



KFD

Zu Ehren der Heiligen Elisabeth

Rheda-Wiedenbrück (gl). Die KFD-Frauentagesgemeinschaft Rheda-St. Clemens/St. Johannes weist bereits jetzt auf ihren Elisabeth-Abend am Dienstag, 11. November, ab 19.30 Uhr hin. Der Elisabeth-Kaffee findet einen Tag später am Mittwoch, 12. November, ab 15 Uhr statt. Beide Termine sind im Pfarrzentrum St. Clemens an der Kolpingstraße in Rheda.

Termine & Service

Rheda-Wiedenbrück

Dienstag, 14. Oktober 2025

Apotheken & Gesundheit
Apothekennotdienst: Rosen-Apotheke, Rhedener Straße 12, Gütersloh, 05241/531791
Ärztlicher Notdienst 116117 (auch Hausbesuche)

Stadtverwaltung
Bürgerbüro Rheda: 8 bis 12 Uhr und 14 bis 17 Uhr geöffnet. Termine unter www.rheda-wiedenbrueck.de/termin-buergerbuero

Bürgerbüro Wiedenbrück: 8 bis 12 Uhr geöffnet, Termine unter 05242/904090, Rathaus Wiedenbrück, Markt

Stadtverwaltung Rheda-Wiedenbrück: 8 bis 12 Uhr und 14 bis 17 Uhr geöffnet, Termine unter 05242/9630, Rathaus Rheda, Rathausplatz

Amt & Service
Flora Westfalica: 10 bis 13 Uhr und 14 bis 18 Uhr Geschäftsstelle geöffnet, Rathausplatz, Rheda, 05242/93010
Recyclinghof: 13 bis 17 Uhr geöffnet, Ringstraße, Wiedenbrück (Anmeldung unter www.proarbeit.biz oder 05242/9310769 möglich)

Stadtwerk Rheda-Wiedenbrück: 8 bis 12.30 Uhr und 13 bis 17 Uhr geöffnet, Bürgerbüro im Rathaus Rheda, Rathausplatz. Termine unter 05242/40484950

Bäder & Freizeit
Hallenbad Wiedenbrück: 6 bis 21 Uhr geöffnet, Ostring
Stadtbibliothek Wiedenbrück: 10 bis 12.30 Uhr und 14 bis 17 Uhr geöffnet, Stadthaus, Kirchplatz St. Aegidius, 05242/90405
Stadtbibliothek Rheda: 14 bis 18 Uhr geöffnet, Rathausplatz Rheda, 05242/598751

Soziales & Beratung
Freundeskreis für Suchtkrankenhilfe: 19.30 Uhr Gruppen- und Informationsabend, Jugendhaus St. Aegidius, Lichte Straße, Wiedenbrück
Selbsthilfegruppe Parkinson: 15 Uhr Rehasport, Physiotherapiepraxis Brandt und Reckmann, Nadelstraße, Rheda
Diakonische Stiftung Ummeln: 15 bis 18 Uhr Klön-Café, Beckerpassage, Wiedenbrück

Vereine
MFG Rheda: 20 Uhr Probe, Pädagogisches Musikzentrum, Am Werl, Rheda
Boule- und Petanque-Club „Am Schloss“: 14.30 bis 16.30 Uhr Spielbetrieb, Platz bei der Tennisanlage, Schlossgarten Rheda
Boulevardfreunde Rheda: 14.30 bis 17 Uhr Spielbetrieb, Bouleplatz Hoppenstraße, Rheda

Kinder & Jugendliche
Jugendchor Ten-Sing: 18.30 bis 20.30 Uhr Probe, evangelisches Gemeindehaus, Schulte-Monting-Straße, Rheda

Senioren
DRK: 14.30 bis 15.30 Uhr Seniorengymnastik, DRK-Zentrum, An der Schwedenschanze, 14 Uhr Skatgruppe, Henry-Dunant-Haus, Franz-Knöbel-Straße, Wiedenbrück

Seniorenpark Carpe Diem



Alltagssituation: Trainerin Petra Demath (v. l.) erklärt, wie man mit einem Rollator gut einen Bordstein hinauf gehen kann. Tagespflegegast Karl-Heinz Strauß probiert es unter Beobachtung von Joachim Grothaus von der Verkehrswacht aus. Fotos: Leskovsek

Sicher mit dem Rollator unterwegs

Rheda-Wiedenbrück (gl). Sicher mit dem Rollator unterwegs: Die Kurzzeitpflegegäste und die Besucher der Tagespflege im Seniorenpark Carpe Diem konnten kürzlich an einem entsprechenden Training teilnehmen. Fast alle Menschen, die im Seniorenpark in der Siechenstraße ein- und ausgehen, benutzen einen Rollator. Oftmals sind diese falsch eingestellt oder funktionieren nicht mehr richtig.

Die Firma Sanitätshaus Mitschke hat in Zusammenarbeit mit der Verkehrswacht des Kreises Gütersloh das Training im Haus der Tagespflege durchgeführt, und wertvolle Tipps gegeben für Menschen, die mit dem Rollator ihren Alltag bewerkstelligen. „Das sind längst nicht nur ältere Menschen, sondern auch schon Jüngere, die

nach einer Operation, durch einen Schlaganfall oder anderen Einschränkungen nicht sicher alleine gehen können“, erklärte Dennis Plümer von der Firma Mitschke. Er übernahm den technischen Part und schaute sich alle Bremsen an, stellte diese richtig ein und überprüfte auch, ob die Höhe des Rollators richtig eingestellt war. „Wenn der Rollator zu hoch eingestellt ist, bremsst er nicht richtig“, sagte er und erklärte den älteren Herrschaften, die manches Mal eine bequemere höhere Einstellung gewählt haben, wie wichtig das sei.

Petra Demath von der Verkehrswacht erläuterte, dass die richtige Höhe eingestellt ist, wenn die Griffe auf Handgelenkhöhe sind. Wenn der Rollator zu niedrig eingestellt ist, ginge das auf die Wirbelsäule und wenn er zu hoch sei,

könne das Nacken- und Schulterverspannungen mit sich bringen. Ihr Kollege Joachim Grothaus ergänzte, dass es auch sinnvoll sei, das Personal anzuleiten, weil in den Tageseinrichtungen die Gäste oft wechseln. „Wenn das Personal geschult ist, können sie die Tipps, Tricks und Einstellungen im täglichen Ablauf mit einfließen lassen“, erklärte er.

Auch die zwei Bremsen des Rollators wurden unter die Lupe genommen. Die eine ist für kleine Bremsvorgänge vorgesehen und mit einer Fahrradbremse zu vergleichen. Diese kommt zum Einsatz, wenn man eine Rampe oder einen Hügel heruntergeht, damit man nicht zu schnell wird oder eine kurze Pause einlegt. Die Feststellbremse ist dagegen die Hauptbremse. Wenn diese nach unten gedrückt wird, bleibt die Gehhilfe

sicher an Ort und Stelle fixiert stehen.

Gezeigt wurde den 20 Teilnehmern auch, wie sie eine Stufe oder einen Bordstein sicher hinaufgehen, vor die Stufe stellen, einen Fuß zurücksetzen und die Fahrradbremse ziehen. Dabei konnte der Rollator ganz leicht vorne hochgehoben und die Vorderräder auf die Stufe gesetzt werden, sagten die Experten. Die Hinterräder folgen durch weiteres Anschieben. Wenn alle Räder oben sind, werde die Feststellbremse gedrückt und man könne selber den Bordstein besteigen. Erst dann werde die Feststellbremse gelöst. „Das muss man sicherlich ein paar Mal üben, doch es schützt vor Stürzen und man bleibt nicht mit einem Rad hängen“, erklärte Demath. Eine Stufe hinunter sollte man rückwärtsgehen.

Hospizgruppe Autorenlesung mit Ulrich Auffenberg

Rheda-Wiedenbrück (gl). Das neueste Buch von Monsignore Ulrich Auffenberg ist unter dem Titel „Sorgt euch nicht! – 36 Anstöße zur Gelassenheit“ im Herder Verlag erschienen. Die Hospizgruppe Rheda-Wiedenbrück bietet dazu eine Autorenlesung an. Diese findet am Donnerstag, 23. Oktober, ab 19 Uhr in der evangelischen Kreuzkirche an der Wasserstraße in Wiedenbrück statt. Die Lesung erhält durch den besonderen Ort und die musikalische Begleitung von Klemens Reith mit Gitarre und Gesang einen meditativ-vertiefenden Charakter. Die Ausgangsfrage des Buchs lautet: „Wie können wir in einer Welt voller Krisen und Unsicherheiten Gelassenheit leben?“ Ulrich Auffenberg, der als pensionierter Pfarrer in Paderborn lebt und elf Jahre Pfarrdechant der St. Aegidius-Gemeinde in Wiedenbrück war, versucht in 36 kurzen Kapiteln Antworten zu geben. „Mit Geschichten aus dem Leben, spirituellen Einsichten und praktischen Impulsen lädt er ein, Gelassenheit als Lebenskunst zu entdecken – nicht in Form einer passiven Haltung, sondern als aktive Kraft, die uns trägt und befreit“, heißt es in der Ankündigung. Der Römer Seneca, der im 1. Jahrhundert nach Christus lebte und als Philosoph der Gelassenheit gilt, habe den Satz geprägt: „Dass ich dich liebe habe, mein Leben verdanke ich dem Tod.“ Der Eintritt ist frei.



Rückkehr: Der ehemalige Wiedenbrücker Pfarrdechant Ulrich Auffenberg liest aus seinem Buch. Foto: privat

Training hilft bei der Minimierung des Risikos

Rheda-Wiedenbrück (gl). Beide Trainer gaben den Anwesenden den Tipp, gerade bei Stufen um Hilfe zu bitten, wenn immer jemand in der Nähe ist. Im Bus sollte man sich nie auf den Rollator setzen, weil er trotz Bremse nicht sicher steht und bei scharfen Bremsmanövern des Fahrzeugs wegrutschen kann. „Immer einen Sitzplatz suchen“, mahnte Petra Demath von der Verkehrswacht.

Wer spazieren geht und eine Pause benötigt, könne den Rollator leicht um sich herum bewegen, ihn drehen und dann auf der Sitzfläche Platz nehmen – bei angezogener Bremse, versteht sich. Damit die Senioren auch gerade in der dunklen Jahreszeit gut gesehen werden, gaben die Experten ihnen noch reflektierende

Schnappbänder für die Rollatoren und die Kleidung sowie eine leuchtende Weste, die man leicht über die Jacke ziehen kann.

Das Fazit: Die Höhe richtig einstellen (Griffe auf Handgelenkhöhe), Bremsen richtig nutzen und regelmäßig nachstellen. Reflektoren am Fahrzeug und der Kleidung anbringen sowie die kleinen Tricks der Experten beachten – und einfach Mitmachen um Hilfe bitten. Tagespflegeleiterin Michaela Dogan-Smith und Einrichtungsleiterin Sabrina Naccarato waren nach der Veranstaltung begeistert und verbuchten das Training als vollen Erfolg. „Es ist toll, dass auch wir heute etwas gelernt haben. Für alle war es sehr aufschlussreich.“

Waltraud Leskovsek



Aktiv: Sichtlich Freude hatten die Senioren beim Rollator-Training in der Tagespflege Carpe Diem an der Siechenstraße

Auszeichnung

Osterrath-Realschule erhält zum siebten Mal Berufswahl-Siegel

Rheda-Wiedenbrück (gl). Große Ehre für die Osterrath-Realschule (ORS) zum siebten Mal in Folge wurde sie für ihre herausragende Arbeit in der Studien- und Berufsberatung mit dem begehrten Berufswahl-Siegel ausgezeichnet. Die feierliche Verleihung fand Ende September im Rahmen des Jubiläums „25 Jahre Berufswahl-Siegel“ in der Stadthalle Gütersloh statt.

Die Veranstaltung, ausgerichtet von der Peter-Glaser-Stiftung, bot ein abwechslungsreiches Programm aus Impulsvorträgen, Laudationen und musikalischen Beiträgen des Ensembles Vinosso. Insgesamt wurden 14 Schulen aus Ostwestfalen-Lippe (OWL) für ihre engagierte Arbeit

in der Berufsorientierung geehrt. Die Osterrath-Realschule stach dabei besonders hervor. Sie ist die einzige Schule in OWL, die bereits zum siebten Mal die begehrte Plakette entgegennehmen durfte – und gehört damit bundesweit zu den wenigen Bildungseinrichtungen, die bereits sechsmal erfolgreich zertifiziert wurden.

Bereits im Frühjahr hatte die ORS den anspruchsvollen Audit-Tag gemeistert. Dabei stellten sich Lehrkräfte, Schulleiterinnen und Schüler sowie außerschulische Partner den Fragen einer unabhängigen Jury. In der Rückmeldung der Peter-Glaser-Stiftung heißt es: „Die Osterrath-Realschule überzeugt mit einem be-

eindruckend durchdachten, strukturierten und ganzheitlich ausgerichteten Konzept zur Studien- und Berufsorientierung.“

Für die Schulgemeinschaft ist die Auszeichnung sowohl Bestätigung als auch Motivation. „Die erneute Verleihung des Berufswahl-Siegels zeigt, dass sich unser Engagement im Bereich der Berufsfindung wirklich auszahlt“, betonte Schulleiter Olaf Diekwisch. „Gleichzeitig verstehen wir sie als Ansporn, diesen erfolgreichen Weg konsequent weiterzugehen.“ Mit ihrem kontinuierlichen Einsatz und der engen Zusammenarbeit mit regionalen Betrieben und Institutionen bleibe die ORS ein Vorbild für gelungene Berufsorientierung.



Vorbildlich: Bereits zum siebten Mal erhält die ORS das Berufswahl-Siegel der Peter-Glaser-Stiftung. Darüber freuen sich (v. l.) Natalie Adam (Jurymitglied), Schulleiter Olaf Diekwisch, Anja Hackmann und Gudrun Bühlmeier (beide StuBO-Team der Osterrath-Realschule) sowie Jurymitglied Vera Birthe Bratengier (Jurymitglied). Die Auszeichnung wird für eine hervorragende Arbeit im Bereich der Berufsorientierung vergeben. Foto: privat