

Schildesche *erleben*

Stadtmagazin für Schildesche, Sudbrack und Gellershagen **08 | 2022**

Schildescher
Weintage
...am Wetterhäuschen im Stift

25.-28.08.22

25.08.22 - 17-22 Uhr
(Sound Of Schildesche)
26.08.22 - 17-22 Uhr
27.08.22 - 14-22 Uhr
28.08.22 - 14-20 Uhr



☎ 0521 / 30 43 88 84

★ **Nachhilfe**
Schomberg

**Sound of
Schildesche**
25.08.22
18:00 - 22:00 Uhr

Ein musikalischer
Spaziergang
in und um
Schildesche



Seit 1986

Kompetenz | Wissen | Erfahrung

Ihre Versicherungs- und Finanzmakler
Beratung für Menschen – Verstand für Finanzen

- ▲ Versicherungskonzepte
- ▲ Altersvorsorge
- ▲ Investmentstrategien
- ▲ Immobilienfinanzierung
- ▲ Kredite / Bausparen
- ▲ Pflegeimmobilien als Kapitalanlage



Frank Krämers

Marko Behrendt

The Sound of Schildesche am 25. August

Ein Ortskern voller Musik

Zusammenkommen, Freude haben, Musik hören, nette Menschen treffen und etwas trinken: Als vor einigen Jahren die Interessen- und Werbegemeinschaft InSchildesche e.V. mit The Sound of Schildesche an den Start ging, konnte niemand ahnen, wie dieses Veranstaltungsformat angenommen wird. Heute wissen die Macher, dass dieses unkomplizierte Konzept, bei dem die Künstler ohne Gage auftreten, die Besucherinnen und Besucher immer wieder begeistert. „Man geht von einer Station zur nächsten, unterhält sich und genießt das besondere Ambiente des

Ortskerns. The Sound of Schildesche ist eine richtig schöne, kuschelige Veranstaltung“, beschreibt Astrid Brausch, erste Vorsitzende der Interessen- und Werbegemeinschaft InSchildesche, die besondere Idee.

„Wir nehmen keinen Eintritt, die Künstler haben keine Einnahmen, sie leben vom Applaus der Besucherinnen und Besucher. Ihnen gilt unser besonderer Dank“, so Astrid Brausch.

Für die Auswahl der Bands und Musik sind Holger Roggemann und Christian Wolf verantwortlich. Das Spektrum ist vielfältig und reicht von Pop, über Country, Folk, Blues, Chormusik und



Der Hot Club Schilske begeistert mit Gypsy-Swing-Musik vor dem Bestattungshaus Im Stift

Shanties. Beginn ist um 18 Uhr, Ende um 22 Uhr. Und auch das beliebte Weinfest findet während des Abends und an den folgenden drei Tagen statt. Siehe nebenstehender Beitrag.

Elf Veranstaltungsorte

Gypsy-Swing im Stil von Django

Reinhardt – dafür steht der Hot Club Schilske. Am Bestattungshaus Im Stift erklingt Musik von Django, Dorado Schmidt, Joscho Stephan und anderen, virtuos und voller Leben.

Die Musiker spielen im halbstündigen Wechsel mit Ann Christin Zapp und Christian Wolf, die vor dem Musikhaus Wolf Highlights aus Musical und Film präsentieren.

Soulig folkelig lässt sich die Musik von CTG vor der Adler Apotheke beschreiben, die Band unterhält ebenfalls im halbstündigen Wechsel mit Singer und Songwriter PhilSolo, der vor De Deelee Rock und Vocal zu Gehör bringt.

Folk und Blues - selfmade, ursprünglich, ehrlich: Dafür steht die Blue Sky Company, die ausnahmslos mit Singer-Songwriter-Musik aus eigener Feder im Restaurant Erbsenkrug für gute Stimmung sorgt. Zu hören sind Country, Folk und Blues.

Nebenan ist das Trio Culinaria im Spökes zu Gast, die Musiker wissen mit Pop, Blues und Oldies zu begeistern.



**WIR VERKAUFEN AUCH
IHRE ALTE SCHACHTEL!**

ADAM
IMMOBILIEN IVD
www.adam.immobilien
Tel: 0521 - 9 28 28 0

**IMMOBILIEN IN JEDEM ALTER.
UND DAS SEIT 1959.**

Liebe Leserinnen und Leser,

in den nächsten vier Wochen stehen zahlreiche Kulturangebote im Stadtbezirk auf dem Programm. In wenigen Tagen lädt die beliebte Veranstaltung *The Sound of Schildesche* in den Ortskern ein und verspricht abwechslungsreiche Musik an verschiedenen Stationen. In diesem Jahr starten mit dem Musikevent auch wieder die Schildescher Weintage rund um das Wetterhäuschen. Literarisch Interessierten sei die Lesung Anfang September empfohlen, die im Rahmen der Reihe Schildescher KulturKäffchen nach langer Pause erstmals wieder im Café Wulforth stattfindet. Für Spannung sorgt ein Krimi von Autor Markus Löwe. Mehr dazu lesen Sie in dieser Ausgabe. Literatur für die Jüngsten bietet das Wohncafé. Die Bielefelder



Bernd Lochmüller, Herausgeber

Autorin Nicole Mahne liest aus dem ersten Band ihrer Kinderbuchreihe „Mia und die aus der 19“. Und wer sich für Kunst interessiert, der kann die Ausstellung im

Nicht weit entfernt in der Stiftskirche spielt Barbara Jansen-Ittig Chormusik, ihr folgen die Streichensembles der Musik- und Kunstschule.

Auf dem Kirchplatz/ehemals Bonne Auberge zeigen die Schülerinnen und Schüler der Bläser- und Bigbandklassen der Martin-Niemöller-Gesamtschule einen Einblick in ihr musikalisches Können. Politisch geht es danach weiter mit dem Auftritt des Knebel-Chors. Selbstverständlich darf die maritime Musik nicht fehlen, schließlich hat der Shanty Chor seine

„Heimat“ direkt im Stadtbezirk. Vor dem Marineheim kommen Freunde von Seemannsliedern und Shanties voll auf ihre Kosten. Bei Marimba Musikinstrumente



Shanties und Seemannslieder: Der Shanty-Chor singt vor dem Marineheim

bekommen die Gäste eine ganze Menge musikalischer Kreationen geboten. Den Auftakt machen die Trommel-Fellows, die Djembé-Musik präsentieren. Les Flaneurs unterhalten

mit Swing, Jazz und Chanson. Ihnen folgen an diesem Abend Reo y Nana, Meisenberg, R. Westerheide sowie Beatwo. Z.O.F.F. spielt Worldbeats vom Fischmarkt, die letzte Band an



Mittlerweile fest etabliert: die K2 Chöre treten am Viadukt auf



Martin Koch

Hörgeräte



IHR SPEZIALIST FÜR FAST UNSICHTBARE IM-OHR-GERÄTE.

Martin Koch (links) und Michael Pearce (rechts), Geschäftsführer von „Martin Koch Hörgeräte GmbH“, beraten Sie gerne und freuen sich auf Ihren Besuch!



Mitte
Lessingstraße 46, 33604 Bielefeld
Telefon 0521 – 914 599 11

Gellershagen/Schildesche
Sudbrackstraße 99, 33611 Bielefeld
Telefon 0521 – 914 521 15

Hiddenhausen
Meisterstraße 2, 32120 Hiddenhausen
Telefon 05223 – 6498353

Brake
Am Damm 6, 33729 Bielefeld
Telefon 0521 – 91458438

www.koch-hoergeraete.de
info@koch-hoergeraete.de

Kostenfreie Parkplätze direkt vor der Tür! (barrierefrei)

Öffnungszeiten:
Mo., Di. u. Do. 9–12.30 Uhr, 14–18 Uhr
Mi. u. Fr. 9–12 Uhr Ladenöffnung
14–19 Uhr Hausbesuche

evangelischen Gemeindehaus besuchen. Hier bieten sieben Fotografinnen und Fotografen spannende Einblicke zu ganz unterschiedlichen Themen in ihre Arbeit.

- Dachrinnen- u. Balkonsanierung
- Ziegel- u. Flachdachsanieierung
- Velux Dachfenstereinbau
- Schornsteinverkleidung
- Schneefanggitter



MICHAEL BARTELS

DACHDECKERMEISTER

HANDY: 0171 206 1552
HOMEPAGE: MB-DACH.DE

*Abschied nehmen
braucht Zeit, Raum und
einfühlsame Begleitung*



Bestatterinnen
Noller · Ziebell

Raum für Abschied und Erinnerung



Monika Noller
Daniela Schulz

August-Bebel-Str. 30 B
33602 Bielefeld

Fon 05 21 / 3 80 22 80
www.noller-ziebell.de

Der schnelle Weg zur Dusche

Fachbetrieb für den Umbau von einer Badewanne zur Dusche.

Machen Sie Ihr Bad fit für die Zukunft.

Komplettbad aus einer Hand

MITARBEITER GESUCHT!

Andreas Reker
Sanitär - Heizung - Badstudio
www.reker-bad.de

Engersche Straße 181
33611 Bielefeld
Telefon: 05 21 / 87 12 29



diesem Abend ist SONando, die mit Latin Rhythm unterhält. Und auch die Chormusik kommt an diesem Abend nicht zu kurz, wenn auch etwas vom Ortskern entfernt. Am Obersee, genau genommen am Viadukt, sorgt der K2-Chor für tolle Unterhaltung. Ebenfalls am Obersee – direkt am Seekrug – sind Akustik-Songs angesagt. Hier spielt der Singer-Songwriter André Deininger aus Herford. Sein Stil ist geprägt durch Rock- und Rock'n Roll-Klassiker, die durch seine druckvolle Stimme ihre besondere Note erhalten. Aber auch mit sanften Tönen weiß er zu überzeugen, und schafft es immer wieder, sein Publikum zu verzaubern.

Orte der Musik

- Bestattungshaus Im Stift
- Musikhaus Wolf, Im Stift
- Shanty-Chor Vereinsheim, Huchzermeierstraße
- Adler-Apotheke, Johannisstr. 41
- Restaurant Erbsenkrug, Johannisstraße 11
- SPÖKES, Johannisstraße 3
- Stiftskirche
- Kirchplatz/Bonne Auberge
- MARIMBA Musikinstrumente, Westerfeldstraße 44
- Seekrug am Obersee, Loheide
- Unter dem Viadukt am Obersee

Das komplette Programm gibt es auf der Webseite:
www.soundofschildesche.de

Schildescher Weintage

Edler Rebensaft und kleine Köstlichkeiten

Die Premiere vor drei Jahren war ein voller Erfolg. Jetzt gibt es eine Fortsetzung des kleinen, aber feinen Events: Die Schildescher Weintage finden vom 25. bis 28. August wieder am Wetterhäuschen im Stift statt. Auftakt ist parallel zur Veranstaltung The Sound of Schildesche.

An drei Ständen wird ein umfangreiches und interessantes Weinsortiment mit dem Schwerpunkt „Deutsche Weine“ von fachkundigen Ausstellern präsentiert. „Wir freuen uns dieses Jahr über die Unterstützung von Edeka Schenke, Rewe Oleg Scheifler und den

Weinhandel Prior“, sagt Willi Seip, Mitglied der Werbegemeinschaft und für die Organisation zuständig. Leckeren Flammkuchen serviert das Team von Le Petit Tatie. Außerdem werden weitere weinbegleitende kulinarische Kleinigkeiten angeboten. Das Musikhaus Wolf verwöhnt mit musikalischen Leckerbissen. Die Schildescher Weintage finden statt: Donnerstag, 25. August, von 17 bis 22 Uhr, Freitag, 26. August, 17 bis 22 Uhr, Samstag, 27. August, 14 bis 22 Uhr und Sonntag, 28. August, 14 bis 20 Uhr.

Ausstellung der AWO Fotofreunde Vielfalt

Sieben Fotografen mit sieben Themen

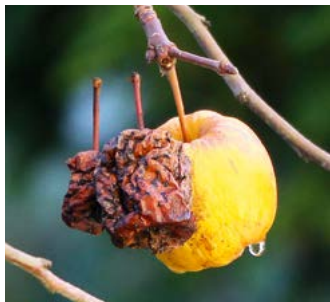
Fotos, die Portraits zeigen, andere erzählen Geschichten von



Heinrich Harting hat sich mit dem Thema „Begegnungen“ beschäftigt



Klaus Paepenmüller hat Tiere mit der Kamera „eingefangen“



Achim Hafner stellt Arbeiten zum Thema „Vergänglichkeit“ aus

Begegnungen, wieder andere zeigen Tiere oder Pflanzen in der Natur. Wer sich die Fotoarbeiten im Evangelischen Gemeindehaus anschaut, der bekommt viele interessante Eindrücke geboten, die mal Freude, mal Nachdenklichkeit auslösen. Sie sind das Ergebnis aus der Beschäftigung von sieben Männern und Frauen, die ein gemeinsames Hobby teilen – die Fotografie. „Wir sind keine Spezialisten“, sagt Heinrich Harting, der unter dem Thema „Begegnungen“ sieben Fotografien ausstellt, die in der Zeit vor Corona entstanden sind. Dafür ist der Bielefelder weit gereist – nach Sri Lanka und als Rucksacktourist durch Indien. „Man hat einen anderen Blick auf die Dinge als wenn man nur Zuhause fotografiert“, sagt der passionierte Fotograf, der bei seinen Unternehmungen in die Ferne den Kontakt und die Nähe zu den dort lebenden Menschen sucht. Sie sind es, die beim Blick durch die Linse im Vordergrund stünden, ihnen gehöre sein Interesse. „Ich schaue ihnen in die Augen, sie kommunizieren mit der Kamera, sodass eine Verbindung entsteht“, sagt Heinrich Harting.

Neben ihm zeigt Achim Hafner sieben Fotografien zum Thema „Vergänglichkeit“, Klaus Paepenmüller lädt den Betrachter zu

KFZ-Meisterwerkstatt BS Car-Service-Team

Der Service rund ums Auto

Inspektion / Klimaservice	Tel 0521 / 98 91 55 40
KFZ – Diagnose / KFZ-Elektrik	FAX 0521 / 98 91 55 42
HU / AU Vorbereitung und Abnahme	Beckhausstraße 59
Bremsen- und Auspuffservice	33611 Bielefeld
Unfall- und Karosserieinstandsetzung	info@bscar-service-team.de

Das Service-Team : E. Schultz

Öffnungszeiten Mo-Do 7:30 – 17:00 Uhr / FR 7:30 – 15:00 Uhr

MAKLER
Nr. 1



Finanzgruppe zusammen mit der LBSt NordWest lt. Zeitschrift Immobilienmanager 2021.

Sparkasse - Ihr Partner für den Immobilienverkauf in Bielefeld.



Bastian Klemme
Tel. 0521 294-2288
bastian.klemme@sparkasse-bielefeld.de



Nadine Kowsky
Tel. 0521 294-2285
nadine.kowsky@sparkasse-bielefeld.de



Marc Lehmkuhler
Tel. 0521 294-2261
marc.lehmkuhler@sparkasse-bielefeld.de



Jens Sommer
Tel. 0521 294-2287
jens.sommer@sparkasse-bielefeld.de

www.sparkasse-bielefeld.de/immobilien

Kosmetikstudio · Fusspflege

Selda Yalcin

Diplom-Kosmetikerin

(ehemals Christel Klocke)

Loheide 17

33609 Bielefeld

telefonische Terminvereinbarung

Tel. 0521 / 9811491 & 0521 / 32723667

Haushaltsauflösungen
und Entrümpelungen

ALDINGO

Umzüge

Alles aus einer Hand!

Ingo Hannemann

Holbeinstraße 14a

33615 Bielefeld

Telefon: 05 21-9 82 47 50

Mobil: 01 74-3 81 08 80

E-Mail: ingohnnmnn@aol.com

invo^{IT}

Wir machen das!

Full Service

Telefonie

Security

Netzwerke

Cloud Computing

Informationstechnik

IT-Helden gesucht!

jobs@invo.it

invo-IT GmbH & Co. KG

Blomestraße 24

33609 Bielefeld

Fon 0521 - 800 6 5555

Fax 0521 - 800 6 5559

E-Mail info@invo.it

www.invo.it

sieben Tieraufnahmen ein und Marlene Stelzer zieht mit ihren sieben Bielefeld-Motiven in den Bann. Klaus-Peter Reimann hat in den letzten Monaten Pflanzen mit der Kamera eingefangen, sieben Motive zeigt er im Gemeindehaus und Heiner Rüter hat Models porträtiert, sieben sind hier zu sehen. Sabine Ramsel ist fasziniert von den Augen als das Fenster zur Seele und hat sie für die aktuelle Ausstellung zum Thema gemacht.

Die sieben Fotografinnen und Fotografen kennen sich seit Langem. Sie betreiben ihr Hobby als AWO Fotofreunde Vielfalt und treffen sich seit Gründung der Gruppe vor sechs Jahren alle vierzehn Tage dienstags um 19 Uhr im AWO-Haus am Heisenbergweg. Vor drei Jahren haben sie schon einmal ihre Fotografien im Gemeindehaus einer größeren Öffentlichkeit gezeigt. Damals haben sie gemeinsam verschiedene Orte in und um Bielefeld zu allen Jahreszeiten mit ihrer Kamera aufgesucht. So

ging es in den Botanischen Garten, in den Tierpark Olderdissen und in ein Naturschutzgebiet in Oelde. Beim Event „Der Hermann leuchtet“ und „Die blaue Stunde über Bielefeld“ wurden Bilder gemacht und in der damaligen Ausstellung gezeigt. Für die aktuelle Präsentation ging jedes Mitglied Coronabedingt, allein auf Themen- und Motivsuche. „Wir haben uns zwischendurch, um den Kontakt aufrechtzuerhalten, per Videokonferenz ausgetauscht und die Ergebnisse besprochen. Das hat gut funktioniert“, so Harting. Die Ausstellung im Evangelischen Gemeindehaus, Johannisstraße 13, kann bis zum 23. Oktober zu den Bürozeiten besucht werden: Montag, Dienstag, Mittwoch und Freitag von 10 bis 12 Uhr, Donnerstag von 17 bis 18 Uhr. An den Wochenenden können sich Besucher am Samstag von 9 bis 10.30 Uhr (während des Marktfrühstücks) und am Sonntag von 11 bis 12 Uhr (zum Kirchencafé) die Fotografien anschauen.

Sommerfest in der Kita Huchzermeierstraße

Musik an allen Orten

Musik dringt nach draußen, drinnen in der Sporthalle bewegen sich einige Kinder zu musikalischen Klängen, die von der CD kommen. Sie haben Freude an dem, was sie tun. Eine Etage höher wird in der Instrumentenwerkstatt gebastelt. Erzieherinnen und Kinder bauen aus Walnusschalen

Kastagnetten. Es ist Sommerfest in der Kita Huchzermeierstraße, das in diesem Jahr unter dem Motto „Tag der Musik“ steht. Für 14 Jungen und Mädchen ist es der letzte Tag in der Kindertagesstätte, nach den Sommerferien gehen sie in die Schule. Die Verabschiedung der Schulkinder



Mutig präsentieren die Kinder ihre selbst einstudierten Lieder

hat hier eine lange Tradition. Jedes Mal wird mit allen Kindern, Eltern und Erzieherinnen fröhlich gefeiert. Meistens wurde vor dem

Fest, dass nun wieder in der Kita stattgefunden hat. „Viele Eltern kommen nun bedingt durch die Corona-Vorgaben zum ersten Mal wieder ins Haus“, sagte Kita-Leiterin Christina Langhorst, für die dieses Jahr auch einen besonderen Einschnitt bedeutet. Es war das letzte Sommerfest, dass sie mit den Kindern an der Huchzermeierstraße feierte. Ende August



Hier wird tatkräftig gebastelt

großen Ereignis ein Theaterstück einstudiert und im Anschluss allen Zuschauenden präsentiert. In den vergangenen zwei Jahren war das anders – Corona und die Kontaktbeschränkungen machten es unmöglich, gemeinsam zu feiern. Die Verabschiedung der Schulkinder erfolgte wenig spektakulär und nur im kleinen Kreis. Nicht nur für die Kinder und Eltern, auch für die Erzieherinnen war es im vergangenen Juni ein besonderer Moment. Nach zweieinhalb Jahren war es das erste

geht sie nach 43 Berufsjahren, davon 22 in der Schildescher Kita in den Ruhestand.

Die Vorbereitungen für die Feierlichkeiten seien nicht ganz einfach gewesen, weil das Kita-Team mit Personalausfällen zu kämpfen gehabt hätte. „Wir sind ein gut eingespieltes Team, haben uns zusammengesetzt, ein Programm erarbeitet und die Aufgaben verteilt. Außerdem konnten wir auf bereits Gebasteltes zurückgreifen. Hilfreich war auch die Unterstützung der Hauswirtschaftskräfte“,



BLUMENTHAL
IMMOBILIEN

www.immobilien-blumenthal.de



IHRE IMMOBILIE LIEGT UNS AM HERZEN!

ANDERE VERKAUFEN.
WIR STELLEN RUNDUM ZUFRIEDEN.

Vertrauen Sie unserer Leidenschaft und Erfahrung! Wir stehen Ihnen bei dem Verkauf Ihrer Immobilie zur Seite. Sprechen Sie uns an. Wir beraten Sie gerne.



An der Stiftskirche 4 • 33611 Bielefeld
Telefon 0521.96 78 49-94
www.immobilien-blumenthal.de

V.A.L. e.V.
Lohnsteuerhilfeverein Salzufler Str. 1
Tel.: 0521 / 93 84-299

Wir erstellen Ihre Einkommensteuererklärung*

- Unsere Beiträge sind sozial gestaffelt.
- Wir sind auf Arbeitnehmerbesteuerung spezialisiert.
- Durch die Mitgliedschaft werden Sie ein ganzes Kalenderjahr betreut.

*bei Einkünften aus nichtselbstständiger Tätigkeit im Rahmen einer Mitgliedschaft.



FRANK OTTENSMEYER
BAD HEIZUNG NEUE ENERGIEEN

Schillerstraße 53a
33609 Bielefeld

Tel: 0521 81 093
www.ottensmeyer.org
info@ottensmeyer.org

WASSER & WERTE
Hausdienst aus Leidenschaft



Das macht Spaß: Kinder und Erzieherinnen bewegen sich in der Turnhalle nach Musik

so Christina Langhorst. Auch die Eltern hatten sich engagiert, tatkräftig Kuchen gebacken, dessen Verkaufserlös dem Förderverein der Kita zugutegekommen ist. Und obwohl an verschiedenen Orten in der Kita Musik zu hören war, erklang an diesem Nachmittag besondere Musik im Garten.

Die Schulkinder hatten zum Abschied ein außergewöhnliches Geschenk für alle anderen vorbereitet: Mit ihren einstudierten Liedern überraschten sie alle Anwesenden. Ganz zum Schluss präsentierten alle Kinder ein eigens für die scheidende Kita-Leiterin kreierte Abschiedslied.

Lesung im Wohncafé

Humorvolle Detektivgeschichte

Am Sonntag, 18. September, ist die Bielefelder Autorin Nicole Mahne zu Gast im Wohncafé, Am Pfarracker 39. Dort liest sie um 15 Uhr aus dem ersten Band ihrer Kinderbuchreihe „Mia und die aus der 19“.

Mia geht in die dritte Klasse und ist auf der Suche nach ihrem ersten Detektivfall, als sie auf Herrn Rippel trifft. Der wohnt in der 19, bei den „schrägen Vögeln“. So nennen alle die ver-rückten Alten, die in Mias Stra-

ße wohnen, aber Mia macht das nichts aus, sie ist nämlich „to-lerant“. Zum Glück, denn von Herrn Rippel erfährt sie, dass Kater Pirat gestohlen wurde. Mia legt los und ermittelt, nur schade, dass ihre beste Freundin Jil lieber Superstar werden will.

Die Lesung ist eine Veranstaltung im Rahmen des Sonderprogramms Aufgeschlagen! des Landes Nordrhein-Westfalen. Die Teilnahme ist kostenfrei.

www.schildesche-erleben.de

Der letzte Weg in guten Händen



Niggebrügge
Apfelstraße 27a • 33613 Bielefeld
www.niggebruegge-bestattungen.de

Rat und Hilfe im Trauerfall • Vorsorgeregulierung zu Lebzeiten
Erledigung aller Formalitäten

Partner der  Deutsche Bestattungsvorsorge Treuhand AG

Sie erreichen uns jederzeit!
Telefon 0521.98 60 00

Streit über Öffnung der Schulhöfe

Bisher keine endgültigen Entscheidungen

Der tödliche Messerangriff auf dem Schulhof der Plaßschule vor einiger Zeit hat den Blick auf ein Problem gelenkt, dass die Bielefelder Kommunalpolitik schon seit längerem beschäftigt und auch in der Schildescher Bezirksvertretung kontrovers diskutiert wird. Sollen die Schulhöfe durchgängig, auch nachts, an Wochenende und in den Ferien, geöffnet bleiben, damit Kinder und Jugendliche aus der Nachbarschaft sie als Spielplätze und Treffpunkte nutzen können? Oder sollen sie nach Schulschluss oder jedenfalls beim Einbruch der Dunkelheit geschlossen werden?

Die Leiterinnen und Leiter der Schulen plädieren überwiegend für eine Einzäunung und Schließung der Schulhöfe, denn oft sind sie morgens vermüllt, es liegen leere Flaschen, Glasscherben und manchmal sogar Spritzen herum, gefährden die Schüler und ärgern nicht nur die Hausmeister. Viele Bezirkspolitiker möchten sie dagegen gerne offenhalten, weil gerade in den dichter besiedelten Stadtteilen Spielplätze und Treffpunkte knapp sind. Tatsächlich ist eine allgemein verbindliche Regelung kaum möglich und auch wenig sinnvoll. Zu unterschiedlich sind die Verhältnisse an den Schulen: Über die Schulhöfe der Martin-Niemöller-Gesamtschule

und der Rudolf-Steiner-Schule beispielsweise gehen öffentliche Fußwege. Die Schulhöfe der Sudbrackschule und der Plaßschule liegen ziemlich versteckt und sind kaum einsehbar, während der der Stiftsschule gut einsehbar ist und so stärker der sozialen Kontrolle der Nachbarschaft unterliegt. Bei Schulen mit Turnhallen, die abends noch von Vereinen genutzt werden, könnte der Hausmeister beim Abschließen der Turnhallen auch die Schulhof-Tore schließen, ohne dass extra Personalkosten entstünden.

Auf eine Anfrage des Schildescher Bezirksvertreters Gregor Spalek (FDP) hin hat das Amt für Schule differenziert mitgeteilt, wie sich die Situation in Schildesche zurzeit darstellt: Komplett eingezäunt sind die Schulhöfe der Eichendorffschule, der Sudbrackschule, der Hamfeldschule und der Sekundarschule Gellershagen, wobei die Schulhöfe der genannten Grundschulen und der Hamfeldschule nachts und am Wochenende geschlossen, in den Ferien aber tagsüber geöffnet sind. Bei der Martin-Niemöller-Gesamtschule sind nur Teile eingezäunt und zeitweise geschlossen, während es bei der Bültmannshof-, der Plaß- und der Stiftsschule keine Schließzeiten gibt – weder nachts noch am Wochenende

oder in den Ferien. Die Leitung der Plaßschule hat nun kürzlich mitgeteilt, dass sie das gerne ändern würde, sodass der Schulhof zumindest abends abgeschlossen ist.

Die Diskussion um die Fragen rund um die Schulhöfe ist, kontrovers. Und bis es neue Entscheidungen gibt, wird sicher noch einige Zeit vergehen.

**Inserieren Sie hier
Ihre privaten Klein-
anzeigen gratis!**



**REWE
Oleg Scheifler**

**FRISCHE LEBENSMITTEL
IN IHRER NÄHE!**

KUNDENSTIMMEN:

- Freundliches Personal
- Großes Sortiment
- Gute Parkmöglichkeiten

ABHOL- U. LIEFERSERVICE - GEÖFFNET MO-SA 7-22 UHR
BECKHAUSSTRASSE 64, 33611 BIELEFELD - TEL. 0521-87 50 20 92

Blühpatenschaften: Hoffnung für Bienen

Eine Aktion der kfd Bielefeld unterstützt unsere Insekten

Dem Physiker Albert Einstein (1879-1955) wird folgendes Zitat zu den Bienen zugeschrieben: „Wenn die Bienen aussterben, sterben vier Jahre später auch die Menschen“. Die Bedeutung der kleinen fleißigen Arbeiterinnen wurde lange unterschätzt. Auch wurde missachtet, dass sie einen günstigen Lebensraum für ihr segensreiches Tun benötigen. Langsam, aber sicher setzt sich jedoch diese Erkenntnis durch. Nun hat sich die kfd Bielefeld eine Förderung für die Bienen und Insekten auf ihre Fahnen geschrieben. Gerade recht kam da das Angebot von Blühpatenschaften vom Hof Höner zu Altschildesche in Schildesche.

Nun hat nicht jede und jeder Wohnungsmieter die Möglichkeit, Blühwiesen anzulegen. Der Landwirt Heinrich Höner zu Altschildesche sah da die Gelegenheit, solche Bepflanzungen zu planen und dazu Blühpatenschaften anzubieten. Auf ausgesuchten Flächen seiner bäuerlichen Grundstücke werden Samen-Cocktails aus Blumen und Gräsern ausgebracht. Der Landwirt notiert dazu auf seiner Homepage: „Das Insekten- und Artensterben betrifft uns alle, doch nicht jeder hat die Möglichkeit im heimischen Garten ein Insektenparadies anzulegen. Wir möchten durch un-

sere Blühpatenschaften, jedem Menschen ermöglichen unserer Umwelt ein Stück Natur zurückzugeben. Dafür nehmen wir einen Teil unserer Ackerfläche aus

sche führt weiter aus: „Wir nutzen euren Unkostenbeitrag zur Vorbereitung und Anlage der Blühfläche und verzichten auf den landwirtschaftlichen Ertrag so-



Einige kfd-Frauen konnten sich vom Erfolg der Patenschaft überzeugen. Ihnen präsentierten sich unter anderem Ringelblumen, Cosmea, auch „Schmuckkörbchen“ genannt, Boretsch, auch als „Gurkenkraut“ oder „Kukumerkraut“ bezeichnet, und leuchtende Kornblumen - blau und pink - in voller Pracht

Foto: Barbara Handt

der landwirtschaftlichen Produktion und legen für jeden Blühpaten, eine Blühfläche von 50m² oder 100m² für einen kleinen Unkostenbeitrag an. So kann jeder seinen Beitrag für unsere heimische Flora und Fauna leisten.“ In diesem Jahr kann man so 50 Quadratmeter Blühpatenschaft für 40 Euro und die doppelte Fläche für 60 Euro erwerben. Dafür erhält jeder Blühpate eine eigene personalisierte Patenurkunde für seine bunte Blühfläche, sowie ein Glas Honig von den Bienen. Heinrich Höner zu Altschildesche

wie staatliche Subventionen für diese Fläche. „Sobald das Wetter passt, der Boden gut abgetrocknet und erwärmt ist, säen wir die durch Patenschaften abgedeckte Blühfläche ein und überlassen diese bis ins neue Frühjahr der Natur.“ Heinrich Höner zu Altschildesche bewirtschaftet einen kleinen Hof in Schildesche im Nebenerwerb. Auf den Ackerflächen werden verschiedene Feldkulturen angebaut. Die Wiesen dienen als Weideland und werden zur Heuernte gemäht. Außerdem produzieren mehre-



Am Buschkamp
Immobilien



In einzigartiger Architektur!

Top Lage am Gellershagener Park // stylische Maisonettewohnung auf versetzten Ebenen mit eigenem Eingang // 127 m² Wfl. // 3 ZL // KM: 1.655 €, ca. 380 € NK, Kaution: 3 KM // Bj. 2022 // BA: 17,70 kWh/m²a, A+, Strom, Bj. Hg. 2022 // Bezug ab September 2022



Familiengerecht!

Bungalow mit Anbau und zweitem Eingang in Bielefeld - Jöllenbeck // 894 m² Grdst. // 138 m² Wfl. // 6 Zimmer // chice Einbauküche // große überdachte Terrasse // Garage // Photovoltaikanlage // Bj. 1968 // BA: 245,10 kWh/m²a, G, Öl Bj. Hg. 2005 // 540.000 € zzgl. 3,57 % Käuferprovision

Ihr Immobilienmakler
für Schildesche und
Umgebung



BI-West 0521 - 9596830
BI-Süd 0521 - 959080

west@am-buschkamp.de
www.am-buschkamp.de

re Bienenvölker leckeren Honig. Die Aussaat der Blühflächen erfolgte im Mai diesen Jahres. Anfang Juli zeigten sich die ersten Blüten. Bis Oktober werden die Blühwiesen noch in voller Pracht leuchten. Danach bleiben Reste der Pflanzen stehen und dienen dem Niederwild als Rückzugsraum. Insgesamt kann Heinrich Höner zu Altenschildesche 3.000 Quadratmeter Fläche für die Blühpatenschaften bereitstellen. Die Familie Höner zu Altenschildesche würde sich auf weitere Patenschaften freuen.

„Eine zukunftsfähige Gesell-

schaft erfordert einen verantwortungsvollen Umgang mit den globalen Ressourcen.“ So heißt es in dem Grundsatz-Papier „Nachhaltig und geschlechtergerecht weltweit“, das die kfd-Bundesversammlung am 21. Juni 2019 einstimmig beschlossen hat. Aus diesen nationalen Zielen entwickelten die kfd-Frauen Bielefeld ihre Initiative zur Übernahme von Blühpatenschaften. Nachhaltigkeit und Klimaschutz gelten als die Themen, die Frauen in der kfd bewegen. Schließlich sind alle Menschen und die gesamte Schöpfung davon betroffen. Da-

mit handelt die kfd ausdrücklich im Sinne der Aussagen und Ziele der Enzyklika „Laudato si“ von Papst Franziskus aus dem Mai 2015. Die kfd unterstützt die Beschlüsse der Vereinten Nationen zu den 17 Nachhaltigkeitszielen – den „Sustainable Development Goals“ – und das Weltklima-Abkommen von Paris aus dem Dezember 2015.

Für die Förderung von Blühwiesen hatten sich die kfd-Ortsgemeinschaften in Bielefeld, der kfd-Bezirk Bielefeld – und auch mehrere Einzelspenderinnen –

zusammengetan und mit dem Landwirt Höner zu Altenschildesche eine Patenschaft für 1000 m² Fläche vereinbart. Der Bauer hat auf einem Ackerstreifen entlang seines Haferfeldes insektenfreundliche Blumen ausgesät. Zunächst gab es Startschwierigkeiten, weil zu viel Regen das ausgebrachte Saatgut weggespült hatte. Nun stehen die Pflanzen jedoch in voller Blüte. Für die Bienen und Insekten ist der Tisch jetzt reichlich gedeckt.

Autor des Beitrags ist Joachim Wibbing

Schildescher KulturKäffchen

Markus Löwe liest aus Spinnereimord

Beim nächsten KulturKäffchen am Montag, 5. September, ist Matthias Löwe um 16.30 Uhr zu Gast im Café Wulfhorst. Der Autor Löwe liest aus seinem neuesten Buch „Spinnereimord. Ein Fall für Bröker. Band 6“, das erst im April 2022 erschienen ist. Dabei geht es um die Raspiretter, eine Gruppe junger Leute, die aus Bielefelder Supermarktcontainern Lebensmittel für Bedürftige rettet. Bei einem Beutezug Werden sie überfallen und zusammengeschlagen. Am nächsten Morgen ist einer von ihnen tot. Matthias Löwe ist 1964 in Ostwestfalen geboren und hat von 1984-1998 in Bielefeld studiert, gearbeitet und gelebt. Seit 2003 hat er eine Professur für Stochastik in Münster. 2001 ist der erste von mittlerweile

Haben Sie schon gehört?

Wir sind Ihr Partner für individuelle Hörsysteme und Gehörschutz

hörAtelier

Daniela Koch



hörAtelier Daniela Koch / Johannisstraße 33-35 / 33611 Bielefeld / 0521 - 54371766

sechs Bröcker-Bänden erschienen, die sich allesamt durch ihre humorvolle Schreibweise auszeichnen. Kein Wunder, dass es in der Zwischenzeit eine regelrechte Bröcker-Fangemeinde gibt. Für die musikalische Begleitung sorgt das musikhaus Wolf.

Eintrittskarten sind ausschließlich in der Buchhandlung Welscher und im Musikhaus Christian Wolf zu erwerben. Im Preis von 5 Euro ist ein Stück Kuchen nach Wahl enthalten. Einzulösen durch Vorlage der Eintrittskarte am Tag der Lesung.

Sanitär- und
Heizungstechnik
Solaranlagen



Dieter Paul e.K.
Inh. Manfred Erdmann

Westerfeldstraße 142
33613 Bielefeld

Telefon 05 21/88 24 64

- Reparaturen und Wartungsarbeiten an Ihrer Heizungsanlage
- Badplanung und Badrenovierung
- Kundendienst

125 Jahre VfL Schildesche

Ein Traditionsverein mit Zukunft

Eine Woche lang hat der VfL Schildesche seinen 125. Geburtstag gefeiert – viele Aktivitäten fanden auf dem Sportgelände am Viadukt statt. Für den Auftakt der Feierlichkeiten hatte der Verein einen ganz besonderen Ort ausgewählt – die Stiftskirche mitten im Ortskern. Hier fand nicht nur der ökumenische Gottesdienst statt, den Rüdiger Thurm leitete, sondern auch der anschließende Festakt, bei dem der Pfarrer in Begleitung seiner Band Hot Club Schilske noch einmal

musikalisch zum Einsatz kam. Zahlreiche Repräsentanten aus dem Sport, Vertreter der Schildescher Vereine und der Politik waren gekommen, um dem „Geburtskind“ zu gratulieren. Auch zwei Bezirksbürgermeister hatten den Weg in die Kirche gefunden: Professor Martin Sauer für den Stadtbezirk Schildesche und der Heeper Holm Sternbacher. Dass Letzterer anwesend war, hatte seinen guten Grund: Der Sportplatz des VfL liegt im Gebiet des benachbarten Stadtbezirks und die



BESTATTUNGSHAUS IM STIFT

VERTRAUEN ERFAHRUNG TRADITION

IM STIFT 2-6 • BIELEFELD-SCHILDESCHER • TEL.: 05 21 - 3 79 09 • WWW.IMSTIFT.DE



Engagement im Ehrenamt: die VfL-Vertreter Klaus Ptoszek, Thorsten Tiekötter, Hans-Jörg Jünemann, Björn Feldbusch-de Sia, Ralf Boguschewski, Jörg Böckstiegel, Rolf Waurensch, Oliver Stüwe, Heiko Boguschewski, Hardy Gratt (v.l.)



Grußworte für den VfL Schildesche: Bürgermeisterin Karin Schrader, Markus Bauermann, Kreisvorsitzender des Fußball- und -Leichtathletikverbands Westfalen e.V., Oliver Stüwe, Vorsitzender VfL Schildesche und Volker Wilde, Präsident des Stadt-sportbundes

Heeper hatten die Sportangelegenheit - den Bau des Kunstrasenplatzes mit Vereinsheim - damals unkompliziert möglich gemacht.

In seiner engagierten und emotionalen Festrede blickte Oliver Stüwe nicht nur auf die Historie und die von Höhen und Tiefen geprägte Geschichte zurück, er schaute auf die Herausforderungen früher und heute und er vergaß nicht, das Engagement der zahlreichen Ehrenamtlichen in der großen VfL-Familie hervorzuheben, die vieles möglich gemacht haben und weiterhin machen. Ein Verein sei sehr von Personen geprägt und es gebe einige, die es verdient hätten, besonders erwähnt zu werden. Der Vereinsvorsitzende begann ganz früh in der Historie – bei den Gründervätern. Heinrich Petring, Gottlieb Halemeier, Gottfried Wemhöner, Gustav

Rodermund, Hermann Hege- mann, Julius Kindermann und Heinrich Rubbe hätten ein unendliches Maß an Opferbereitschaft mitgebracht und „so manchen gordischen Knoten gelöst. Ihr Handeln gibt uns Mut und Zuversicht“, so Oliver Stüwe, der aktuell seit 25 Jahren als Vorsitzender im Amt ist und einem Verein vorsteht, der heute gut 800 Mitglieder zählt.

Die meisten gehören der Fußballabteilung an. „Die Faszination Fußball ist ungebrochen groß“, so Stüwe, der die Gründe dafür in den vielen Konstanten sieht. „Trotz gravierender Veränderungen hat das Spielfeld immer noch vier Ecken, der Ball ist immer noch rund, das Runde muss immer noch in das Eckige und nach 90 Minuten gibt es ein Ergebnis. Jeder weiß also, woran er ist“, beschreibt der Vereinschef den Reiz des Fuß-

balls für viele Menschen. Und wie kaum ein anderer Sport sei der Fußball in der Lage, Alt und Jung, Menschen mit unterschiedlichen Nationalitäten und sozialem Hintergrund zu vereinen und Werte wie Fair-Play, Respekt und Freundschaft zu vermitteln.

Stüwe verwies auch auf die besonderen Leistungen des Vereins im Hinblick auf die Jugendarbeit. Hier seien Men-

schen im Einsatz, die nicht nur sportliche Kompetenzen vermittelten, sondern die auch Fähigkeiten wie soziales Verhalten und den Umgang mit Sieg und Niederlagen lehrten. „Die Jugend ist der Grundstein und die Zukunft des Vereins, von ihnen hängt es ab, ob wir künftig noch Jubiläen feiern können“, sagte Oliver Stüwe. „Wir müssen junge Menschen gewinnen, sie sinnvoll beschäftigen.“ Ak-

Tagespflege in BI-Jöllheide



Suchen Sie tagsüber Gesellschaft und Unterstützung, möchten aber weiterhin zuhause leben? Unsere **Tagespflege »Haus Bonitas«** bietet Ihnen:

- 15 Plätze (Pflegegrad 1 bis 5)
- Abwechslung und Freude durch Spiel und Kontakte
- Täglich frisch selbst zubereitete Mahlzeiten
- Montag bis Freitag von 8 bis 16 Uhr, auch einzelne Tage buchbar (Probetag möglich)
- Kompetente, liebevolle Pflege- und Betreuungskräfte
- Beratung bei der Kostenübernahme durch die Pflegeversicherung
- Gemütliche Gemeinschaftsbereiche und ein schöner »Sinnesgarten«

Haus BONITAS

Tagespflege Jöllheide

Bonitas Bielefeld GmbH & Co. KG · Jöllheide 10 · 33609 Bielefeld
Telefon (05 21) 759 848 200 · www.bonitas.de

tuell gebe es beim VfL diesbezüglich keine Probleme. „Über mangelnden Nachwuchs können wir nicht klagen. Die Kinder laufen uns die Bude ein“, so der Vorsitzende, der im Vergleich zu vielen anderen Vereinen den VfL in einer privilegierten Position sieht.

Doch das Engagement geht weit über die Jugendarbeit hinaus. Menschen jeden Alters seien hier willkommen. Im Ver-

ein könne man gemeinsam alt werden. Mit anderen Menschen sich regelmäßig an einem Ort zu treffen, sei gerade für Ältere ein wichtiges Instrument gegen die Einsamkeit und für die Teilhabe am gesellschaftlichen Leben. Im Verein ist man nie allein, dafür müsse man jedoch frühzeitig die Weichen stellen. Der VfL hat auch hier entsprechende Angebote – Menschen, die gern laufen, finden in der

Gruppe Gleichgesinnte und Wanderfreunde kommen in der Wandergruppe, in der auch Nicht-Mitglieder aktiv werden können, auf ihre Kosten. Wer lieber das Wasser mag, der ist in der seit mittlerweile 50 Jahren bestehenden Schwimmabteilung richtig, in der sich die „Wassernixen“ treffen.

Insgesamt sieht Oliver Stüwe den VfL auf einem guten Weg, der auch künftig unter dem Motto „vielseitig, familiär, leidenschaftlich“ weiter beschritten werden soll. Der Neubau eines zusätzlichen Kleinspielfeldes, die Weiterentwicklung des Fördervereins, dessen Aufgabe es ist, die finanzielle Unterstützung des Hauptvereins zu sichern und das neue Konzept für die Bindung und

Gewinnung von Sponsoren, all das seien wichtige und bereits umgesetzte Maßnahmen für eine erfolgreiche Zukunft. Den Sponsoren zollte der Vereinsvorsitzende besonderen Dank. „Ohne sie wäre der Verein nicht überlebensfähig.“

Die Zukunft sei alles andere als berechenbar, das gelte auch für den VfL. „Wir versichern jedoch, dass wir alles tun werden, um die gesteckten Ziele zu erreichen. Das wird keine leichte Aufgabe sein, viele Menschen und deren unterschiedliche Meinungen unter einen Hut zu bekommen. Das ist auch gut so, denn eine völlige Übereinstimmung ist nicht der beste Weg. Vielmehr kommt es darauf an, gemeinsam Entscheidungen zu fällen, die im Interesse aller sind“, so Stüwe.

GESTALTUNG



H.W. HORN

STEINMETZ UND STEINBILD- HAUERMEISTER

33729 BIELEFELD/BRAKE
HERFORDER STRASSE 610
TEL. 05 21 / 7 72 46 46
FAX 05 21 / 7 72 46 48
www.horn-steingestalter.de
hwhorn@web.de

Trauerhalle im Hause | Überführungen | Erd-, Feuer- und
Seebestattungen | Vorsorge | Erledigung aller Formalitäten

LIEBEN • TRAUERN • ERINNERN

Seit drei Generationen begleiten wir Menschen einfühlsam in der Zeit des Abschiednehmens. Es ist dieses Vertrauen, das uns ehrt. Neben einem würdevollen Umgang mit dem Verstorbenen ist es für uns von zentraler Bedeutung, auch für die Hinterbliebenen da zu sein.

Vorsorge: Das Leben genießen, weil alles geregelt ist!

Mit einer Bestattungsvorsorge ersparen Sie sich und Ihren Angehörigen Unsicherheit, sowie weitere seelische Belastungen. Zu einer Vorsorge gehört u.a. die Regelung für Ablauf, Umfang und Festlegung persönlicher Wünsche bei der Bestattung, sowie die finanzielle Absicherung.

Neuer Service:

- Hilfe bei der Erstellung einer rechtssicheren Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht
- Sicherung und Übergabe des digitalen Nachlasses (z.B. Online-Konten) an die Angehörigen.

Kortstiege

Schelpsheide 6 | 33613 Bielefeld
Tel.: 05 21/9 86 55 70 | Fax: 05 21/9 86 55 90
info@kortstiege.de | www.kortstiege.de



Gratis - Kleinanzeigen - Aktion

**Senden Sie uns Ihre private Kleinanzeige
(maximal 50 Zeichen, einmaliger Abdruck)
per E-Mail an info@schildesche-erleben.de
per Post an Media&Service, Bleichstr. 77a, 33607 Bielefeld**

Impressum

Herausgeber:

Media & Service Büro,
Bernd Lochmüller
Bleichstr. 77a, 33607 Bielefeld

Anzeigen:

Bernd Lochmüller
Mobil 0171 6 10 26 78
e-mail: info@schildesche-erleben.de

Anzeigen Innendienst:

Nicole Strotherm
Tel. 400 21-0

Redaktion:

Christiane Peters, Tel. 0171 1 74 22 59
Tel. 05246 703 18 90
e-mail: redakteurin-c.peters@t-online.de

Herstellung:

KLOCKE PrintMedienService
Am Wittenberg 24, 33619 Bielefeld

Grafische Gestaltung:

www.RiGrafix.de

Verantw. für den Inhalt:

Bernd Lochmüller
25. Jahrgang Auflage: 15.000

Internet:

www.schildesche-erleben.de

Mehr Bewegung im Alltag

Der kleine Muntermacher

In dieser Rubrik habe ich schon oft darüber gesprochen, wie wichtig Bewegung ist. Es muss nicht im-



Ausgangsposition: Ausfallschritt - vorderes Bein gestreckt



Endposition: Ausfallschritt - hinteres Bein gestreckt

mer das schweißtreibende Workout sein und auch eine bestimmte Sportart ist kein Muss.

Wichtig ist eine gesunde Mischung an Bewegung. Bieten Sie Ihrem Körper viele Bewegungen an. Wenn Sie an ihrem Arbeitsplatz viel Sitzen, dann versuchen Sie in Ihrer Freizeit mehr zu gehen, zu stehen und Bewegungen

in unterschiedliche Richtungen einzubauen. Außerdem könnte es Ihrem Körper guttun, wenn Sie Bewegungen einbauen, die ihren Brustraum öffnen. Wenn Sie beispielsweise als Hausmeister arbeiten und schon einen sehr „aktiven“ Beruf haben, schauen Sie, dass Sie in Ihrer Freizeit vielleicht Fahrrad fahren oder Ihre Muskeln für die Belastungen/ Beanspruchungen, die Sie bei der Arbeit haben, trainieren. Achten Sie aber auch darauf, Ihrem Körper Raum zum Erholen zu geben.

Es kommt also immer darauf an; was wir die meiste Zeit unseres (Arbeits-) Alltags machen und wie wir uns in Bezug zu diesem „am besten“ bewegen sollten. Das Wichtigste ist, dass wir unserem Körper viele Möglichkeiten und Arten geben, wie er sich bewegen kann. Möchte man dann noch etwas für sein Herz-Kreislauf-System, die Muskeln oder seine Knochen tun, dann sollten wir auf jeden Fall ein Ausdauer- und Krafttraining integrieren. Achten Sie doch einmal in der nächsten Zeit darauf, Ihrem Körper viele unterschiedliche Bewegungen/ Bewegungsrichtungen anzubieten. Ein Beispiel habe ich in dieser Ausgabe wieder für Sie vorbereitet:

Aufdehnen im Ausfallschritt

Ausgangsposition:

Kommen Sie in einen lockeren Ausfallschritt, strecken Sie das vordere Bein, ziehen Sie die Fußspitze zu sich ran, bringen Sie

den Oberkörper nach vorne und strecken Sie die Arme in Richtung Fußspitze

Durchführung:

Beugen Sie das vordere Bein, bringen Sie die Sohle auf den Boden und richten Sie den Oberkörper auf. Bringen Sie die Arme über den Kopf und machen Sie sich richtig lang, dehnen Sie Ihren

Brustraum auf. Der Kopf kann den Armen hinterher gucken. Halten Sie die Position kurz und kommen Sie dann wieder langsam zurück nach vorne. Wiederholen Sie diese Bewegung ein paar Mal und wechseln Sie dann die Seite.

Der Bewegungstipp kommt von Caroline Schwarzer, Trainerin mit Fitnesstrainer A-Lizenz

Meisterbetrieb für:

Heizung • Lüftung • Sanitär • Bauklempnerei

☎ 05 21 / 89 23 53

Matthias Hokamp • 33613 Bielefeld • Lange Str. 6

Heizung & Sanitär



HOKAMP GmbH

Bestattungen

Brinkmann

Überführungen

33611 Bielefeld - Schildesche
Meierfeld 23, privat: Im Bracksiek 2

Tel.: 0521 81366, 86169

Sie erreichen uns Tag & Nacht

www.bestatter-brinkmann.de

Kleinanzeigen

Suche PKW Fahrer (w/m/d) für die Schülerbeförderung. Der Erwerb des Personenbeförderungsscheins wird unterstützt. **Tel. 0174 6821615**

oder **info@bvp.de**

Angestellter im öffentlichen Dienst sucht kleines Einfamilienhaus oder Bungalow zum Kauf oder zur Miete im Raum Schildesche oder Umgebung. **Tel. 0160 5833862**

Ferienhaus 130m² an der Kieler Bucht bis **6 Pers.** und **2 Hunden** im liebevoll -, familienfreundlich - und bestens ausgestatteten „Huus Stokendoerp, mit großem Garten, 3 Schlafzimmern, 2 Fernseher, W- Lan, Tischtennis, Darts, Feuerstelle und vielem mehr.

Wir freuen uns auf Sie!

www.huus-stokendoerp.de

oder **Tel. 54366783**

Wir suchen Verstärkung für unser Team Pflegefachkräfte/Krankenpflegehelfer/Arzthelfer/innen.
Tel. 32920579

GARTENARBEIT / GARTENSERVICE
Dt. Gärtner übernimmt zuverlässig und kompetent Ihre Gartenarbeiten auch dauerhaft, Abfuhr von Garten-Abfällen ist gewährleistet.
Tel. 0175 2372849

Schöne FeWo im toskanischen Dorf "Vetulonia" mit Blick auf Hügel und Meer zu vermieten.

Mail: corsipoli@gmx.de oder

Tel. 451725

Youtube-Video: <https://www.youtube.com/watch?v=nBsnXqCXc7A>

Musikpädagogin erteilt Gesangs- und Klavierunterricht. Auch Online-Unterricht. **Tel. 889657**

Biete Gartenarbeit rund um ihr

Haus. **Tel. 0157 86103541**

Insertieren Sie Ihre privaten Kleinanzeigen gratis!
info@schildesche-erleben.de

Wir finden den richtigen Mieter für Sie!

Am Buschkamp Immobilien Ihr Partner für die erfolgreiche Vermietung!

Tel. 05 21 / 95 90 80

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

lernpunkte
www.lernpunkt.de
NACHHILFE? WIR HELFEN!
0521-17 78 94

Automobile

Autohaus Steinböhmer
Jöllenbeckerstr. 325 • Bielefeld • Tel.: (0521) 9 86 54 32
Eckendorfer Str. 40 • Bielefeld • Tel.: (0521) 3296880
Hauptstr. 43 • Schloß Holte-Stukenbrock • Tel.: (05207) 991660
www.steinboehmer.de

Friseure

Haarstudio Plümer
Ihr Friseur für die ganze Familie.
Apfelstraße 199
Tel. 05 21/8 25 47

Gesundheit

Psychologische Privatpraxis

Hypnose-Psychotherapie-Coaching

Heilpraktikerin für Psychotherapie

Jöllenbecker Str. 164 Tel. 0151 - 61077782
www.praxis-kunke.de praxis-kunke@web.de

Grabpflege

Grabpflege · Grabgestaltung
in Theesen und Sudbrack

WILKING
BLUMEN

Sudbrackstraße 106 • Bielefeld
Fon 98 65 00-0

Malerbetrieb



MALERMEISTER
Rudi Würfel

Babenhauser Str. 11 • 33613 Bielefeld
Tel. 05 21 / 88 74 44

Steuerberatung

Steuerberatung
abine Wolf

Talbrückenstr. 2 – 33611 Bielefeld
Telefon: 0521/557308-30
Telefax: 0521/557308-40

Versicherungsmakler



Finanz- und
Versicherungsmakler®
GmbH & Co. KG

Beratung für Menschen – Verstand für Finanzen
Beckhausstr. 211 . Tel. 880 77 77
www.fn-makler.de