnehmer erhalten rechtigungsschein: das Mindestalter beträgt 18 Jahre. Für die praktische Arbeit muss jeder Teilnehmer seine komplette Schutzausrüstung (Helm mit Gehör- und Gesichtsschutz Schnitt-Schnittschutzschuhe)

> Aufgrund der begrenzten Teilnehmerzahl ist eine Vorab-Anmeldung unter Telefon 05252/26-118 erforderlich.

Sonderverkauf von Jahreskarten für Mitglieder des Fördervereins

Samstag, 3. November, von 10 bis 12 Uhr

vember, in der Zeit von 10.00 Uhr bis glieder des Fördervereins

Bad Lippspringe. Erwachsene Mit- 12.00 Uhr am Kassenhäuschen vor glieder des Fördervereins der Garten- dem Haupteingang der Gartenschau. schau Bad Lippspringe können die Die zusätzlich rabattierten Jahres-Jahreskarte für 2019 mit einem Rabatt karten versteht die Gartenschau Bad von fünf Euro erwerben. Dieser Son- Lippspringe GmbH als Dankeschön für derverkauf erfolgt am Samstag, 3. No- die tolle Unterstützung durch die Mit-

Tauchen lernen in der Westfalen-Therme Bad Lippspringe

Schnuppertauchen mit dem Presslufttauchgerät am Sonntag, 18. November

Bad Lippspringe. Am Sonntag, 18. Ausrüstung wird gestellt; eine eige-November, findet in der Westfalen-Therme in Bad Lippspringe ein Tauch-Uhr und dauert 2,5 Stunden. Im Mittelpunkt steht das Schnuppertauchen mit dem Presslufttauchgerät. Unter fachkundiger Anleitung erhalten Interessierte erste Einblicke und Erfahrungen rund ums Tauchen. Die komplette

ne ABC-Ausrüstung (Maske, Flossen, Schnorchel) ist erwünscht. Die Teilkurs statt. Der Kurs beginnt um 18.30 nahmegebühr beträgt 25,00 Euro zzgl. 5.00 Euro Eintritt in die Westfalen-Therme. Aufgrund einer begrenzten Teilnehmerzahl ist eine Vorab-Anmeldung erforderlich. Weitere Informationen gibt es von Frau Virnau-Alderton unter Telefon 05252/26-118.



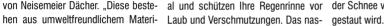
Seite 8 31. Oktober 2018 -



BAUEN & WOHNEN

Gut vorbereitet auf Herbst und Winter: Dachrinnenreinigung, Laubfanggitter und Co.

Wenn der Herbst kommt, bringt er viel Laub und Regen mit sich. Aus diesem Grund sollten Sie mindestens einmal jährlich im Herbst Ihre Dachrinne reinigen und warten lassen So vermeiden Sie möglicherweise Schäden an Fundament und Fassaden durch stehendes Wasser das nicht ungehindert abfließen kann. "Eine präventive Maßnahme kann die Montage von Laubfanggittern sein." Informiert Oliver Neisemeier, Inhaber







se Laub bleibt auf dem Gitter liegen, trocknet und verweht.

Doch auch an den Winter mit seinen Schneelasten ist ietzt schon zu denken. Diese setzten Ihrem Dach sehr zu und können ggf. gefährlich für vorbeigehende Passanten und Fahrzeuge werden Vor allem wenn sich der Schnee in Form von Dachlawinen vom Dach löst. Hier ist zu empfehlen, Schneefangsysteme auf dem Dach zu installieren. Diese sorgen dafür, dass

von Neisemeier Dächer. "Diese beste- al und schützen Ihre Regenrinne vor der Schnee vor der Traufe des Daches

WO WIR SIND PADERBOR NEISEMEIER DÄCH Dachfenster Terrassen & Carports Oliver Neisemeier – Ihr Experte für Bedachung – www.neisemeier-daecher.de

Rollladen

Sebastian Rose & Jörg Feuchthofen GbR

Reparatur 05252 81317 Modernisierung Fertigung

Gewerbepark 18 * 33189 Schlangen www.rollladen-schlangen.de

Sicheres Wohnen ist planbar

Energieverbrauch. Wohnkomfort, dauerhafter Werterfür eine Sanierung des Eigenheims. Wer auf eine fachgerechte Dämmung mit nicht brennbaren Baustoffen setzt, schafft dafür beste Voraussetzungen. Baustoffe wie Ziegel, Porenbeton oder Mineralwolleplatten überzeugen gleich mehrfach: Neben niedrigen Heizkosten sorgen sie dank geringer Wärmeleitfähigkeit für ein ausgeglichenes Raumklima. Ihre Materialstruktur schützt oft

mehr auch vor Lärmbelästigungen von außen oder aus dem Nebenzimmer. Im halt - das sind oft genannte Gründe Brandfall brennen und glimmen sie nicht und verhindern eine Ausbreitung des Feuers. Darüber hinaus entwickeln Jeder Mensch ist anders. Diese basie keine giftigen Gase und schützen die Bewohner vor Rauchvergiftungen. So ist das Eigenheim nicht nur eine leicht friert, kommt der andere gut gedämmt, sondern auch in puncto Brandschutz ganz vorn mit dabei.

> Weitere Infos gibt es online unter www.divb.org. (txn.)

Zudecken Individualität gefragt

nale Erkenntnis macht auch vor dem Schlaf keine Ausnahme. Während der schnell ins Schwitzen. Manche klagen über kalte Füße und wieder andere über Temperaturwechsel.

Tatsache ist: Wärmeempfinden, Transpiration. Bewegungsdrang, elektromagnetische Empfindlichkeit und Allergien sowie selbstverständlich das Kuschelbedürfnis - all dies ist individuell höchst unterschiedlich ausgeprägt. Nur einleuchtend, dass z. B. die gleiche Decke für Vater, Mutter, Sohn und Tochter wenig Sinn macht.

Leider sieht man einer Decke in der Regel nicht an, für wen sie besonders geeignet ist. Die Selbstbedienung ohne vorherige Fachberatung birgt deshalb das beträchtliche Risiko, anschließend mit einem unpassenden Modell nach Hause zu gehen.

Hinzu kommt: Weil sich der Körner des Menschen im Laufe der Jahre mehr oder weniger stark verändert, wandeln sich auch die Ansprüche an die eigene Decke. Dass jemandem von der Pubertät bis ins hohe Alter die aleiche Decke "passt", ist eher die Ausnahme. Vor allem Frauen in den Wechseliahren brauchen oft eine andere Decke.

Schlafforscher empfehlen deshalb, sich vor dem Kauf einer neuen Zudecke individuell vom Fachmann beraten zu lassen. Schließlich gibt es eine Vielzahl von Füllungen mit unterschiedlichen Eigenschaften. Die Auswahl reicht von Federn und Daunen über Naturfasern wie Kamelhaar, Kaschmir oder Schafschurwolle bis zu Funktionsfasern, wie das von der Sportbekleidung bekannte Outlast. (spp-o)



Tischlerei Wigbert Schmidt

Zimmertüren

33175 Bad Lippspringe

Haustüren Reparaturen

05252 931151 Tel Mobil 0172 1026156 Fax 05252 931152

tischlerei-wigbert-schmidt@t-online.de | www.tischlerei-wigbert-schmidt.de

T. und C. Schulte Garten- und Landschaftsbau



Gartengestaltung und -sanierung

- ·Pflanzenschnitt · Baumschnitt · Baumfällung
- ·Pflanzarbeiten · Gartenpflege · Rasenanlagen
- ·Pflasterarbeiten · Steinarbeiten · Zaunanlagen

Telefon 05252 / 976015

Paderborner Str. 58 · 33189 Schlangen E-Mail: kontakt@garten-schulte.de



Laserzuschnitte

Brennzuschnitte

Plasmazuschnitte

Wasserstrahlzuschnitte

Abkanttechnik

Baugruppenfertigung

GmbH & Co KG Schneiden & Schweißen

Am Mühlenteich 8 33106 Paderborn-Elsen

Telefon: (0 52 54) 9 30 67-0 Telefax: (0 52 54) 9 30 67-15

Mobil: 0172 7 68 34 91 E-Mail: info@nitzke-stahlbau.de Internet: www.nitzke-stahlbau.de



31. Oktober 2018 **EQ** Seite

FIT & AKTIV Mit Schwung in die reifen Jahre...

Kostenlose Sprechstunde zur Vorsorgevollmacht

bietet der AWO Betreuungsverein in gung, Vorsorgevollmacht, Betreuungs-

Caritas. Pflege und Betreuung

zuhause, Detmolderstraße 160 in Bad an. Im persönlichen Gespräch könwieder eine kostenlose Sprechstunde im Monat die individuellen Aspekte der

Bad Lippspringe. Am 5. November rund um die Themen Patientenverfü- Vorsorge und verschiedene Möglichkeiten für ein hohes Maß an Selbstden Räumen des AWO Pflegeservice verfügung und rechtliche Betreuung bestimmung besprochen werden. Aus organisatorischen Gründen ist für die-Lippspringe, von 15.00 bis 17.00 Uhr nen hier wie an jedem ersten Montag se Einzelgespräche eine Anmeldung unter 05251/699960 erforderlich.

caritas Sozialstation Bad Lippspringe St. Vincenz

Bad Lippspringe, Altenbeken, Benhausen, Neuenbeken, Marienloh, Schlangen Detmolder Straße 155, Bad Lippspringe Tel.: 05252/940590 css-vincenz@caritas-pb.de

Tagespflegehaus St. Barbara

Antoniusstraße 21, Bad Lippspringe Tel.: 05252/9893399 tph-barbara@caritas-pb.de

Betreute Wohngemeinschaften

Bad Lippspringe und Neuenbeken Tel : 05251/889-2000 wohngemeinschaften@caritas-pb.de





Caritasverband Paderborn e.V.

TERMINE: Zentrum für ehrenamtliches Bürger-Engagement

Burgstr. 12 • Öffnungszeit: montags von 9.00 bis 12.00 Uhr

ren/innen, 1 Stunde durch den Kurwald zentrum der Evangelischen Kirche. Info Do., 1., 8. und 15. November, 9 Uhr, Treffpunkt: Eingang Freibad

Treffpunkt für alleinstehende Senioren/ innen. Do., 8. November, 9.30 Uhr, Friesenstube "Moin Moin" Marktplatz 1

Computer-, Tablet- und Smartphone-Sprechstunde für Senioren/innen. Ratsuchende können ihren eigenen Lapton mitbringen. Do., 8. und 15. November, 10-12 Uhr, Rathaus, Sitzungszimmer 1, Otto Zündorf und Jürgen Mathieu

Märchenhafte Kaffeestunde mit Sieglinde Schröder. Do., 8. November, 15.30 Uhr. Residenz Westfalenhof, Detmolder Str. 151 (bitte Salon schellen)

Hilfe, Reparatur, Instandsetzung und Beratung bei speziellen Fragen rund um Computer, Smartphone, Tablet, Laptop, Fernseher, HiFi-Anlagen u.v.m. (auch beim Kauf). Herr Kanapathipillai hilft Ihre Fragen zu beantworten und den Umgang in Computer zu trainieren. Do., 8. und 15. November, 16-18 Uhr, Büro des Zentrums, Burgstr. 12, 2. Etage (Aufzug!). Anmeldung erforderlich: Telefon 05252 / 9171683 oder E-Mail: kkk@kana-it.de

Geselligen Mittagstisch 65+ "Schlemmen, klönen, aktiv sein!" Di., 13. No-

Nordic Walking (nicht nur) für Senio- vember, 11.30-13.30 Uhr, Gemeinde-(mit Einführung) mit Renate Stalljohann, und Anmeldung bei Marita Karsten: Telefon 05252 / 839 8934

> Bücher im Gespräch mit Jürgen Peters, Do., 15, November, 19 Uhr, Klinik Martinusquelle (Raum G 20)

"Wir suchen ständig interessierte Menschen zur Unterstützung unseres Teams". Wenn Sie sich gerne in irgendeiner Form ehrenamtlich engagieren möchten, z. B. als Proiektleiter/in oder einfach nur um einem Menschen ein wenig Zeit zu schenken, dann kommen Sie doch bitte montags zwischen 9 und 12 Uhr zu einem Gespräch in unser Büro oder rufen Sie uns an.

Die besondere Telefonkette - Wege aus der Einsamkeit und mehr Sicherheit im Alltag. Gerade vielen älteren Menschen wird oft das Alleinsein bewusst. hinzu kommt die Angst, dass es unbemerkt bleibt, wenn einem etwas passiert. Hier kann "Die Telefonkette" Abhilfe schaffen! Diese wird von Monika Groß geführt. Morgens soll sichergestellt werden, dass es dem anderen Teilnehmer aut geht, der nächste ruft dann den nächsten Teilnehmer an usw. Wer Interesse an dieser Telefonkette hat oder Informationen hierzu möchte wende sich bitte an: Marita Karsten Telefon 05252 / 8398934 oder an das Büro

Das MZG-Therapiezentrum

Die Gesundheits-Sport-Fitness-Wellness-Arena in Bad Lippspringe



MZG Therapie GmbH

- Physiotherapie
- Ergotherapie

Fit durch den Herbst – mit unseren Kursen

Erleben Sie unser neues Angebot: Dance Fitness

Ein Ganzkörpertraining mit kurzen, leicht erlernbaren Choreographien aus verschiedenen Stilen. Dazu gehören Modern Dance, Contemporary, Jazz Dance, Latin und Modern Ballet. Der Kurs dient der Steigerung der Koordination und der Beweglichkeit. Er fördert den Spaß an der Bewegung.

Weitere Kurse bei uns:

- Pilates
- Hatha Yoga
- STEP/Bauch Beine Po
- Fit und in Form 50+
- ZUMBA®

Kontakt:

MZG-Therapiezentrum Antoniusstr. 21 33175 Bad Lippspringe Tel.: 05252 95-4144









EVENTS -

Veranstaltungskalender

MITTWOCH, 31, OKTOBER 2018

13.15 Uhr Wanderung von Schwaney nach Altenbeken, ah Rushaltestelle Stadtmitte

18 00 Uhr Rimmelhahn-Fahrt zu Halloween Treffnunkt Niewels-Fontäne - Kaiser-Karls-Park

19.30 Uhr Blackkklansman, Odin's Filmtheater im Lippe-Institut

DONNERSTAG. 01. NOVEMBER 2018

09.00 Uhr Nordic Walking (nicht nur) für Seniorinnen und Senioren, Treffpunkt: Parkplatz am Freibad

FREITAG, 02. NOVEMBER 2018

14.00 Uhr Boulespielen für Jedermann, auf der Spielfläche im Armiuspark

17.00 Uhr Gruseln erwünscht mit Simselim, Burgkeller 19.30 Uhr Das schönste Mädchen der Welt, Odin's Filmtheater im Lippe-Institut

SAMSTAG, 03. NOVEMBER 2018

Kreativmarkt "handgemacht"

10.00 Uhr Sonderverkauf der Dauerkarten für die Mitglieder des Fördervereins, Tourist Information, Lindenstraße 1a

14.30 Uhr KreativCafé, Martinus im Park - Kaiser-Karls-Park

SONNTAG, 04. NOVEMBER 2018

Kreativmarkt "handgemacht"

15.00 Uhr Rosentanz im Gartenschau-Café "Martinus im Park", Martinus im Park - Kaiser-Karls-Park

MONTAG, 05. NOVEMBER 2018

19.30 Uhr Das schönste Mädchen der Welt, Odin's Filmtheater im Lippe-Institut

DIENSTAG. 06. NOVEMBER 2018

15.00 Uhr ...100 Jahre Kino in Bad Lippspringe". Gaststätte Oherließ

MITTWOCH. 07. NOVEMBER 2018

13.15 Uhr Wanderung rund um den Bauerkamp, ab Bushaltestelle Stadtmitte

15.00 Uhr Sitzung des Seniorenbeirates der Stadt Bad Lippspringe, Haus Hartmann (hinterer Eingang), 1. Etage (Aufzug vorhanden)

18.00 Uhr **Tipps zum Energiesparen**, im Prinzenpalais

DONNERSTAG, 08. NOVEMBER 2018

09.00 Uhr Nordic Walking (nicht nur) für Seniorinnen und Senioren, Treffpunkt: Parkplatz am Freibad

09.30 Uhr Treff für alleinstehende Seniorinnen und Senioren mit Ursula Latusek, Friesenstube "Moin Moin", Marktplatz 1

10.00 Uhr Computer-, Tablet- und Smartphone-Sprechstunde für Seniorinnen/Senioren. Rathaus. Sitzungszimmer 1, Friedrich-Wilhelm-Weber-

15.30 Uhr Märchenhafte Kaffeestunde - Jeder ist herzlich willkommen!. Residenz Westfalenhof. Detmolder Str. 151

16.00 Uhr Hilfe, Reparatur, Instandsetzung und Beratung bei speziellen Fragen rund um Computer. Smartphone, Tablet, Laptop, Fernseher, HiFi-Anlagen u.v.m. (auch beim Kauf), aufgrund der hohen Nachfrage wird um Terminierung gebeten. Nähere Information und Anmeldung: KA-NA-IT Kai Kajen Kanapathipillai Tel.: 05252 / 917 1683, E-Mail: kkk@kana-it.de, im Büro des Zentrums für ehrenamtliches Bürger-Engagement, Burgstr. 12, II. Etage, Zimmer 5 (Aufzug!)



Am Samstag, den 10.11.18 - parallel zum Frauenfrühstück findet diesmal KIKI - Kirche mit Kindern im Jugendraum der ev. Kirche Bad Lippspringe von 09.30 Uhr bis ca. 11.30 Uhr statt.

KIRCHE MIT KINDERN

Mach es wie St. Martin - teile!

und am **SONNTAG 11.11.18** um 10.15 Uhr



ung bis 03-11-16 bet stephante Sch E-Mail: kiki@evkbali.de, / SMS: 0176 354 30 352 oder bei Frau Meyer im Gemeindebüro der ev. Kirche Bad Lippspringe, Tel. 05252 / 5 14 14 (Anrufbeantwoter

Ein Abend - unendliche Möglichkeiten auf Suberg's ü30 Party!

Paderborn. Stilvolles Ambiente mit tollem Sound- und Lichtsystem, dazu eine Auswahl an großen Tanzflächen, die keinen Musikwunsch offen lassen und jede Menge netter Leute - das ist Suberg's ü30 Party! Am 24. November verwandelt sich die Paderhalle wieder in eine atemberaubende Location und bietet Ausgehfreudigen ab 30 einen Treffpunkt für einen unvergesslichen Abend. Wieder mit dabei, ist der neueingerichtete 80er & 90er Tanzbereich. Hier erwartet die Gäste Eurodance, Hip-Hop, Pop & Rock der Kultjahrzehnte.



Auf Suberg's ü30 Party finden Sie genau die richtige Atmosphäre, um den Samstagabend stimmungsvoll zu verbringen. Ob ein prickelnder Sekt am Stehtisch, ein leckeres Bierchen an der Theke oder doch ein exotischer Cocktail auf einer der Tanzflächen - das großartige Programm sorgt nicht nur bei den Freunden für Herzklopfen - hier können einfach alle Singles, Paare und Gruppen den Abend genießen und ausgiebig feiern.

Die DJs sorgen auf allen vier Tanzflächen für ordentlich Stimmung und lassen bei den Gästen keine Wünsche offen. Die musikalische Vielfalt lässt den Liebhaber von Schlagern ebenso auf seine Kosten kommen, wie den der 80er/90er Floor, Disco-Hits oder clubbigen Housebeats. Die Mischung macht's auf Suberg's ü30 Party: Stimmungsvolle Tanzflächen, stylische Lounge Bereiche, vielfältige Gastronomie und tolle Gäste lassen den Abend unvergesslich werden.

Karten und Informationen zu Suberg's ü30 Party am 24.11.2018 ab 21.00 Uhr in der Paderhalle Paderborn gibt es unter www.mehr-als-eine-party. de, bei Ticket Direct, beim Paderborner TicketCenter und bei allen bekannten CTS-VVK-Stellen zum Preis von 14,- . An der Abendkasse können die Tickets für 15,- erworben werden. Einlass ab 27 Jahren.

Wer Karten zu diesem Event der besonders schönen Art gewinnen möchte, der schickt eine Postkarte an:

Redaktion HEGGEMANNMEDIEN Stichwort "Suberg`s Ü30 Party" Burgstr. 2 · 33175 Bad Lippspringe

Gewinnen Sie 5x 2 Karten

Mit Angabe der Telefonnummer. Einsendeschluss: 10.11.2018

Das Losverfahren entscheidet. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

18.00 Uhr Herz außer Takt - Vortrag im Rahmen der Herzwochen, Lippe-Institut, Arminiuspark 7

19.30 Uhr VHS - Vortrag "Die heilende Kraft der Bäume", Kaiser-Karls-Trinkhalle, Lange Str. 29 a

20.00 Uhr Die Unsichtbaren - Wir wollen leben. Odin 's Filmtheater im Lippe-Institut

FREITAG. 09. NOVEMBER 2018

14.00 Uhr Boulespielen für Jedermann, auf der Spielfläche im Armiusnark

19.30 Uhr 303, Odin's Filmtheater im Lippe-Institut

SAMSTAG, 10. NOVEMBER 2018

12.00 Uhr Landesfilmfestival. Odin's Filmtheater im Lipne-Institut

14.00 Uhr Öffentliche Stadtführung, Treffpunkt am Markplatz/ Lange Str. 6

Praktikums- & Ausbildungsmesse

am Samstag, 10. November 2018 von 10.00 bis 13.00 Uhr

Gesamtschule Bad Lippspringe-Schlangen

FLOHMARKT RUND UMS KIND

Samstag, 10. November 2018 von 14.00 bis 17.00 Uhr

in der Städt, Kindertageseinrichtung. Adolf-Kolping-Straße 78, Bad Lippspringe

SONNTAG. 11. NOVEMBER 2018

10.00 Uhr Landesfilmfestival, Odin's Filmtheater im Lipne-Institut

15.00 Uhr Rosentanz im Gartenschau-Café "Martinus im Park", Martinus im Park - Kaiser-Karls-Park

DIENSTAG. 13. NOVEMBER 2018

11.30 Uhr Geselliger Mittagstisch 65+ "Schlemmen, klönen, aktiv sein!", Ev. Gemeindezentrum, Detmolder Str. 173

MITTWOCH, 14. NOVEMBER 2018

13.15 Uhr Wanderung vom Parkplatz Grunewald zum Waldinformationszentrum, ab Bushaltestelle Stadtmitte

18.00 Uhr Sportabzeichenverleihung des TV Jahns Bad Lippspringe, Jahn Turnhalle, Am Jahnplatz 25

19.30 Uhr 303, Odin's Filmtheater im Lippe-Institut



■ = auf dem Gartenschaugelände

Ausstellung zum Cewe-Fotowettbewerbs "Our world is beautiful"

Martinus im Park - Kaiser-Karls-Park

Mo. - Fr.: 14.00 - 18.00 Uhr Sa., So. und Feiertags: 12.00 - 18.00 Uhr

31. Oktober 2018 **4**11 Seite



Lienen Recycling Sebrett und Metallbande

Schrott und Metallhandel

Containerdienst

Zertifizierter Altfahrzeugdemontagebetr Erstbehandlungsanlage für Elektro-Altge Zertifizierter Entsorgungsfachbetrieb

Seit fast genau fünf Jahren ist die Firma Lienen Recycling nun am Standort am Neuhäuser Weg in Bad Lippspringe ansässig.

Noch heute sind gelegentlich Kunden überrascht, an dieser Stelle nicht mehr "Gaulken, Kalli" anzutreffen. Nach seinem plötzlichen Tod hatte Neffe Henning Reuter die Geschäfte des Onkels vorübergehend übernommen. Die beliebte und bekannte Anlaufstelle zur Entsorgung blieb so zur Freude vieler Kunden am Standort erhalten.

Im November 2013 war es dann soweit, das Unternehmen wurde von "Lienen Recycling" aus Paderborn übernommen und Inhaber Torsten Lienen verlegte den Standort von der Stargarder Straße an die Bad Lippspringer Adresse. Unter seiner Leitung konnte Dank diverser Zertifizierungen ab Januar 2014 auch das Angebot erweitert werden. Durch den zugelassenen Fachbetrieb für Asbestarbeiten (TRGS 519) in Verbindung mit der BGR

Pflaster-VerlegeService Koch Inhaber Christoph Hempelmann

Hohe Kamp 1 33175 Bad Lippspringe

Straßenbauermeister

Tel.: 0 52 52 / 97 17 99 0 Fax: 0 52 52 / 97 72 81 0



info@pflaster-verlegeservice.de www.pflaster-verlegeservice.de

Zum 5-jährigen Jubiläum gratuliert







Tel.: +49 (0)5252 | 94 00 21 info@horn-sicherheitstechnik.de

www.horn-sicherheitstechnik.de

5 Jahre in Bad Lippspring



128, Arbeiten in kontaminierten Bereichen besteht die Möglichkeit Sanierungen direkt fach- und sachgerecht auszuführen. Schadstoffsanierungen haben während des Abbruchs in den letzten 15 Jahren immer mehr an Bedeutung gewonnen. Mit dem fachgerechten Rückbau kann die Firma Lienen Altlasten sach- und fachgerecht sanieren.

Im Bereich Abbruch- und Entkernungsarbeiten sorgte das Lienen-Team nicht nur in allen Teilen Deutschlands sondern auch in den Niederlanden, in Belgien und in Schweden schon durch gute Arbeit für sehr zufriedene Auftraggeber. Nicht nur durch die Mitgliedschaft im deutschen Abbruchverband e.V. ist das Team immer aktuell und professionell aufgestellt.

Der Firmensitz in der Badestadt ist im Laufe der letzten Jahre immer weiter gewachsen. Für fast jede Branche und jede Situation können Torsten Lienen und sein Team die passende Lösung bieten. Angefangen vom klassischen Containerdienst bis hin zur vollständigen Werksentsorgung und Abbruch, hier ist fast nichts unmöglich, deshalb zählt Lienen Re-

Torsten Lienen

Abbrucharbeiten



ieb eräte Zugelassener Fachbetrieb für Asbestarbeiten nach TRGS 519 Schadstoffsanierung BGR128 Entkernung und Entsorgung

Torsten Lienen

info@lienen-recycling.de

Büro: Neuhäuser Weg 4 33175 Bad Lippspringe Telefon: 0 52 52 - 41 37

Fax: 0 52 52 - 93 32 125

www.lienen-recycling.de



cycling als zuverlässiger Partner für Gewerbe, Handel, Industrie und Bauwirtschaft. Entsorgt wird alles aus einer Hand. Schwere Geräte in Form von eigenen Baggern, LKWs und Mulden bieten die technische Grundlage. Zwölf im Bereich Sach- und Fachkunde gut ausgebildete Mitarbeiter um Torsten Lienen bilden das hochmotivierte Team, das sich der Herausforderung stellt, Recycling auf hohem Niveau, effizient und umweltschonend durchzuführen. Im Privatkundenbereich erfolgt übrigens die klassische Annahme von Papier und Pappe sowie allen Arten von Metallen und Schrott.

Kurz vor Fertigstellung des neuen Betriebsgeländes haben Kunden am 10. November 2018 die Gelegenheit sich von 12 bis 18 Uhr über die Vielseitigkeit der Sanierung und der Entsorgung zu erkundigen und den Betrieb kennenzulernen. Für das leibliche Wohl von Jung und Alt sorgt ehrenamtlich die örtliche katholische Landjugendbewegung, welche durch die Unterstützung von den Firmen "Getränke Waldhoff & Voß" aus Paderborn und der "Fleischerei Paul Schröder" aus Bad Lippspringe, Getränke und Essen zu günstigen, familienfreundlichen Preisen anbieten können. Der Erlös der Veranstaltung kommt der Aktion "Lichtblicke" des Senders "Radio Hochstift" zu. Bereits heute spenden viele Lienen-Kunden indem sie ihre Rechnungsbeträge aufgerundet überweisen, und so mit dem Restgeld ein "Sparschwein" füttern.

Am 30. November ist Kassensturz, dann wird die Summe ermittelt, die in Anwesenheit von "Radio Hochstift" und uns als örtliche Presse direkt an "Lichtblicke" übergeben wird. Natürlich werden wir später über den Einsatz der Spendengelder berichten, der ortsgebunden in Bad Lippspringe verbleiben wird.

Von Montag bis Freitag kümmert sich das Team von "Lienen Recycling" in der Zeit von 9.00 bis 17.00 Uhr und am Samstag von 8.00 bis 14.00 Uhr durchgehend um eine professionelle Entsorgung.

Bei Fragen beraten Sie Torsten Lienen und sein Team gern unter der Telefonnummer 05252 / 4137. Weitere Infos finden Sie auch im Internet unter www.lienen-recycling.de.



- Lichtkuppeln
- Lichtbänder
- RWA-Anlagen
- Lichtplatten
- •Lieferung
- •Montage
- •Sanierung •Wartung



Daimlerweg 3+5 59519 Möhnesee Tel: 02924/87969-0 Fax: 02924/87969-11 info@brandwart.de



Vielseitig und kompetent im Straßenbau!

Vogt Straßenbau GmbH & Co. KG Dennis Voat. Geschäftsführer

Benser Haide 22 33100 Paderborn-Benhausen Telefon: 05252 9388200 Tiefbau | Straßenbau Pflasterarbeiten

www.vogt-strassenbau.de

Gardinen Wasch

abnehmen - waschen - aufhängen

Vom Fachpersonal zu günstigen Preisen Verkauf von Plisseeanlagen Reinigung von Plissee u. Lamellenanlagen

Tel.: 0 52 50 / 75 10

Christiane Schrader, Delbrück-Boke · www.gardinenwaschcenter.de



Winter-Check

ab sofort bei uns!



Ersatzteile und Reparaturen aller Fabrikate Bösendamm 9 · 33129 Delbrück · Tel. 0 52 50/77 73 Öffnungszeiten: Mo-Fr 8-18 Uhr · Sa 8-13 Uhr

Neue (T)Raumdecke in nur 1 Tag!



PLAMECO®

Besuchen Sie unsere Ausstellung Do. 15.00-18.30 Uhr • Sa. 11.00-14.00 Uhr

Zimmerdecken • Beleuchtung • Zierleisten schnell und sauber montiert

PLAMECO Fachbetrieb Scherf

Berghöfen 2 · 33129 Delbrück-Bentfeld (an der Kirche) · 05250 / 7089670

Autohaus Niggemeier

VERKAUF Opel Jahres Opel Nutzfahrzeuge Jahres

Waßmannsweg 3 - 33129 Delbrück Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 07:30-18:00

08:00-12:00 Telefon: 05250 98560

Opel Service Partne ermessung 3 D anlagen-Service, Klim Reparaturen speziell auch Opel Nutzfahrzeug Karosserie- und Lackierarbeiten Smart Repair Scheibenreparatur
Original Teile und Zubehör
Reifen Service - Reifen Hotel Hol- und Bring-Service und Aut 24 Stunden Abschleppdienst Fahrzeug-Aufbereitung



www.lmd-newenergy.de

HERBSTFEST in Delbrück am 04. November 2018



Delbrück (DEMAG). Am Sonntag, 04. November ist es wieder soweit: Das Herbstfest lädt mit einem Aktionsprogramm rund um Wald. Jagd. regionalen Produkten und tollen Aktionen für Kinder in die Delbrücker Innenstadt ein. Das Programm für die ganze Familie haben die Geschäftsleute der Delbrücker Marketinggemeinschaft e.V. (DEMAG) auf die Beine gestellt. "Tolle Aktionen rund um den Herbst gibt es für Jung und Alt in der gesamten Delbrücker Innenstadt", unterstreicht Henry Kosche vom Organisationsteam des Delbrücker Herbstfestes Die rollende Waldschule, der Uhu-Mann, die Jagdhornbläser, der Shanty-Chor aus Steinheim und Puppenspieler Uwe Natus stimmen die Besucher facettenreich auf die Zeit zwischen Sommer und Winter ein. Darüber hinaus werden in der "Westfälischen Runde" an der Langen Straße regionale Produkte angeboten. Im Veranstaltungsraum der Stadtsparkasse präsentiert sich das Haus Lebensfreude aus Westenholz mit einer Caféteria und lädt mit selbstgebackenem Kuchen und Kaffee ein. Der Rotary-Club Paderborn-Bürener Land wird an diesem Sonntag Adventskalender für einen auten 7weck verkaufen. Die Spendensumme geht u.a. an die "Handicap Kidz" in Delbrück.

Viele tolle Aktionen in der Innenstadt

Ab 13 Uhr findet in der Innenstadt Delbrücks das Aktionsprogramm für Jung und Alt statt. Karussells. Hüpfburgen. Mandel- und Crepesstände, Quad-Fahren für Kinder und ein Schubkarrenkürbisrennen, lassen den Sonntag einen Tag für die ganze Familie werden. Der Marktkauf Kosche präsentiert sich mit einer Kürbis-, Donut- und Wurfaktion. Mit trendigen Angeboten und Super-Aktionen für Jung und Alt zeigen ihre Leistungsstärke die Einzelhändler.

Westfälische Runde - Regionale Produkte werden auch in diesem Jahr in der Westfälischen Runde an der Stadtsparkasse angeboten. Köstlichkeiten wie Reibekuchen, Bratkartoffeln mit Spiegelei, Westfälische Burger sowie Kartoffeltornados und Honig sind ebenso im Angebot wie Kartoffeln, Kürbisse und Zwiebeln aus eigenem Anbau. In den Veranstaltungsraum der Stadtsparkasse lädt das Haus Lebensfreude aus Westenholz mit selbstgebackenem Kuchen und Kaffee ein.

Hegering Delbrück gibt Informationen rund um die heimische Jagd - Auf dem Platz an der Stadtsparkasse wird über die Themen Niederwild-

Verkaufsoffener Sonntag

zahmer Uhu eine weitere Attraktion für Stamm vom Hegering Delbrück.

jagd im Delbrücker Land, Jagdhun- Jung und Alt. "Ein besonderes Anliegen de, Hegemaßnahmen und vieles mehr des Hegerings Delbrück ist es, hervorinformiert, was mit der Jagd zusam- zuheben, dass die Jäger im Besondemenhängt. Neben der "rollenden Wald- ren für die Hege und Pflege der heimischule" an der über den Lebensraum schen Wildtiere und deren Lebensraum Wald unterrichtet wird, ist ein lebender Verantwortung zeigen", so Alexander

PROGRAMM DELBRÜCKER HERBSTFEST:

13:00 – 18:00 Uhr Verkaufsoffener Sonntag im Delbrücker Einzelhandel Start vieler Aktionen in der Delbrücker Innenstadt 13:00 - 18:00 Uhr Westfälische Runde mit regionalen Produkten Parkplatz Stadtsparkasse Delbrück 13·00 - 18·00 Uhr Caféteria des Haus Lebensfreude im Veranstaltungsraum der Stadtsparkasse Delbrück 13:00 - 18:00 Uhr Hegering Delbrück mit der rollenden Waldschule und Eulen-Mann, Parkplatz Stadtsparkasse Delbrück 13:00 - 18:00 Uhr Schubkarrenkürbisrennen Lange Straße, Kreisverkehr Himmelreichallee 13:00 - 18:00 Uhr Quadfahren für Kinder "Ich will Spaß - ich geb Gas!" Platz am Himmelreich Verkauf von Adventskalender des Rotary Club 13:00 - 18:00 Uhr Paderborn Bürener Land für einen guten Zweck Neuer Platz Thülecke 14:00 - 15:00 Uhr Jagdhornbläser Delbrück Parkplatz Stadtsparkasse Delbrück Shanty-Chor MC Harmonie Steinheim 14:30 - 16:30 Uhr Parkplatz Volksbank Delbrück-Hövelhof 15, 16 und 17 Uhr Puppenspieler Uwe Natus, Café Müller, Oststraße







So schmeckt der Herbst Steinpilze, Kürbisse und Co. bringen Abwechslung in die Küche



die letzten Äpfel werden geerntet. Mit dem Herbst steigt die Lust auf pikante Gerichte mit saisonalem Gemüse. Kürbisse, Pilze, Wirsing, Fenchel oder Nüsse bringen Vielfalt in die Küche. Nun schmecken Zwiebelkuchen, Lauchauflauf, Kürbissuppe oder Wildbraten mit Semmelknödeln, Rotkohl und herzhaften Soßen.

Auch Steinpilze, die im Herbst unter Kiefern und Fichten in unseren Wäldern wachsen, veredeln mit ihrem festen Fleisch und fein-nussigen Aroma Suppen und Risotto. Mit einem Schnellgardeckel wie dem "Secuguick softline" von AMC ist ein Steinpilzrisotto besonders schnell zubereitet. Der Deckel macht aus allen Töpfen mit passendem Durchmesser einen sicheren Schnellkochtopf. Je nach Rezept

Kastanien fallen von den Bäumen und und Kochprogramm - Soft oder Turbo kann man mit ihm beim Zubereiten der Speisen bis zu 80 Prozent Zeit und bis zu 50 Prozent Energie sparen, Infos sowie viele Rezepte zum Downloaden gibt es unter www.kochenmitamc. info/rezepte/saison.

REZEPTIDEE: STEINPILZRISOTTO

Zutaten für 4 Personen:

1 Zwiebel | 1 Knoblauchzehe 25 g getrocknete oder 250 g frische Steinpilze 250 a Risottoreis 100 ml trockener Weißwein 400 ml Gemüsebrühe 1/2 Bund Petersilie 50 a Butter 30 g geriebener Parmesan Salz, Pfeffer

Zwiebel und Knoblauch schälen und zusammen mit den Steinpilzen fein zerkleinern. Bei frischen Pilzen, diese vorher putzen und mit Küchenpapier abreiben. Alles mit Risottoreis, Wein und Gemüsebrühe in einen Topf geben, den Schnellgardeckel aufsetzen und verschließen. Den Topf auf höchster Stufe der Kochstelle aufheizen, bis die notwendige Aufheiz-Temperatur erreicht ist, den Herd zurückdrehen und das Gericht eine Minute garen lassen. Anschließend den Topf zur Seite stellen, von selbst drucklos werden lassen und den Deckel abnehmen. Petersilienblätter abzupfen und fein hacken. Butter Petersilie und Parmesan unter das Risotto heben. Mit Salz und Pfeffer

Noch einfacher lässt sich dieses und andere Herbstgerichte mit der mobilen Hightech-Kochplatte Navigenio zubereiten. Die Kochplatte steuert zusammen mit einer Überwachungseinheit am Deckel den gesamten Kochprozess vollautomatisch. So kann man während des Kochens andere Dinge erledigen, ohne Angst haben zu müssen, dass etwas anbrennt oder überkocht. Über Kopf auf den passenden Topf gesetzt, verwandelt sie sich in einen kleinen Backofen. (djd).

GRÄFLICHER PARK 19,90€,, **ENTENKEULEN** Es hat wenig Fett und kaum Kalorien. Entenfleisch ist nicht nur vom Geschmack her ein Genuss. Unsere Köche servieren die Entenkeulen mit Klößen und Rotkohl Jeden Tag vom 11.11. bis 23.12. von 18:30 bis 21:30 Uhr fo@graeflicher-park.de oder 181. † 49 52 53.95 23 0 RÄFLICHER PARK GmbH & Co. KG runnenallee 1 | 33014 Bad Driburg | graeflicher-park.de



ALLERHEILIGENKIRMES vom 07. bis 11. November 2018

Bei allen Heiligen! Einmal im Jahr - und das fünf Tage lang - ereignet sich in der altehrwürdigen Hansestadt Soest geradezu Unglaubliches: Kirmestrubel in der Altstadt.

E-PAPER www.bad-lippspringer-nachrichten.de



Im November wird es Wild auf unseren Tellern. Verwöhnen Sie Ihren Gaumen mit den Köstlichkeiten, welche dieser spezielle Genuss zu bieten hat. lm November | 3-Gang-Menü | ab 18 Uhr | € 39,- p.P.

Grüne Lichtblicke statt Alltagsgrau

Rezepttipps: mit Spinat für farbenfrohe Genussmomente sorgen

Wenn die graue Jahreszeit aufs Ge- frisch gebratenen Spiegelei? Auch Pil- und ca. 10 Minuten ruhen lassen. Damüt schlägt und dicke Regentropfen an die Fenster peitschen, ist Nervennahrung gefragt. Allerdings nicht in zuckerreicher Form, sondern mit vielen Vitaminen und weiteren wertvollen Bestandteilen. Spinat ist ein echtes Power-Food unter den Gemüsen, das dennoch oft unterschätzt wird. Dabei weckt der Klassiker nicht nur Erinnerungen an sorglosere Kindertage, sondern lässt sich kreativ, vielseitig und immer wieder anders zubereiten. Mit nur drei Zutaten und einfachen Rezepten sind Spinatgerichte schnell auf den Tisch gezaubert. Sie schaffen Genussmomente ohne viel Zeit- und Arbeitsaufwand.

Allzweckwaffe für schnelle und leckere Gerichte

Ganz schnell aus dem Tiefkühler auf Herd und Teller kommt der grüne Blubb als leckere Allzweckwaffe, die Klein und Groß mundet. Wie wäre es beispielsweise mit dem gerösteten Lieblingsbrot. Spinat und obendrauf einem

ze, die in den Herbstwochen überall frisch angeboten werden, munden drücken (die Masse sollte feucht, aber in Kombination mit Spinat immer gut. nicht wässrig sein). Noch eine Rezeptidee: Mit dem grünen Klassiker aus der Kindheit, mit würzigem Räucherlachs und einem knusprigen Rösti kann man sich ein Stück Geborgenheit nach Hause holen.

REZEPTIDEE: RÖSTI MIT SPINAT UND RÄUCHERLACHS

Drei Zutaten (für zwei Personen):

300 g festkochende Kartoffeln eine halbe Packung "iglo Blattspinat Frischkäse" 200 g Räucherlachs 4 EL ÖI Salz, Pfeffer, Muskat

Zubereitung:

- Kartoffeln schälen und mit einer Küchenreibe grob in eine Schüssel rei-
- Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen Rösti und Spinat reichen. (djd).

- nach die Kartoffelmasse leicht aus-
- Die Kartoffelmasse teilen, so dass man 4 kleine Rösti formen kann.
- Eine Pfanne heiß werden lassen. 2 El Öl hineingeben und 2 Teile der Kartoffelmasse in die Pfanne geben, mit einen Pfannenwender andrücken. Die Rösti sollten maximal einen halben Zentimeter dick sein, damit sie schön knusprig werden
- Sobald der Rand des Rösti leicht braun wird, einmal wenden.
- Den "iglo Blattspinat mit Frischkäse", wie auf der Packung beschrieben, zu-
- Den Räucherlachs aus dem Kühlschrank holen und alles zusammen auf einem Teller anrichten.

Noch ein Tipp: Anstelle von Räucherlachs können Hobbyköche auch einen selbst gemachten Kräuterquark zum

31. Oktober 2018 **5** Seite

GESUNDHEIT





Institut für Schlafstörungen

Diagnostik und Beratung

Dr. Wilfried Böhning

Pneumologie Somnologist European Sleep Research Society
Expert in Sleep Medicine

An der Jordanguelle 22 33175 Bad Lippspringe Tel. 05252 2687466 Fax 05252 2687467 E-Mail: ifs.boehning@web.de www.schlafmed.de

Gesund durch den Winter Jetzt gegen Grippe impfen lassen

vor den Influenza-Viren schützen will sollte sich rechtzeitig impfen lassen. "Im Winter ist der Körper häufig durch Erkältungen geschwächt, eine Impfung ist dann nicht möglich", sagt Dr. Thomas Wöhler, Betriebsarzt der Barmenia Versicherungen. "Die beste Zeit für eine Herbst." Empfehlenswert ist der jährliche Pieks vom Hausarzt grundsätzlich ist die Impfung aber für Risikogruppen. Dazu gehören über 60-Jährige, chronisch Kranke sowie Personen, bei denen berufsbedingt ein besonders hohes Ansteckungsrisiko vorliegt. Denn im Gegensatz zu einer normalen Erkältung ist die Virusgrippe eine schwere Erkrankung, die lange dauern kann. Sie beginnt meist schlagartig mit starken Kopf- und Glie-

Marina Lüeke

Die Grippesaison rückt näher. Wer sich derschmerzen, hohem Fieber und trockenem Husten, Daraus können sich eine Bronchitis, eine Neben- oder Stirnhöhlenentzündung, in schweren Fällen sogar eine Lungenentzündung entwickeln. Deshalb ist die Grippeschutzimpfung für viele mittlerweile selbstverständlich geworden. Der Impfstoff ist gut verträglich, Grippeschutzimpfung ist deshalb der nach ein bis zwei Wochen ist der Schutz aufgebaut. Aber auch wer sich nicht impfen lässt, kann das Ansteckungsrisiko für alle Altersgruppen, besonders wichtig senken. Denn der Grippe-Erreger wird www.barmenia.de (txn.)

beim Sprechen und Husten oder durch direkten Hautkontakt übertragen. Regelmäßiges und gründliches Händewaschen unterbricht diesen Übertragungsweg. Wer sich zudem gesund ernährt und in der kalten Jahreszeit oft an der frischen Luft bewegt, ist gegen die Grippe besser gewappnet. Weitere Informationen unter Wir behandeln ab sofort auch Kiefergelenksblockaden / Klickgeräusche (CMD / TMD) Bei Fragen wenden Sie sich gerne an uns! Loopädiezentrum

Telefon: 05293 931 99 66 05293 931 90 63 info@logopaediezentrum-dahl.de www.logopaediezentrum-dahl.de

Nächtliche Gefährdung des Herzrhythmus durch Atmungsstörungen im Schlaf

Schlaganfallrisikoanalyse hinsichtlich Vorhofflimmern

Schlafbezogene Atmungsstörungen wie besonders das Schlafapnoe-Syndrom mit ausgeprägtem Schnarchen stellen ein hohes Risiko für verschiedenste Herzrhythmusstörungen dar. Dazu zählt besonders das Vorhofflimmern (VF), das sehr häufig zusammen mit dem Apnoesyndrom auftritt und ein hohes Gefahrenpotential beinhaltet.

Was ist Vorhofflimmern?

Reim Vorhofflimmern kommt es zum unregelmäßigen Zusammenziehen der Muskelfasern im Herzvorhof, Dadurch wird die Fließgeschwindigkeit des Blutes in den Vorhöfen stark gemindert, so dass sich Blutgerinnsel (Thromben!) in den Vorhöfen bilden können. Teile der Thromben können sich ablösen und über die Blutgefäße im Körper überall verteilt werden. Gelangen sie z.B. ins Gehirn und verlegen dort ein Blutgefäßes, spricht man von einem Schlaganfall

Atemstillstandes Während eines (Apnoe) erfolgt zwar weiterhin die Arheit der Atemmuskeln im Brustkorb und Bauchbereich (Zwerchfell). ohne dass jedoch Atemluft in die Lungen kommen kann, weil die oberen Atemwege verschlossen sind. Dies erzeugt einen erheblichen Unterdruck im Brustkorb und führt augenblicklich zu einem massiven Rückstrom von venösem Blut zum Herzen. Dadurch werden die Vorhöfe deutlich erweitert. Im Zusammenhang mit dem Atemstillstand kommt es zu einer maximalen Stimulation des autonomen Nervensystems - primär zu Beginn einer Apnoe des Parasympathikus (Nervus vagus) mit entsprechender Verlangsamung des Herzschlages (Bradykardie) und zum Ende der Apnoephase zu einer Stimulation des Sympathikus mit daraus resultierender Herzfreguenzbeschleunigung (Tachykardie). Dieser



rasche Wechsel zwischen den beiden Komponenten des autonomen Nervensystems führt zu einer ausgeprägten elektrischen Instabilität im Herzleitungssystem.

Diese beiden Faktoren (Erweiterung der Herzvorhöfe und elektrische Instabilität) werden als wesentliche Auslöser für das bei Schlafapnoe häufig beobachtete Vorhofflimmern angesehen.

Wussten Sie dass...

- · Vorhofflimmern der gefährlichste einzelne Risikofaktor für Schlaganfall und gefäßbedingte Demenz ist?
- 25 30 % aller Schlaganfälle VF zurückzuführen sind?
- In Deutschland mehrere 10.000 Schlaganfälle zu verhindern wären. wenn das Vorhofflimmern rechtzeitig erkannt würde?
- Selbst kurze Episoden von Vorhofflimmern die Bildung von Blutgerinnseln im Herzvorhof ermöglichen?

Altersunabhängig bestehen zusätzliche Risikofaktoren für das Auftreten von Vorhofflimmern:

- Bluthochdruck mit Übergewicht
- · Koronare Herzkrankheit in Verbindung mit Herzinsuffizienz
- Diabetes mellitus Typ II besonders wenn dieser schwer einstellbar ist
- · Bereits eingetretener Schlaganfall in der Vorgeschichte mit dem Risiko des Auftretens eines zweiten Schlaganfalls

Bei Vorliegen der Risikofaktoren Übergewicht, Bluthochdruck und Diabetes Typ II beträgt das Risiko für ein klinisch bedeutsames Schlafapnoe-Syndrom ca. 80 %!

Von ärztlicher Seite wird daher dringend empfohlen, nicht nur auf das Vorliegen von VF zu achten, sondern wegen der erwähnten Zusammenhänge der Risikofaktoren mit einem Schlafapnoe-Syndrom auch für dieses eine Screening-Untersuchung zu ver-

Diese Empfehlung gilt besonders für Menschen, bei denen bereits VF nachgewiesen wurde.

Der Erfolg bei einer gezielten Behandlung des Schlafapnoe-Syndroms ist erwiesenermaßen sehr hoch!

In der nächsten Ausgabe informieren wir über das Thema Migräne und Schlaf

www.schlafmed.de



HERZWOCHEN 2018

1. bis 30. November

Herzvorträge am 8. und 28. November in Bad Lippspringe Herzrhythmusstörungen im Mittelpunkt

Bad Lippspringe. Unter dem Motto Am Donnerstag, dem 8. November, fährlich sind Herzrhythmusstörun-"Herz außer Takt" stehen die bundesweiten Herzwochen 2018 der Deutschen Herzstiftung. Vorhofflimmern ist nach Angaben der Herzstiftung mit ca. 1,8 Millionen Betroffenen die häufigste Herzrhythmusstörung und eine ernst zu nehmende Erkrankung.

Das Medizinische Zentrum für Gesundheit (MZG) Bad Lippspringe bietet zusammen mit der Deutschen Herzstiftung in diesem Jahr zwei öffentliche Vorträge zu den Herzwochen an.

spricht um 18.00 Uhr Chefarzt PD Dr. med. Karsten Schulze von der Karl-Hansen-Klinik zum Thema "Luftnot: Sind Rhythmusmedikamente gefährlich?". Veranstaltungsort ist das Lippe-Institut, Arminiuspark 7, in Bad Lippspringe.

Am Mittwoch, dem 28. November, referiert Dr. med. Barbara Steffens, Leitende Abteilungsärztin Kardiologie der Klinik Martinusquelle, um 18.00 Uhr zum Thema "Herz außer Takt. Wie gegen?". Veranstaltungsort ist die Klinik Martinusquelle, An der Martinusquelle 10. Bad Lippspringe.

Bei beiden Veranstaltungen ist die Beauftragte der Deutschen Herzstiftung, Gerti Koch, vor Ort, Beim Vortrag in der Klinik Martinusquelle ist außerdem Margit Sternagel vom Ortsverein Bad Lippspringe des Deutschen Roten Kreuzes zugegen. Der Eintritt zu beiden Vorträgen ist frei; eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Seite 16 31. Oktober 2018 -



BEAUTY & WELLNESS

Saunagänger leben länger



Wer regelmäßig in der Sauna schwitzt, kann auch sein Leben verlängern, zeiaen medizinische Studien.

Foto: Gütegemeinschaft Saunabau. Infrarotund Dampfbad e.V., Wiesbaden/akz-o

mehr nur mit allgemeinem Wohlbefinden und Wellness gleichzusetzen. Wer regelmäßig in der Sauna schwitzt. kann auch sein Leben verlängern, zeigen medizinische Studien. Durch das Saunabaden wird das Risiko, an modernen Volkskrankheiten, wie Herzinfarkt und Demenz, zu erkranken, erheblich verringert. Auch wird die Entstehung freier Radikale gehemmt und so der Alterungsprozess der Zellen verlangsamt.

Wissenschaftlich belegt

Regelmäßige Sauna-Besuche ken sich positiv auf Herz und Kreis-

In die Sauna zu gehen, ist längst nicht lauf aus. Die Belastung des Saunabadens auf den Herzkreislauf wird oft viel zu hoch eingeschätzt. Doch Forscher haben herausgefunden, dass regelmäßiges Saunabaden das Risiko, einen plötzlichen Herztod zu erleiden oder an den Folgen einer koronaren Herzkrankheit zu sterben signifikant senkt. Durch die trockene Hitze in der Saunakabine wird die Erweiterung der Gefäße gefördert und die Durchblutung des Körpers angeregt. Die Sauerstoffversorgung des Herzens verbessert sich, sodass das Herz insgesamt effektiver arbeitet. Auch im Konf hält die Sauna fit. Neben einem gesunden Lebensstil schützt ebenso regelmäßiges Saunabaden

wirkungsvoll vor Demenz - dies belegt eine groß angelegte Studie der Universität Ostfinnland. Wer die Sauna also so oft wie möglich nutzt, hat deutlich bessere Chancen, bis ins hohe Alter gesund und leistungsfähig zu bleiben. Um von der Sauna zu profitieren, sind das Aufheizen der Sauna auf 70°C bis 90°C sowie zwei bis drei Gänge à 10-15 Minuten zu empfehlen. Auch die anschließende Abkühlung ist wichtig. Infrarotbaden wirkt sich auch sehr positiv auf die Gesundheit aus. Schmerzreduzierung und Muskelentspannung sind hier zu nennen. Außerdem steigert die es die Stoffwechselprozesse. die Blutgefäße erweitern sich und die Durchblutung und Entgiftung des Körpers werden erhöht.

Wer unsicher ist, ob häufige Saunagänge gut für ihn sind, sollte sich vor einem Sauna-Besuch ärztlichen Rat

Die gesundheitlichen Vorteile kann man sich ganz einfach selbst ins eigene Zuhause holen. Nur die RAL-geprüfte Sauna sichert dauerhaft höchste Qualität in den eigenen vier Wänden. Die Gütegemeinschaft Saunabau, Infrarot und Dampfbad e.V., der namhafte deutsche Saunahersteller angehören, verleiht seit fast 40 Jahren das RAL-Gütezeichen auf Basis von 30 Qualitätskriterien und bietet dem Verbraucher wichtige Orientierung beim

Schönheit von innen und von außen

Reine Buttermilch kann das Wohlbefinden und ein gesundes Hautbild unterstützen

Gerade in der kalten Jahreszeit ist es für das Wohlbefinden wichtig, dem Körper etwas Gutes zu tun. Reine Buttermilch beispielsweise kann dazu beitragen, die Haut wieder zum Strahlen zu bringen. Und das nicht nur durch den Verzehr - denn sie eignet sich auch als Basis für entspannende Bäder und pflegende Gesichtsmasken.

Reinigende Wirkung

Bereits Sumerer, Inder, Babylonier und Ägypter tranken vor mehr als 4.500 Jahren reine Buttermilch. Seit jeher unterstützt sie nicht nur das innere Wohlbefinden, sondern auch die äußere Schönheit. Dafür sind auch das beinhaltete Calcium und Vitamin B2 verantwortlich. Calcium unterstützt die Zellerneuerung und Vitamin B2 trägt zur Erhaltung normaler, schöner Haut bei. Ein schöner Teint unterstützt gerade während der dunklen Jahreszeit das Befinden, Durch den täglichen Verzehr von reiner Buttermilch kann sich nicht Natürlicher Calciumlieferant nur die Struktur der Haut verbessern,

sondern sie hat auch eine reinigende stein für normale Knochen und Zähne. Wirkung von innen heraus und lässt Reine Buttermilch unterstützt den Kör-Unreinheiten verschwinden. "Als größtes Organ des Menschen ist die Haut auch für einen Großteil der Atmung ver- cium bei der Zellteilung und bei der antwortlich. Sie schützt unter anderem vor Bakterien, Keimen und physischen Einwirkungen von außen", erklärt die Hamburger Dermatologin Dr. Susanne Steinkraus das Geheimnis der Buttermilch. Eine reine Haut gelte als attraktiv und jugendlich und sie trage dazu bei, sich jung und fit zu fühlen. "In der Buttermilch sind unterschiedliche B-Vitamine B2. B5 und B12. Sie helfen der Haut maßgeblich, sich regelmäßig zu regenerieren und Umwelteinflüssen. wie zum Beispiel der Sonne, zu trotzen und ihre umfassende Funktionalität zu behalten", so Steinkraus. Sie unter-Faltenbildung vorzugehen.

Der Körper benötigt Calcium als Bau-

per daher beim Erhalt eines strahlenden Lächelns. Zusätzlich hilft das Calkörpereigenen Lipidproduktion. Dadurch neigt die Haut weniger zu Trockenheit und wirkt deutlich frischer. Folglich sollte man sich ausreichend Zeit nehmen, um Körper und Seele etwas Gutes zu tun. Zudem ist reine Buttermilch als Basis für entspannende Bäder genau das Richtige nach einem anstrengenden Tag - auch die Haut wird es einem danken.

Maske der Kleopatra

Zutaten: 1 Eigelb, 4 EL reine Buttermilch, 1 TL Bienenhonig, Kieselerde, lauwarmer Kamillentee, Figelb, Butterstütze die Haut dabei, gegen einen zu milch und Bienenhonig mit Kieselerde schnellen Alterungsprozess und gegen zu einem Brei verrühren. Beim Auftragen die Augen freilassen. 15 Minuten einwirken lassen, mit lauwarmem Kamillentee abwaschen und Haut danach leicht einfetten. (djd)

EIN TAG NUR FÜR MICH Wellnessoase in der Region







31. Oktober 2018 **17** Seite

Comedian Sertac Mutlu kommt mit seinem Debütprogramm nach Paderborn "Passiert das nur mir?" bietet Comedy mit Lachgarantie

Sertac Mutlu ist ein wahres Überraschungspaket. Der junge Comedian aus der Comedy-Hauptstadt Köln begeistert vom ersten Moment, wenn er auf die Bühne tritt. Er schafft es wie kaum ein anderer, blitzschnell in die unterschiedlichsten Rollen zu schlüpfen, und das ohne sich zu verkleiden. Das Publikum ertannt sich selbst dabei, sich vor Lachen zu biegen, wenn Sertac eben noch der typische Dönermann war und urplötzlich als der aufgepumpte Besitzer eines Fitnessstudios daherkommt.

Die Zuschauer weiß der Newcomer mit seiner Fähigkeit durch Gestik, Mimik und seinem riesengroßen Talent mit der Stimme zu arbeiten, zu überzeugen. Und wenn die Zuschauer einer Comedy-Show überzeugt werden bedeutet das einfach, dass sie jede Menge Spaß haben.

Sertaç Mutlu reist ab Frühjahr 2018 mit seinem Debütprogramm "Passiert das nur mir?" quer durch Deutschland um auf unzähligen Comedy-Bühnen zu zeigen, wie viel Spaß ihm das Bespaßen seiner Besucher macht. Ohne die typischen Klischees zu bedienen schafft der Comedian es. seine Freude auf sein Publikum zu übertragen. Wer ihn einmal erlebt hat versteht sofort, warum ihn viele als den "sympathischen Knuddelbären mit den Bambiaugen" bezeichnen. Trotz seiner Bambiaugen sitzen die Gags von Sertaç dank seiner rotzfrechen Attitüde und seine unerschöpfliche Themenvielfalt, und das ganze auch noch generationsübergreifend.

Sein Comedy-Talent katapultierte ihn beim "NDR Comedy Contest" und bei den "NightWash Talent Awards" ins Finale. Seitdem ist Sertaç Mutlu ein gern gesehener Gast auf Comedy-Bühnen im ganzen Bundesgebiet.

Sertaç Mutlu tritt am 18. November 2018 um 20 Uhr in der Kulturwerkstatt in Paderborn auf. Er präsentiert sein neues Bühnenprogramm "Passiert das nur mir?" erstmals in der Stadt. Die Eintrittskarten sind bei allen bekannten Vorverkaufsstellen erhältlich. Online sind die Tickets unter www. planb-tickets.de sowie www.eventim.de buchbar.

GEWINNSPIEL - 2x 2 Eintrittskarten

Finfach eine Postkarte an Redaktion HEGGEMANNMEDIEN Stichwort "Comedian SERTAC MUTLU"

Burgstr. 2 • 33175 Bad Lippspringe. Einsendeschluss: 06.11.2018

Das Losverfahren entscheidet. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

Viel mehr als nur Schminke: **DKMS LIFE schenkt Lebensfreude** und Selbstwertgefühl

look good feel better Kosmetiksemi- Tücher und Kopfschmuck beraten. nare für Krebspatientinnen in der Cecilien-Klinik Bad Lippspringe.

Die Diagnose Krebs, die jährlich rund 230.000 Frauen in Deutschland erhalten hedeutet nicht nur den Kamnf mit dem Überleben, sondern auch einen täglichen Kampf mit dem Spiegelbild. Denn die Krebstherapie mit Chemo- oder Strahlenbehandlung führt zu drastischen Veränderungen des Aussehens. Durch Haarausfall, Verlust von Wimpern und Augenbrauen oder Hautirritationen verlieren viele Frauen ihr Selbstbewusstsein und fühlen sich zusätzlich von der Krankheit gezeichnet. In den kostenfreien look good feel better Kosmetikseminaren von DKMS LIFE gemeinnützige Gesellschaft mbH erhalten Krebspatientinnen Hilfe zur Selbsthilfe im Umgang mit den äußeren Veränderungen während der Krebstherapie. Professionelle, geschulte Kosmetikexpertinnen zeigen den Krebspatientinnen Schritt für Schritt, wie sie die äußerlichen Folgen der Therapie kaschieren können: von der Reinigung und Pflege der oft sehr empfindlichen Haut, dem Auftragen der Grundierung und natürlichen Nachzeichnen der ausgefallenen Augenbrauen und Wimpern bis hin zum Abdecken von Hautflecken, die aufgrund der Bestrahlung entstanden sind. Darüber hinaus werden die maximal zehn Teilnehmerinnen in dem rund zweistündigen "Mitmachprogramm" anschaulich zum Thema

Alle Patientinnen nehmen aktiv am Seminar von DKMS LIFE teil, das heißt, sie schminken sich selbst, um ein Gefühl für den Umgang mit den Produkten und deren Anwendung zu gewinnen. Die Kosmetikexpertin hilft ihnen dabei. Dabei geht es nicht um das perfekte Make-up, sondern um ein natürliches und frisches Aussehen für den Alltag und ein Stück Normalität. Die Teilnehmerinnen werden ermutigt. wieder einen Blick in den Spiegel zu werfen und das Erlernte auch im Anschluss an das Seminar umzusetzen. Denn für Krebspatientinnen ist Kosmetik oft viel mehr als nur Make-up - sie kann Therapie und Lebenshilfe sein.

Die Teilnahme und eine Tasche mit 13 hochwertigen Kosmetikprodukten. die auf die einzelnen Schritte des Programms abgestimmt sind, sind für die Patientinnen kostenfrei.

Unternehmen der Kosmetikindustrie unterstützen als Kooperationspartner das Patientenprogramm look good feel better wesentlich und tragen erheblich zum Frhalt und Ausbau bei. DKMS LIFE Partner sind u. a. Astor, Chanel, Christian Dior, CLR, Douglas, Fau Thermale Avène, Flizabeth Arden, Estée Lauder, ghd, Lancaster, lavera, L'Oréal, Manhattan, Schwarzkopf und Shiseido.

Das look good feel better Kosmetikseminar für Krebspatientinnen in Therapie in der Cecilien-Klinik Bad

Lippspringe bietet DKMS LIFE am 07.11.2018 um 15:00 Uhr an.

Die Teilnahme ist kostenfrei. Die Teilnehmerzahl ist auf 10 begrenzt.

Information und Anmeldung bei Cecilien-Klinik | Bad Lippspringe Frau Stephanie Rummenie Telefon 05252 951005

Weitere Termine und Infos zu den Schminktipps unter www.dkms-life.de.

Über DKMS LIFE - DKMS LIFE gemeinnützige Gesellschaft mbH wurde 1995 gegründet. Die gemeinnützige Organisation ist eine Tochtergesellschaft der DKMS und bietet das internationale Programm look good feel better, das in 26 Ländern weltweit unter den gleichen Leitsätzen kostenfreie Kosmetikseminare für Krehsnatientinnen veranstaltet, an. Bundesweit organisiert DKMS LIFE jährlich in mehr als 300 medizinischen Einrichtungen rund 1.400 look good feel better Kosmetikseminare für Krebspatientinnen in Therapie. Ziel ist, möglichst vielen krebskranken Mädchen und Frauen damit Hoffnung und Lebensmut zu schenken, um sie während ihrer Therapie zu unterstützen und ihren Heilunasprozess positiv zu beeinflussen. Über 140.000 Krebspatientinnen wurde bereits eine Teilnahme ermöglicht. Für ihre Arbeit ist die gemeinnützige Organisation DKMS LIFE auf Spenden

MARTINI-MARKT vom 09. bis 11. November 2018





Salzkotten. Wenn es am zweiten Novemberwochenende heißt: "Salzkotten ruft Dich!". wissen die Salzkottenerinnen und Salzkottener der Martinimarkt ist eröffnet. Das älteste Stadtfest der Sälzerstadt begrüßt vom 09. bis 11. November wieder zahlreiche Besucherinnen und Besucher.

Wie in iedem Jahr dürfen sich Groß und Klein auf das traditionelle Hüttendorf im Herzen der Innenstadt, auf dem Markplatz vor dem Rathaus, freuen. 2018 werden die sechs Partnerschaftskomitées der Stadt Salzkotten die acht Hütten federführend an allen drei Tagen bewirten. Gelockt wird mit Spezialitäten und Köstlichkeiten aus den verschiedenen Regionen der Partnerstädte

Beaujolais, Bärlauch- und Rotweinsalze aus Frankreich - das Komitée Belleville hat noch so manch andere Leckereien im Gepäck. Bei klirrender Novemberkälte darf eine Aufwärmung von innen nicht fehlen. Die Hütte Cerisy-la-Foret und Scharmede bereitet Ihnen gerne einen Apfelpunsch mit oder ohne Calvados oder eine Tasse "Heiße Landfrau" zu. Normannische Zwiebelsuppe. Camembert und dazu ein Glas Cidre bekommen Sie bei den Städte-

partnerfreunden Cartigny L'Epinay und Verlar. Aus Österreich kennen wir Schnaps, Käse- und Wurstspezialitäten - Seefeld wird für deftiges Flair in Salzkotten sorgen.

Deftig wird es auch an der Hütte Brüssow, mit Schmalzbroten, sauren Gurken und Apothekerschnaps. Bystrice pod Hostýnem wartet nicht nur mit tschechischen Reibeplätzchen, Gulasch oder Silvovice auf - das Partnerschaftskomitée verwandelt eine Gewinnen. Süß und regional wird es

in der Hütte der Imkerei Lenzmeier zuaehen.

Das Hüttendorf hat für alle Geschmäcker etwas zu bieten und schafft die Möglichkeit, kulinarisch andere Länder und andere Traditionen kennenzulernen. Getreu dem diesjährigen Martinimarkt-Motto "Winterlicher Lichterwald" erstrahlt auch das stimmungsvoll dekorierte Hüttendorf im winterlichen Glanz. Geöffnet haben die Hütten am Freitag ab 15:00 Uhr, Samsweitere Hütte zur Tombola mit tollen tag ab 14:00 Uhr sowie am verkaufsoffenen Sonntag ab 13:00 Uhr.



Seite 18 31. Oktober 2018

Kreativität und Entspannung bei der VHS in der Vorweihnachtszeit

bietet die VHS wieder zahlreiche Kurse an. die sich mit der Herstellung von originellen Geschenken und Weihnachtsdekoration beschäftigen oder einfach zur Entspannung in der ruhigen Jahreszeit beitragen.

"Mach mehr aus alten Büchern" ist zum Beispiel ein Kurs, der sich am 02.11.2018 von 18.00-21.45 Uhr in der VHS in der Busdorfschule mit dem Upcycling von alten Büchern beschäftigt. Jeder hat zu Hause Bücher, die keinen Platz mehr im Regal finden, aber zu schade zum Wegwerfen sind. Verhelfen Sie diesen Büchern zu neuem Glanz und einer neuen Verwendung. Mit Hilfe einfacher Falttechniken werden die Buchseiten so bearbeitet, dass anschließend ein ansprechendes optisches Motiv zum Vorschein kommt. So entsteht ein dekoratives Kunstwerk oder ein besonderes Geschenk, dass auf dem weihnachtlichen Gabentisch sicher nicht unbeachtet bleiben wird. Gebühr: 12.10 Euro.

Oder begeistern Sie doch einmal Ihre Familie und Freunde mit einem selbstgemachten Adventskranz. Im Kurs "Adventliche Kränze, selbst gewickelt" am 17.11.2018 von 09.00-12.45 Uhr in der VHS in der Busdorfschule bekommen Sie Anleitungen und Ideen zur Herstellung individueller Adventskränze. Dazu werden viele verschiedene duftende Sorten Tannen- und Koniferengrün verwendet. Bei der Dekoration mit schönen Kerzen, Zapfen, kleinen nur die größte und prachtvollste Kir- mal im Historischen Rathaus stattfin-Christbaumkugeln, Schmuckbändern che schaffen. Auch in Sachen Kunst det und 8.50 Euro kostet. Mit einer

Grenzen gesetzt. Ein kreativer Vormittag mit weihnachtlicher Anmutung, an dem man herrlich entspannen und noch einen besonders schönen Kranz mit nach Hause nehmen kann jum den man ganz sicher beneidet wird. Gebühr: 12,10 Euro.

Etwas ganz Besonderes ist natürlich auch immer wieder eine selbst hergestellte Radierung. Der Workshop "Einführung in die Geheimnisse des Tiefdrucks", des beliebten und langjährigen VHS-Dozenten Friedrich Hokamp hietet am 10 und 11 11 2018 ieweils in der Zeit von 10.00-16.45 Uhr in der VHS am Querweg Anfängern eine Einführung in die verschiedenen Techniken der Radierung und Eingeweihten Gelegenheiten zur Verfeinerung der Drucktechnik. Mitzubringen sind: Arbeitskittel und umsetzbare Skizzen. Es entstehen zusätzliche Kosten für Kupferplatten, Druckpapier und Druckfarbe. Eine Preisliste ist bei der VHS erhältlich. Der Workshop kostet 56,30 Euro (ermäßigt: 42,70 Euro).

Sinnliche Momente und kunstgeschichtliche Einblicke verspricht der Vortrag "Rom" von Mechthild Beike, der im Rahmen der Vortragsreihe Kunststädte Italiens am 20.11.2018 von 16-18 Uhr in der VHS am Stadelhof stattfindet. Schon kurz nach seiner Ernennung bewegten Papst Julius II die ehrgeizigsten Pläne. Mit dem Neubau des Petersdoms wollte er nicht

auftragte die größten Künstler der Zeit, darunter Michelangelo und Raffael. In ihnen und in Leonardo da Vinci sahen schon die Zeitgenossen die drei Künstler die die Kunst der Renaissance zur Vollendung brachten.

Obwohl sich der eigenwillige Michelangelo, der sich vor allem als Bildhauer verstand nur ungern zur Malerei bewegen ließ, schuf er mit der Bemalung der Sixtinischen Decke ein gigantisches Werk der Malereigeschichte. Raffael, der vom Erfola verwöhnte Jüngling, erhielt den Auftrag, die päpstlichen Gemächer auszumalen. Hier entstand eines seiner berühmtesten Werke, die Schule von Athen. Im Auftrag des Papstes malte er außerdem die Sixtinische Madonna, deren Puttenfiguren heute den meisten Menschen bekannt sind

Die Referentin stellt besonders die Werke Michelangelos und Raffaels in den Mittelpunkt ihres Vortrags. Außerdem wirft sie einen Blick auf die gesellschaftlichen Hintergründe der Zeit der Renaissance in Rom. Der Eintritt kostet 10,00 Euro. Während des Vortrags lädt die VHS alle Teilnehmenden zu Kaffee, Tee, Kaltgetränken und Kek-

Ein ganz besonderer Spaß für Kinder und ihre Eltern ist auch immer wieder der Kurs "Wir basteln ein Lebkuchenhaus" der am 15 12 2018 in der 7eit von 11-13 und von 14-16 Uhr zweiKinder aus vorgebackenen Lebkuchenplatten ein Häuschen bauen, dieses mit vielen bunten Süßigkeiten bekleben und mit nach Hause nehmen. In beiden Kursen sind noch einige weni- nimmt die VHS unter 05251/8758610 ge Plätze frei. Die Lebensmittelkosten und www.vhs-paderborn.de entgegen.

enthalten. Für die Begleitpersonen stehen Kaffee. Tee sowie Kaltgetränke zur Verfügung.

Anmeldungen für alle genannten Kurse



Selbstverteidigung in Paderborn mit WingTsun Kung-Fu!



Die Aktion:

WingTsun steht für Selbstverteidigung und Kampfkunst. Besuche uns an unserem Tag der offenen Tür und erfahre mehr über unsere Angebote für Kinder und Erwachsene.

Unser Tagesangebot: Bei Anmeldung trainierst du zwei Monate gratis!

Wann

Am Sonntag, den 04.11.2018 von 15:00 - 20:00 Uhr

Wo

WingTsun-Akademie Neuhäuser Str. 61B 33102 Paderborn

EWTO D -selbstverteidigung.de

Was wir immer dabei und griffbereit haben, ist unser Körper. Damit wir ihn zur Selbstverteidigung und in Notsituationen einsetzen können, müssen wir ihn fit halten und unsere körperlichen Waffen - unsere Arme, unsere Beine - durch gezieltes Training regelmäßig trainieren und schärfen. Durch Schlag und Trittkrafttraining am Polster steigern wir deine Fitness und schärfen deine Waffen

Du lernst Distanz übergreifend, auf technisch immer besser werdenden Gegnern, auf bewaffnete Individuen oder einer Gruppe von Angreifern zu reagieren - nicht nur indem du zu einem harten Angriff oder Gegenangriff ansetzt, sondern auch mit Strategie und Taktik, die Kraft und Überzahl der Gegner für deine Zwecke nutzt.

Durch das Umsetzen dieser Fähigkeiten und Übersicht der Zweikampfsituationen, wird dein Handeln immer präziser, du wirst präsenter und kannst Gefahren frühzeitig verbal oder körperlich zu deinen Gunsten lösen. Besuche uns an unserem Tag der offenen Tür und erfahre mehr über unser Angebot für Kinder und Erwachsene.

Wir freuen uns auf deinen Besuch!

31. Oktober 2018 **4 Q** Seite

MARKTPLATZ

Der Kleinanzeigen-Markt

VERKÄUFE

Kristallgalerie & Schleiferei Nehlert

Große Ölgemälde, 185 x 100 cm (Auerhahnbalz), 140 x 110 (Poststation), 100 x 85 cm (fröhliche Weinprobe), 100 x 80 cm (Heideblühen), Preis VHB, Tel.: 0160/

KI Wohnzimmer-Wohnwand weiß m

schwarzen Absetzungen/modern Neuzu-

stand. Preis VS. Tel.: 02944/ 974110 oder

0151/57637625

Küchenhängelampe, Porzellan weiß m. Glasschirm, Aufhängung Messing, Preis VS, Tel.: 02944/ 974110 oder 0151/ 57637625

Alte Kuckucksuhr, mit Pendel und Melodie 150 Furo. Tel: 0160/8513759

Alter Gefrierschrank, 240 L., 7 Schubladen, von Liebherr, Selbstabholer, Tel.: 0151/75054229

Steuern? Wir machen das.

VLH.

Gerhard Böddeker Beratungsstellenleiter

Detmolder Straße 96 33175 Bad Lippspringe Gerhard.Boeddeker@vlh.de

2 05252 3906



Essservice, Mitterteich-Bavaria, weiß mit Goldrand, 12 Essteller, 12 Suppenteller, 12 Salatschüsseln, 6 Gemüse/Kartoffelschüsseln, 2 Fleischplatten, 2 Saucieren, 1 große Suppenterrine, 85 Euro, Tel.: 0160/

4 Barhocker, schwere Ausführung, Holz/ Eisen, Preis VS, Tel.: 0160/8513759

CD Regal, Maße, 55 x 16 x 36cm, je 60 CD x 6, zu 15 Euro, stapelbar. Vorwerk-Teppichreiniger, externes Gerät, 50 Euro. Damenkleidung, Größe 42/44, hochwertig, Marken modern Neuwertige Schuhe Größe 43. Tel.: 05252/ 9331528 ab 18 Uhr

Restaurantauflösung: Groß- und Kleinin-

Barankauf Gold & Silber SCHMUCK - MÜNZEN - BESTECK ZAHNGOLD + ALTGOLD

Arminiusstr. 8 • 33175 Bad Lippspringe

9 Ölgemälde, Größen von 60 x 80 bis 100 x 200 cm, Preise VB, Tel.: 0160/8513759

Aluminium-Profile, L.: 6 m, T.: 5 cm, B.: 6 cm, Gewicht 9 kg. Die Profile sind geeignet für PV-Anlage, sowie für viele andere Zwecke wie z B. Vordächer Zäune u. vieles mehr günstig zu verkaufen. Preis VHB. Tel.: 0171/7733360

Anmachholz, 20 bis 25 cm lang, ideal auch für kleine Terrassenöfen, in 3 kg, 5 kg oder 7 kg Raschelsäcken, garantiert ohne Nägel, Lieferung ab 10 Sack möglich, 0,50 Furo/kg, Tel: 0152/01709917

Wunderschöne 3-sitzer, 2-sitzer Polstergarnitur, dazu Hocker, Preis 250 Euro, Tel.: 0160/8513759

Ess-Service, Bavaria, 12-teilig, ca. 80 J., 100 Furo VHB. Tel: 05252/ 2219

Mountainhike Phoenix Outdoor 26 7oll Räder mit auter Bereifung, 21 Gänge, Kettenschaltung, Federgabel, Beleuchtung sowie Bremsen etc. alles funktionstüchtig. 40 Euro VHB, Selbstabholer, Tel.: 05258/ 931270 oder Mobil: 0176/ 96725159

Bizerba Steaker. Tischgerät, wenig gebraucht, 95 Eruo, Tel.: 0160/8513759

Katalytofen "Variolux", Gasheizgerät, Wärmeabgabe 4,2 kW, Gasverbrauch 30 g/h maximal, 50 bar, für 5 + 11 kg-Flaschen, H.: 75, B.: 43, T.: 50 cm, 45 Euro, Tel.: 0160/8513759

10 Tische, 75 x 120 cm, je 33 Euro. 4 variable Tische, zusammen 190 x, 300 cm. einzeln 85 x 150 cm, schwere Ausführung. zus. 200 Euro. 3 Säulentische. 75 x 120 cm, je 55 Furo, Tel.: 0160/8513759

E- Bike, 26er, 5 Gänge, Farbe schwarz, Batterie defekt, VHB 200 Euro, Tel.: 02955/

Heißwasserbad. 2 Kammer mit Einsatz und Deckel, 75/80/60 HBT, 120 Euro, Tel.: 0160/8513759

3 Raimund Wail Uhren vergoldet, ie 80 Euro, Tel.: 0171/1091451

Fsszimmertisch ausziehhar mit 2 Stühlen (Farbe: nußbraun), Tischlänge 1,50 m, Breite 0.90 m. Höhe 0.75 m. Länge ausgezogen 1.95 m. Tischuntergestell Massivholz, Tischplatte Frunierholz, Stühle Massivholz, Allgemeinzustand sehr gepflegt, 60 Euro VHB, Selbstabholer, Tel.: 05258/ 931270 oder Mobil: 0176/ 96725159

HD-SAT-Receiver, Twin Tuner, mit Aufnahmemöglichkeit und anderer Sender sehen. neuwertig, Kinderspielzeug, 2 Umzugskartons voll, Tel.: 0174/7447207

2 Fernseher Samsung, 90 cm, je 70 Euro. Receiver, 20 Euro. Hänge-Lampen, VHB, Tel.: 0157/55245794

1 Trimmfahrrad, 1 Jahr alt, mit Leistungsanzeige, 140 Euro, Tel.: 05254/ 4954

Pflegeleichte Balkon- und Terrassenprofile aus Kunststoff in heller Ast-Holzoptik mit Befestigungsmaterial, preisgünstig, VHR Tel: 05251/892041

Kaufe Gold, Silber, Zinn, Design, Münzen, Schmuck, Bernstein, Kunst (z.B. Bilder, Figuren), Militaria (Orden, Fotos), Armbanduhren, Asiatika, Afrika, altes Spielzeug uvm.

Fa. Dipl.-Kfm. Marc Hagedorn Mühlenstraße 32 | Paderborn Di. und Do. 13.00 - 18.00 Uhr oder nach Vereinbarung 0171 / 3830863 u. 05251 / 5431513 info@kunsthandel-hagedorn.de

Heimorgel zu verkaufen, Tel.: 05252/ 6610

Wegen Größenänderung. Herren Winter-Garderobe, Mäntel, Anzüge, Hosen, Blazer, Jacken usw. Gr. 52-54. Damen Lederiacken Ledermäntel Kleider Röcke Jacken Blusen und vieles mehr. Verdienstorden, Uhren, alte Schreibmaschine, Aktenvernichter, Kassettenrekorder, Fernglas, usw. nach Vereinbarung günstig abzugeben, Tel.: 05251/21701, Mo. 11-14 Uhr, Di. 12-15 Uhr, Mi. 11-13 Uhr, Sa. 14-19 Uhr

Alter Kupferwaschkessel zu verkaufen, Durchmesser: 70 cm, Tel.: 05231/57577

Anhängervermietung



Sie finden uns in der Otto-Stadler-Str. 10 in Paderborn!

Fon: 0 52 51 / 33 516 Otto-Stadler-Str. 10 · 33100 Paderborn www.anhaenger-erdmann.de

Antike Gussöfen und Ersatzteile (z.B. Einlegeringe, Rosten usw.) zu verkaufen, Tel.:

Verkaufe Kaminofen. Tel.: 0157/ 59440251

05231/57577

Gefrierschrank, Liebherr, 3,5 Jahre alt. 185 l. 6 Fächer, no frost. Gerät muss also nicht manuell abgetaut werden. NP 789 Euro, VHB für 200 Euro, Tel.: 0160/ 5877959

VERSCHIEDENES

Wir haben uns gesehen, du hast gelacht und weißt, dass ich dich meine. Komm ein-

Suche Münzen, Briefmarken, Postkarten, Telefonkarten, Orden, Abzeichen, Medaillen. Feldbost. Zinn, alte Krüge usw., alles anbieten, Tel.: 0179/9869337

Wer hat Haushaltsgegenstände. Werkzeug, Gartenbedarf, Angelzubehör, Bettwäsche. Tischdecken u. gut erhaltene Kleidung zu verschenken oder günstig abzugeben? Tel.: 0176/ 43025694

Sammler kauft Münzen und Medaillen aller Art, wie z.B. 5 & 10 DM Münzen, D-Mark Geldscheine. Außerdem Silbermünzen und Goldmünzen zu Tagespreisen! Gerne auch ganze Münzen Sammlungen und Nachlässe - Bitte alles anbieten! Tel.: 05252/9893112

Zu verschenken! 50er Jahre Nähmaschine, eingelassen in Tisch, mit Tretantrieb. gewartet und voll funktionsfähig, Selbstabholer Tel: 05252/7954

Sammler kauft Gemälde der Maler Josef Struck Willy Lucas, Georg Lucas, J. Dominicus, H. Weitzner, K. Matern, Feith, Ehl und von anderen Paderborner Malern sowie Bilder mit Paderborner Motiven. Bitte alles anbieten! Tel.: 05252/ 9893112

Wer hat eine gut erhaltene, stabile Staffelei abzugeben? Wir freuen uns über Ihren Anruf, Tel.: 05252/ 8398212

Jung gebliebener 51-jähriger sucht ein Blinddate mit einer Frau, Tel.: 0163/ 9648141. Traut euch!

Ich hin auf der Suche nach günstigen und out erhaltenen Schallnlatten, LPs und Singles (Rock und Pop), Tel.: 0176/ 84646362

Für unsere Kleiderkammer benötigen wir dringend Winter-Bekleidung für Damen & Herren!



Antikes, historisches u. nostalgisches gesucht: Gemälde, Ölbilder, antikes Glas, Porzellanfiguren, alte Technik, Postkarten, Fotos, antike Werbung, Design, hist. Fotos u. Dokumente, Porzellan u. Glas, antikes Spielzeug, hist. Bücher, Tel.: 0179/ 9869337 oder 0160/ 2633835

Wer hat Interesse an der Gründung einer Selbsthilfegruppe im Bereich "Depressionen"? Bitte meldet Euch mit Vornamen und F-mail-Adresse an Stefan oecolomix@

Schallplatten, Vinyls gesucht, Rock - Beat - Soul - Jazz - Modern Jass - LPs, Singles, Sammlungen, ab 1950er Jahre, keine Deutschen Platten, keine Klassik, nur Englisch, CDs, alles von Direstraits gesucht: Platten für DJ's, Ausländische Exemplare, Live-Aufnahmen, Poster, Tickets, usw. Tel.: 0160/ 2633835

Zahle Höchstpreise

für Goldschmuck. Alt-& Bruchgold, Zahngold, Bernstein, Münzen, Silber, Armbanduhren, Bronzen, Porzellanfiguren, Zinn, Militaria, Gemälde, altes Spielzeug u.v.m.

C. Hagedorn, Mobil: 0171 3140632 Tel.: 05254 8076176 Von-Ketteler-Str. 10a 33106 PB/Elsen großer Parkplatz www.pader-antik.de

Fenster Haustüren

preiswert + direkt vom Hersteller

R. + R. Wulfkuhle GmbH Lindenstr. 93 • 33189 Schlangen Tel. 0 52 52 / 80 34 • Fax 8 33 62 www.wulfkuhle.de

Junge Frau. 35 Jahre alt. nett. lieb. sehr gut aussehend, schlank sucht ein netten, lieben Partner für sich u ein auter lieber Freund/Vater für Ihre 10-jährige Tochter Bitte alle Zuschriften mit Foto. Tel: 0152/ 25434248

Kaufe alte Orden, Urkunden, Ehrenzeichen, Medaillien, Pässe, Fotos & Fotoalben, Schirmmützen, Helme, Uniformen, Degen, Säbel, Dolche & Reservistenkrüge. Zahle z.B. für EK 1 bis 250 Euro, Fotoalben bis 500 Euro, Deutsches Kreuz Nachlass ab .2000 Euro, Ritterkreuznachlass ab 7.000 Euro. Zahle für Schirmmützen bis 1.000 Euro und Uniformen bis zu 2.500 Euro. Bitte alles anbieten, sehr diskrete und seriöse Abwicklung! Tel.: 05252/ 9157896

Sammler sucht alles z.B. aus Haushaltsauflösungen & Nachlässen wie z.B. alte Armhanduhren & Taschenuhren Porzellan Bilder, Zinn, Bücher, Möbel, Postkarten, Münzen u.v.m. Bitte alles anbieten! Tel: 05252/9893112

AUTOMARKT

Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen 03944-36160 · www.wm-aw.de Fa

Weitere Anzeigen den KFZ-Seiten 6-7

STELLENMARKT

Putzhilfe gesucht. 1 x wöchentlich flexibel, ab sofort, 3-5 Std. vormittags, für priv. Haushalt in BL, auf 450,- Euro Basis, Tel.: 0170/5878222

Fit in der Schule? Bewährter, erfahrener Förderlehrer, mit viel Freude an seiner Arbeit, erteilt qualifizierten, gezielten Nachhilfeunterricht, insbesondere in den Schulfächern: Deutsch, Mathematik, Englisch u. Französisch. - Ab der Grundschule bis zum Abitur! Habe mich bereits seit Jahrzehnten im Förderbereich spezialisiert u. arbeite dort mit sehr guten Erfolgen! Ich bin engagiert, freundlich, geduldig, gewissenhaft, absolut zuverlässig u. humorvoll. Hole jeden Schüler, nach gründlicher Analyse dort ab, wo er sich mit seinem individuellen Lernstand befindet u. unterstütze ihn hernach gezielt anhand spezieller Übungen, - Interessiert? - Dann melden Sie sich bitte zunächst per SMS unter Angabe Ihrer Festn.-Nr. bei mir! Tel.: 0176/31075884

Nachhilfeunterricht für Grundschüler/ innen u. Gesamtschüler/innen erteilt erfahrene Sozialpädagogin, Tel.: 05252/

Wir berechnen diese Anzeige je Zeitung pro Zeile mit 1,- Euro. Nächste Ausgabe erscheint am: Mittwoch, 14.11.2018

KOSTENLOSE

PRIVATE KLEINANZEIGEN

Per Email an: kleinanzeigen@heggemannmedien.de

oder per Post an: **HEGGEMANN**MEDIEN

Kleinanzeigen • Burgstr. 2 • 33175 Bad Lippspringe

Vermietungs- u. Immobilienanzeigen sind kostenpflichtig:

Seite 201 31. Oktober 2018 -

MARKTPLATZ Der Kleinanzeigen-Markt

Wir brauchen Verstärkung!

VITAL HOTEL

Für unsere Restaurants und Bars suchen wir Servicekräfte.

Für die Etage (Housekeeping) Zimmermädchen.

Zur Festeinstellung (25 Stunden/Wöchentlich) und Aushilfe 450,- Euro Minijob. Von 08.30 - 14.00 Uhr, auch am Wochenende. übertarifliche Bezahlung

Bewerbung an: Vital Hotel · Herrn Thomas Heine Schwimmhad Str 14 33175 Bad Lippspringe Telefon: 05252 / 964100 Email: gastro@vital-hotel.de

Klaviermusik für Ihre Trauung, Geburtstag u. sonstige festliche Anlässe. Tel.: 0173/ 8307183

Gesellschafterin für Senioren/innen Alltagsbegleiterin § 43b/§ 53c SGB XI. Damit Sie sich lange Zuhause wohlfühlen und nicht einsam sind, biete ich Ihnen Unterstützung für Ihr selbstbestimmtes Leben: Hilfe bei der Haushaltsführung/Begleitung bei Arztbesuchen, Einkäufen, Freizeitaktivitäten/Unterhaltung durch Gespräche, Zuhören, Vorlesen, Spiele/Erledigung von Schriftverkehr. Mein Profil: 63 J., deutsch, gepflegtes Erscheinungsbild/respektvoll, empathisch, einfühlsam und verantwortungsbewusst, Führerschein B u. PKW vorhanden. Nachweisbare Erfahrung im Umgang mit Senioren/innen mit Hilfebedarf. Es kommt nicht drauf an dem Leben mehr Jahre zu geben, sondern den Jahren mehr Leben! Gerne bespreche ich Ihre Wünsche zu Betreuung und Begleitung bei einem persönlichen Kennenlernen. Ich freue mich auf Ihren Anruf, Tel.: 0176/82517662

Brauchen Sie Unterstützung bei Ihrem Alltag, z.B. Einkaufen, Arztbesuche oder andere Tätigkeiten oder auch Übernahme der Tierpflege, Tel.: 0157/59440251

Brauchen Sie Unterstützung bei der Kinderbetreuung oder Mithilfe im Haushalt?

Erfahrener Lehrer erteilt qualifizierten Nachhilfeunterricht bei Schülern zu Hause,

Ich, weiblich, jung u. lebensfroh, brauche Unterstützung im Haushalt u. für Fahrten zur Therapie (PKW vorhanden), stundenweise 3-4 Tage in der Woche, in Schlangen,

stundenweise. Tel : 0176/ 26296150

Redaktionsschluss ist am 07.11.2018

Gebe Keyboard/Klavier Unterricht in Paderborn, Salzkotten und Büren, Tel.: 0152/ 27664631

Hausfrau sucht Putzstelle in Bad Lippspringe, auf 450 Euro Basis, Tel.: 05252/ 9369002 oder 0163/ 2660259

Lehrer erteilt Nachhilfeunterricht auch für Sozialhilfeempfänger (Hausbesuch), Fächer auf Anfrage, Tel.: 0152/ 33826384.

AUSBILDUNGSBERUF MIT ZUKUNFT!

VITAL HOTEL _***

Freie Ausbildungsstellen ab November/Dezember 2018!

Als Hotelfachmann/-Frau Restaurantfachmann/-Frau Koch/Köchin

Schriftliche Bewerbung an:

Vital Hotel · Herrn Thomas Heine Schwimmhad Str 14 33175 Bad Lippspringe Telefon: 05252 / 964100 Email: gastro@vital-hotel.de

Tel.: 0157/ 59440251

Tel.: 05252/ 940764

Tel: 0172/5320250

Kinderhetreuen im Haushalt helfen auch



BL 1ZKB, möbl., 2ZKBB, 3ZKB, NR renov. frei, Tel.: 0152/ 29810428

1 Zimmer zu vermieten, separates Rad, auf Wunsch mit Frühstück. ideal für Monteure. Tel.: 05252/8792 oder Mobil: 0162/6194259

B. Lippspringe, 4 Zi. KBB, 92 qm, 1. Etage, ab 01.02.2019, Diele, Küche, Vorratsr., Schlaf- + Kinderz., Essz. mit Loggia, Wohnzimmer mit Dig.-Fernseh- u. Comp.-Anschluss, Bad mit Außenfenster, Wanne u. Dusche, gr. Keller, Fahrradgarage, Gartenbenutzung zu vermieten, KM 550 Euro + NK + Kaution. Tel.: 05252/ 53588

IMMOBILIEN

Suche ein freistehendes Haus, Reihenhaus oder Doppelhaushälfte in Hövelhof u. Umgebung. Bitte alles anbieten. Angebote von Makler auch sehr gerne, Tel.: 0171/ 7733360

MIETGESUCHE

Wir suchen eine Wohnung ab 4-Zimmer oder eine Doppelhaushälfte oder ein Reihenhaus/Finfamilienhaus in Rad Linnspringe Wir sind eine vierköpfige Familie (Mama+Papa+2 Söhne:11 J. und 9 J.) Der Vater ist als Arzt in der Karl-Hansen-Klinik tätig. Die Mutter ist Hausfrau. Nicht Raucher, keine Haustiere. Ein Garten wäre wünschenswert. Tel.: 0176/41897314

Suche 1 Zi., Küche, Bad, Balkon, mit Keller, Angebote unter Tel.: 0176/52664474

Suche 3 ZKB, Bad mit Fenster, barrierefrei, EG, bei Aufzug auch weitere Etage, bis 650 Euro warm, sep. Eingang wäre schön. Oder 3-4 Zimmer, kleines Haus mit Garten in BL. 650 Euro bis 700 Euro warm, Tel.: 0176/

Junger Mann. Ende 30. sucht zu sofort in Schlangen o. näherer Umgebung schöne. ruhige, helle, bezahlbare WHG, 2-2.5 Zimmer bis 60 am mit Keller Stellplatz schön wäre mit Balkon, Tel.: 0151/75054229

Rentner, 70 J. ruhig, ordentlich sucht ab sofort oder später eine kleine Wohnung in Hövelhof, Tel.: 0171/7733360

Angestellte im öffentlichen Dienst sucht in Schlangen ab sofort, schöne helle Wohnung, ruhig, rauchfrei, barrierefrei, bezahlbar, 3 Zimmer, ca. 70 qm, mit Balkon, Keller, Stellplatz oder kleine Eigentumswohnung, Tel.: 0151/75054229

Suche 2 Zi., Küche, Bad m. Wanne, großer Balkon, mit Keller, Angebote unter Tel.: 0176/52664474

Suche dringend ab sofort 2-3 gr. Zimmer, Küche, Bad m. Wanne + Fenster, gr. Balkon, Kellerraum, 1. Stock, 450 Euro warm, BL oder Umgebung, Tel.: 0151/42428307

MIETANGEBOTE

Carport zum Abstellen eines PKWs in Bad Lippspringe, Detmolder Str. 208 zu vermieten Tel: 05252/4280

marktplatzRECHT

MIETrecht: Die Datenschutzgrundverordnung gilt auch für private Vermieter!

Die DS-GVO ist grundsätzlich von jedem zu beachten, der Daten natürlicher Personen speichert. Dies gilt demnach auch für private Vermieter. Betroffen sind die persönlichen Daten der Mieter für die Erstellung des Mietvertrages oder aus der Mieterselbstauskunft. Aber auch Verbrauchsdaten von Gas und Wasser, die der Vermieter für die Erstellung der Betriebskostenabrechnung speichert, unterliegen den Regelungen der DS-GVO. Gespeichert werden dürfen nur solche Daten, die für das Mietverhältnis zwingend notwendig sind. Dies ist nicht der Fall bei Daten zur ethnischen Herkunft und religiösen oder politischen Orientierung des Mieters. Nach Beendigung des Mietverhältnisses sind die Daten der Mieter wieder zu löschen - es sei denn, die weitere Speicherung aufgrund anderer zwingender Vorschriften notwendig.

Mein Tipp: Erstellen Sie für Ihre Mieter ein Merkblatt, auf dem Sie erklären was Sie speichern, warum dies notwendig ist, auf welcher Rechtsgrundlage die Speicherung basiert, wie lange Sie die Daten aufbewahren und welche Rechte Ihre Mieter aus der DS-GVO haben.

Mitgeteilt von Rechtsanwältin Judith Spilker, Paderborn







14 25 80

Büroräume in zentraler Lage zu vermieten

Moderne Büroräume in schönem Ambiente im Zentrum von Schlangen zu vermieten, gut geeignet für Steuerberater, Dienstleister und Rechtsanwälte. Die Technik ist auf dem aktuellen Stand.

Ca. 80 bis 120 gm - auf Wunsch auch möbliert.

Bei Fragen helfen wir Ihnen gern weiter.

Telefon: 0 52 52 / 933 45 94

NIEWELS Kompetenz fühlt sich gut an. [HEIZUNG · LÜFTUNG · SANITÄR · KÄLTE · ENERGIE] NIEWELS ist eine Premium-Marke für die Technische Gebäudeausrüstung in Ostwestfalen-Lippe und ist mit rund 180 Mitarbeitern einer der größten Arbeitgeber im Bereich der technischen Gebäudeausrüstung im Hochstift Paderborn. Das inhabergeführte Familienunternehmen bietet alle Gewerke aus einer Hand. Zum nächstmöglichen Termin suchen wir eine/n erfahrene/n:

OBERMONTEUR/IN SANITÄRTECHNIK MONTEUR/IN SANITÄRTECHNIK

Haben wir Ihr Interesse geweckt? Dann freuen wir uns auf Ihre Bewerbung bevorzugt auf unserer Internetseite: www.niewels.de/arbeitsplaetze/ Hubert Niewels GmbH | z. Hd. Christoph Niewels Neuhäuser Weg 3a | 33175 Bad Lippspringe | Telefon 05252 1061

31. Oktober 2018 **121** Seite Nach den Herbstferien starten wir einen neuen Kurs "INSTRU-MENTENKARUSSELL". Wir bieten das Instrumentenkarussell zum Kennenlernen verschiedener Instrumente an. Die Kinder wechseln nach je 4 Unterrichtseinheiten zum nächsten Instrument. In diesem Kurs geht es um die Instrumente Gitarre, Klavier, Schlagzeug und Violine. Beginn ist der 09.11.2018 mit Schlagzeug. Es können maximal 4 Kinder ab 6 Jahren teilnehmen

Gitarre und Bass, wär das nicht was?

Grundlage unseres Unterrichts ist die klassische Gitarrentechnik. Sie dient für das Spielen auf der klassischen Gitarre, aber auch für die Western- und E-Gitarre, um eine solide, technische Basis zu bekommen, um sein Instrument von Grund auf zu beherrschen. Wie auch in vielen anderen Bereichen können von uns Leihinstrumente zur Verfügung gestellt werden.

Weitere Infos direkt bei uns in der Musikschule oder unter www.musikschule-badlippspringe.de.



Ruhige Aktivitäten anbieten

Auch kleine Pausen sind wichtig für Kinder. In ihren Tagesablauf sollten Eltern immer mal wieder Ruhepunkte einbauen, in denen Sohn oder Tochter sich an den Tisch setzt oder auf das Sofa kuschelt. Das kann mit einem Buch sein, mit Malstiften oder auch mit einer kindgerechten App. Die kostenlose Hipp Kinder App beispielsweise bietet zwölf abwechslungsreiche Spiele und drei spannende Geschichten und ist bereits für Kinder ab drei Jahren geeignet (www.hipp.de). Jedoch sollten die Kleinen nicht alleine auf digitale Entdeckungstour gehen. Mit Mama oder Papa gemeinsam machen die Spiele noch mehr Spaß. Nach 15 Minuten sollten die Kinder das Handy oder Tablet allerdings wieder weglegen. (djd).



KINDER, **KINDER**



"Die Schöne und das Biest" verzaubert als Familien-Musical

Theater Liberi präsentiert den Märchenklassiker in der Stadthalle Delbrück



Am Sonntag, 4. November 2018, um 15 Uhr werden Groß und Klein in der Stadthalle in Delbrück in eine märchenhafte Welt voller Zauber und Poesie entführt: Das Theater Liberi inszeniert das französische Volksmärchen "Die Schöne und das Biest" als modernes Musical für die ganze Familie. Gefühlvolle Eigenkompositionen und

temporeiche Choreografien verspre- Infos und Tickets: chen ein unterhaltsames Live-Erlebnis Großeltern

Eine Geschichte mit bleibendem Wert

Die humorvolle Adaption des Liberi-Autors Helge Fedder entstaubt das altbekannte Märchen ohne dabei die generationsübergreifende Botschaft zu verlieren: Es kommt auf die inneren Werte an. "Belle lässt sich nicht von der äußeren Erscheinung blenden, sondern sie schaut hinter die Fassade und vertraut dabei ganz auf ihr Herz". verrät Hauptdarstellerin Anastasia Ivanova. Die Musiker Christoph Kloppenburg und Hans Christian Becker untermalen die Geschichte mit eigens komponierten Titeln. "Sentimental und verzaubernd, aber immer mit einem Augenzwinkern", beschreibt Kloppenburg die Stücke. "Wir wollen das Publikum mit auf eine musikalische Reise nehmen: Pop trifft Rock, Schlager trifft Chanson und Jazz trifft Folklore.

Das Musical dauert zwei Stunden infür Kinder ab vier Jahren. Eltern und klusive 20 Minuten Pause und ist geeignet für Kinder ab vier Jahren.

Erhältlich sind die Tickets online unter www.theater-liberi.de, über die Tickethotline 0180 5600311 sowie bei allen bekannten Vorverkaufsstellen.

Die Veranstaltung wird unterstützt durch die Volksbank Delbrück-Hövel-

GEWINNSPIEL

2 x 2 Eintrittskarten

Einfach eine Email an info@heggemannmedien.de

Stichwort "Gewinnspiel -Die Schöne und das Biest"

Bitte geben Sie Ihre vollständige Adresse und Telefonnummer mit an.

Finsendeschluss: 02 11 2018 Das Losverfahren entscheidet. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

GEWINNSPIEL Achtung, Baustelle!

Neue robuste SIKU Fahrzeuge mit Spielfunktionen

Bagger, Bulldozer, Laster: Viele Kinder sind fasziniert von Baustellen und den kraftvollen Fahrzeugen. Mit den Neuheiten von SIKU verwandelt sich das Kinderzimmer in die eigene Großbaustelle. Die aus Metall und stabilem Kunststoff hergestellten Fahrzeuge sind nicht nur besonders robust, sondern begeistern die Kinder auch mit wirklichkeitsnahen Funktionen

Mercedes-Benz Arocs mit Tankcontainer



Flüssige Grundstoffe und Gase werden weltweit gehandelt, verarbeitet und in Tankcontainern transportiert. Auf dem Frachter, auf der Schiene oder eben auf SIKU SUPER50 Mercedes-Benz Arocs einem dreiachsigen Sattelauflieger den Transport. Der Container ist in einem ginal abgeladen und gestapelt werden. mer die Straßendecke präzise auf-

sich öffnen und der Tank mit Wasser füllen. Der Rahmen des Sattelaufliegers ist verlängerbar, dann können zwei Container transportiert werden. Und auch die Zugmaschine begeistert mit einer Funktion. Das Führerhaus lässt sich nach vorne kippen und gibt den Blick auf den leistungsstarken Dieselmotor frei. Natürlich lassen sich die Container auch mit anderen SIKU Con-

RAM 1500 mit Kompressor-Anhänger

tainern kombinieren.

Der RAM 1500 (Maßstab 1:50, UVP 22,99 Euro) ist der Dampfhammer unter den amerikanischen Pick-Ups. Acht Zylinder und Leistung satt, um der Straße. Dort übernimmt der neue auch auf der Baustelle als Zugmaschine eingesetzt zu werden. Der Pick-Up (Maßstab 1:50, UVP 28,99 Euro) mit hat einen Anhänger mit Kom-pressor am Haken. Damit ist der Trupp als mobile Baustelleneinheit schnell vor Ort. Rahmen gefasst und kann wie das Ori- wenn es gilt, mit dem Pressluftham-

Die Klappen der Befüllstutzen lassen zustemmen. Kompressor anstellen, Motordeckel des Kompressors zur Kühlung hochklappen, Helm und Gehörschutz auf - und los geht die Arbeit. Die gelb-orangefarbene Farbgebung macht den Baustellentrupp weithin sichthar Die im Set enthaltenen Absperrungen und Baken sichern zusätzlich die Baustelle.

2 SIKU-Pakete mit dem Arocs mit Tankcontainer und dem RAM mit Baustellenzubehör

Einfach eine Postkarte an

Redaktion **HEGGEMANN**MEDIEN Stichwort "SIKU" Burgstr. 2 • 33175 Bad Lippspringe

Einsendeschluss: 06.11.2018 Das Losverfahren entscheidet. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

FLOHMARKT RUND UMS KIND

Samstag, 10. November, von 14.00 bis 17.00 Uhr

Städt. Kindertageseinrichtung, Adolf-Kolping-Straße 78, in 33175 Bad Lippspringe

Seite 22 31. Oktober 2018 -



ab dem 13. November 2018. Rückenschmerzen können u.a. durch Bewefalsche Bewegungsabläufe begünstigt

Bad Lippspringe. ... heißt es wieder TV Jahn Bad Lippspringe einen Kurs Gutes für den Rücken" an, da die meisten Frwachsenen Verspannungen gungsmangel, Fehlbelastungen und im Nackenbereich sowie Probleme im Lendenwirbelbereich haben. Ziel werden. Aus diesem Grund bietet der des Kurses ist es, eine Kräftigung

der Muskulatur, des Halte- und Stützapparates zu erlangen, sowie durch gezieltes Ausdauertraining die Fitness zu verbessern. Torsten Lappe leitet den Kurs, er besitzt die Lizenz als Übungsleiter Sport in der Prävention "Haltung und Bewegung" in der 2. Lizenzstufe. Zur Freude des 1. Vorsitzenden Jochen Raschke konnte durch den Erwerb der Lizenz das Quallitätssiegel "Sport pro Gesundheit" für den Verein erworben werden

Interessierte haben die Möglichkeit sich zum nächsten Kurs, der am 13. November 2018 beginnt anzumelden Der Kurs findet 10 x 60 Minuten, ieweils dienstags (18.00 + 19.00 Uhr)statt und kostet 50,- Euro. Erstes Treffen um 18 30 Uhr

Nähere Informationen erhalten Sie auch unter Mobil 0171 / 7475507.

Krippenspiel - Wir suchen dich!

Bad Lippspringe. Wie auch schon in den letzten Jahren suchen wir Kinder, die verschiedene Rollen (Maria & Josef, Wirtshausbesitzer, Engel, Hirten und die Weisen etc.) im Krippenspiel (zur Christmette) übernehmen möchten. Eingeladen sind alle Kinder im Grundschulalter, die Freude haben

Wann: Erste Probe ist am Freitag 30.11.2018 um 16:00 - 17:00 Uhr Ort: Jugendraum der ev. Kirche, Bad Lippspringe (Detmolder Str. 173)

Anmeldung bitte per E-Mail an: kiki@evkbali.de Aktuelle Infos zur Anmeldung findet ihr demnächst unter www.evkbali.de

Wir freuen uns auf euch! Doro und Steffi

E-PAPER

www.bad-lippspringer-nachrichten.de

Landesfilmfestival in Bad Lippspringe

Amateure zeigen 20 Filme an zwei Tagen – Eintritt frei – Spannende Jurventscheidungen inklusive

läuft: Das Bad Lippspringer Filmtheater Odin ist am 10. und 11. November zum fünften Mal Veranstaltungsort eines Landesfilmfestivals. Amateurfilmer aus ganz Westfalen präsentieren 24 ausgewählte Filme, die zum Teil in jahrelanger Arbeit entstanden sind

Reim Ausrichter dem Filmclub Rad Lippspringe, gibt es seit Wochen nur ein Gesprächsthema, "Ein Landesfilmfestival ausrichten, ist nicht nur eine ehrenvolle Aufgabe, sondern bringt auch jede Menge Arbeit mit sich", so der Vorsitzende Manfred Friedrich. Um den strengen Anforderungen von Filmemachern und Juroren gerecht zu werden, wird der Verein wie zuletzt

Bad Lippspringe. Der Countdown 2016 sein komplettes Know-how auf- nen Filmbeiträge diskutiert. "Da geht bieten müssen.

> Die interessierten Zuschauer erhalten ein perfektes Sehvergnügen: Sämtliche Wettbewerbsbeiträge wurden im hochauflösenden HD-Format gedreht und werden auch so vorgeführt. Die technisch wie inhaltlich sehr ambitionierten Filme laufen in den Kategorien Dokumentation. Fiktion und Naturfilm. Kein Wettbewerbsbeitrag, so eine der wenigen Vorgaben, darf länger als 20 Minuten sein. "Die Zuschauer". da ist sich Manfred Friedrich sicher. "erwarten zwei unterhaltsame wie lehrreiche Tage." Und wer will. hat auch die Gelegenheit, live dabei zu sein, wenn Friedrich, Telefon 05254-67194 die sechsköpfige Fachjury die einzel-

es manchmal richtig hart zur Sache", weiß der 68-Jährige Friedrich

Die Filmvorführungen im Odin beginnen am 10. und 11. November ieweils um 11 Uhr. Der Eintritt ist frei. Als Veranstalter des Landesfilmfestivals in Bad Lippspringe zeichnet wie üblich der Bund Deutscher Filmautoren (BDFA) verantwortlich, der Dachverband von 180 Amateurfilmclubs bundesweit. Die besten Filme dieses NRWI andesfestivals werden zu den verschiedenen Bundesfilmfestivals weitergeleitet.

Weitere Informationen gibt Manfred www.filmclub-badlippspringe.de

APOTHEKEN-NOTDIENSTE

BAD LIPPSPRINGE - PADERBORN - SCHLANGEN - ALTENBEKEN

31.10. Hatzfeld-Apoth. im Mastbruch, Hatzfelder Str. 68f, Schloß Neuhaus, 05254/3825 01.11. Apotheke am Berliner Ring, Arndtstr. 23, 33100 Paderborn, 05251/59533

02.11. Eichen-Apotheke, Ortsmitte 11, 33189 Schlangen, 05252/7187

03.11. Bären-Apotheke, Bielefelder Str. 9, 33104 Schloß Neuhaus, 05254/13369

04.11. Heide-Apotheke, Dr.-Rörig-Damm 94, 33102 Paderborn, 05251/49696

05.11. Residenz-Apotheke, Schatenweg 2 A, 33104 Schloß Neuhaus, 05254/2150

06.11. Delphin-Apotheke, Detmolder Str. 8, 33102 Paderborn, 05251/56677

07.11. Rats-Apotheke, Fr.Wilh.-W.-Platz 35, 33175 Bad Lippspringe, 05252/99988

08.11. Bonifatius-Apotheke, Dr.-Rörig-Damm 84-86, 33102 Paderborn, 05251/4224

09.11. Heierstor-Apotheke, Heierswall 2, 33098 Paderborn, 05251/55472

10.11. Quellen-Apotheke, Marktstr. 8, 33175 Bad Lippspringe, 05252/4220

11.11. Marienloher-Apoth., Von-Haxthausenweg 10, 33104 Marienloh, 05252/933883

12.11. Kur-Apotheke, Detmolder Str. 139, 33175 Bad Lippspringe, 05252/931818

13.11. Sonnen-Apotheke, Adenauerstr. 63, 33184 Altenbeken, 05255/1822

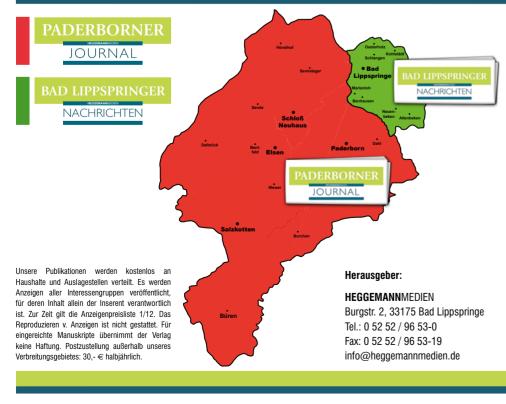
14.11. St. Florian-Apotheke, Florianstr. 6, 33102 Paderborn, 05251/25473

Arztrufzentrale des Notfalldienstes 116 + 117

Mo, Di, Do 18-08 Uhr | Mi, Fr 13-08 Uhr | Sa, So + Feiertag 08-08 Uhr

Änderungen vorbehalten! Mehr Informationen unter www.akwl.de/notdienstkalender | Hotline 0800 - 0022833

HEGGEMANNMEDIEN



Gesamtauflage 107.525 Exemplare

Redaktion:

Heinz Georg Heggemann (hh) (verantwortlich)

Monika Heggemann (mh)

Mark Heinemann (he)

Rowena Hinzmann (rh)

Dietmar Gröbing (dg)

Dennis Roger (dr)

Satz + Druck:

OFFSET + DIGITAL DRUCK POINT Burgstr. 2, 33175 Bad Lippspringe

Anzeigen:

Conny Adamietz Tel.: 0 52 52 / 96 53-214 adamietz@heggemannmedien.de

Stefanie Bensmain

Tel.: 0 52 52 / 96 53-207 bensmain@heggemannmedien.de

Doris Clasbrummel

Tel.: 0.52.52 / 96.53-212

clasbrummel@heggemannmedien.de

Heike Knop

Tel.: 0 52 52 / 96 53-201 knop@heggemannmedien.de

Anastasia Rößler

Tel.: 0 52 52 / 96 53-213

roessler.a@heggemannmedien.de

Susanne Rößler-Garbe Tel.: 0 52 52 / 96 53-205 roessler@heggemannmedien.de

Silvia Schiller

Tel.: 0 52 52 / 96 53-210 schiller@heggemannmedien.de

31. Oktober 2018 **423** Seite









Für Ihr ganz persönliches Draußen. Markisen. Terrassendächer. Wintergärten.

markilux

Alt gegen Neu und direkt sparen. Tauschen Sie jetzt Ihr altes Markisentuch gegen ein Qualitäts-Sonnenschutztuch von markilux und kleiden Sie Ihren Lieblingsplatz im Freien mit einem von über 250 Dessins der neuen markilux Kollektion. Hightech-Gewebe, atemberaubende Farben und unverwechselbare Muster, passend zur Architektur Ihres Hauses und zu Ihrem individuellen Stil.

Und wenn Sie keine original markilux Designmarkise besitzen? Kein Problem! Mit unseren Markisen, Terrassendächern, Wintergärten, Pavillons und Schwimmbadüberdachungen, schaffen Sie sich Räume zum Entspannen und Genießen.

Beratung vor Ort, Angebote und Zeichnungen kostenlos. Lassen Sie sich jetzt inspirieren, begeistern, beraten ...

Metallbau Görmann GmbH & Co. KG Dammweg 4+6 · 33184 Altenbeken-Schwaney T: 05255/930073 · info@goermann.com · www.goermann.com

Kostenlose Service-Hotline 0800/9300730



