



Der Bad Meinberg e.V. lädt ein zum [www.badmeinberg.de](http://www.badmeinberg.de)

## Wein FEST im Park

LOUNGE-BEREICH & LIVE-MUSIK  
29. Mai - 01. Juni 2025  
RUND UM DEN Brunnentempel

**FREITAG ABEND. Spezial „After-Work-Wein“**  
mit Musik von Akustik-Duo „FAM“

Veranstalter:

Sponsoren:

Mode-Textil-Designerin Laura Schlütz aus Steinheim gibt nützliche Tipps

## Alte Kleidung neu gestaltet

Den Riss in der Lieblings-Jeans reparieren oder mit kleinen Tricks sogar in einen besonderen modischen Hingucker verwandeln – das und noch vieles mehr ist an zwei Terminen im Repair Café in Brakel möglich. Am Freitag, 16. Mai, 9 bis 12 Uhr oder am Dienstag, 20. Mai, von 14 bis 18 Uhr können alte Kleidungsstücke repariert und/oder zu modischen Unikaten gemacht werden. Dazu lädt der Kreis Höxter ein. Die fachliche Anleitung übernimmt dabei Mode-Textil-Designerin Laura Schlütz aus Steinheim. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, die Teilnahme ist kostenlos.

Eine Technik, die die Designerin dabei vermittelt, ist das sogenannte „Visible Mending“, das als „sichtbares Flickern“ übersetzt werden kann. „Der Grundgedanke hierbei ist vor allem das Weitertragen und Wertschätzen von Lieblingsstücken. Löcher oder Risse in der Kleidung werden mit buntem Garn oder auffälligen Flickern kunstvoll repariert und so wieder tragbar“, so die Mode-Textil-Designerin, die sich auf nachhaltige Mode – insbesondere Zero Waste Fashion Design, bei dem das komplette Ausgangsmaterial ohne Abfall in das herzustellende Kleidungsstück fließt – spezialisiert hat und zudem textile Kunst und Projekte der Kulturellen Bildung anbietet.

Vorkenntnisse im Nähen, eine eigene Nähmaschine oder Materialien sind für die Kurse in Brakel nicht erforderlich, lediglich das zu bearbeitende Kleidungsstück. „Wer aber eine Nähmaschine oder Flickutensilien hat, kann das natürlich sehr gerne mitbringen“, erklärt Laura Schlütz. Der Termin am Freitag, 16. Mai, findet während des Brakeler Marktes statt und ist so konzipiert, dass alle Interessierten in das Thema „reinschnuppern“ können. Der Termin am 20. Mai findet bewusst nachmittags statt, um auch Schülerinnen und Schülern die Teilnahme zu ermöglichen. „Durch das kreative Upcycling lässt sich alter Kleidung neues Leben einhauchen. Gleichzeitig fällt so weniger



Am Freitag, 16. Mai, 9 bis 12 Uhr oder am Dienstag, 20. Mai, von 14 bis 18 Uhr können alte Kleidungsstücke im Repair Café Brakel (Am Markt 11) repariert und/oder zu modischen Unikaten gemacht werden.

Foto: Linsensüppchen54

Müll an, da die Kleidung nicht entsorgt wird. Somit passen die Kurse in Brakel sehr gut in unser Konzept, als Kreis Höxter der erste Flächenkreis Deutschlands zu werden, der den Titel ‚Zero-Waste-Region‘ trägt, erklärt Ivonne Meyer, die beim Kreis Höxter die Umsetzung des „Zero-Waste-Konzepts“ koordiniert. „Zero Waste bedeutet nicht ‚null Abfall‘, sondern

„Null Verschwendung“ anstrebt. Verschwendung in allen Lebensbereichen zu vermeiden. Durch verantwortungsvollen Konsum, nachhaltige Produktion sowie die Wiederverwendung und Verwertung von Produkten und Materialien sollen Ressourcen erhalten bleiben und möglichst wenig Abfälle produziert werden“, so Ivonne Meyer. Frei übersetzt bedeute das, dass der Kreis Höxter zukünftig das Ziel

**Gemeinsam reparieren statt wegwerfen – fünf Repair-Cafés im Kreis Höxter helfen weiter:**

**Repair-Café Brakel**, Am Markt 11, 33034 Brakel, Öffnungszeiten: jeder zweite Freitag im Monat von 8.30 bis 12.00 Uhr, **Kultur- und Reparaturwerkstatt Brenkhausen**, Dorfgemeinschaftshaus Alte Schule, Mühlenstr. 7, 37671 Höxter, Öffnungszeiten: jeder dritte Mittwoch im Monat von 16 bis 19 Uhr, Besonderheiten/Spezialisierungen: Fahrräder, Textilien **Repair Café der Zukunftswerkstatt Scherfedede e.V.**, Briloner Straße 30, 34414 Warburg, Öffnungszeiten: jeder zweite Dienstag im Monat von 18 bis 20 Uhr **Reparaturcafé Beverunger Seniorenetzwerk e.V.**, Weserstraße 13, 37688 Beverungen, Öffnungszeiten: jeder zweite und vierte Montag im Monat von 14.30 bis 17 Uhr **Repair-Café Steinheim**, Marktstraße 18, 32839 Steinheim, Öffnungszeiten: jeder erste und dritte Donnerstag im Monat von 14 bis 18 Uhr

### RÜCKEN-SCHMERZEN?

**PROBESCHLAFEN!**  
ab 29,- Euro

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

**Schübeler**  
Betten-Paradies & Pension

Beverungen  
Lange Straße 28  
Tel. 05273-21881  
[www.schuebeler.de](http://www.schuebeler.de)

## UNSER LETZTER SOMMER

# AUF ALLES 20%-50% RABATT

WEGA RABE  
★BMS★  
LEBEK BARBARA LEBEK SKOVHUS  
EUGEN KLEIN golléhaug Adelina by Scheiter ANNA MONTANA ascari hajo POLO & SPORTSWEAR

## Steffi Moden

Allee 1 · 32805 Horn-Bad Meinberg  
Montag - Freitag 10.00-12.30 Uhr und 14.30-17.30 Uhr,  
Samstag 9.30-13.00 Uhr  
Clearance One GmbH

Der Mittelpunkt Lippes

Gasthaus **»Zur Ortmühle«**

**Jetzt ist Spargelzeit**

**VATER-TAG GEÖFFNET!**  
Ab 11 Uhr!

Immer Mittwochs:  
**Frischer Pickert**

Aktuelle Angebote

**Landwirt**

• Gutbürgerliche Küche •

Inh. H.-D. Reinking  
Passadestr. 29 • 32758 Detmold  
Telefon: 0 52 31 / 2 45 39  
[www.ortmuehle.de](http://www.ortmuehle.de)

Mi., Sa. u. So. ab 11 Uhr -  
Do. u. Fr. ab 16 Uhr

Wir bieten unsere Leistungen auf allen Friedhöfen der Gemeinde Höxter an!

**REINHOLD FAHLE**  
Friedhofsgärtnerei

GRABPFLEGE  
Pflanzenverkauf  
Kranzbinderei

**BdF**  
Bund deutscher Friedhofsgärtner

**DAUERGRABPFLEGE**  
Jetzt. Für immer und ewig.

Gartenstr. 1d · Höxter · Tel. 05271-7164  
[www.friedhofsgaertnerei-fahle.de](http://www.friedhofsgaertnerei-fahle.de)

Ihr Spezialist für Perücken, Haarteile, Tücher & Toupets!

**HAARSTUDIO**

**Ruth**

Ich freue mich Sie kennenzulernen!  
**Ihre Ruth Schneider**  
Nicolaistr.7 - 37671 Höxter  
Telefon: 0 52 71 / 69 46 265

[www.haarstudioruth.de](http://www.haarstudioruth.de)



# Impressum

## Redaktion



### Beverunger Seniorennetz e.V.

**Seniorenbüro Stadt Beverungen**  
Weserstraße 16 • 37688 Beverungen

☎ 0 52 73 / 3 92 - 2 26  
✉ info@beverunger-seniorennetz.de  
🌐 www.beverunger-seniorennetz.de



### Seniorengemeinschaft Höxter e.

**Seniorenbüro Stadt Höxter**  
Westerbachstraße 25 • 37671 Höxter

☎ 0 52 71 / 6 92 - 39 83  
✉ info@sg-hoexter.de  
🌐 www.sg-hoexter.de



### Senioren-Netzwerk Kreis Höxter

**c/o Kath. LVS Hardehausen**  
Abt-Overgaer-Straße 1 • 34414 Warburg

☎ 0 56 42 / 98 23 - 2 21  
✉ info@snkh.de  
🌐 www.snkh.de



### Freie Redakteure



#### Manfred Jouliet

☎ 05 2 71 / 3 13 68  
✉ manfred.jouliet@t-online.de



#### Dr. Hans-Henning Kubusch



#### Thomas Kube



## Herausgeber



### Kurier-Verlag GmbH & Co. KG

Kampstraße 10  
32805 Horn-Bad Meinberg

☎ 0 52 34 / 20 28 - 10  
✉ info@kurier-verlag.de  
🌐 www.kurier-verlag.de



### Anzeigen



#### Roland Hütte

☎ 0 52 34 / 20 28 - 27  
✉ info@kurier-verlag.de

Alle urheberrechtlichen Verwertungsrechte, insbesondere für Texte, Bilder, Zeichnungen und Anzeigen, liegen beim Kurier-Verlag. Das Reproduzieren ist ohne Genehmigung des Verlages nicht gestattet und wird strafrechtlich verfolgt. Der Verlag behält sich das Recht vor, eingereichte Texte und Bilder auch im Internet zu veröffentlichen. Es besteht kein Anspruch auf Veröffentlichung eingereicher Texte und Bilder. Bei Nichterscheinen aus von dem Kurier-Verlag nicht zu vertretenden Gründen entsteht kein Anspruch auf Haftung bzw. Schadenersatz durch den Verlag. Für unverlangt eingesandte Bilder und Manuskripte kann keine Haftung übernommen werden; diese verbleiben im Verlag.

Zur Zeit gilt Anzeigenpreisliste Nr. 1/2024.  
Druckauflage: 22.900 Stück

## Vortrag „Digitale Hilfen für pflegende Angehörige“ am 4. Juni in Höxter

# Digitale Angebote sind hilfreich

Am Mittwoch, 4. Juni 2025 von 15:00 bis 16:30 Uhr bietet das Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Höxter einen Vortrag zum Thema „Digitale Hilfen und Online-Austauschforen für Pflegenden Angehörige“. Pflegenden Angehörigen stehen unter Zeitdruck. Das Haus zu verlassen, ist für viele nur möglich, wenn jemand anderes die pflegebedürftige Person betreut. Die Möglichkeiten, sich mit anderen auszutauschen sind begrenzt.

Um dennoch nützliche Infos zu erhalten und mit anderen pflegenden Angehörigen in den Kontakt zu kommen sind digitale Angebote hilfreich. Es gibt inzwischen eine Vielzahl von seriösen Anbietern, die Info-Websites betreiben, Online-Gesprächsrunden organisieren oder Apps rund um Fragen und Themen der Pflegebedürftigkeit entwickelt haben.

Die Mitarbeiterin des Kontaktbüros Pflegeselbsthilfe Höxter, Cornelia Pätzold, gibt bei dieser Veranstaltung einen Überblick über ausgewählte digitale Angebote für pflegende Angehörige. Die Teilnahme an der Veranstaltung ist kostenfrei. Anmeldungen werden bis zum 28. Mai 2025 unter 05271 96 69 875 oder unter pflegeselbsthilfe-hoexter@paritaet-nrw.org entgegengenommen.

# Auf ein Wort: Das Zauberwort heißt „Vertrauen“

Liebe Leserinnen und Leser, wir Menschen sind schon seltsame Wesen. Wir denken zum einen ständig an unsere Vergangenheit, vergleichen sie mit der Gegenwart oft nach dem Motto: „Früher war alles besser“, zum anderen sind wir neugierig, auf die Zukunft, aber mit der Einschränkung: „Die Zukunft macht mir aber doch Angst“. Dieses Verhalten war schon in der Antike bekannt und wurde einem Gott zugeordnet, Janus (nach ihm heißt übrigens der erste Monat im Jahr Januar) hatte zwei Gesichter, das eine nach hinten (in das Gestrern) gewandt, das andere nach vorne (nach dem Morgen).

Je älter man wird, desto lebendiger werden Bilder „von früher“ und das bemerkenswerteste an ihnen ist, sie beinhalten keine schlechten Zeiten, selbst Notzeiten erklären sich in der Rück-

schau zu Zeiten des Zusammenhalts unter den Menschen, des Teilens und der gegenseitigen Hilfe. Die Sommer waren sonnig, die Winter schneereich und kalt, verglichen mit der Wirklichkeit also Idealbilder, wie wir sie von Glückwunschpostkarten oder von Schlagen der vierziger und fünfziger Jahre kennen („Jingle Bells“ oder „zwei Spuren im Schnee“ (Vico Torriani). Tatsächlich geben die Aufzeichnungen von Wetterdaten ein anderes Bild wieder. Auch das Bild der Gemeinschaft, der gegenseitigen Hilfe und des Zusammenhalts ist in unserer Erinnerung geschönt, eine Gehirnfunktion, die dazu gedacht ist, uns zu schützen, denn die Ansammlung von belastenden Erlebnissen hätte fatale Folgen für Gegenwart und Zukunft.

Damit komme ich auf die Zukunft. Niemand hat eine



Dr. Hans-Henning Kubusch

Glaskugel, mithilfe derer man die Zukunft erfährt. Auch das Kommen hat zwei Gesichter, auch speist sich aus der Vergangenheit: Was hat früher funktioniert und der Zukunft. Hätten unsere Ahnen, Großeltern und Eltern vor lauter Angst und Zweifeln

aufgegeben, wären wir nicht auf der Welt, wäre unsere Heimat nicht die, die wir heute vorfinden. Ich höre beinahe täglich Schreckenssagen, „wehe, wenn es demnächst Krieg gibt, Seuchen werden sich ausbreiten, wir werden überschwemmt von Migranten, Deutschland wird pleitegehen, die Welt geht in der Klima Katastrophe unter, Trump vernichtet den Westen!“ kurz Schwarzsehen! Diese Entwicklung böte keine Möglichkeit für unsere Kinder und Enkel, die Welt so zu gestalten, wie es sich vorstellen! Das Zauberwort für die Zukunft heißt also: Vertrauen – und diese Einstellung sollten wir vermitteln!

Ich wünsche Ihnen einen schönen Frühling, in dem die Natur unbeirrt von bösen Gedanken wird, wächst und gedeiht. In diesem Sinne Grüße ich Sie Ihr Hans-Henning Kubusch

## Verbraucherzentrale NRW warnt vor Verkaufs-Anrufen rund um Pflegeleistungen

# Vorsicht, neue Betrugsmaschen

Aktuell melden sich immer wieder verzweifelte Verbraucher, denen per Anruf eine Pflegeleistung aufgeschwatzt wurde. Sie wissen nicht, wie sie sich verhalten sollen und wie sie sich wehren können. Besonders ärgerlich: Oft sind pflegebedürftige Menschen betroffen, meist eingeschränkt, älter, allein, die die Regelungen der Pflegeversicherung nicht gut kennen. Dies nutzen die betrügerischen Anrufer aus. Sie bieten Leistungen an, die für die Betroffenen kostenlos sind, um diese dann bei der Pflegekasse abzurechnen. Besonders häufig werden Pflegekurse für pflegende Angehörige und Pflegeboxen mit sogenannten Pflegehilfsmitteln zum Verbrauch aufgedrängt, die viele gar nicht brauchen. Trotzdem erhalten die Firmen ihr Geld. Damit entsteht den ohnehin finanziell angeschlagenen Pflegekassen ein erheblicher finanzieller Schaden. Und die betroffenen Pflegebedürftigen bleiben verunsichert zurück. Verena Querling, Pflegerechts-Expertin der Verbraucherzentrale NRW, erklärt, wie man auf solche Anrufe reagieren sollte.

### Was ist bei unerwünschten Anrufen zu tun?

Das Wichtigste ist, sofort aufzulegen. Dadurch verhindert man, in ein Gespräch verwickelt zu werden und versehentlich oder absichtlich ein Angebot anzunehmen. Wenn allerdings der Vertrag angenommen wurde, fällt die Betrugsmasche Angehörigen meist nur zufällig auf, etwa wenn sie eine Auftragsbestätigung per Mail finden oder ein Schreiben der Anbieter in der Post oder wenn plötzlich monatlich eine Kiste mit Pflegehilfsmitteln eintrifft. Dann sollte der Vertrag rasch widerrufen werden. Die Adresse dafür findet man im Anschreiben oder in der Bestätigungsmail. Musterschreiben dafür gibt es auf der Seite der Verbraucherzentrale NRW. Außerdem sollten Betroffene mit der Pflegekasse Kontakt aufnehmen, damit diese die Zahlungen stoppen kann. Spätestens wenn Pflegebedürftige selbst zur Zahlung aufgefordert werden oder Mahnungen eingehen, sollte man sich Hilfe holen.



Sofort auflegen: Verbraucherzentrale NRW warnt vor Verkaufs-Anrufen rund um Pflegeleistungen. Foto: Verbraucherzentrale NRW/adpic

### Wo finden Betroffene Hilfe?

Helfen können Fachleute in den Beratungsstellen der Verbraucherzentrale NRW. Dort gibt es eine rechtliche Beratung zum Umgang mit den Verträgen, auch eine außergerichtliche Rechtsvertretung ist möglich. Außerdem sollten Betroffene die Masche bei der Landesdatenschutzbehörde melden und Anzeige bei der Polizei erstatten. Besonders wichtig: Pflegebedürftige sollten die offizielle Pflegeberatung zu Leistungen der Pflegeversicherung in Anspruch nehmen, um sich genau zu informieren. Diese gibt es in jeder Kommune. Sie ist kostenfrei und kann mehrfach genutzt werden, vor Ort, telefonisch oder als Hausbesuch. Mit diesem Wissen können unseriöse Angebote abgelehnt und stattdessen Leistungen seriöser Anbieter genutzt werden.

### Woher kommen die Daten?

Bisher ist nicht klar, woher die Anrufer die Daten der betroffenen Senioren haben. Diese haben jedoch das Anrecht, darüber von

den Firmen aufgeklärt zu werden. Daher sollten die Anbieter schriftlich aufgefordert werden, Auskunft nach Artikel 15 DSGVO über die gespeicherten Daten zu erteilen und die Daten zu sperren, damit sich solche Werbeanrufe nicht wiederholen. Die neueste Masche betrifft Pflegekurse. Diese werden von den Pflegekassen kostenlos angeboten. Dort erhalten pflegende Angehörige praktische Tipps. Bei der Verbraucherzentrale NRW beschwerten sich Verbraucher, dass sie ungefragt von Betrüger angerufen werden und ihnen ein Pflegekurs angeboten wird, auch wenn sie ihn eigentlich nicht brauchen. Die Anrufer fragen nach der Pflegekasse und der entsprechenden Versicherungsnr. Mit dieser rechnen die Betrüger dann mit der Pflegekasse ab. Auch bei

solchen Anrufen sollten Betroffene sofort auflegen und nichts abschließen.

Bei dieser schon länger bekannten Variante melden sich Anrufer teilweise angeblich „im Auftrag der Pflegekasse“ oder nutzen ähnlich klingende Namen wie „Pflegeservice“. Ziel ist, sogenannte „Pflegehilfsmittel zum Verbrauch“ zu verkaufen. Das können Einmalhandschuhe, Desinfektionsmittel oder ähnliches sein. Diese Produkte sollen die Pflege zuhause für die Angehörigen erleichtern. Die Pflegekassen erstatten je nach Bedarf bis zu 42 Euro im Monat. Die Betrüger bestellen die Pflegehilfsmittel im Namen der Betroffenen und lassen sich den monatlichen Betrag von der Kasse erstatten. Die Betroffenen erhalten die Hilfsmittel, brauchen sie aber in der Regel gar nicht.

Weiterführende Infos und Links: Mehr zu untergeschobenen Verträgen von Pflegehilfsmittelboxen (mit Musterbrief) gibt es hier: [www.verbraucherzentrale.nrw/node/96519](http://www.verbraucherzentrale.nrw/node/96519). Mehr zu Pflegehilfsmitteln finden Betroffene hier: [www.verbraucherzentrale.nrw/node/95810](http://www.verbraucherzentrale.nrw/node/95810).

## Senioren Union Höxter gegen Radverkehr auf dem Stadtwall

# Wall hat wichtigen Mehrwert für Senioren

Freie Fahrt für freie Bürger immer mehr auf Kosten der Fußgänger? Die Ruhezone des Stadtwalls vom St. Nicolai Seniorenhaus bis zur Corbie Straße soll nun nach dem Willen der BfH auch noch dem Radverkehr „geopfert“ werden, beklagt die Senioren Union Höxter. „Für den Fahrradverkehr in der Kernstadt bedeutet dies einen Mehrwert ohne Mehrkosten“, heißt es in ihrer Antragsbegründung für den Ortsausschuss Kernstadt. Für alte Menschen zu Fuß, mit Rollator, im Rollstuhl fahrend bzw. geschoben, bedeutet dieser Wall einen wichtigen Mehrwert in der Lebensgestaltung ihrer letzten Jahre. „Gefahrloses Gehen ist in Höxter kaum

noch möglich. Radfahrer und E-Scooter auf den Gehwegen, Weserpromenade und in der Fußgängerzone (so heißt sie immer noch) sind für ältere Menschen Unsicherheitsfaktoren“, so Roland Hesse, Stadtverbandsvorsitzender der Senioren Union Höxter. Es müssen nicht immer rücksichtslose Radfahrer sein die erschrecken. Das Thema Radfahren in Höxter wird schon sehr lange ohne Abschluss diskutiert. Für die meisten Radfahrer wird es jedoch keine unzumutbare Verlängerung sein auf der Luisenstraße bzw. Am Roten Turm oder der Oberen Mauerstraße zu fahren.

### Selbsthilfegruppe „Chronischer Schmerz“ in Höxter

## „Du bist nicht allein“

Chronische Schmerzen sind ein ernstzunehmendes medizinisches Problem, das viele Menschen betrifft – und zwar nicht nur körperlich, sondern auch seelisch und sozial. Aber was sind chronische Schmerzen? Chronisch bedeutet: Der Schmerz besteht länger als drei Monate oder überdauert die normale Heilungszeit. Er kann ständig vorhanden sein oder immer wiederkehren.

Anders als bei akuten Schmerzen, die ein Warnsignal des Körpers sind (z. B. bei Verletzung), haben chronische Schmerzen oft keine klare Ursache mehr – oder sie „verselbstständigen“ sich. Häufig trifft man ihn bei Arthrose oder rheumatischen Erkrankungen, Fibromyalgie, Migräne

oder chronische Kopfschmerzen, Nervenschmerzen (z. B. nach Gürtelrose, Diabetes, Operationen), Psychosomatische Beschwerden (z. B. bei Depressionen, Angst).

Bei chronischen Schmerzen spielt das Zentralnervensystem eine große Rolle. Das sogenannte „Schmerzgedächtnis“ sorgt dafür, dass selbst kleine Reize als Schmerz empfunden werden – das Nervensystem ist überempfindlich geworden. Auch Stress, Sorgen oder Schlafmangel können Schmerzen verstärken. Chronische Schmerzen brauchen eine ganzheitliche Behandlung, oft kombiniert mit Schmerzmitteln, Physiotherapie, Nervenblockaden, Entspannungsverfahren und so weiter.

Leben mit chronischem Schmerz: Du bist nicht allein – Millionen Menschen leben mit chronischen Schmerzen. Der Schmerz bestimmt nicht, wer du bist. Hilfe holen ist kein Zeichen von Schwäche, sondern ein Akt der Selbstfürsorge. Im Juni 2024 gründete sich eine Selbsthilfegruppe in Höxter um anderen zu helfen und Mut zu machen. Zweimal im Monat treffen sich die Betroffene. Sie helfen sich gegenseitig, auch bei Fragen mit Krankenkassen oder Behörden.

Wer Interesse hat kann sich bei Sabine Oberhommert unter 015227907746 oder [sober-hommert@gmail.com](mailto:sober-hommert@gmail.com) melden.

IA

### E-Scooter

## Für Fußgänger eine Herausforderung

E-Scooter sind kleine, elektrisch angetriebene Tretroller, die sich besonders in Städten als schnelle, flexible und umweltfreundliche Fortbewegungsmittel etabliert haben. Sie sind für viele Menschen eine Ergänzung zu Bus, Bahn oder Auto – aber auch nicht ganz unumstritten.

Wiederholt kann man beobachten, dass die Fahrer dieser E-Scooter den Gehweg benutzen oder einfach den E-Scooter vor

dem Geschäft auf den Gehweg legen. Für die Fußgänger eine Herausforderung: Man hört sie nicht, bemerkt sie erst, wenn sie an einem vorbeirauschen. Gerade bei älteren Menschen führt das zu einer Verunsicherung und Schrecksekunde. Sieht man sich die Fahrer der E Scooter an, so sind doch viele bestimmt noch nicht 14 Jahre. Ab diesem Alter darf man den Scooter fahren. Auf dem Gehweg zu fahren ist grundsätzlich verboten. Sie

dürfen den Radweg benutzen, wenn keiner vorhanden ist, dann die Straßen. Helmpflicht ist nicht erforderlich, aber zur eigenen Sicherheit, doch dringend empfehlenswert.

Auch die Nutzung mit zwei Personen ist nicht gestattet, sowie kein Alkohol oder telefonieren ohne Freisprechanlage. Würden diese Anforderungen befolgt, kann man wieder etwas ruhiger den Gehweg benutzen.

IA

Ihr Spezialist für Perücken, Haarteile, Tücher & Toupets!



**HAARSTUDIO**  
*Ruth*

Ich freue mich Sie kennenzulernen!  
**Ihre Ruth Schneider**  
Nicolaistr.7 - 37671 Höxter  
Telefon: 0 52 71 / 69 46 265

[www.haarstudioruth.de](http://www.haarstudioruth.de)

**DER PARITÄTISCHE SELBSTHILFE-BÜRO**  
Kreis Höxter

### Selbsthilfegruppen im Kreis Höxter

Von A wie Adipositas bis Z wie Zöliakie



Viele Menschen haben ähnliche Sorgen, Probleme oder die gleiche Krankheit. Häufig fühlen sie sich in dieser Situation allein, unwohl und hilflos. Um das zu ändern gibt es Gruppen, in denen sich regelmäßig Menschen mit ähnlichen Problemen oder der gleichen Krankheit treffen. Auch du kannst teilnehmen, wenn du das möchtest!

**Zu folgenden Themen gibt es aktuell Selbsthilfegruppen oder Ansprechpersonen:**

<b>A</b> Adipositas Alleinerziehende Ängste Angehörige psychisch Kranker Autismus und ADHS	<b>B</b> Barrierefreiheit Besondere Kinder Blindheit Behinderungen Borreliose	<b>C</b> COPD Chronische Schmerzen	<b>D</b> Diabetes Defi, Gruppe für Menschen mit implantiertem Defibrillator u. Angehörige Depressionen	<b>E</b> Einsamkeit	<b>F</b> Frauen nach Krebs Fibromyalgie	<b>G</b> Grippe Herz-Kreislauferkrankungen Hochsensibilität	<b>H</b> Herz-Kreislauferkrankungen Hochsensibilität	<b>I</b> Inkontinenz	<b>J</b> Jugendliche mit psychischen Problemen	<b>K</b> Körperbehinderung Krebs	<b>L</b> Lebertransplantationen Long Post Covid	<b>M</b> Morbus Crohn MS (Multiple Sklerose)	<b>N</b> Neurodivergenz	<b>O</b> Osteoporose	<b>P</b> Panik Parkinson Pflegerische Angehörige	<b>Q</b> Queer	<b>R</b> Rheumatische Erkrankungen	<b>S</b> Schlaganfall Sehbehinderungen Soziale Phobie Sucht	<b>T</b> Tinnitus	<b>U</b> Unfallfolgen	<b>V</b> Verwaiste Eltern und Geschwister	<b>W</b> Widowhood	<b>X</b> Xenophobie	<b>Y</b> Yieldung	<b>Z</b> Zöliakie
---	--	--	---	------------------------	---	--	--	-------------------------	---	--	---	--	----------------------------	-------------------------	---	-------------------	---------------------------------------	---	----------------------	--------------------------	--	-----------------------	------------------------	----------------------	----------------------

Psychische Erkrankungen (junge Erwachsene)

Stand: Mai 2025

**Dein Thema ist nicht dabei ?**

Kein Problem – wir helfen gerne bei der Gründung einer neuen Gruppe! Zudem haben wir einen Überblick über angeleitete Gruppen und sonstige Hilfsangebote.

Selbsthilfe-Büro Kreis Höxter, Möllingerstr. 5, 37671 Höxter ☎: 05271 6 94 10 45  
Sprechzeiten: Mittwoch 09.00 – 12.00 Uhr, Donnerstag 14.00 – 16.00 Uhr und nach Vereinbarung  
Selbsthilfegruppen in ganz NRW findest du übrigens auch unter: [www.selbsthilfenetz.de](http://www.selbsthilfenetz.de)

# Bestes Hören in Beverungen.

Bei OHRWERK schenken wir Ihren Hörwünschen besondere Aufmerksamkeit. Unsere Liebe zum Detail sichert Ihnen die beste Hörgeräteversorgung. Ob kostenloser Hörtest, neue Hörtechnologie oder modernes Hörtraining – wir kümmern uns darum, dass Sie wieder gut verstehen.

Wir freuen uns auf Sie.

OHRWERK Hörgeräte  
Blankenauer Straße 4, 37688 Beverungen  
Telefon: (0 52 73) 36 75 66  
E-Mail: [beverungen@ohrwerk-hoergeraete.de](mailto:beverungen@ohrwerk-hoergeraete.de)

DAS BESTE HÖREN  
[www.ohrwerk-hoergeraete.de](http://www.ohrwerk-hoergeraete.de)



Gratis Hörtest

Philipp Gocke  
Hörakustikmeister/  
Fachgeschäftsführer bei  
OHRWERK Hörgeräte

Finja Hartmann

Melissa Krebs

**OHRWERK**  
HÖRGERÄTE



# Roeser

Inhaber A. Borghoff




**Sanitätshaus und Orthopädietechnik**

**37671 Höxter**  
An der Kilianikirche 5 · Tel. 0 52 71 / 10 37 · Fax 24 76  
[www-saniteam-roeser.de](http://www-saniteam-roeser.de)

**Rückenberatungs-Zentrum  
Venenkompetenz-Zentrum  
Prothesentechnik  
Orthesentechnik**




**Bandagen, Stützmitter,  
Bruchbänder  
Brustprothesen  
(Beratung u. Anpassung)  
Miederwaren  
Stützkorsetze  
Schuheinlagen  
Krankenpflegeartikel  
Gehhilfen**

Informationsnachmittag zur „Taschengeldbörse“  
am 31. Mai

## Generationen- übergreifender Austausch

Die Seniorengemeinschaft Höxter lädt am Samstag, 31. Mai 2025 ab 14.00 Uhr zu einem Informationsnachmittag zum Thema Taschengeldbörse ein. Die Veranstaltung findet auf dem Hof Freise in der Stummrigestr. 1 statt. Für das leibliche Wohl ist gesorgt. Es wird gegrillt und es gibt Bratwurst mit Kartoffelsalat.

Die Taschengeldbörse ist ein Projekt, das Jugendliche und Senioren zusammenbringt. Jugendliche bieten ihre Hilfe bei alltäglichen Aufgaben wie Einkaufen, Rasenmähen, oder kleine Reparaturen, sowie Hilfe bei Handy an und erhalten dafür ein kleines Taschengeld. Senioren profitieren von der Unterstützung und dem Kontakt zur jüngeren Generation. Solche Initiativen fördern den generationenübergreifenden Austausch und stärken das Gemeinschaftsgefühl.

Die Veranstaltung auf dem Hof Freise bietet eine gute Gelegenheit, mehr über die Taschengeldbörse zu erfahren, sich mit anderen Interessierten auszutauschen und in geselliger Runde den Nachmittag zu verbringen. „Wir freuen uns auf Sie!“, so die Seniorengemeinschaft Höxter e.V.

Die ePA (elektronische Patientenakte)

## Medizinische Informationen zentral speichern

Ab dem 15. Januar 2025 ist die ePA gestartet. Die Krankenkassen haben jedem Versicherten eine ePA zur Verfügung gestellt, sofern sie nicht widersprochen haben. Sie können aber auch zu jeder Zeit gegen die ePA Widerspruch einlegen. Ab dem 1. Oktober wird die ePA verpflichtend in den Arztpraxen und Kliniken eingeführt. Was ist die ePA? Sie ist eine digitale Akte, in der medizinische Informationen zentral gespeichert werden – z. B.: Diagnosen, Arztbriefe, Medikationspläne, Impfungen, Röntgenbilder, MRTs. Sie entscheiden selbst, wer Zugriff hat – z. B. ihr Hausarzt, Fachärzte, Apotheken oder Kliniken. Der Zugriff ist zeitlich begrenzt und kann für jede Einrichtung individuell geregelt werden. Auch sie selbst können über eine App (deiner Krankenkasse) alles einsehen. Alle Daten werden verschlüsselt gespeichert und übertragen.

Zugriff erfolgt nur mit starker Authentifizierung, z. B. durch Gesundheitskarte + PIN oder App-Login. Sie können Daten auch löschen oder sperren lassen. Das Ziel ist es Behandlungsqualität verbessern, Doppeluntersuchungen vermeiden, und Bürokratie abbauen. Vorteile der ePA sind: Alles an einem Ort, jederzeit abrufbar, bessere Koordination zwischen Ärzten. Keine Zettelwirtschaft mehr und schnellere Diagnosen durch Überblick über die Krankheitsgeschichte.

Die elektronische Patientenakte soll Versicherte ein Leben lang begleiten. In dem digitalen Speicher sollen etwa Arztbriefe, Befunde, Laborwerte und verordnete Medikamente gesammelt werden. Zugriff bekommen Praxen, Kliniken und Apotheken, wenn die Versicherten ihre Krankenkassenkarte in deren Lesegerät stecken. IA

Ihr Fachbetrieb für Barrierefreiheit:

**Wolfram Lascheit**

Gut Schirmeke 2  
37688 Beverungen  
Tel.: 05273 / 22394  
Mobil: 0174 9229292

[info@renovierungsmanager.de](mailto:info@renovierungsmanager.de)  
[www.renovierungsmanager.de](http://www.renovierungsmanager.de)



- Rampen, Handläufe, Türverbreiterungen
- Ebenerdige Duschen, Lifte, Sonderlösungen
- Beratung: Pflegezuschuß; staatl. Förderungen
- Montage: Türen, Möbel, Küchen, Fußböden

**Schwellenfreies Wohnen mit Komfort**



Kreis Höxter und die Verbraucherzentrale NRW geben wertvolle Tipps zum Sparen

## Energiekosten ohne Komfortverzicht senken

Wie reduziere ich meine Energiekosten? Den Bürgerinnen und Bürgern des Kreises Höxter stehen zur Beantwortung dieser Frage zahlreiche Informationen und konkrete Unterstützung zur Verfügung. Die Kosten für Strom, Warmwasser und Wärme können gesenkt werden, ohne auf Komfort verzichten zu müssen. Die Einsparungen werden mit dem Projekt „Stromspar-Check“ und dem Angebot „co2online“ ermöglicht. Der Kreis Höxter und die Verbraucherzentrale NRW weisen darauf hin, dass insbesondere auch Seniorinnen und Senioren von Angeboten profitieren können.

Der Stromspar-Check ist ein bundesweites Projekt, getragen vom Deutschen Caritasverband und dem Bundesverband der Energie- und Klimaschutzagenturen Deutschlands. Beide Partner verbinden darin seit 2008 ihre sozialpolitischen und energiefachlichen Kompetenzen. Ihre gebündelte Stärke hat angesichts von Energie- und Klimakrise an gesamtgesellschaftlicher Bedeutung gewonnen. Das Projekt „Stromspar-Check – einfach Wärme, Wasser und Strom sparen“ wird aus Bundesmitteln vom BMUV gefördert. Als örtliche Energieversorger beteiligen sich die BeSto Stadtwerke und die Gas- und Wasserversorgung Höxter über ein Sponsoring. Die Beratung findet in zwei Haushaltsbesuchen statt. Beim ersten Termin werden die Energieverbraucher, also Geräte und Heizungsart notiert, die Energie- und Wasserkosten aus den Rechnungen ermittelt und die Gewohnheiten des Haushalts erfragt. Beim zweiten Besuch bekommt der Haushalt einen Energiesparfahrplan mit möglichen Ersparnissen sowie Geschenke, die beim Sparen helfen werden.

### Erhebliche Ersparnisse

Die Statistik gibt diese Ersparnisse pro Jahr und Durchschnitts-Haushalt (2,3 Personen): 190 Euro für Strom, 63 Euro für Wasser und 23 Euro



Sie informieren die Menschen im Kreis Höxter zum Thema Energiesparen (von links): Ute Delimat, Leiterin der Beratungsstelle der Verbraucherzentrale NRW im Kreis Höxter, Martina Krog vom Klimaschutz-Team des Kreises Höxter und Maksim Boschmann, Projektleiter des Standorts Stromspar-Check beim Kreis Höxter. Foto: Kreis Höxter

für Warmwasser. Mit Beginn des Stromsparchecks im Jahr 2014 wurden im Kreis Höxter fast 1.800 Haushalte beraten. 225 Haushalte konnten mit Zuschüssen ein Kühlgerät tauschen. Die kostenlosen Energiesparhilfen sind beispielsweise LED, Spar-Duschköpfe, Perlatoren, Kühlschranks-Thermometer und Zeitschaltuhren.

„Der Stromspar-Check richtet sich ausschließlich an einkommensschwache Haushalte“, betont Martina Krog aus dem Klimaschutzteam des Kreises Höxter. Zielgruppe seien Bürgerinnen und Bürger, die Wohngeld, Bürgergeld, Kinderzuschlag, Grundsicherung im Alter oder andere Sozialleistungen bekommen würden. Auch Menschen mit geringer Rente (weniger als 1.499€ bei Einzelhaushalten) oder mit einem Einkommen unter der Pfändungsgrenze können

mitmachen. Zum Programm gehört auch ein Zuschuss von bis zu 200 Euro für ein neues Kühlgerät im Tausch gegen das alte Kühlgerät. Termine für den Stromspar-Check im Kreis Höxter können unter der Telefonnummer 05271/9654225 sowie unter der E-Mailadresse [stromspar-check@kreis-hoexter.de](mailto:stromspar-check@kreis-hoexter.de) vereinbart werden.

„co2online“ ist ein weiteres Angebot im Internet, um in der Wohnung Strom-, Wasser- und Wärme einzusparen. Auch für die geplante Sanierung des Wohnhauses kann „co2online“ über den Solardach-Check oder den Wärmepumpen-Check genutzt werden. Insgesamt stehen neun Checks zur Verfügung. Diese Checks finden sich auf der Homepage des Kreises Höxter unter [www.klimaschutz.kreis-hoexter.de](http://www.klimaschutz.kreis-hoexter.de) und auf den Internetseiten der zehn Städte des Kreises Höxter.

### Verbraucherzentrale berät mobil und digital im Kreis

Die Verbraucherzentrale Nordrhein-Westfalen berät im Kreis Höxter in digitalen Formaten, in Sprechstunden sowie bei Informationsveranstaltungen zu Verbrauchertemen. In Sachen Energieberatung gibt es laufend die Online Energie-Kompakt-Beratungen. „Aber auch individuelle Beratungen in der Wohnung oder im Haus können gebucht werden“, so Ute Delimat, Leiterin der Beratungsstelle der Verbraucherzentrale NRW im Kreis Höxter. Informationen gibt es unter der Telefonnummer 0221/5422221 oder unter [www.verbraucherzentrale.nrw/energie](http://www.verbraucherzentrale.nrw/energie). Hier finden Interessierte alle Themen, Formate und Veranstaltungen. Der Unterschied zum Stromspar-Check? Die Beratung ist für alle Haushalte und damit auch für die mit höherem Einkommen bestimmt.

### Ehrenamtliches Engagement

## Zeit schenken, Freude spenden

Ehrenamtliches Engagement ist ein wesentlicher Bestandteil unserer Demokratie. Menschen übernehmen Verantwortung und gestalten in ihrem eigenen Lebensumfeld die Gesellschaft mit. So können Brücken geschlagen werden – zwischen Generationen, gesellschaftlichen Schichten, Geschlechtern und ethnischen Gruppen. Der Clou: Der Dienst an der Gemeinschaft hat immer auch Auswirkungen auf den Menschen, der sich engagiert: Viele Ehrenamtliche berichten, dass ihnen ihre Tätigkeit große Freude bereitet, dass sie sich wertgeschätzt fühlen und glauben, durch ihr Amt etwas bewegen zu können. Das Angebot an ehrenamtlichen Tätigkeiten in der Seniorengemeinschaft Höxter e.V. ist groß: In unseren Reihen finden sich engagierte Busbegleiter, Konzertorganisatoren, Grünpaten usw. „Haben Sie Lust bekommen, sich zu ehrenamtlich zu engagieren? Dann freuen wir uns, wenn Sie mit uns in Kontakt treten und unser Ehrenamtsformular ausfüllen.“

### Bleibender Eindruck

Bürgerschaftliches Engagement hinterlässt Spuren – nicht nur gesellschaftliche, auch biografische. Damit Aktive ihren freiwilligen

Einsatz auch für ihren beruflichen Werdegang nutzen können, wurde der Engagementnachweis NRW „Für einander. Miteinander – Engagiert im Ehrenamt“ entwickelt. Dieser dokumentiert fachliche und soziale Kompetenzen und bescheinigt die im Engagement erworbenen Fähigkeiten. Nordrhein-Westfalen hat 2002 als erstes Bundesland einen Engagementnachweis eingeführt – gemeinsam mit Wohlfahrtsverbänden und weiteren Trägern des Ehrenamtes, Wirtschaftsverbänden und Arbeitgeberorganisationen. Der Engagementnachweis Nordrhein-Westfalen ist eine Form der Wertschätzung und Anerkennung. Er öffnet seinen Inhaberinnen und Inhabern vielerorts neue Türen. Wohlfahrts- und Arbeitgeber- und Wirtschaftsverbände aus ganz Nordrhein-Westfalen unterstützen die Initiative. Anders als bei der Ehrenamtskarte Nordrhein-Westfalen wird kein besonderer zeitlicher Umfang der Tätigkeit vorausgesetzt. Ehrenamtliche erhalten den Engagementnachweis von der Organisation, für die sie tätig sind.

Habt ihr Interesse, dann meldet euch auch im Seniorenbüro Höxter Tel.: 052716923983.

Vortrag am 26. Mai in Beverungen

## Nuklearmedizin bei Parkinson

Die Selbsthilfegruppe Parkinson Beverungen lädt am Montag, 26. Mai 2025, zu einem informativen Vortrag zum Thema „Nuklearmedizin bei Parkinson-Tremor“ ein. Die Veranstaltung findet von 18:00 bis 19:30 Uhr im Raum Bever der Stadthalle Beverungen statt (Eingang über das Restaurant). Der Einlass beginnt um 17:45 Uhr.

Als Referentin konnte Dr. med. Adda Mau, Fachärztin für Nuklearmedizin aus Lemgo gewonnen werden. Die Veranstaltung richtet sich an Betroffene, Angehörige, alle medizinisch Interessierten, sowie Selbsthilfegruppen zum Thema Parkinson. Die Teilnahme ist kostenlos, eine vorherige Anmeldung ist jedoch erforderlich. Interessierte können sich bei Rudolf Rasche unter der Telefonnummer 0171-2792281 anmelden.

Religiosität im Alltag

## Zwischen Tradition und Moderne

Meiner persönlichen Beobachtung und Wahrnehmung nach ist auch in unserer heutigen modernen, rational orientierten Gesellschaft das Thema „Religion“ immer noch wichtig. Die Historie zeigt, dass Religion in den Jahrhunderten eine bedeutende Rolle in der Kultur und im Alltag der Menschen spielte. Früher war so der Gottesdienst ein zentraler Bestandteil des Lebens vieler Menschen in unserem Kulturkreis. Hier traf man sich regelmäßig, um gemeinsam zu beten, die Gemeinschaft zu stärken und den Glauben zu feiern.

Das hat sich verändert. Die Erwartungen an Religion haben sich im Laufe der Zeit gewandelt. Während früher beispielsweise die Zugehörigkeit zu einer bestimmten Glaubensgemeinschaft oft fest verankert war, ist die moderne Gesellschaft viel offener für individuelle spirituelle Wege. So gewinnen etwa auch esoterische Vorstellungen heute immer mehr an Bedeutung. Viele Menschen suchen nach alternativen Wegen, um ihre Spiritualität zu leben, ohne sich strikt an traditionelle religiöse Strukturen zu binden. Der Zeitgeist spiegelt diese Entwicklung wider: Religion ist heute oft weniger dogmatisch, sondern eher eine persönliche Angelegenheit. Das

Gebet, einst fest im Alltag verankert – z.B. als tägliches Tischgebet – wird heute auch in anderen Formen praktiziert oder durch Meditation und andere spirituelle Praktiken ergänzt.

Die Erwartung, dass Religion nur in der Kirche oder im Gottesdienst stattfindet, ist weniger ausgeprägt. Stattdessen steht die individuelle Erfahrung im Vordergrund. Die Begegnung des Einzelnen mit anderen Glaubensgemeinschaften und deren Vorstellungen stellen in unserer modernen Gesellschaft dabei eine besondere Herausforderung dar. Trotz all dieser Veränderungen bleibt die Frage, wie Religion als eine menschliche Grunderfahrung im modernen Alltag integriert wird. Für viele ist sie eine Quelle der Kraft und Orientierung, für andere eher eine persönliche Überzeugung, die im täglichen Leben eine weniger sichtbare Rolle spielt. Insgesamt zeigt sich, dass Religiosität heute vielfältiger denn je ist – geprägt von einer immerwährenden Sehnsucht nach Spiritualität, einer Sehnsucht danach, dass es etwas geben möge, was über unsern Alltag hinausgeht.

UN

### Umzug des Reparaturcafés mit Eröffnung des Generationstreffs Einweihung am 22. Mai

Seit seiner Gründung im Juni 2023 hat das Reparaturcafé in Beverungen großen Zulauf. Aufgrund des großen Andrangs waren mehrere Umzüge notwendig. Die Verantwortlichen des Beverunger Seniorennetz e.V. freuen sich nun über die Anmietung neuer Räumlichkeiten an zentraler Stelle (gegenüber dem Rathaus). Der jetzige Standort des Reparaturcafés, sowie ein zusätzlicher Raum zur Nutzung als Generationstreff in Beverungen, Weserstr. 13, sollen am Donnerstag, 22. Mai um 14.00 Uhr mit dem Bürgermeister und dem Vorsitzenden der Bundesarbeitsgemeinschaft Seniorenbüros e.V. (BaS) der Öffentlichkeit vorgestellt werden.

Mit dem Umzug in die neuen Räumlichkeiten findet hier auch ein geeigneter abgeschlossener Bereich, wo die Instandsetzung elektrischer Kleingeräte ausgedehnt und der Service rund um

Hard- und Software digitaler Endgeräte noch vielseitiger gestaltet werden. „Werfen Sie defekte Kleingeräte nicht sofort weg – vielleicht können sie repariert werden – einen Kaffee gibt es zur Beratung dazu.“

Diese Räumlichkeiten bieten die Möglichkeit, generationsübergreifende Aktivitäten und Projekte zu entwickeln, sowie diese schnell und niederschwellig in die Tat umzusetzen. Außerdem bietet dieser Platz für die vielseitigen Projekte und Vorträge des Vereins. „Die Angebote entnehmen Sie den Bekanntmachungen in den Zeitungen und auf Facebook. Abonnieren Sie unseren Newsletter, schauen Sie auf unsere Internetseite oder melden Sie sich im Seniorenbüro, Montag bis Donnerstag, jeweils von 10 bis 12 Uhr, Telefon: 0 52 73 / 392 – 2 26.“

## Kulinarisches aus der Region

### Schmackhafter Fischtopf von der Ostsee Fisch-Food-Frühling

Zutaten für 4 Personen: 500 Gramm Kartoffeln, 1 Salatgurke, 2 Zwiebeln, 1 Knoblauchzehe, 1 Tomate, 3 Eßl- Butter, 1 gestr. Eßlöffel Tomatenmark, 300 ml Gemüsebrühe, 500 Gramm Fischfilet, 1 Essl. Zitronensaft, Salz, Pfeffer, 1 Msp. Paprikapulver, 200 ml Sahne, 1 Essl. Senf, etwas Petersilie und Basilikum.

Kartoffeln schälen, waschen, würfeln. Gurke putzen, schälen, halbieren und würfeln.

Zwiebeln und Knoblauch, grob bzw. fein hacken. Tomate in kleine Stücke schneiden. Butter in einem breiten Topf zerlassen. Zwiebeln und Kartoffeln bei mittlerer Hitze, ca. 10 Min. anschwitzen. Knoblauch, Tomatenmark, Gurke und Tomate kurz mitdünsten, Brühe angießen, aufkochen. Zugedeckt 10 Min. köcheln.

Fisch trocken tupfen, in sehr grobe Stücke schneiden. Mit Zitronensaft beträufeln, mit Salz und Paprika bestreuen. Fisch zur Suppe geben, bei schwacher Hitze 5-6 Min. garziehen lassen. Sahne mit Senf verrühren, unterrühren, erhitzen, nicht kochen!! Mit Salz und Pfeffer abschmecken, Kräuter zupfen und über die Suppe streuen. Guten Appetit. EM



**Westfälischer Pickert** (Pfannkuchen) für 4 Personen:

500 g Kartoffeln, 200 g Mehl, 2 Eier, 250 ml Milch, 1 TL Salz, 1 Päckchen Trockenhefe. Butter oder Schweineschmalz. Alle Zutaten verrühren und 30 Minuten gehen lassen. Pfannkuchen formen und in einer Pfanne goldbraun braten. Traditionell wird Leberwurst, Rübenkraut oder Marmelade serviert. Grünkohl mit Bregenwurst, Kohlwurst: Zutaten: 1 kg Grünkohl frisch oder Tk, 1 Zwiebel, 500 ml Gemüsebrühe, Wurst, 1 TL Senf, Salz Pfeffer. Zwiebel würfeln und in Fett andünsten, Grünkohl dazugeben mit Brühe aufgießen 45 Minuten köcheln, Senf einrühren und Wurst dazugeben weitere 20 Minuten garen, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

**Pumpnickel-Dessert:** Zutaten: 100 g Pumpnickel zerkrümeln, 300 ml Sahne, 200 g Quark, 3 EL Zucker oder Honig, Obst, Kirschen oder

Himbeeren, optional Amaretto oder Kirschwasser, Sahne steif schlagen mit Quark und Zucker vermischen, Pumpnickel in Gläser geben, mit Likör beträufeln, Creme darüber geben und mit Früchten garnieren. Für einige Stunden kühl stellen. Das ist lecker, leicht herb und cremig.

**Töttchen** (Westfälisches Ragout): Traditionell aus Inneren, aber heute meist mit Rindfleisch oder Geflügel. Zutaten: 400gr Rinderschmorstück, 1 Schalotte fein würfeln, 100 ml Weißwein, 300 ml Rinderfond, 1 EL Weißweinessig, 1 TL Senf. Fleisch in kleine Würfel scharf anbraten, Schalotte zugeben, mit Wein und Fond ablöschen, 1,5 Stunden sanft schmoren bis Fleisch butterzart ist, Sauce reduzieren.

Herzlich willkommen in der schönsten Region Deutschlands! Manfred Jouliet

## IHR PARTNER FÜR EIN BARRIEREFREIES BAD!



DER MENSCH BRAUCHT  
WASSER WÄRME LUFT

Steinäckernstr. 1  
37671 Hörter-Ottbergen  
☎ 0 52 75 / 98 5000  
☎ 0 52 75 / 98 5008  
mail@ahrens-haustechnik.de

### Wir bieten unsere Leistungen auf allen Friedhöfen der Gemeinde Hörter an!



Gartenstr. 1d · Hörter · Tel. 05271-7164  
www.friedhofsgaertnerei-fahle.de



REINHOLD  
FAHLE  
Friedhofsgärtnerei

GRABPFLEGE  
Pflanzenverkauf  
Kranzbinderei

### Tag des Donuts am 6. Juni

## Kultstatus wegen der Simpsons

Der sogenannte National Donut Day (also „Tag des Donuts“) wird jedes Jahr am ersten Freitag im Juni gefeiert. In 2025 fällt er also auf den 6. Juni. Der National Donut Day stammt ursprünglich aus den USA und wurde 1938 von der Heilsarmee (Salvation Army) ins Leben gerufen.

Ziel war es, an die Frauen zu erinnern, die im Ersten Weltkrieg den Soldaten Donuts als kleine Aufmunterung gebacken und verteilt haben – sie wurden damals „Donut Lassies“ genannt. Seitdem ist es ein beliebter, fröhlicher Feiertag – besonders in den USA, aber auch bei uns wird er immer populärer. In den USA gibt's an dem Tag oft Donuts gratis oder im Sonderangebot – viele Bäckereien und Ketten machen mit. Auch bei uns nutzen einige Cafés oder Donut-Läden (wie Dunkin', Royal Donuts oder lokale Bäcker) den Tag für Aktionen. Viele feiern einfach zu Hause



oder im Büro mit einer süßen Donut-Runde mit Freunden oder Kollegen. Der klassische Donut ist rund mit einem Loch – aber es gibt auch gefüllte Varianten (mit Marmelade, Vanillecreme, Nutella...)

In Deutschland sagt man oft auch „Berliner“, wobei das eher die gefüllte Version ohne Loch ist. Donuts haben Kultstatus – allein wegen der Simpsons und Homer's „Mmm... Donuts“. IA



**Ihr Sanitätshaus**  
reha team 3-Ländereck



**Elektrifizierend  
Unsere neuen Scooter**

**Ihre Mobilität – unsere Aufgabe!**  
Wir bieten Ihnen eine große Auswahl an Elektromobilen der Firmen Exel, Drive, Pride Mobility und Aktiv Deutschland an. Flotte Flitzer mit viel Komfort und Geschwindigkeiten von 12/15 bis 20 km/h.

**Der Hammer!**  
Jetzt bis 80 km Reichweite mit Lithium Eisenphosphat Akkus



**Nähere Infos:**  
reha team 3-Ländereck  
Grüne Mühle 2d · 37671 Hörter  
Tel. 05271 397030

*Lächeln ist ... mobil sein*





**SCHNIPP  
SCHNAPP  
HECKE AB!**

Wir kümmern uns um Heckenschnitt, Rasenschnitt, Laubentfernung uvm.

**Weisbender**  
WEISBENDER Gebäudedienste GmbH  
Gutenbergstr. 7 • 37671 Hötter  
05271 / 9596-0 • info@weisbender.de

Schmetterlinge weinen nicht, sie gehen von ganz allein  
**Insektenfreundliche  
Blumen pflanzen**

Der Titel des Buches „Schmetterlinge weinen nicht, sie gehen von ganz allein“ von Willi Heinrich stammt aus dem Jahr 1969. Der Gesellschaftsroman hat zwar eine völlig andere Bedeutung, doch mit dem Untertitel ist er brandaktuell. Die Insekten- und Schmetterlingsbestände sind massiv gefährdet. Wir alle können dazu beitragen, dass die Artenvielfalt für eine lebendige Natur erhalten bleibt. Was wäre ein Sommer ohne Marienkäfer, Wildbienen, oder das Flattern eines Zitronenfalters im Garten? Pflanzen wir insektenfreundliche Blumen, z.B. Kapuzinerkresse, und verzichten wir auf Pestizide. Der dänische Dichter H.C. Andersen



Die Schmetterlingsbestände sind massiv gefährdet.  
Foto: W. von Weichs

sen wusste schon im Jahr 1850: „Leben ist nicht genug, sagte der Schmetterling. Freiheit und eine kleine Blume muss man auch haben!“ EM

**Jetzt Tickets für die TBV-Heimspiele sichern!**

Tickets auch unter [tbv-lemgo-lippe.de](http://tbv-lemgo-lippe.de) oder telefonisch unter 05261/288333 erhältlich.

Erlebniswelt ein wirklicher Gewinn für Holzminden  
**Sehenswertes Sensoria**



Sensoria – Haus der Düfte und Aromen in Holzminden.

Die Idee für das neue „Museum“ der Weserstadt, die Vorplanungen bis hin zu dessen Umsetzung und Fertigstellung habe ich als Kreis-Holzmindener stets mit starkem Interesse verfolgt. Das Für und Wider eines solchen Großprojektes konnte man in der gesellschaftlichen und politischen Diskussion über lange Zeit in den Medien verfolgen. Finanzierung von Bau, Technik und Ausstattung, Wahl des Standortes und gestalterische Fragen gehörten dazu und wurden offen und häufig widerstreitend erörtert.

Von Beginn an fand ich dieses Vorhaben der Einrichtung eines Museums zu einem Thema, das für Holzminden nun wirklich kennzeichnend ist und ein Alleinstellungsmerkmal bildet, wunderbar und erstrebenswert. Mich erfreute es, dass die Protagonisten sich schließlich durchsetzen und die Verantwortlichen das Projekt mit der erforderlichen Hartnäckigkeit entwickeln und fertigstellen konnten.

Die Bauphase wurde mit Spannung und Neugier verfolgt – und nun haben wir alle endlich seit Monaten die Möglichkeit, die Ergebnisse auf uns wirken zu lassen! Diese Gelegenheit habe ich vor einiger Zeit ausführlich wahrgenommen. Um es vorweg zu nehmen: In mehrfacher Hinsicht wurde ich sehr positiv überrascht und überzeugt! Das Bauwerk macht durch seine außergewöhnliche, moderne Gestaltung unmittelbar deutlich, dass es eine besondere, öffentliche Nutzung beherbergt. Die gute Lage des Grundstücks an einem städtebaulich prä-

nanten Ort am westerseitigen Stadteingang weckt erhöhte Aufmerksamkeit. Die strukturierte Außenhaut aus Metallplatten mit gestalterischem Bezug zum regional prägenden Sandsteinbehang tut ein Übriges und findet uneingeschränkte Zustimmung des Architekten und Denkmalpflegers.

Den Begriff ‚Museum‘ hier zu verwenden, ist meines Erachtens zu kurz gegriffen. Die Bezeichnung ‚Erlebniswelt‘ ist in der Tat zutreffend. Der Besucher findet mittels einer ansprechenden und interessanten Mischung aus analogen, digitalen und interaktiven Angeboten Zugang zum Thema Düfte und Aromen. Die Wahl der vielseitigen Präsentations-Methoden und die Tiefe der Beschäftigung mit

ihnen bleiben dem Gast jederzeit vorbehalten. Neben der Galerie der Düfte, den Informationen zur Geschichte von Gewürzen und Gewürznutzung, der Ausstellung zu einschlägigen Haushalts-Produkten über viele Jahrzehnte ist auch das Labor der Düfte einer der Höhepunkte. Hier darf der Besucher in sinnlicher Arbeit selbstständig sein Parfüm kreieren, mischen lassen und mitnehmen. Die Möglichkeiten der Nutzung der Freiflächen des obersten Geschosses in der warmen Jahreszeit sind zudem vielversprechend.

Ich konnte feststellen, dass die drei Stunden meines Besuchs wie im Fluge vergingen. Die freundliche Aufnahme und Besucher-Einweisung bleiben in Erinnerung. Die Öffnungszeiten

und Eintrittspreise sind angemessen und zeitgemäß. Erfreulich, dass die Besucherzahlen nach dem ersten Halbjahr überzeugend ausfallen; die intensive, auch überregionale Arbeit der Marketing-Verantwortlichen wird nachhaltig wirken. Auch das parallel durchgeführte Veranstaltungs- und Vortragsprogramm ist eine tolle Sache. Gut, dass die Macher mit Sensoria ein selbstbewusstes und gelungenes Zeichen für und in Holzminden gesetzt haben! Möge der latente bewundernd-neidvolle Blick in die benachbarte Kreisstadt auch dadurch ein wenig gemildert werden.

Ich werde die Welt der Düfte und Aromen weiterhin im Blick haben und besuchen.  
Henning Fischer, Fürstenberg

Vortrag der Defi-Selbsthilfe Hötter und Umland

**Sport, Prävention und Rehabilitation**

Am 6. Juni 2025 um 15.30 Uhr wird Jessica Mewes, Leitung des Therapiezentrums der KHWE einen Vortrag über „Vorteile von Sport, Prävention und Rehabilitation bei einer Herz-Kreislauf-Erkrankung“ halten. Zu diesem Vortrag sind alle Interessierten,

nicht nur Defi-SHG-Mitglieder, herzlich eingeladen. „Wir treffen uns im Konferenzraum des St. Vincenz Krankenhaus, Danzigerstr. 17 in 33034 Brakel. Bei Fragen stehe ich gerne zur Verfügung“, so Silke Flock (05253) 4407.

Der Kultursommer wird unterstützt durch die Stadt Horn-Bad Meinberg

**westenergie** präsentiert:

**Horn-Bad Meinberger Kultursommer**

DER JULI WIRD ZUM KULTURSOMMER – MIT BURG HORN  
PICKNICKKONZERTEN, AUSSTELLUNGEN UND DER LANGEN KULTURNACHT AN DER BURG HORN

**KUNST AM WALL**  
5. – 28. Juli 2025 Eröffnung 5. 7. um 18.30 h  
Ausstellung im Burgturm und am Burgwall

**MUSIK AN DER MAUER**  
5., 12., 19. Juli 2025  
Picknickkonzerte 19.30 h

**LANGE KULTURNACHT**  
25. Juli 2025 19.00 h  
ERWARTEN SIE UNERWARTETES!

Kontakt: Verein „In Horn Gemeinsam“, Facebook „In Horn Gemeinsam“, Kampstraße 10, 32805 Horn, Tel. 077-6477004

Wir danken unseren Partnern herzlich:



# SCHOLAND

Hörakustik



**Lassen Sie sich beraten, das Team von Scholand Hörakustik freut sich auf Ihren Besuch!**

- Hörgeräteberatung und -anpassung
- kostenloser Hörtest
- Hörgerätereinigung und Reparatur
- Kinderanpassung
- kostenloser, mobiler Hausbesuchservice
- Tinnitusanalyse
- individueller Gehörschutz
- kostenloses Probetragen
- kostenloses Hörtraining
- persönliche Hörprofilerstellung

**4x** in Ihrer Nähe

Höxter Corbiestraße 23 05271 - 9660540	Brakel Am Thy 19 05272 - 3940400	Großeneder Hauptstraße 39 05644 - 9479538	Warburg Paderborner Tor 104 05641 - 7488740
--	--	---	---

## Höxter meine Heimat – Teil 2 – von Manfred Jouliet

### Ein paar Tipps

Klar: Höxter ist eine richtig charmante Stadt in Nordrhein-Westfalen mit viel Geschichte und Natur, darum schreibe ich euch ein paar Tipps für einen Besuch und zum Verweilen etwas Kulinarisches aus der Region. Corvey-Unesco Weltkulturerbe: Das ehemalige Benediktinerkloster Corvey ist ein Muss. Es liegt direkt an der Weser, mit beeindruckender Barockkirche und historischem Bibliotheksaal.

1. **Altstadt Höxter:** Schöne alte Fachwerkhäuser, kleine Läden und Cafés – perfekt zum Bummeln.
2. **St. Kiliani-Kirche:** Eine der ältesten Kirche in der Region, mit schönem romanischen Stil.
3. **Stadtmauer und Wallanlagen:** Historisch spannend und schön zum Spaziergehen.

#### Natur und Ausflüge

1. **Weser-Radweg:** Einer der schönsten Radwege Deutschlands – entweder fahren oder ein E-Bike leihen.
2. **Weserbergland:** Ideal für Wanderungen mit Aussichten wie dem Kötterberg.
3. **Godelheimer Seenplatte:** Perfekt zum Entspannen, Schwimmen oder Stand-up Paddling.

#### Kultur und Events

1. **Kulturveranstaltungen im Schloss Corvey:** Schau im Touristenbüro nach, ob es Konzerte oder Lesungen gibt.
2. **Höxteraner Schützenfest:** Ein großer Volksfestklassiker mit Parade und Kirmes.
3. **Weihnachtsmarkt im Dezember:** Klein, aber sehr gemütlich in der Altstadt.

#### Tipps

1. **Höxter Card:** Eine Karte mit Rabatten für Museen, Führungen, Schwimmbad etc.
2. **Anreise per Bahn:** Gute Anbindung, der Bahnhof liegt zentral.
3. **Führungen buchen:** Es gibt Stadtführungen in historischen Kostümen – sehr unterhaltsam.

## Kleine Anekdoten von Senioren für Senioren

Unsere Tochter wünscht sich einen Hund. Da das Haus gerade neu bezugsfertig war, lehnte der Vater das mit den Worten „kleine Hunde sind unberechenbar“ ab. Eines Tages stand die Tochter vor der Tür mit einem glücklichen Lächeln im Gesicht und rief freudig: Mama, Papa, das ist Reiner, ein kleiner schwarzer Wuschelhund. Ich habe ihn „ganz mit ohne Geld“ bekommen, den darf ich doch haben?

In Loano (Italien) hingen an einem Lebensmittelladen zwei Vogelkäfige mit je einem Papagei. Im rechten Käfig saß Benjamini und im linkem Käfig saß Caruso. Verbeigehende Urlauber fragten die Papageien „Bist Du Benjamini?“, so antwortete er „Siiii!“. Wurde der andere Papagei gefragt: „Bist du Enrico?“ antwortete dieser „Küsschen, Küsschen, Küsschen“.

Magdalena Cramer

Café-Gespräch am 22. Mai im Stellwerk Café Corvey

## „Med-Café“ im Haus Silberfisch

Die Senioren Union Höxter lädt zum dritten Café-Gespräch ein. Diesmal findet das Treffen im Stellwerk Café Corvey, Am Hafen 10, statt. Vor einem Jahr begann das Unternehmen „Med-Café“ in den Räumen des Hauses Silberfisch e.V., Neue Straße. Dieses hat die SU in Höxter zum Anlass genommen, den Initiator Dr. Jochen Freede einzuladen. Am Donnerstag, 22. Mai um 17.00 Uhr wird er darüber sprechen, welche Ziele seine Idee hatte, welche Vorgeschichte es gab und wie sie letztlich realisiert wurde. Immer der letzte Mittwoch im Monat ist kostenfreie Sprechstunde. Damit es keine Enttäuschungen gibt, muss sich eine Woche vorher telefonisch angemeldet werden und das Problem schildern. Roland Hesse, der Vorsitzende der Senioren Union begrüßt solche Eigeninitiativen, die versuchen eine drohende medizinische Unterversorgung in Höxter abzumildern und hofft auf eine rege Beteiligung. Schließlich sind wir älteren Menschen ja die am meisten Betroffenen von einer ärztlichen Unterversorgung.

## Die Nethe von der Quelle bis zur Mündung: Fluss des Lebens

An der Nethe in Ottbergen bin ich aufgewachsen, der Fluss hat mich niemals losgelassen. Wir spielten als Kinder in den Nethewiesen und sahen unserer Mutter beim Wäschespülen zu. Natürlich mussten wir auch helfen, jeder hatte seine Aufgabe. Im Winter und Frühjahr führte die Nethe Hochwasser, und die Wiesen waren teilweise zugefroren. Trotz Verbotes der Eltern betraten wir mutig das Eis, manche Kinder fuhren Schlittschuh. Mit nassen Schuhen und Strümpfen kamen wir nach Haus. Dazu fällt mir das Gedicht von Friedrich Güll ein: „Gefroren hat es heuer“.

2011 kam mir die Idee zu einem Fotobuch zum Geburtstag meiner Schwester. Ich fuhr zur Nethequelle nach Neuenheerse. Informationen bekam ich von Bürgern, die ich ansprach. Neuenheerse ist als Ausgangspunkt für eine Tour auf dem Netheradweg prädestiniert. Ein Besuch des „Eggedoms“ bietet sich an, im Gasthaus Ikenmeyer eine Kaffeepause einlegen und flussabwärts am Nethestausee vorbeiradeln. Von ihrer Quelle fließt die Nethe südöstlich nach Willebadessen. Dort besteht die Möglichkeit, die Klosteranlage und den europäischen Skulpturenpark zu erfahren.

In den Sommermonaten gibt es ein bunt gemischtes Programm. Weiter geht es nach Osten, durch das Auenland an der Nethe entlang, wo Eisvögel brüten, und Nachtigallen



Die Nethequelle in Neuenheerse ist ein guter Ausgangspunkt für eine Tour auf dem Netheradweg. Foto: B. von Weichs

schlagen. Sie passiert Fölsen und Niesen. Bei meiner Rast in Rheder, im lauschigen Weidenpalais fielen mir die Verse aus dem Dreizehnlindenepos unseres Heimatdichters F.W. Weber ein: Wonnig ist's in Frühlingstagen, nach dem Wanderstab zu greifen...! In Siddessen mündet die Oese in die Nethe, in Riesel die Aa und in Brakel nimmt sie das Wasser der Brucht auf. Bei der Radtour kann man viele kleine Abstecher machen, da der ca. 65 Kilometer lange Netheradweg nicht in einer Tour geradelt werden muss. In Brakel kann die Nordwestbahn den Radler wieder zum Ausgangspunkt bringen. Weiter geht es an alten Mühlen, Streuobstwiesen vorbei bis Hembsen, wo ein neu

angelegtes Flachufer zu einem erfrischenden Fußbad einlädt. Von Hembsen bis Bruchhausen erlebt der Radler eine vielfältige Naturlandschaft, vorbei an einem rauschenden Wehr und einem verwunschenen Schlosspark, bis man in Ottbergen ankommt.

An der o.g. Spülstelle vorbei, steigen Kindheits Erinnerungen in mir auf, z. B. der Duft frischer Erdbeeren aus den Angergärten. An der heute noch existierenden GGS Ottbergen (früher: kath. Volksschule Ottbergen) führt mein Weg mit Ausblick auf ein Storchennest in den Nethewiesen vorbei. Ich radelte durch den alten Ortskern des Eisenbahndorfes. Rechts am Ausgang des Ortes lockt ein kleiner Rastplatz zum Picknick, die Kinder können spielen mit Blick auf die alte Nethebrücke von 1710. Weiter zieht

es mich unter der sogenannten Fischbauchbrücke am idyllischen Fluss entlang nach Amelunxen. Beide Kirchtürme grüßen mich von Weitem. Durch den Ort fahre ich den gut ausgeschilderten Radweg über die Marbeke nach Godelheim. Ein kurzes Stück noch über den Hörweg, dann bin ich am Ziel, an der Mündung angekommen, genieße ich nach 65 Kilometern den fulminanten Blick auf Fürstenberg. Ob Ottbergen oder das Naturschutzgebiet Nethemündung Godelheim, dieser Fluss hat mich niemals losgelassen.

Zum Schluss möchte ich die ersten Zeilen des Godelheimer Heimatlied mit dem Text von Ferdinand Wagner zitieren: „Wo der Nethe Silberwellen, hurtig in die Weser ziehn...“ Angekommen! EM



Unterwegs auf dem Netheradweg. Foto: W. von Weichs

## Ein Job vor Deiner Haustür

### LUST AUF EINE NEUE AUFGABE?

Du möchtest Zeitungen austragen? Super! Hier verraten wir Dir, welche Voraussetzungen Du erfüllen musst, um diese Zeitung zuzustellen. Erfahre alles über Alter, Unterlagen & Co..

### WIE ALT MUSS ICH SEIN?

Um Zeitungen auszutragen, musst Du mindestens 13 Jahre alt sein. Viele unserer Austräger sind auch schon älter und seit vielen Jahren dabei. Unser Tipp: Einfach machen und gucken ob es passt...

### MUSS ICH SPORTLICH SEIN?

Du musst zwar kein Sport-Ass sein, aber auf jeden Fall Lust haben, Dich draußen zu bewegen. Pro Tour bist Du ein paar Stunden unterwegs. Ob mit dem Hund, dem Skateboard, dem Fahrrad, zu Fuß, mit Freunden oder Freundinnen – beim Zeitungen verteilen kannst Du so um die Häuser ziehen, wie es Dir am besten passt.

### MUSS ICH PÜNKTLICH UND ZUVERLÄSSIG SEIN?

Aber klar! Diese beiden Voraussetzungen fürs Zeitung austragen sind in dem Job das A und O. Deine Nachbarn freuen sich auf unsere Zeitungen und es stehen viele wichtige Sachen drin. Du übernimmst also die Verantwortung dafür, sie rechtzeitig auszuliefern.

Eure Vera Klare, Telefon 05234-2028-20, buchhaltung@kurier-verlag.de

# - Verteiler/in werden



Online bewerben - QR-Code einscannen



Zeit zum Umdenken!



Sie kaufen nachhaltige Möbel, wir pflanzen einen Baum!

MÖBEL HEINRICH

# HEINRICH'S GRÜNE WOCHEN

NACHHALTIG • GRÜN • INNOVATIV • FAIR



plano|FORM®  
Ihr Polstermöbelpezialist



SITZGRUPPE,  
Stellmaß ca. 322x187 cm.  
0984 0097 02 | Abholpreis

WERBEPREIS

**1999,-** 4494,-\*

DAUERTIEFPREISE  
**45%**<sup>1)</sup>  
Bis zu  
**SPAREN!**

Heinrichs Grüne Wochen  
NACHHALTIGKEITS-BONUS  
**10%**<sup>2)</sup>  
Gutscheincode Online-Shop: GRUEN10

Alle Aktionen gültig vom 23.04. bis 01.07.2025 | 1) Dauertiefpreis. Nachlass ist bereits im Verkaufspreis berücksichtigt. | 2) 10 % Nachhaltigkeits-Bonus. Gültig vom 23.04. bis 01.07.2025. Auf alle nachhaltigen Möbel & Küchen der folgenden Marken: 3C, Decker, hartmann, himolla, Hukla, Koinor, Mondo, ponsel, planoform, rauch, ruf Betten, Schlaraffia, Venjakob, vilano, Wöstmann, nolte Küchen, Schock, Liebherr, Miele, AKP, Wiemann, femira & Staud. Gilt nur für Neuaufträge ab einem Einkaufswert von 1.000 €, ausgenommen preisreduzierte Werbeware und bereits reduzierte Ausstellungsstücke. Gilt auch auf Dauertiefpreise. Ausschließlich kombinierbar mit unserem Aktionsnachlass während der Grünen Wochen. Nur ein Gutschein pro Einkauf einlösbar. Ihren persönlichen Gutschein bitte ausschneiden und mitbringen. 0996 1048 00 | \*Listenpreis | Ohne Deko.

FILIALE STEINHEIM  
Wöbbeler Str. 64-70  
32839 Steinheim  
Tel.: 05233 70207 - 0  
steinheim@moebel-heinrich.de

ÜBER 10.000 M<sup>2</sup> • DIREKT AN DER B239

ÖFFNUNGSZEITEN:  
Montag - Freitag: 10.00 - 19.00 Uhr  
Samstag: 10.00 - 18.00 Uhr

Die Filiale Steinheim wurde auf Google mit 5,0 bewertet am 14.04.2025 | 360 Rezensionen

Weitere Infos unter [www.moebelheinrich.de](http://www.moebelheinrich.de)

Folgen Sie uns:

MÖBEL HEINRICH