



Planung bei Kaffee und Erdbeertorte: Holger Niehausmeier (l.) und Klaus Goeke wollen sich keinen Stress machen. Dabei haben sie das Tourenprogramm bis kurz vor Weihnachten schon ausgearbeitet.

FOTO: THORSTEN MAILÄNDER

## BERATUNG + HILFE

**AWO-Ehe- und Lebensberatung – Beratungszeiten**, Mo, Di, Fr 9:00 – 12:00 Uhr, Mi 9:00 – 19:00 Uhr, Do 9:00 – 20:00 Uhr (Termine nach Vereinbarung). Offene Sprechstunde: Mittwoch 19:00 – 20:00 Uhr. Telefonische Sprechzeit (zur Terminvereinbarung): Mo 9:00 – 10:00 Uhr und Do 15 – 16 Uhr. Offene Männergruppe: Jeden 2. Donnerstag von 18:30 – 20:30 Uhr, AWO-Ehe- und Familienberatung, Schützenstr. 1, Tel. (05732) 63 03. **Aids-Beratung**, Tel. (05221) 13 21 38.

**Aktionsgruppe Starke Frauen mit Übergewicht/Adipositas**, jeden 3. Donnerstag im Monat, Begegnungsstätte Bünde, Neue Str. 13-15, 19.00. **Alzheimer Angehörige SHG**, Sorgentelefon, Tel. (05221) 6 67 79. **Anonyme Alkoholiker**, Dienstag 19.30 Uhr, Info unter Tel. (05223) 9943165, Dietrich-Bonhoeffer-Haus, Wehmstraße.

**Arbeitskreis für Behinderte und Pflegeberatung**, Tel. 49 95 00 oder Tel. 16 13 98. **Arthroselbsthilfe-OWL**, Treffen jeden letzten Di. im Monat, Infos: www.arthroselbsthilfe-owl.de, 19.20, Herford, Tel. (0176) 47 52 93 02. **Auf und Nieder, SHG für Depressive und bipolar Erkrankte**, Jeden 1., 2., 3. und 4. Mittwoch im Monat, 18 bis 20 Uhr, Altentagesstätte, Klinkstr. 18b, Tel. 8 52 39 oder 7 92 23 18. **Bauschuldnerberatung der AWO**, Tel. (0521) 9 21 64 88 oder (05732) 94 95 44. **Behindertenhilfe und Epilepsie Bethel**, Wohnheim Bünde, Tel. (05223) 68 76 69. **Bewegung, Sport, Gesundheit Ennigloh**, Horst Rogge, Tel. 0176 43 97 29 33, Ennigloh.

**Blaues Kreuz Hagedorn**, Montags, 19.30 Uhr, Tel. 01 73 – 1 64 97 70 oder 01 76 – 62 09 77 90. **Deutsche Lohnsteuerhilfe**, Deutsche Lohnsteuerhilfe e.V., Wichernstraße 13, Tel. 90 46 23. **Deutsche Rheuma-Liga**, Sprechzeiten: Dienstag 15 bis 18 Uhr, Telefonisch: Montag 16:45 bis 18:45 Uhr. (02 01) 82 79 77 46, MuM-Medizin und Mehr, Viktoriastr. 19.

**Deutscher Kinderschutzbund**, Ortsverband Bünde, Montag und Donnerstag 8 bis 11 Uhr, Kinderschutzbund, Von-Schütz-Str. 9, Tel. 4 31 00. **Deutsches Rotes Kreuz**, Ortsverband Bünde, DRK-Zentrum, Sachsenstr. 116, Tel. 92 97 20. **Diakonisches Werk Herford**, Fachstelle Sucht, Alkohol und Medikamente, Tel. (05223) 18 82 09, Montag 14.30 bis 16 Uhr. **Ehe- und Lebensberatung e.V.** Offene Sprechstunde: montags 10 bis 11 Uhr, mittwochs 18 bis 19 Uhr. Juristische Sprechstunde: montags 18.30 bis 19.30 Uhr. Kleiderzimmer: dienstags 10 bis 12 Uhr und 17 bis 18 Uhr., Borriesstr. 53, Tel. 7 92 50 36. **Erwerbslosenberatung**, Diakonisches Werk, Abteilung Maßarbeit, 9.00 bis 12.00, 15.00 bis 18.00, Diakonisches Werk, Wehmstraße 7, Tel. 4 10 98.

**Femina Vita**, Anlauf- und Beratungsstelle für Mädchen und junge Frauen, Höckerstr. 13, Herford, Tel. (05221) 5 06 22. **Freundeskreis Suchtkrankenhilfe Kirchlegern**, Donnerstags 19.30 Uhr, Tel. (0 57 32) 8 20 26 oder 0171-8 38 41 72, Gemeindehaus, Auf der Wehme 8. **Freundeskreis Suchtkrankenhilfe Rödinghausen**, Tel. 0151/17690619, 0162/9820401 oder 05223/13570. **Gesprächskreis für Trauernde**, Mittwoch 18 bis 20.00 Uhr, Anmeldung bei Gisela Sauerland, Tel. (05223) 16 77 38. **Hospizgruppe**, Tel. 16 77 38, Lukas-Krankenhaus, Hindenburgstr. 56.

**Kinder- und Jugendtelefon**, Montag bis Samstag, 14 bis 20 Uhr, Tel. (0800) 1 11 03 33. **Krebsberatungsstelle Herford**, Schwarzenmoorstr. 70b, Tel. (05221) 94 26 05. **Lebenshilfe Lübbecke**, Hilfe für behinderte Menschen, Tel. (05741) 3400-0, Kaiserstr. 7. **Lohnsteuerhilfeverein**, Beratungsstelle Wasserbreite 89, Tel. 79 35 91. **Mobbing-Selbsthilfegruppe**, Treffpunkt Bünde, Tel. (05221) 13 21 24, Montag bis Freitag, 9 bis 12. **Opferschutz und -hilfe**, Polizei Herford, Kommissariat Vorbeugung, Tel. (05221) 8 88 17 00. **Pflegeberatung der Stadt Bünde**, Mo bis Do, 8.00 bis 12.00 Uhr, Tel. (05223) 16 14 03, Raum 7, Terminvereinbarung wird empfohlen, Rathaus, Tel. 16 10. **Rolli-Club Bünde**, Tel. (05746) 60 60. **SHG Chorea Huntington**, Tel. (05743) 10 93, Rudi Matzke. **SHG Frauenselbsthilfe nach Krebs**, Treffen auch für Männer. Jeden ersten Mittwoch im Monat 15.00 bis 17.00 Uhr, Infos bei Inge Nolte, Tel. (05223) 1 06 68.. **SHG Herz**, Informationen bei Michael Erdbrügger, Tel. (01 74) 7 21 90 75. **SHG Polyneuropathie**, Treffen, jeden 2. Mittwoch im Monat, 19 Uhr, Lukas-Krankenhaus, Tel. 0 52 23 / 8 19 94 45. **SHG Prostatakrebs**, Tel. (05226) 50 56, Udo Sanne. **SHG für Atemwegs-/Lungenkranke**, Tel. (05221) 31 8 18, E. Vogel. Treffen jeden ersten Montag im Monat in der IKK Herford am Bahnhof. **SHG für Lebertransplantierte**, Wartepatienten, schwer Leberkranke und deren Angehörige. Info bei Christina Hülsmann, unter Tel. (05223) 48971, Haus unter den Linden, Unter den Linden 12. **SHG-Gesprächskreis-Lebensfreude**, Alltagsbewältigung von Depressionen, Burnout und Angststörungen, Tel. 96 09 66. **Schizophrenie – Betroffengruppe**, donnerstags ab 18 Uhr in Bad Oeynhausen, Ansprechpartner ist Karl-Heinz, Tel. 0175 454 1357, Psychosoziales Zentrum, Röntgenstr. 2. **Selbsthilfegruppe Diabetes Bünde**, jeden ersten Mittwoch im Monat. Info bei Ingrid Schubert, unter Tel. (05223) 2101, 19.00, Gaststätte Erdbrügger, Engerstr. 66, Tel. 20 76. **Sozialberatungsdienst**, für Menschen in gefährdeten Wohnverhältnissen, Offene Sprechstunde, Montag 10 bis 11 Uhr, Mittwoch 14 bis 15 Uhr, Tel. 0151 62 60 81 28, Außenstelle, Wehmstr. 7. **Tafel Melle, Nebenstelle Bünde**, jeden Montag Lebensmittelausgabe für Bedürftige, 14.30 bis 17.00, DRK-Zentrum, Sachsenstr. 116. **Tagesstätte Bünde**, Freizeittreff für seelisch kranke Menschen, 14.00 bis 16.00, Bismarckstr. 7, Tel. 16 09 49. **TelefonSeelsorge Ostwestfalen**, rund um die Uhr, Tel. (0800) 1 11 01 11, www.Telefonseelsorge-Ostwestfalen.de. **Pflegeberatung der AWO**, Tel. (0800) 6 07 01 10. **Tierheim Ahle**, Tierheim Bünde, Osnabrücker Str. 8, Tel. 68 95 76. **Weißer Ring**, Hilfe für Kriminalitäts-Opfer, Tel. 7 93 45 55. **„Kauf Nix“**, Selbsthilfegruppe für Kaufsucht, Info unter 0170 1024838, 19.30 bis 21.00, Klinkentreff, Kurfürstenstr. 15. **„Wenn Glücksspiel zur Sucht wird“**, Beratung für Glücksspiellabhängige und Angehörige, Tel. (05221) 59 98 36/38, Diakonisches Werk Herford, Auf der Freiheit 25.

# Wandern bis kurz vor Weihnachten

**Mein Verein:** Die neue Wanderabteilung der TG Ennigloh hat die ersten zwei Touren hinter sich. Die Verantwortlichen sprechen von einem angenehmen Klima

Von Thorsten Mailänder

Der Tisch auf der Deele im Haus von Klaus Goeke in Ennigloh ist mit Erdbeertorte, Sahne und Kaffee reichlich gedeckt. Es liegen einige Zettel auf dem Tisch – es sieht nach Planungen aus. Vor einigen Wochen hatte die Turngemeinde Ennigloh (TGE) eine Wanderabteilung gegründet und die ersten Wandertouren angekündigt (die NW berichtete).

Erster Wanderwart wurde Holger Niehausmeier, der von Klaus Goeke und Reinhard Niermann unterstützt wird. Nun wurde nach zwei Wanderungen eine erste kleine Bilanz gezogen und das Programm für die zweite Jahreshälfte vorgestellt. Die erste Tour führte die TGE-Wanderfreunde ins Wiehengebirge bei Rödinghausen. „Wir hatten eine wunderbare Aussicht

auf die norddeutsche Tiefebene“, sagt Holger Niermann und lobt die guten Gespräche während der Touren.

Die zweite Wanderung fand am äußeren Rand des Kreises Herford, im Süden von Vlotho, statt. Hier wurde der mit 342 Metern höchste Berg des Kreises Herford, der Bonstapel, erklommen. „Einen Aussichtsturm oder eine Plattform gibt es dort nicht, da sich hier viele Nadelbäume befinden. Der Weg dorthin aber bietet schöne Blicke auf das Umland und das Wesertal“, berichtet der Wanderwart. Der Bonstapel gehört bereits zum Lippischen Bergland und somit nicht zum Wiehengebirge

## Termine TGE- Wanderungen 2019

- ◆ 8. Juni: Meller Berge: Von der Friedenshöhe zur Ottoshöhe (Führung Holger Niehausmeier)
- ◆ 6. Juli: Ascheloh (Reinhard Niermann)
- ◆ 20. Juli: Bardüttingdorf: Schloß Königsbrück und Warmenau (Klaus Goeke)
- ◆ 3. August: Lübbecke: Three-Gigants des Wiehengebirges: Heidbrink, Wurzelbink, Kniebrink (Niehausmeier)
- ◆ 17. August: Borgholzhausen: Vom Luisenturm zur Burg Ravensberg (Niehausmeier)
- ◆ 31. August: Wellingholzhäuser: Beutling- und Hase-Quellen (Goeke)
- ◆ 14. September: Werther: Hengeberg und Bußberg zwischen Werther Schanze und Schwedenfrieden (Niehausmeier)
- ◆ 28. September: Barkhausen: Saurierspuren und Liner Berg (Goeke)
- ◆ 12. Oktober: Westkilver: Twas duërnach Rödinghausen (Goeke)
- ◆ 26. Oktober: Dissen: Von der Noller Schlucht hoch

- zum besten Blick vom Turm Steinegge (Niehausmeier)
- ◆ 9. November: Vlotho: Burg Vlotho, Amthausberg und Ebenöde (Goeke)
- ◆ 23. November: Bad Salzuflen: Durch das Asental nach Hollenstein zum Bismarckturm (Goeke)
- ◆ 7. Dezember: Bissendorf: Stockumer Berg – Werscher Berg (Niehausmeier)
- ◆ 21. Dezember: Diakonie am Wiehengebirge: Von Bergkirchen zur Lutternschen Egge (Niehausmeier)

oder zum Weserbergland. Schon am nächsten Wochenende ist die nächste Wanderung in die Meller Berge geplant. Sie führt von der Friedenshöhe zur Ottoshöhe. Um dem großen Wochenendtrubel zu entgehen, finden die Touren immer samstags statt. Treffpunkt ist für die Fahrgemeinschaften jeweils um 9 Uhr der Parkplatz vor der „Bünder Welle“ in Ennigloh. „Direktfahrer sollten um 9.30 Uhr am Ausgangsort sein“, ergänzt Klaus Goeke und rät zu einer Anmeldung bei der TGE, da die Wandergruppe nicht größer als 20 Personen sein sollte. Die Anmeldung kann unter Tel. (0 52 23) 61 91 1 in der Geschäftsstelle des Vereins per E-Mail an [TGE1887@teleosweb.de](mailto:TGE1887@teleosweb.de) erfolgen. Die Wanderungen dauern rund zwei Stunden und finden etwa alle zwei Wochen statt. Die Terminliste endet kurz vor Weihnachten.

## Sozialverband in der sächsischen Schweiz

Das Reiseziel des Ortsverbands Ennigloh-Muckum des Sozialverbands Deutschlands (SovD) war in diesem Jahr das Parkhotel in Neustadt in der sächsischen Schweiz.

Neben mehreren Besichtigungen und verschiedenen Führungen kam auch die Gemütlichkeit bei einer Schifffahrt auf einem urigen Raddampfer von Pirna nach Bad Schandau nicht zu kurz, wie der Verband in einer Mitteilung schreibt. Von hier bietet sich ein prächtiger Blick auf die Tafelberge Lilienstein, Pfaffenstein und Hoher Schneeberg sowie auf den Königstein, der von einer gewaltigen Festung gekrönt wird, die heute mehrere sehenswerte Museen beherbergt.

Für einen ersten Überblick und vor allem, um einen Eindruck von der Einzigartigkeit der Landschaft zu erhalten, bot sich ein Besuch auf der Bastei an, einem Felsenensemble hoch über dem Elbtal, nicht weit von Hohnstein entfernt, einem hübschen, verwinkelten und an steile Hänge geschmiegt

den. In der kühlen Schlucht zwischen den bemoohten Felsen wählte man sich in einer Zauberwelt – oder in der Filmkulisse von Winnetou III, was kein Wunder ist, denn Radebeul, die Heimat des Winnetou-Schöpfers Karl May, liegt nicht weit entfernt.

Schattige Alleen, bizarre Felsstürme bei Dresden erhoben sich die bizarren Felsen des Elbsandsteingebirges. Sie wurden als Sächsische Schweiz bekannt und zum Reiseziel von Romantikern aller Zeiten. Vor diesem Panorama errichteten die sächsischen Kurfürsten und Könige prächtige Schlösser und Burgen.

Ein Abstecher nach Dresden bei strahlend blauem Himmel war der Abschluss von einer Reise durch die sächsische und böhmische Schweiz sowie einen Abstecher in die Tschei, resümiert der Ortsverband.



Unterwegs: Den SovD-Ortsverband Ennigloh-Muckum verschlug es unter anderem in die sächsische und böhmische Schweiz.

FOTO: SOVD ENNIGLOH-MUCKUM

## Förderverein Spradow 2000 radelte bis nach Spenge

Der Förderverein Spradow 2000 hat jetzt die erste Radtour des Jahres unternommen.

Unter der Leitung von Horst Wibbeler begann die Fahrt am Dorfplatz in Spradow und führte zunächst entlang der Elbe in Richtung Spenge. Am Gedenkstein der von den Nationalsozialisten erschossenen Jüdin Franziska Spiegel gab Wibbeler einen kurzen Abriss über deren Lebensweg. Es ging dann



Erinnerungsfoto: Der erste Ausflug des Jahres führte die Radlertruppe des Fördervereins Spradow unter anderem an das Flüsschen Warmenau.

FOTO: FÖRDERVEREIN SPRADOW 2000

weiter mit der Radtour bis zu einem Nebenfluss der Elbe, der Warmenau. Dort erfuhren die Teilnehmer aus Spradow Einzelheiten über die wechselvolle Geschichte des kleinen so genannten Grenzflüsschens. Nach kurzer Stärkung führen die Radler durch die reizvolle Landschaft zurück nach Spradow.

Dort endete die Radtour nach rund 40 Kilometern im Vereinslokal Café im Feld.