



Workshop zum „Bauchgefühl“

Mitte. Ein Praxis-Workshop, wie man das eigene Bauchgefühl deuten, verstehen und danach handeln kann, wird am Freitag, 26. September von 18 bis 20.30 Uhr im Seminarraum, Kurze Straße 10, angeboten. Fragen wie: „Wie entscheide ich mich?“ und „Wie kann ich mein Bauchgefühl wahrnehmen?“ werden an diesem Abend behandelt. Die Teilnahmegebühr beträgt 25 Euro pro Person. Eine Anmeldung über die Website ist erforderlich.

www.lebensfreudeaktivieren-owl.de

Familienchronik

Geburtstage

Bielefeld. Gerhard Kombrink, 86 J.
Altenhagen-Milse. Dagmar Heitmeier, 82 J.; Ulf Blumenstock, 83 J.
Brake. Hans-Werner Heidemann, 78 J.
Dornberg. Hans-Joachim Adler, 83 J.
Gadderbaum. Helga Heinel, 86 J.; Ingrid Schimmel, 74 J.
Heepen-Oldentrup. Erika Hellwarth-Vapore, 80 J.
Schloß Holte-Stukenbrock. Dieterich Mersch, 85 J.
Senne. Gabriele Tebbe, 71 J.; Karin Schütz
Ubbeschen-Lämershagen. Karin Timpe, 81 J.

Eiserne Hochzeit

Schloß Holte-Stukenbrock. Christa und Ferdinand Lummer (65 Jahre).

Notdienste

Ärzte

Notfallpraxis, Klinikum Mitte, 19 bis 22.00 Uhr, Teutoburger Straße 50, Tel. 116 117.
Augenarzt, Tel. 116 117.
HNO-Notdienst, Tel. 116 117.
Zahnärztlicher Notdienst unter Tel. 01805 986700.

Apotheken

Sonnen-Apotheke, 9.00 bis 9.00, Oelmühlenstr. 43, Tel. 0521 68344.
Busch-Apotheke Brake, 9.00 bis 9.00, Braker Str. 69, Tel. 0521 761073.

Notrufe

Telefonseelsorge, Tel. 0800 1110111 oder 0800 1110222.
Mädchenhaus, Mädchenhaus, Detmolder Str. 87a, Tel. 0521 21010.
Frauenhaus, 0521 5213636.
Anwaltsnotdienst, 18.00 bis 08.00, Tel. 0521 1368586.
Sozialpsychiatrischer Krisendienst, 18.00 bis 7.30, Tel. 0521 3299285.
Autonomes Frauenhaus, Tel. 0521 177376.
Brustschmerz-Zentrum, Tel. 5813271, Klinikum Mitte, Teutoburger Str. 50.
Sterntaler e. V. – Beratungsstelle für trauernde Kinder, Tel. 0521 5578833.
Bundesweites Opfertelefon, Weisser Ring, 7.00 bis 22.00, Tel. 116006.
Frauennotruf, 10.00 bis 12.00, Rohrtreichstr. 28, Tel. 0521 124248.
Selbsthilfe-Kontaktstelle, 10.00 bis 13.00, 15.00 bis 18.00, Stapenhorststr. 5, Mitte, Tel. 0521 9640696.
Nummer gegen Kummer Kinder- und Jugendtelefon, 14.00 bis 20.00, Tel. 116111.

Mit dem Fahrrad zur Theaterbühne

„RadKulTour“ geht in die fünfte Runde: Auf 18 Kilometern Fahrradstrecke konnten zahlreiche Kulturdarbietungen kostenlos und ganz spontan besucht werden.

Charlotte Hohoff

Bielefeld. Der Herbst ist da und mit ihm kühlere Temperaturen und grauer Himmel. Nicht gerade das beste Fahrradwetter. Bevor die Drahtesel aber zum Überwintern in den Keller gesperrt werden, hat das Kulturamt am Wochenende eingeladen, sich noch einmal auf den Sattel zu schwingen. Mit „RadKulTour“ erwachte am Sonntagmittag zum fünften Mal die längste Kulturbühne der Stadt zum Leben. Auf einer 18 Kilometer langen Fahrradstrecke konnten Besucher und Passanten an neun Stationen kostenfrei und ganz ungezwungen draußen in der Natur Aufführungen von mehr als 300 lokalen Künstlerinnen und Künstlern besuchen.

Besonders im Nordpark herrschte trotz mäßiger Temperaturen und grünlichem Himmel reges Treiben. Jung und Alt, Familien, Paare und auch Einzelpersonen tummelten sich auf den Wegen und hielten inne, als der Bielefelder Chor Vocapella einige Lieder anstimmte. Bei der bunten Mischung von Synthiepop bis hin zu Werken aus dem 16. Jahrhundert war für jedes Ohr etwas dabei.

Eine begeisterte Besucherin im Nordpark war Leonie Rügge. Sie war eher zufällig in die Vorstellungen am Nordpark



Besonders im Nordpark herrschte trotz mäßiger Temperaturen und grünlichem Himmel reges Treiben. Besonders als der Chor Vocapella einige Lieder anstimmte. Foto: Peter Unger

hereingestolpert, aber dann sehr angetan von den Darbietungen und dem Konzept im Allgemeinen gewesen. „Es ist eine tolle Beschäftigung für einen Sonntagmittag, gra-

de weil alles draußen ist, ist das mit Kindern toll“, sagte die junge Mutter, die mit ihrem kleinen Sohn und ihrer Mutter im Nordpark unterwegs war. Sonst sei es teilweise schwer,

an Kulturveranstaltungen teilzunehmen, weil Kinder eben nicht gern so lang still saßen. „Hier ist Bewegung für die Kids super möglich, es wird quasi gefördert anstatt unter-

drückt“, so Rügge. Im nächsten Jahr wäre sie auch gern mit dem Fahrrad dabei und wolle ausprobieren, die Strecke wirklich abzufahren, sagte sie. Und auch wenn es dann mit

Termine für Bielefeld

Multimediainstallation, 16.00 bis 18.00, Raumstation, Mittelstr. 9.

Bielefelder Wochen der Nachhaltigkeit, BioMobil des BioLand-Projekts „Grenzenlos Regional – Bio in Europa“, Altstädter Nicolaikirche, Kirchplatz, Niedernstr. 4.

Stadtteil-Frühstück, Info unter Tel. 2399902, 9.00 bis 11.30, Begegnungszentrum Prießallee, Prießallee 34.

Musikalisches Frühstück, Anmeldung unter 98892440 oder unter bzkreuzstrasse@diakonie-fuer-bielefeld.de, 9.30 bis 11.30, Begegnungszentrum Kreuzstraße, Kreuzstr. 19a.

Freiraum Rochdale, Ort für Sport, Kultur und Nachbarschaft, 15.00 bis 20.00, Freiraum Rochdale Barracks, Oldentruper Str. 65.

AG Amphibien und Reptilien, 19.30, Naturkunde-Museum, Kreuzstr. 20, Tel. 516734.

Benedikt Göb Trio feat. Thimo Niesterok, 20.30, Bunker Ulmenwall, Kreuzstr. 3.

Mosaik – Treff für Seniorinnen und Senioren, 14.00 bis 16.00, Stadteilküche, Greifswalder Str. 15.

Bunter Nachmittag für Menschen mit fortschreitender Vergesslichkeit, Info unter Tel. 9320216, 14.00 bis 17.00, AWO Aktivitätszentrum, Meinolfstr. 4.

Clubabend, 19.00, Modelleisenbahnclub, Heeper Str. 33.

Demenz mit Leichtigkeit begegnen, Vortrag mit Sophie Rosentreter, anschl. Get-Together im Lutherstift gegenüber, 17.30 bis 18.30, Ev. Petrikerkirche, Pettristr. 51.

Gerechtigkeit durch Steuerpolitik? Steuern in Zeiten von horrenden Übergewinnen und leeren Finanzkassen, Vortrag und Diskussion mit Michaela Alka, 19.00, Bürgerwache Siegfriedplatz, Rolandstr. 16.

Dialog in Deutsch, Offene Gesprächsrunde, 11.15 bis 12.15, Stadtbibliothek, Neumarkt 1.

Stammtisch für Geflüchtete und Helfende, 18.00 bis 20.00,

IBZ Friedenshaus e. V., Teutoburger Str. 106.

Heepen

Kleidung in alter Zeit, Ausstellung des Heimat- und Geschichtsvereins, 16.00 bis 21.00, Alte Vogtei, Heeper Str. 442.

Hans Bieker – Meine zeitgenössische Kunst, Malerei in der Alten Vogtei, Heeper Str. 442.

DRK-Begegnungszentrum, 9.00 bis 10.00 Yoga, 13.00 bis 17.30 Skat-Gruppe, 14.00 bis 17.00 Spielvergnügen für Senioren, Anmeldung unter Tel. 333669 oder info@drk-bielefeld-zentrum.de, Rüggesiek 21.

Kaffeeklatsch in der Bibliothek, Anmeldung unter Tel. 51-2456, 16.00 bis 18.00, musikalischer Nachmittag mit Helmut Neuhaus, Stadtbibliothek Heepen, Heeper Str. 442.

Lauf- und Nordic Walking Kursus für Anfänger, Kursleitung Martin Sprenger, 18.00 bis 19.00, Parkplatz des Sportparks Heeper Fichten.

Stieghorst
FZZ got Talent, Werke von Kindern und Jugendlichen des FZZ Stieghorst, 10.00 bis 22.00, Freizeitzentrum Stieghorst (FZZ), Glatzer Str. 13-21, Tel. 5 57 57 40.

Gesunde Bewegung für Senioren, Verein Gesund durch Bewegung, Info unter Tel. 0176 57911020, 15.00, Gesundheitszentrum Stieghorst, Schneidemühler Str. 10.

Freizeitzentrum Stieghorst, Jungentreff, 12-18 J. 17.30 bis 20.30; Kindertreff, 6-12 J., 15.00 bis 18.00, Infos unter Tel. 557574-13 oder www.fzz-stieghorst.de, Freizeitzentrum Stieghorst (FZZ), Glatzer Str. 13-21.

Schildesche
Friederike Eckel: Prüft alles und behaltet das Gute, Ausstellung mit Bildern zur Jahreslosung 2025, 10.00 bis 12.00, Ev. Gemeindehaus, Johannis-

Kind im Schlepptau doch nicht für die vollen 18 Kilometer reichen sollte, wäre das auch nicht weiter tragisch. Ob und wie viel von der Strecke mit dem Fahrrad zurückgelegt wird, kann jeder Besucher selbst entscheiden. Auch wer zu Fuß, mit Bus und Bahn oder mit dem Auto zwischen den verschiedenen Standorten verkehrt, kann die kulturellen Darbietungen besuchen. Zu den weiteren Stationen zählten unter anderem der Marktplatz Heepen, wo die Tanzschule Verhazad Besucher einlud, orientalischen Tanz auszuprobieren oder der Obersee.

Dort präsentierte das inklusive Theater Götterspeise ein gleichermaßen bewegendes und lebensfrohes Bühnenspiel, für das das Ensemble ordentlich Applaus bekam. Zur großen Freude von Regisseurin Diemut Döninghaus, die das Theaterprojekt schon seit drei Jahrzehnten begleitet: „Wir sind seit Anbeginn hier bei ‚RadKulTour‘ dabei, weil wir hier ganz andere Menschen erreichen, als bei unseren anderen Vorstellungen“, sagte sie.

Das sei vor allem wichtig, weil eines der Ziele des Theaterprojektes sei, Sichtbarkeit zu schaffen, für Menschen mit Behinderung und ihre Talente. „Jeder hat Talente, die Applaus verdienen“, so die Regisseurin.

Sophie Rosentreter spricht über Demenz

Mitte. Im Rahmen der Welt-Alzheimer-Woche lädt das Lutherstift vom Evangelischen Johanneswerk am heutigen Dienstag, 23. September, zu einem Vortrag von Sophie Rosentreter ein. Rosentreter ist ehemalige Moderatorin, Model und pflegende Angehörige. Sie wird bei ihrem Vortrag zeigen, wie man mit Wissen und Gemeinschaft an dieser Diagnose wachsen kann und bis zum Schluss gemeinsam schöne Momente erleben kann. Die Veranstaltung geht von 17.30 bis 18.30 Uhr. Sie wird vom Lutherstift organisiert und findet in der gegenüberliegenden Petrikerkirche, Pettristraße 51, statt. Die Teilnahme ist kostenlos und ohne Anmeldung möglich. Im Anschluss der Veranstaltung gibt es ein „Get-Together“.

Radwanderung durch die Senne

Sennestadt. Eine Radtour des Sennestadtvereins ermöglicht es, die landschaftlichen Besonderheiten der Senne zu erkunden. Sehenswürdigkeiten wie der Urhof Westerebbinghaus und das Jagdschloss Hövelhof werden auf der Route liegen. Start ist am Sonntag, 28. September, um 10.30 Uhr am Sennestadtthaus, Lindemann-Platz 3. Die etwa 55 Kilometer lange Strecke wurde von Thomas Kiper geplant und führt über ruhige Wege. In Hövelhof ist nach 30 Kilometern eine Pause im Café Eis-Gipfel vorgesehen, jedoch wird zur Mitnahme von Eigenverpflegung geraten. Die Rückkehr ist für 18 Uhr angesetzt, die Teilnahme kostet 4 Euro, für Mitglieder 2 Euro, während Kinder und Schüler kostenfrei teilnehmen können. Anmeldungen unter Tel. 05205 235549 oder per E-Mail.

sascha.sackewitz@sennestadtverein.de