

Villen in Lübbecke werden erkundet

■ **Rahden-Varl/Varlheide** (nw). Die Landfrauen aus Varl und Varlheide laden am Donnerstag, 15. Oktober, zu einer Stadtführung in Lübbecke mit dem Thema „Villen entlang der Lübbecke Promenade“ ein. Anschließend bieten sie die Gelegenheit zu einem Abendimbiss im Schappchen im Bürgerpark. Abfahrt ist um 15.15 Uhr an der Grundschule Varl in Fahrgemeinschaften. Anmeldungen nimmt Gudrun Starke entgegen, Tel. (0 57 71) 15 68, und zwar bis zum 11. Oktober. Nichtmitglieder sind den Landfrauen willkommen.

Adventsfeier der Kirchengemeinde

■ **Rahden** (nw). Die Stadt Rahden und die evangelische Kirchengemeinde Rahden weisen darauf hin, dass aufgrund der beschlossenen städtischen Sparmaßnahmen die Adventsfeier der Ortschaft Rahden nicht mehr im bisherigen Rahmen stattfinden wird. Die Kirchengemeinde hat sich bereit erklärt, künftig die Adventsfeier zu veranstalten, wie dieses auch in den anderen Ortsbezirken üblich ist. Die Veranstaltung findet am Samstag, 5. Dezember, ab 15 Uhr im Gemeindehaus am Kirchplatz statt. Eine schriftliche Einladung erfolgt nicht.

Vorverkauf für Weihnachtskonzert

■ **Rahden** (nw/hak). Der Kulturverein Kul-Tür veranstaltet am Donnerstag, 26. November, in der St.-Johannis-Kirche ab 20 Uhr ein vorweihnachtliches Konzert. Das hat in Rahden schon Tradition. Zu hören sein werden der Chor WeTo mit weiteren Gästen. Das Konzert steht unter dem Motto „Love came down at Christmas“. Für das Konzert hat der Kartenvorverkauf begonnen. Die Karten sind nur bei der Volksbank Lübbecke erhältlich, wie Kul-Tür mitteilte.

Käfigaufbau für die Ortsschau

■ **Rahden-Wehe** (nw). Die Mitglieder des Rassegeflügelzuchtvereins Wehe treffen sich am Samstag, 10. Oktober, um 15 Uhr an der Ausstellungshalle in Wehe zum Aufbau der Käfige für die Ortsschau. Der Vorstand hofft auf rege Teilnahme.

Kleiderkammer im Bahnhof ist wichtige Anlaufstelle



■ **Rahden** (nw/sl-). Der Rahdener Ortsverein des Deutschen Roten Kreuzes hat die nächsten Termine für die Ausgabe und die Annahme in der Kleiderkammer (Foto) im Bahnhof festgelegt. Ausgabe-Termine sind am 7.

Oktober, am 21. Oktober, am 4. November, am 18. November, am 2. Dezember und am 16. Dezember vorgesehen. Geöffnet ist dann jeweils von 16 bis 18 Uhr. Angenommen werden Kleidungsspenden der Bürger am 14. Ok-

tober, am 28. Oktober, am 11. November, am 25. November und am 9. Dezember. Die Annahme ist immer von 16 bis 18 Uhr möglich. Zunehmend genutzt wird die Kleiderkammer von den in Rahden lebenden Flüchtlingen. Und

deren Zahl steigt weiter. Anfang Oktober lebten 208 Flüchtlinge in Rahden. Für diese Woche seien weitere zehn Zuweisungen angekündigt, sagte gestern Michael Duffe von der Stadtverwaltung.

FOTO: SPREEN-LEDEBUR

Leichtathlet mit Herz und Seele

TuSpo: Der Rahdener Traditionsverein ehrte Günter Seidel. Seit drei Jahrzehnten hat er sich große Verdienste um eine besondere Sparte erworben

VON SONJA ROHLFING

■ **Rahden.** Günter Seidel ist Motor und gute Seele der Leichtathletik-Abteilung des TuSpo Rahden – und das schon seit nunmehr 30 Jahren. Dafür sagten Aktive, Ehemalige und der Vereinsvorsitzende Helmut Kummer jetzt Dankeschön mit Blumen, Geschenken und einem geselligen Beisammensein am Sportlerheim am Brullfeld.

30 Jahre – das habe schon etwas, hob Helmut Kummer für den TuSpo Rahden hervor. Er sei froh, dass die Verantwortlichen Günter Seidel seinerzeit dazu hätten überreden können, die Leichtathletik-Abteilung zu übernehmen. „Es ist eine Menge Arbeit, die Du auf Dich nimmst“, weiß Kummer. Da sei nicht nur das wöchentliche Training, sondern auch viel organisatorisches Drumherum zum Beispiel für die Wettkämpfe zu erledigen. Dafür sage der Verein ein herzliches Dank.

„Ich bin vollkommen überrascht“, erklärt Günter Seidel. Mitbekommen hatte der 74-



Auszeichnung für langjährige Verdienste: Günter Seidel (2. v. l.) leitet seit 30 Jahren die Leichtathletik-Abteilung des TuSpo Rahden. Dafür sagten jetzt Helmut Kummer (v. l.), Heidi Seidel, David Orbat und zahlreiche aktive und ehemalige Sportler Danke.

FOTO: SONJA ROHLFING

Jährige von den ganzen Vorbereitungen nichts.

Schon von Kindesbeinen an sei er an Leichtathletik interessiert gewesen. Die Olympischen Spiele 1952 waren schließlich Auslöser, dass sich der im Tecklenburger Land Geborene in einem Leichtathletik-Verein in Osnabrück angemeldet hat.

Über seine beiden Kinder

und animiert durch seine Frau Heidi Seidel ist er 1975 dem TuSpo Rahden beigetreten und

»Ihr werdet mich also nicht los«

zur Leichtathletik-Gruppe gestoßen. 1985 hat der Fachübungsleiter die Leitung der Gruppe von Jürgen Kreigen-

feld übernommen.

Aktuell gehören zur Leichtathletik-Abteilung, die zu den Aushängeschildern des Vereins zählt, 167 Mitgliedern unterschiedlichsten Alters. Westfalenmeistertitel, gute Platzierungen bei Deutschen Meisterschaften wurden in den vergangenen 30 Jahren ebenso erreicht wie zahlreiche OWL-Titel und Kreismeistertitel so-

wieso.

Spaß an der Leichtathletik zu vermitteln, ist Günter Seidel ebenso wichtig wie ein vielseitiges Training. Unterstützung hat er dabei immer unter den Aktiven gefunden. „Die Großen helfen mir bei den Kleinen“, freut sich der Rahdener, der Wert darauf legt, dass sich seine Leichtathleten auch als Gruppenhelfer qualifizieren.

Leider würden viele junge Leute Rahden nach der Schule verlassen, bedauert Günter Seidel. So sind auch zahlreiche seiner Sportler heute in die Welt verstreut. Sie halten aber immer noch gern Kontakt zu ihrem Trainer, der für seine herzliche und bescheidene Art geschätzt wird.

Er habe schon hin und wieder daran gedacht, dass es an der Zeit wäre aufzuhören. „Aber immer waren Kinder und Jugendliche da, die ich nicht im Stich lassen wollte“, sagt Günter Seidel. „Ihr werdet mich also nicht los“, merkt er mit einem Augenzwinkern in Richtung Aktive und Vereinsvorstand an.

Anreize für gesundheitsbewusstes Verhalten schaffen

Meier Guss: Das Rahdener Unternehmen veranstaltete zum zweiten Mal einen Gesundheitstag. Angebot wurde dabei noch ausgeweitet. Für die Teilnehmer gab es ein Gewinnspiel

■ **Rahden** (nw). Lieber mal einen Apfel dem Gebäck vorziehen oder Wasser statt Limonade bei Gesprächsrunden: Es sind oft Kleinigkeiten, die zum Wohlbefinden beitragen können. „Meilensteine für die Gesundheit“ – unter diesem Motto stand der zweite Gesundheitstag bei der Rahdener Eisengießerei Meier.

Seit geraumer Zeit beschäftigt sich das Unternehmen nach eigenen Angaben mit dem Thema Gesundheit. „Das Gesundheitsmanagement soll dazu beitragen, die Arbeitsbedingungen gesundheitsförderlicher als bisher zu gestalten und Anreize für ein gesundheitsbewusstes Verhalten geben“, so Geschäftsführer Andreas Rehmer. Der Grundstein hierfür wurde in den letz-

ten Jahren gemeinsam in einem Gesundheitsförderungsprojekt mit der AOK NordWest gelegt.

Die gute Beteiligung beim ersten Gesundheitstag mit der AOK NordWest im Jahr 2013 zeigte nach Einschätzung Rehmers eindeutig, dass sich auch die Mitarbeiter mit diesem Thema ernsthaft beschäftigen. Zum zweiten Gesundheitstag wurde das Angebot noch einmal ausgeweitet. So gab es diesmal unter anderem eine „aktive Pause“.

Unter Anleitung des Rahdener Physioteam etwa wurden gezielt Übungen angeboten, die sich auch in der betrieblichen Praxis umsetzen lassen. Zudem bekam jeder Teilnehmer als Geschenk ein Thera-Band überreicht.

Maßgeblich mitbeteiligt an der Planung des zweiten Gesundheitstages bei Meier Guss war Dr. Simone Becker von „Sports for business“.

„Ernährung, Bewegung und Entspannung greifen wie kleine Rädchen ineinander und beeinflussen sich gegenseitig und unsere Gesundheit“. Deshalb

waren diese drei Themen auch die Hauptsäulen der Aktion.

Sehr gut angenommen wurde die von der AOK NordWest angebotene Ernährungsberatung mit Sabine Roth. Weiter konnten sich die Meier Guss-Beschäftigten einem Vital-Check mit Unterstützung durch die Vital-Apo-

theke Rahden unterziehen.

Auch das Thema „Entspannung“ kam für die Mitarbeiter nicht zu kurz. So wurde eine Stressmanagement-Einheit angeboten, in der Ann Kristin Barth den Teilnehmern nach einem kurzen Stresstest Möglichkeiten zeigte, negative Gedanken beiseite zu schieben.



Erfolgreich beim Gewinnspiel: Hermann Ströing (v. l.), Harry Bautz, Ulf Kramer (Betriebsratsvorsitzende HME), Henning Rüter, Sebahattin Kaplan, Klaus Windhorst und Roland Heyne.

FOTO: MEIER GUSS

TERMIN-KALENDER

Weitere Termine für ganz OWL unter www.erwin-event.de

Rahden

Dersa-Kino: Maze Runner – Die Auserwählten in der Brandwüste (ab 12 J.), 14.15 / 17.00 / 20.00. Fack ju Göhte 2 (ab 12 J.), 14.15 / 17.15. Alles steht Kopf 3D (ab 0 J.), 14.30 / 17.15 / 20.15. Pixels 3D (ab 6 J.), 14.30. Der kleine Rabe Socke 2 – Das große Rennen (ab 0 J.), 14.45. Man lernt nie aus (ab 0 J.), 17.00. The Visit (ab 12 J.), 17.15 / 20.15. Everest 3D (ab 12 J.), 20.00. Learning to Drive – Fahrstunden fürs Leben (ab 0 J.), 20.00.

Telefon: Dersa-Kino, Rahden (05771) 91 75 25, 8 53 48

Stadtbücherei, 9.00 bis 12.00, 15.00 bis 18.00, Am Schulplatz 1, Tel. (05771) 69 46.

Radler SSV Pr. Ströhen, 18.00, Sportplatz Pr. Ströhen.

Hallenbad, 6.00 bis 8.00 Frühschwimmen, 15.00 bis 17.00 Badestunde für Kleinkinder, 8.00 bis 12.00 und 15.00 bis 21.00 Familienbaden, Am Freibad 24, Tel. (05771) 16 02. **Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe Pr. Ströhen,** für Suchtkranke und Angehörige, Kontakt Tel. (05776) 12 29.

Wochenmarkt, 8.00 bis 13.00. **Museumshof,** 13.00 bis 18.00, Museumshof 1, Tel. (0 57 71) 22 82.

Fitness-Senioren-Gruppe, Radtour, 17.30, Altstadt-Stuben, Am Kirchplatz 2, Tel. (05771) 15 22.

Frauenhilfe Tielge, 15.00, Gaststätte Niermann, Tielge.

Jugendcafé, 11 bis 17 Jahre, 15.00 bis 19.00, Im Schulzentrum, Tel. (05771) 7 30.

Jugendkeller, 15.00 bis 18.00, 18.00 bis 21.00 YMCA Café international.

Alte Garde, Schützenverein Kleinendorf, Kartenspielen, 15.00, Schützenhaus, Tel. (05771) 59 32.

Kneipp-Verein Espelkamp, Medizinisches Qi Gong, 18.45 bis 20.15, Seniorenruhesitz Schloss Rahden, Bocks Allee 22, Tel. (0 57 71) 9 11 40, 91 14 30.

Spielmannszug Sielhorst, Übungsabend, 19.00, Dorfgemeinschaftshaus.

Stadtverwaltung, 8.00 bis 12.30, Lange Str. 9, Tel. (05771) 7 30.

Krankenhaus, Besuchszeiten, 15.00 bis 20.00, Hohe Mühle 3, Tel. (05771) 70 80.

Apotheken-Notdienst, Tel. (0800) 00 22 8 33 oder www.akwl.de, Lübbecke.

Ärztlicher Notdienst, bundesweit Tel. 116 117.

FAMILIEN-CHRONIK

Geburtstage

Diepenau. Hennriette Finke, Schafedamm 3, 84 Jahre.

Frauennachmittag der Sozialverbände

■ **Rahden-Wehe** (nw). Der Sozialverband Wehe ist dieses Jahr Ausrichter des Frauennachmittags und lädt dazu alle Ortsverbände ein. Die Veranstaltung ist am Donnerstag, 15. Oktober, im Gasthaus Schwettmann-Rüter und beginnt um 15 Uhr. Außer einer gemütlichen Kaffeetafel erwartet die Teilnehmer ein amüsantes Programm mit Sketchen und Musik. Anmeldungen sind möglich bei Karin Meinert, Tel. (05771) 12 35 oder Heidi Rosenbohm, Tel. (057 71) 45 83. Der Vorstand hofft auf eine rege Beteiligung.