

# SENIOREN JOURNAL

ZUHAUSE  
IN MINDEN-LÜBBECKE  
UND SCHAUMBURG

AUSGABE 114 ++ APRIL ++ MAI 2026 ++ [www.senioren-journal.de](http://www.senioren-journal.de) ++ kostenlos zum Mitnehmen



[WWW.DOMICIL-GRUPPE.DE](http://WWW.DOMICIL-GRUPPE.DE)



## ZUR VERSTÄRKUNG UNSERES TEAMS SUCHEN WIR:

- PFLEGEASSISTENTEN MIT  
BEHANDLUNGSPFLEGESCHEIN (M,W,D)
- MED. FACHANGESTELLTE (M,W,D)

ALLE INFOS AUF [DOMICIL-GRUPPE.DE/KARRIERE](http://DOMICIL-GRUPPE.DE/KARRIERE)  
DIREKTBEWERBUNG PER MAIL:  
[KARRIERE@DOMICIL-GRUPPE.DE](mailto:KARRIERE@DOMICIL-GRUPPE.DE)

  
PFLEGETEAM  
DOMICIL  
BETREUUNG ZUHAUSE

HÄUSLICHE SENIoren-  
UND KRANKENPFLEGE

Tel. 05722/28 68 68  
Tel. 0571/50 92 800

[pflorgeteam@domicil-gruppe.de](mailto:pflorgeteam@domicil-gruppe.de)

## ***Guten Tag, liebe Leserin, lieber Leser!***

Es liegt etwas in der Luft. Ja klar, es ist der Frühling. Es ist die Leichtigkeit, die uns befällt. Die uns verliebt macht, einfach verliebt in das Erwachen der Natur, vielleicht in einen Menschen oder einfach in das Leben! In diesem Editorial steckt eine Menge Liebe. Dem größten Gefühl der Welt. Dem mächtigsten, dem stärksten. Wir möchten ein positives Signal in Ihren Alltag schicken. Ein kleines wärmendes Leuchtfeuer in einer Welt, die immer kälter und bedrohlicher zu werden scheint. Lassen wir nicht zu, dass uns bang ums Herz wird, dass wir Scheuklappen aufsetzen. Ellenbogen ausfahren. Hassen. Hetzen. Es gibt keine Liebe mehr unter den Menschen? Oh doch! Ja, die Liebe ist ein wunderbares Gefühl. Doch deine und meine Liebe heben nicht auf, dass heute Tausende verhungern, dass Kriege anfangen oder weitergehen, dass es Ausbeutung gibt, Vergewaltigung und grauenhafte Brutalität. Nur wenn wir lieben, zerstören wir nicht weiter. Es gibt die Liebe, überall im Großen und im Kleinen. Wir müssen nur hinsehen. Und sie mutig weitertragen.



Sich in etwas verlieben – und sei es in ein Projekt oder eine Idee – ist immer auch Ausdruck einer Veränderung, die in unserem Innersten beginnt. Wir schöpfen neue Kraft, entwickeln Lösungen und überwinden dabei die Grenzen der Vernunft. Weil wir uns selbst beflügeln. Und wir geben das Wertvollste, was wir haben: Liebe, Zuversicht und Beharrlichkeit. Denn sich zu verlieben ist nicht einfach nur ein Gefühl. Es ist eine Aufgabe, die uns viel abverlangt. Es ist aber auch eine Aufgabe, die uns ein großes Geschenk macht, indem sie uns erlaubt das zu lieben, was wir tun. Oder tun wir was wir lieben? Das lässt sich dann kaum noch unterscheiden. Viele von uns haben sie schon erfahren. Die Kraft und die Magie, die von der Liebe ausgehen. Liebe vertreibt die Angst. Liebe schenkt Sicherheit. Liebe schafft Wohlbefinden. Liebe macht aus Zauderern mutige Menschen. Und wer Liebe schenkt, bekommt Liebe zurück. Eigentlich eine ganz einfache Gleichung. Denn ohne Nahrung verkümmert die Liebe. Ihre Nahrung heißt Verständnis, Vertrauen und Offenheit. Ihre Träume heißen Zweisamkeit, Berührung und Zärtlichkeit...

Hand aufs Herz: Sind Sie romantisch? Im Wonnemonat Mai sind Gefühle erlaubt. Und das sollten wir nutzen. Endlich schimmert es grün und hoffnungsvoll. Die Mücken tanzen, auch die Hormone. Und Amors Pfeile schießen unkontrolliert durch die Lüfte. Wer Glück hat, wird getroffen. Und wer ganz viele Glück hat, der verliebt sich jedes Jahr im Frühling immer wieder in dasselbe Herz!

***Ihre Annina Pietza und die gesamte Redaktion***

### **Ihr zuverlässiger Partner in Minden-Dankersen**

- Elektroinstallationen
- Kundendienst
- Photovoltaikanlagen
- Netzwerktechnik
- Gebäudeautomatisierung
- Baustromversorgung
- Elektrische Heizsysteme
- SAT-Anlagen

e-Markenbetrieb



[www.krueckemeier.de](http://www.krueckemeier.de) | Telefon 0571 387030  
Dankerser Straße 169 | 32423 Minden

WENN schnelle  
Hilfe gefragt  
ist, DANN fragen  
Sie uns!



Vertretung Everding OHG  
Scheier Str. 3  
31675 Bückeberg  
Tel. 05722 4888  
[everding@vgh.de](mailto:everding@vgh.de)

Finanzgruppe

**VGH**  
fair versichert



IHRE GESUNDHEITSPARTNER.

# MEDICAL-CENTER

Brückenstraße 4-6 · 32549 Bad Oeynhausen  
Telefon: 0 57 31-98 24 10

## Unabhängig sein dank faltbarer Elektrorollstühle



Entdecken Sie Ihre Umgebung neu - ob Innenstadt, Park oder ländliche Idylle.  
Mit einem faltbarem Elektrorollstuhl genießen Sie Ihre Freiheit und erreichen problemlos Ihr Ziel.

### Beratung und Verkauf in unseren Filialen in Ihrer Nähe:

Ihre Gesundheitspartner  
Conrady  
Brückenstraße 4-6  
32549 Bad Oeynhausen  
Telefon: 0 57 31-2 21 33

Ihre Gesundheitspartner  
Busse  
Detmolder Straße 14  
32545 Bad Oeynhausen  
Telefon: 0 57 31-2 21 34

Ihre Gesundheitspartner  
Conrady  
Klosterstraße 19  
32545 Bad Oeynhausen  
Telefon: 0 57 31-25 98 41

Ihre Gesundheitspartner  
Bierbüsse  
Lübbecker Str. 8  
32584 Löhne  
Telefon: 0 57 32-29 53

Ihre Gesundheitspartner  
Hardt  
Flurweg 13  
32457 Porta Westfalica  
Telefon: 05 71-388 388 11

Ihre Gesundheitspartner  
Hardt  
Königstraße 108  
32427 Minden  
Telefon: 05 71-388 388 0

Ihre Gesundheitspartner  
im Schuhhaus Niemann  
Friller Str. 37-43  
31675 Bückeburg-Cammer  
Telefon: 05 71-9 74 10 22

Ihre Gesundheitspartner  
Backe & Hebrok  
Hoffmannstraße 8  
32105 Bad Salzuflen  
Telefon: 0 52 22 - 36 96 97-0

Ihre Gesundheitspartner  
Backe & Hebrok  
Bielefelder Straße 32b  
32105 Bad Salzuflen  
Telefon: 0 52 22 - 97 76 63

Ihre Gesundheitspartner  
Backe & Hebrok  
Lange Straße 64  
32791 Lage  
Telefon: 0 52 32 - 9 73 49 77

Ihre Gesundheitspartner  
Ordelheide & Hillmann  
Weserstraße 14  
31737 Rinteln  
Telefon: 0 57 51-51 69

Ihre Gesundheitspartner  
Ordelheide & Hillmann  
Obernstraße 27  
31655 Stadthagen  
Telefon: 0 57 21-47 78

Ihre Gesundheitspartner  
Ordelheide & Hillmann  
Lange Straße 33  
31675 Bückeburg  
Telefon: 0 57 22-39 80

Ihre Gesundheitspartner  
Ordelheide & Hillmann  
Bahnhofstraße 13a  
31542 Bad Nenndorf  
Tel.: 0 57 23-9 87 18 69

Weitere Informationen finden Sie auf unserer Webseite  
[www.ihre-gesundheitspartner.de](http://www.ihre-gesundheitspartner.de)



## Die Tulpe - Eine Blume mit stürmischer Vergangenheit

Die Tulpen bilden eine Pflanzengattung aus der Familie der Liliengewächse. Aus der Türkei kam die Garten-Tulpe um die Mitte des 16. Jahrhunderts nach Mittel- und Westeuropa. Die erste Beschreibung stammt von Ghislain de Busbecq, von 1555 bis 1562 Botschafter in Österreich. Er nahm Tulpenzwiebeln von Konstantinopel (Istanbul) mit nach Wien, wo sie in den Gärten des Habsburger Kaisers eingepflanzt wurden. Dank der fachgerechten Pflege des französischen Botanikers Carolus Clusius gediehen die Tulpen. Clusius kam auf Drängen der Niederlande an die Universität nach Leiden mit einem geheimen Vorrat an Tulpenzwiebeln. 1594 blühte in Leiden eine Tulpe – eine Premiere in den Niederlanden! Gegen

Ende des 16. Jahrhunderts wurde Holland zu einem Zentrum der Tulpenzucht. Es entstand eine Vielzahl von Sorten, darunter auch solche mit gefüllten oder mit farbig geflammten Blüten. Die Tulpen wurden zu einem Spekulationsobjekt, es entstand die sogenannte Tulpenmanie.

Damals war die Tulpe eine sehr berühmte und unglaublich kostbare Blume. So teuer waren Tulpen, dass man sich für eine Zwiebel von einer besonders hübschen bunten Tulpe mit gefiederten Blütenblättern ein ganzes Haus kaufen konnte! Ja, für drei Zwiebeln konnte man ein Haus an einer Gracht erwerben. Kaufleute und Bürger, die sich keine eigene Tulpe leisten konnten, ließen ein Ölgemälde von einer besonders

schönen Tulpe malen. Verückt ... oder? Wo wir die Tulpen heute einfach so im Supermarkt kaufen können. Und gleich einen ganzen dicken Strauß! Überall in Holland drehten sich die Gespräche und Geschäfte um ein und dasselbe Thema: Die Tulpe. Man belastete Häuser, Grundstücke und Unternehmen mit Hypotheken, um Tulpenzwiebeln kaufen zu können. Der Zwiebelhandel hatte sich zu einem wilden Spekulationsgeschäft entwickelt, bis es 1637 plötzlich mehr Verkäufer als Käufer gab, der Markt brach zusammen. Nach einem Börsencrash normalisierte sich der Handelswert von Tulpen. Für Tausende von reichen Holländern kam der finanzielle Ruin praktisch über Nacht.

Die Begeisterung für Tul-

pen hielt jedoch an, das Tulpengeschäft florierte erneut. Die Tulpe wurde von einer Blume des Adels und Geldbürgertums zu einer weit verbreiteten Zierpflanze. Ende des 19. Jahrhunderts entwickelte sich in den Niederlanden die gezielte Züchtung von neuen Sorten. Hier werden 1.200 Sorten kultiviert. Heute ist das Züchten von Tulpen ein wichtiges Geschäft in den Niederlanden – auch ein wunderschönes Geschäft! Denn wenn der Frühling in Holland einzieht, sieht man, wie Tausende von Hektar Land zu neuem Leben erwachen. Plötzlich sind die Felder mit Flächen blühender Tulpen in den herrlichsten Farben überzogen – eine anmutige Blumenpracht, die Touristen aus aller Welt anlockt.

**AP**





## Der Frühling kommt – das Leben erblüht

Auf eine wunderschöne Art und Weise ist es Ludwig Uhland mit seinem Gedicht „Frühlingsglaube“ gelungen, diese Jahreszeit zu beschreiben.

### Frühlingsglaube

Die linden Lüfte sind erwacht,  
sie säuseln und weben Tag und Nacht,  
sie schaffen an allen Enden.

O frischer Duft, o neuer Klang!  
Nun, armes Herze, sei nicht bang!  
Nun muss sich alles, alles wenden.

Die Welt wird schöner mit jedem Tag,  
man weiß nicht, was noch werden mag,  
das Blühen will nicht enden.

Es blüht das fernste, tiefste Tal:  
Nun, armes Herz, vergiss der Qual!  
Nun muss sich alles, alles wenden.

Frühling steht für das Entstehen neuen Lebens. Die Tage sind länger und milder, die Wiesen grün, die Blumen blühen. Den Bäumen sieht man an, dass sie grün werden wollen, ihre Stärke und Vitalität ist förmlich zu spüren. Lassen Sie sich vom Wecker der Natur aus dem Schlaf singen. Jetzt kann man frühmorgens das Flöten der Amseln und das Tschilpen der Sperlinge hören, aber auch trillern-de Zaunkönige, Feldlerchen und Zilpzalps.

Die Menschen sind froh, dass die Herrschaft des Winters,

des kalten und dunklen Gesellen, endlich zu Ende ist. Wir lechzen nach Licht, gehen staunend spazieren und sind offen für die Wunder dieser schönen Jahreszeit. Die Sonne wärmt mit einer Kraft, die wir beinahe vergaßen. Wir sitzen auf der Bank oder im Straßencafé und genießen die wärmenden Strahlen. Lassen wir uns anstecken vom wunderbaren Treiben der Natur! Öffnen wir die Herzen für die Sonnenstrahlen, für das Vogelgezwitscher – und für uns Menschen!

Der Frühling lässt uns aufblühen – wie macht er das? Die Absenkung des Hormons Melatonin macht uns wach und aktiv. Zudem hat die Helligkeit einen großen Einfluss auf die Stimmung. Die Sonne sorgt auch dafür, dass die Natur vermehrt Düfte freisetzt. Darum gibt es plötzlich viel intensivere Gerüche als im Winter. Frühlingsduft haben wir gespeichert als schöne Erinnerung. Frühlingsgefühle! Die Vorstellung, dass Menschen zeitgleich mit Frühlingsgefühlen auch vermehrt Sexualhormone ausschütten, verbannt der Bochumer Hormonexperte Prof. Schatz allerdings ins Reich der Märchen: „Wenn man sich die Geburtenstatistik anschaut, sieht man deutlich, dass mehr Kinder im Spätsommer und Frühherbst gezeugt werden“. Gegen die Theorie aufkeimender Verliebtheitsgefühle im Frühling spricht das trotzdem nicht. Wenn keine Wintermäntel mehr die Silhouetten tatsächlicher oder möglicher Partner verstecken, wenn triste Grautöne bunten Farben weichen, wenn die Tage länger und die Nächte kürzer werden – dann fällt es leicht, sich zu verlieben. In einen netten Menschen, den Frühling oder einfach in das Leben selbst. **AP**



## Der Regenbogen und seine Magie

Regenbögen sind Kreise, die durch Lichtbrechung im Regen entstehen und durch den Horizont abgeschnitten werden. Sie erstrahlen in Rot, Orange, Gelb, Grün, Blau und Violett und zeigen uns, zu welcher Pracht die Natur fähig ist. Nach einem Regenschauer erscheint ein Regenbogen, wenn sich das weiße Sonnenlicht an den verbliebenen Wassertropfen in der Atmosphäre bricht. Das Licht wird in seine Spektralfarben aufgeteilt.

Häufig sind nur bunte Streifen am Himmel zu sehen, doch manchmal leuchtet er so stark und erscheint, als bilde er eine Brücke zwischen Himmel und Erde. Seit

der Sintflut gilt das bunte Spektakel im Judentum und Christentum als Symbol der Hoffnung. Indigene Kulturen, wie etwa die australischen Ureinwohner, sehen in ihm eine Brücke zu ihren Ahnen. In irischen Märgen verstecken Kobolde Gold gern dort, wo es nicht zu erreichen ist – am Ende eines Regenbogens...

Haben Sie das Glück, einen doppelten Regenbogen zu beobachten, schauen Sie gut hin: Die Farben des zweiten Bogens erstrahlen in umgekehrter Reihenfolge. Übernimmt ein Vollmond die Aufgabe der Sonne, kann gar ein nächtlicher und blasser Regenbogen entstehen – eine Seltenheit! **AP**



**Druckerei  
art + image  
GmbH & Co. KG**

**Starte  
Deine Zukunft  
bei uns!**

**Mach eine  
Ausbildung als  
Medientechnologe  
Druckverarbeitung (m/w/d)**  
---  
**Maschinen- und  
Anlagenführer  
(m/w/d)**

**oder als  
Mediengestalter  
(m/w/d)**  
---  
**Medientechnologe  
Druck (m/w/d)**

**INNOVATIV | ERFAHREN | KREATIV | PRÄZISE | ZUVERLÄSSIG**

Dresdener Str. 4 | 32423 Minden  
Tel.: +49 571-82898-0 | [www.art-image.de](http://www.art-image.de) | [info@art-image.de](mailto:info@art-image.de)

STARTE EINEN  
RUNDGANG DURCH  
UNSER GEBÄUDE





## Der Baum der Bäume Der Olivenbaum...

... ist ein wichtiges Element der mediterranen Vegetation und Kulturlandschaften rings ums Mittelmeer. Seit Jahrhunderten geschätzt und verehrt, hat er seit der Antike nicht nur dort, sondern darüber hinaus bis heute in vielen Kulturen und Religionen auch eine spirituelle Bedeutung – so zum Beispiel als Zeichen des Friedens und der Hoffnung. Er ist ein Baum, der im Alter oft ein knorriges Erscheinungsbild besitzt. Bereits seit dem vierten Jahrtausend v.Chr. Als Nutzpflanze kultiviert, erreicht er als verzweigter immergrüner Baum mit seinen lanzenförmigen und an der Unterseite silberfarbigen Blättern Wuchshöhen von bis zu 20 Metern.

Olivenbäume können viele hundert Jahre werden. Das älteste bekannte Exemplar wächst auf Kreta und wird sogar auf ein Alter von 3.500 Jahren geschätzt. Sehr alte Bäume befinden sich in Spanien in Tarragona mit einem Alter von über 1.700 Jahren und in Castellon mit 1.200 Jahren. Funde von fossilen Blattabdrücken, die von der griechischen Insel Santorin stammen, bezeugen, dass es bereits vor 54.000 Jahren Olivenbäume gab.

Eine kulturelle Bedeutung gewann der Olivenbaum im antiken Griechenland. Dort galt er als heiliger Baum der Göttin Athene. Kränze, die in Griechenland Siegern verliehen wurden, wurden aus Olivenzweigen gewunden. Die Athleten rieben sich vor den Wettkämpfen mit Olivenöl ein und nahmen es zur Stärkung zu sich. Das Einsalben mit diesem Öl blieb aber den Reichen als Luxusgut vorbehalten. In der Bibel wird der Olivenbaum nicht nur erwähnt, son-

dern häufige Hinweise in den Texten unterstreichen seine Bedeutung im Nahen Osten. So trägt die nach der Sintflut zur Arche Noah zurückkehrende Taube einen Ölzweig im Schnabel. Entsprechend ist im Christentum die Taube mit dem Ölzweig bis heute ein Symbol des Friedens. Auch in der Flagge der UNO gilt der Ölzweig als ebensolches Zeichen.....Auch im Koran kommt dem Ölbaum Bedeutung zu, meist in Verbindung mit dem Licht Gottes. „Die Ölbäume sind sehr charakteristisch und ich gebe mir Mühe, das einzufangen...“, so schrieb es Vincent van Gogh im Brief an seinen Bruder Theo, nachdem er von den Niederlanden nach Südfrankreich übergesiedelt war. Er malte ja viele Bilder von Olivenbäumen. Und wer kennt nicht die berühmte Taube des Malers Picasso mit dem Ölzweig im Schnabel.

Der Olivenbaum trägt im Durchschnitt, natürlich abhängig von Wetter, Wasser, Größe und Alter, 300 kg Oliven. Ernte und Verarbeitung sollten möglichst wegen der hohen Qualität des Öls am gleichen Tag erfolgen. Spanien ist mit 80 % der größte Olivenproduzent der Welt. Dort werden etwa 200 Sorten kultiviert. Das aus dem Fruchtfleisch und den Kernen hergestellte Öl, auch „flüssiges Gold“ genannt, hat je nach Sorte und Herstellung zahlreiche aromapragende Substanzen. Auch die Farbtöne variieren und können von hellgelb bis grünbräunlich reichen. Olivenöl kann auch naturtrüb sein, was aber keinen Einfluss auf die Qualität hat. Wobei die für den Konsumenten entscheidenden Faktoren neben Säuregehalt, Geruch, Aussehen und Geschmack auch die offizielle Zertifizierungen sind. Geschützte Bezeichnungen, die Auskunft darüber geben, woher das Öl stammt. Und dann natürlich der Preis. Denn ein gutes Olivenöl findet man nicht im unteren Preissegment, es kostet pro Liter ab 15 Euro ...nach oben offen!

**AP**

# Ihr regionaler Partner für Sitzlifte • Homelifte • Aufzüge



Unsere  
Liftausstellung  
eröffnet in Kürze.

Weitere Infos  
hier.



## Rufen Sie uns an!

Wir nehmen uns Zeit für Ihre  
Beratung – telefonisch oder vor Ort.

 05751 15 999 66

 WhatsApp 



- ✓ Kostenlose Beratung
- ✓ Neu • Gebraucht • Zur Miete
- ✓ Mehrere Angebote  
verschiedener Hersteller
- ✓ Alles aus einer Hand
- ✓ Ihr regionaler Familienbetrieb

[www.scharrer-liftsysteme.de](http://www.scharrer-liftsysteme.de) • Hildburgstraße 17 • Porta Westfalica



## Kaffee ist die beste Medizin

Bisher galt er eher als ungesund. Nun bestätigen zahlreiche Studien dem Getränk heilende Wirkung. Was ist dran?

### **Er ist ein Stress-Killer:**

Im Prinzip machen viele von uns unbewusst bereits das Richtige. Ist im Job viel zu tun, holen wir uns erst mal einen Kaffee. Bewiesen wurde die Stress lindernde Wirkung des Koffeins allerdings erst jetzt. Ein internationales Forscherteam fand heraus, dass Koffein einen speziellen Rezeptor blockiert und dadurch Stress-Symptome verringert. Man ist weniger ängstlich, leistungsfähiger und positiver gestimmt. Das bestätigt auch eine Langzeitstudie. Bei Frauen, die vier Tassen koffeinhaltigen Kaffee am Tag tranken, traten Depressionen um 20 % seltener auf als bei denjenigen, die nur eine Tasse pro Woche konsumierten.

### **Seit langem ist unbestritten:**

Ihr täglicher Kaffee könnte Sie vor Demenz schützen! Eine große Langzeitstudie aus den USA zeigt, dass moderater Koffein-Konsum das Demenz-Risiko senken könnte. Wer am meisten Koffein konsumiert hatte bei dieser Studie hatte ein 18 % geringeres Demenz-Risiko als Personen mit keinem Konsum. Die größten Vorteile zeigten sich bei zwei bis vier Tassen täglich. Bei höherem Konsum zeigte sich kein weiterer Effekt. Es gilt also nicht: Je mehr, desto besser! Man weiß schon lange, dass Kaffee wach macht und die Konzentrationsfähigkeit steigert. Zudem verbessert er auch unser Langzeitgedächtnis. Wer nach dem Lernen rund zwei Tassen Kaffee zu sich nimmt, kann sich den Stoff besser merken.

### **Er schützt das Kreislaufsystem:**

Menschen, die täglich zwischen drei und fünf Tassen Kaffee trinken, erleiden nicht so häufig einen Herzinfarkt oder Schlaganfall wie solche, die keinen oder auch mehr Kaffee konsumieren. Grund dafür könnten neben den antioxidativen und antientzündlichen Eigenschaften des Koffeins auch dessen positive Auswirkungen auf den Blutdruck sein. Schon eine Tasse Kaffee am Tag täglich senkt den Bluthochdruck.

### **Er stärkt die Leber:**

Falls Sie noch ein gutes Argument für einen starken Kaffee nach einer langen Party-Nacht brauchen, hier ist es: Er regeneriert die Leber. Nach einer Feiernacht mit Alkoholenuss hatten Kaffeetrinker bessere Leberwerte als Menschen, die einen Tag vorher keinen Kaffee zu sich genommen hatten. In den Bohnen enthaltene Stoffe sollen die Aktivierung der Entgiftung der Leber und des ganzen Körpers unterstützen.

### **Wie viel Kaffee ist zu viel?**

Bis zu vier Tassen koffeinhaltigen Kaffee können Sie als gesunder Mensch am Tag trinken, sagen Mediziner. Wenn Sie dann nachts noch schlafen können. Falls nicht, kann der Umstieg auf andere Bohnensorten helfen. Während die Robusta einen Koffeingehalt von bis zu 4,5 % hat, sind es bei Arabica bloß zwischen 1,1 und 1,7 %. Und achten Sie bitte auf Qualität. Eine schonende Langzeitröstung (steht auf der Packung) ist am bekömmlichsten. **AP**



Bis zum 3. Mai erfreuen wir Sie mit „BIG LOVE“ – grenzenloses Entertainment.

Mit einer hinreißenden Liebeserklärung an das Varieté, an Akrobatik, die große Kunst der Comedy und an brillantem Gesang bringt dieses Showspektakel facettenreiches Entertainment und gleichzeitig den Glamour einer Revue auf die Bühne.

Planen Sie mit Ihrer Familie oder Freunden einen Ausflug ins Kaiserpalais am Pfingstmontag, dem 25. Mai zum "Tag der Offenen Tür" von 12-18 Uhr. Es erwarten Sie Showacts, kulinarische Genüsse in unserem wunderschönen Palmengarten-Restaurant und ein Einblick in das schönste Varieté Deutschlands.

Tickets und Gutscheine erhalten Sie unter Telefon 05731- 74 480 oder [varieté.de](http://varieté.de) - Wir wünschen Ihnen viele außergewöhnliche Stunden im GOP-Varieté-Kaiserpalais Bad Oeynhausen, Im Kurpark 8.

## WIRTSCHAFTSPRÜFER STEUERBERATER

KOMPETENZ IN BERATUNG FÜR  
UNTERNEHMEN UND PRIVATPERSONEN

**JETZT  
KONTAKTIEREN**

Angela Barkowsky

*Wirtschaftsprüferin, Steuerberaterin*

Dipl.-Kfm. Thorsten Zehner

*Steuerberater*

Roonstraße 22 · 32427 Minden  
Tel. 0571 / 8 37 93 0 · [www.steuer-minden.de](http://www.steuer-minden.de)



**BRILLANT. SEIT 61 JAHREN.**



**UHRMACHER.  
GOLDSCHMIED.  
DIAMANTGUTACHTER.  
ANKAUF VON SCHMUCK  
UND ZAHNGOLD.  
WERTBESTIMMUNGEN  
FÜR VERSICHERUNGEN UND  
ERBSCHAFTSANGELEGENHEITEN.**

**DÖRING**  
JUWELIER AM MARKT  
MINDEN



## Das Niederschlesische Elysium – Schlösser im Hirschberger Tal

Im 19. Jahrhundert wurde das Hirschberger Tal (heute rund um Jelenia Góra in Niederschlesien) zu einer bevorzugten Sommerfrische des preußischen Hochadels und der preußischen Königsfamilie. Das Tal beherbergte auf relativ kleinem Raum mehrere Dutzend Burgen, Schlösser und Herrenhäuser verschiedener Adelsfamilien.

Die preußische Königsfamilie erwarb im frühen 19. Jahrhundert mehrere Landsitze, darunter Fischbach, Erdmannsdorf und Schildau, und richtete insbesondere Erdmannsdorf als Sommerresidenz ein. Mit dem Zugang des preußischen Königshauses folgte der Hoch-

adel: viele Familien sicherten sich Anwesen mit Blick auf das Riesengebirge und die Schneekoppe, das Tal galt als „Niederschlesiens Elysium“ und als mondäne Sommerfrische.

Schlösser wie Fischbach (Karpniki), Lomnitz, Erdmannsdorf, Schildau, Buchwald oder Stonsdorf wurden gesellschaftliche Zentren, in denen der Adel den Sommer verbrachte und Gäste empfing. Bedeutende preußische Architekten und Gartenkünstler wie Karl Friedrich Schinkel, Friedrich August Stüler und Peter Joseph Lenné gestalteten Schlösser und vor allem Landschaftsparks im romantischen Stil.

Durch zahlreiche, ineinander übergehende englische Landschaftsgärten entstand am Fuß des Riesengebirges eine einzigartige Parklandschaft mit Sichtachsen auf die Schneekoppe und Staffagebauten auf kleinen Hügeln.

Nach 1945 verfielen viele Adelssitze, wurden als staatliche Einrichtungen genutzt und erst seit den 1990er Jahren teilweise durch Stiftungen, private Investoren und Nachfahren ehemaliger Besitzer als Hotels, Museen und Kulturorte restauriert.

Das Tal liegt nördlich des Riesengebirges bietet weite Blicke auf die sudetische Bergkette mit Schneekoppe und Falkenberg. Die Umgebung ist eine liebevolle Kulturlandschaft mit Wiesen, Feldern, kleinen Dörfern und zahlreichen historischen Parkanlagen.

Am besten nähert man sich dem Hirschberger Tal mit dem Fahrrad. Das Streckenprofil ist überwiegend wellig bis hügelig, mit kurzen Anstiegen, die jedoch selten alpin sind und sich gut in Tagesetappen einbauen lassen. Das Tal liegt auf etwa 250 bis 400 Metern Höhe und umfasst rund 273 Quadratkilometer. Im Süden schließt unmittelbar das Riesengebirge mit der Schneekoppe als markantem Gipfel an. Im Osten begrenzt der Landeshuter Kamm das Tal, im Westen das Isergebirge mit seinen Vorbergen, im Norden das Bober-Katzbach-Gebirge.

Dadurch entsteht ein kesselartiger Raum mit weitem Horizont nach innen und klarer Silhouette der Gebirge nach außen.

Das Hirschberger Tal ist eine weitgehend unbekanntere touristische Region – vollkommen zu Unrecht. Es gibt dort viel zu entdecken und zu erleben.

**Radeln im Hirschberger Tal**

Untenwegs mit Radreiseleiter  
Rainer Palsherm  
ab/bis Minden

♦ 22. - 29.09.26  
ab 1.598,-



- |   |  |
|---|--|
| <b>Brünn-Wien mit RAD</b><br>♦ 25.05. - 01.06. ab 1.638,-       | <b>Kühlungsborn</b><br>♦ 19.07. - 26.07. ab 1.398,-        |
| <b>Schottland</b><br>♦ 10.06. - 16.06. ab 1.528,-               | <b>Karl May Festspiele</b><br>♦ 29.07. - 31.07. ab 478,-   |
| <b>Holländische Impressionen</b><br>♦ 14.06. - 17.06. ab 798,-  | <b>Spreewald</b><br>♦ 31.07. - 02.08. ab 498,-             |
| <b>Zauber der Schweiz</b><br>♦ 20.06. - 26.06. ab 1.398,-       | <b>Alpen, Drau mit RAD</b><br>♦ 06.08. - 15.08. ab 2.148,- |
| <b>Cornwall mit London</b><br>♦ 24.06. - 01.07. ab 1.868,-      | <b>Schweden</b><br>♦ 02.08. - 08.08. ab 1.498,-            |
| <b>Baltikum</b><br>♦ 23.06. - 01.07. ab 1.898,-                 | <b>Nord-Ostsee-Kanal</b><br>♦ 11.08. - 13.08. ab 528,-     |
| <b>Nordkap &amp; Lofoten</b><br>♦ 01.07. - 15.07. ab 3.548,-    | <b>Ungarn</b><br>♦ 27.08. - 03.09. ab 1.498,-              |
| <b>Enns-RADweg</b><br>♦ 04.07. - 10.07. ab 1.498,-              | <b>Mosel</b><br>♦ 28.08. - 30.08. ab 438,-                 |
| <b>Holland mit RAD + Schiff</b><br>♦ 11.07. - 18.07. ab 1.598,- | <b>Masuren mit RAD</b><br>♦ 03.09. - 13.09. ab 2.248,-     |
| <b>Rügen mit Störtebeker</b><br>♦ 13.07. - 16.07. ab 798,-      | <b>Kroatien - Istrien</b><br>♦ 09.10. - 17.10. ab 1.178,-  |

BE-Reisen GmbH · Bierpohlweg 125 · 32425 Minden  
☎ 0571 44 33 4 · [www.be-reisen.de](http://www.be-reisen.de)





## Der Storch bringt die Babys

„Da hat der Storch das Baby gebracht“, behaupten die Eltern, wenn ihr Nachwuchs noch nicht über die biologischen Vorgänge aufgeklärt worden war und – durch die damalige Prüderie bedingt – die Erläuterungen der natürlichen Umstände von Zeugung und Geburt möglichst lange hinausgeschoben wurde. Nun fragt man sich, warum ausgerechnet der Storch die Kinder brachte. Weißstörche galten schon immer als Symbol fürs Glück. Der in deutschen Märchen und Fabeln für den Storch verwendeten Namen Adebar setzt sich aus dem althochdeutschen Wort „auda“ für Glück und der Wortendung „bar“, die so viel wie „bringen“ bedeutet, zusammen.

Aus nordischen Erzählungen stammt die Sage, dass der Storch ein Kind aus dem Brunnen zieht und es der Mutter bringt. Da Wasser im alten deutschen Volksglauben als Symbol und Ursprung für den Beginn des Lebens stand, lag es nahe, den Storch als Überbringer von Neugeborenen zu benennen, da er sich viel am Wasser aufhält. Unsere Vorfahren glaubten auch daran, dass schon die Seelen der Kinder im Wasser wohnen. Und da der Storch groß genug war, ein kleines Kind zu transportieren, verfestigte sich dieser Mythos und wurde über eine lange Zeit weiter getragen.

Oft hieß es in früheren Jahren, Kinder sollen Zucker für den Storch auf die Fensterbank streuen, wenn man sich ein Geschwisterchen wünscht. Und zwar weißen für eine Schwester und roten für einen Bruder. Dass die Mutter im Bett oder sogar Krankenhaus lag, nachdem der Storch das Baby gebracht hatte, wurde damit erklärt, dass der Vogel der Mutter ins Bein gebissen hatte....

Nun ist der Storch aber nicht überall derjenige, der die Kinder bringt. In Frankreich heißt es zum Beispiel, die Babys wachsen in Kohlköpfen. Laut der Ethnologin Jocelne Bonnet war der Kohl in bäuerlichen Gesellschaften ein weit verbreitetes Symbol für Fruchtbarkeit. Der große robuste Kohl wurde als Zeichen für Fülle und gutes Gedeihen betrachtet. **AP**



Selbstbestimmt leben. Mit der Sicherheit, dass im Notfall immer jemand da ist. Der Vitakt Hausnotruf ist nicht nur ein Knopf, sondern ein richtig gutes Gefühl.

**Kostenlose Beratung:**


**0 59 71 - 93 43 53**

**vitakt.com**



**Infomaterial  
anfordern**

**Vitakt. Füreinander da.**

späte Mahlzeit	Männerstimm-lage	Messer der Schuster	Jagdrevier zur Wild-pflege	eingele-gtes Tier-produkt	nichts davon	dicht zusam-men	Fluss zur Nordsee	Teil der Katzen-pfote	des Weiteren	Verluste (ugs.)	witzige Film-szene								
						Gedenk-stätte				14									
„Grund-gesetz“-Abschnitt		Hunde-rasse	Bienen-produkt			7	englische Bier-sorte	wohl erzogen			Ratsherr								
	2				Abk.: Sante, Santi		zum Ritter schlagen		12	engl. Fürwort: es	Halte-band an Kleidern								
			1	ausge-lernter Hand-werker				6	geschnit-tenes Holz										
Zone niedri-gen Luft-drucks			eine Farbe			10	erklären												
Wortteil: einheit-lich											Abk.: ad acta								
																		latei-nisch: ich	
unsicher, zwei-felnd	gewohn-heits-mäßiges Können																	9	
Wind-seite des Schiffs		ein Eltern-teil																	elastisch
	3																		
griechi-scher Buch-stabe																			
Kfz.-Z.: Neuss																			
											Ehe-mann		nicht ge-braucht		engl. Männer-name	Mittel-meer-insu-laner		Zahl-wort	wilde Acker-pflanze
ein weiches Metall	Stadt-bezirk Londons	Idee, Einfall		4						Ent-scheidungs-gewalt			5	abwärts					
Haar-farbe im Alter					Ab-steige-quartier		große europ. Wasser-straße				Teil Inner-asiens		hin und ...						
ganz und gar		großes Gemein-wesen			Grund-schul-fach			15	Zeltüber-dachung	die größte Katzen-art				Ober					
							talent-iert		Belohn-ung				Neben-buhler	veraltet: Zunft					
					Vorname des Regis-seurs Eichinger †		Schwell-wölbung der Haut				Sing-vogel		Raserei						
rotes Wurzel-gemüse			Roh-flanell					besitz-anzei-gendes Fürwort		peinlich genau									
west-britische Halb-insel						Frage-wort		Eigen-name der Eskimos		8			künstl. Nackt-darstel-lung	Abk.: west-licher Länge					
			nicht ausge-schaltet		Sicher-heits-posten					italie-nische Tonsilbe		Stadt am Kocher							
erfolg-reicher Schlager		Protz, Prahler							11	volks-tümliche Über-lieferung									
kleinste drei-stellige Zahl		13						Parole d. Franz. Revolu-tion						Abk.: Krone					

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----



**Dr. med. dent. Peter Kröncke**  
Praxis für moderne Zahnheilkunde und Implantologie

# Zahnimplantate sind Lebensqualität!

## „Lachen, essen, sprechen mit festem Zahnersatz!“

*„Alle Menschen möchten mit ihren Zähnen schlafen und nicht neben ihnen. Da sie nicht auf feste Zähne verzichten wollen, entscheiden sich immer mehr Patienten für Zahnersatz, der von Implantaten getragen wird.“*

Zahnarzt Dr. Peter Kröncke weiß wovon er spricht. Besonders diese Patienten sind gern gesehene Gäste in der Mindener Praxis des Implantologie-Experten.

Gehen die eigenen Zähne verloren, steht man plötzlich vor der Frage des passenden Zahnersatzes. Die bekannten Teil- oder Vollprothesen verursachen oftmals unangenehme Druckstellen und werden von vielen Patienten als Fremdkörper empfunden. Zudem können Sie das Geschmacks- und Temperaturempfinden stark einschränken. Ganz anders sieht es bei Implantaten aus: Die künstlichen Zahnwurzeln – in der Regel aus Titan gefertigt – werden mit einem schonenden Eingriff fest im Kieferknochen verankert. Im Laufe der Zeit verbinden sich die Knochenzellen mit der Oberfläche der Implantate und sorgen so für einen stabilen Halt.

Auf dem Implantat sitzt das Verbindungsstück, das letztlich die sichtbare künstliche Zahnkrone aus bioverträglicher Vollkeramik trägt.

Es gibt kaum Einschränkungen bei der Versorgung kleinerer und größerer Lücken mit Implantaten. Selbst ein komplett zahnloser Kiefer kann von den Spezialisten, wie Dr. Kröncke, wieder komplett mit Zähnen ausgestattet werden.

*„In diesem Fall greifen wir auf das sogenannte All-on-4® Behandlungskonzept zurück. Fehlende Zahnreihen werden durch eine Brücke ersetzt, die von nur vier Implantaten getragen wird. Je nach Zustand des Knochens entscheiden wir uns auch für sechs Implantate – die Stabilität ist in jedem Fall garantiert. Durch die geringe Zahl der Implantate verkürzt sich die Behandlungsdauer und in der Regel ist kein zusätzlicher Knochenaufbau notwendig“, informiert Dr. Peter Kröncke.*

**Mit festem Zahnersatz können auch Sie ohne Probleme lachen, sprechen und essen.**

**Wir beraten Sie gerne weiterhin unter vier Augen über feststehenden Zahnersatz auf Implantaten.**

**Bitte melden Sie sich unter der Telefonnummer 0571 - 22060 an.**

**Wir freuen uns auf Sie!**

## Unter vier Augen

### DER SCHMERZFREIE WEG ZU ZAHNIMPLANTATEN OHNE SKALPELL, OHNE NAHT!

Sicherheit durch computergestützte 3D-Planung

In einem individuellen und unverbindlichen Beratungsgespräch informiert Sie **Dr. Peter Kröncke** in unserer Praxis.  
**Termin unter 0571 - 22060**



Prothese?  
**Dafür  
fühle ich  
mich zu  
jung!**

**KOSTENFREI**

## Hypnose-Fokus: endlich angstfrei leben

Viele Menschen tragen Ängste, Phobien und Selbstzweifel viele Jahre mit sich herum. Häufig versteht man selbst nicht genau, warum. Der Verstand sagt: „Es ist doch alles gut.“ Und trotzdem reagiert der Körper mit Ängsten, Sorgen oder Panik.

Das liegt daran, dass Angst keine „rationale“ Reaktion ist. Sie entsteht im Unterbewusstsein, im Gefühl. Wenn wir im Laufe unseres Lebens Situationen erlebt haben, die mit Hilflosigkeit, Überforderung oder Unsicherheit verbunden waren, speichert unser Gehirn diese Erfahrungen sehr genau ab.

Oft sind es keine großen, dramatischen Momente, son-



**TRANCEPARENZ**  
HYPNOSE JANKA BÖSCH

Als *Heilpraktikerin für Psychotherapie* und *zertifizierte Hypnotiseurin* helfe ich Ihnen, *seelische Altlasten endlich behutsam loszulassen*. Ob Ängste, Wut, alte Verletzungen oder Dauerstress: Gewinnen Sie *neue Gelassenheit, innere Ruhe und mehr Lebensfreude im Alltag*.

Hypnosetherapie & -coaching für groß und klein

tranceparenz.de | 0155/66267416 | Heuweg 2, Lübbecke

dern emotional intensive. Zum Beispiel, wenn man als Kind nach einem Alptraum voller Angst aufgewacht ist und sich hilflos gefühlt hat. So ein scheinbar „banales“ Erlebnis kann lange im Unterbewusstsein weiterwirken, manchmal sogar über Jahrzehnte.

Tauchen später Situation auf, in denen man sich ähnlich hilflos fühlt, reagiert der Körper mit der alten Angst, obwohl objektiv gar kein Grund mehr besteht. Das Gefühl wird reaktiviert, ohne, dass der ursprüngliche Auslöser noch bewusst ist.

In der Hypnosetherapie arbeite ich genau auf dieser emotionalen Ebene. In einem Zustand tiefer Entspannung können diese alten Auslöser gefunden und aus heutiger Perspektive neu verarbeitet werden. Dadurch erfährt das Gehirn Sicherheit und die Angst kann sich lösen.

Viele meiner Klientinnen und Klienten spüren direkt nach der ersten Sitzung eine neue innere Ruhe. Angst wird weniger, der Kopf freier und sie können wieder mutiger und gelassener durchs Leben gehen.

Wenn Sie neugierig geworden sind und mehr darüber erfahren möchten, wie Hypnosetherapie Sie unterstützen kann, melden Sie sich gern bei mir. Weitere Informationen zu möglichen Anwendungsbereichen finden Sie auch auf meiner Website.

www.tranceparenz.de | tranceparenz@gmail.com | 0155/66267416

## Physiotherapeut Stefan Rusch

Stefan Rusch: „Neben den klassischen Behandlungsmethoden der Physiotherapie wie Massage, manuelle Therapie, Wärme- und Kälteanwendungen bieten wir auch Lymphdrainage und Beckenbodengymnastik an.

Speziell ausgebildete und einfühlsame Mitarbeiter behandeln Sie in einem ruhigen, angenehmen Umfeld.

Physiotherapeutische Anwendungen kommen durch lange Bettruhe in Frage.

Speziell behandeln wir Sie auch bei Wirbelsäulenproblemen und bei Beschwerden des gesamten Bewegungsapparates.

Unser gemeinsames Ziel liegt in der Verbesserung des Allgemeinzustandes, schmerzlindernder Maßnahmen sowie das Erreichen und den Erhalt einer größtmöglichen Selbstständigkeit im Alltag.

Die Praxis ist durch einen Aufzug zu erreichen und liegt direkt am ZOB. Somit können Sie bequem mit dem Bus zur Behandlung kommen.“

- Krankengymnastik
- Manuelle Therapie
- Massage/Fango
- Lymphdrainage
- KG ZNS

Auf Wunsch auch  
Hausbesuche!

**Stefan Rusch**  
Physiotherapeut

Termine nur nach  
telefonischer Vereinbarung.



Lindenstraße 5 (direkt am ZOB) • 32423 Minden • Telefon 0571 / 38 69 68 36

## Spargel Winkelmann aus Rahden – Frische & Vielfalt



Ab Anfang April wird in den Spargel-Verkaufsständen das kostbare Saisongemüse angeboten.

Diese markanten gelb-blauen Verkaufsstände finden Sie in Minden, Hille, Lübbecke, Gehlenbeck, Petershagen, Porta Westfalica, telefonisch unter 05771-97060, aber auch unter [www.spargelhof.de](http://www.spargelhof.de).

Auch in den Hofläden in Rahden, Nutteler Str. 50 und in Minden an der Königstr. 400 wird der frisch gestochene Spargel bis zum 24. Juni angeboten. Ob „Krumme“, „Jumbos“, „Kurze“, weiße oder violette Spargelstangen – dieses Gemüse ist so oder so ein besonderer Genuss.

**SAISONSTART 1. APRIL**

Einkauf im bäuerlichen Hofladen  
Frische Küche in der Spargeldiele  
Biergarten · Eiscafé · Spielplatz

Spargelbuffet Do, Fr 17-21 Uhr, Sa 12-15 Uhr  
Schlemmerbuffet So + feiertags 12-17 Uhr

Spargelhof Winkelmann

Spargelhof Winkelmann · Nutteler Str. 50 · 32369 Rahden/Tonnenheide  
TÄGLICH GEÖFFNET Hofladen: Mo-Fr 9-20 Uhr, Sa-So 8-20 Uhr  
Spargeldiele: 12-21 Uhr · Eiscafé: 10-19 Uhr · Tel. 05771 97060 · [www.spargelhof.de](http://www.spargelhof.de)

## Zuhause in Ihren eigenen vier Wänden glücklich alt werden „Der PflegeKönig“ hilft Ihnen sehr gerne dabei



Sorgenfrei 24 Stunden daheim“ - das ist bereits seit 9 Jahren täglich unser Leitgedanke.

Wenn die eigenen Kräfte nachlassen und eine stundenweise Betreuung und Pflege durch Angehörige nicht ausreicht, ein Umzug ins Pflegeheim nicht gewünscht wird, gibt es eine zunehmend beliebte Alternative:

Der Einsatz einer osteuropäischen Betreuungs- und

Pflegehilfskraft für eine Rund-um Betreuung Ihrer Liebsten daheim, in der sogenannten „24h Betreuung“.

Denn ein Leben Zuhause, selbstbestimmt und glücklich in Würde alt zu werden, ist ein Herzenswunsch dieser Generation. Pflegebedürftige und Betreuungskraft teilen sich dabei denselben Haushalt. So kann auf die individuellen Bedürfnisse eingegangen werden und im Notfall ist immer jemand vor Ort.

Die Leistungen dieser Betreuungskräfte umfassen die Grundpflege, Hauswirtschaft, Unterstützung der Mobilität, Nicht-medizinische Pflegetätigkeiten, die Ernährung sowie die Alltagsbetreuung und Aktivierung von Menschen mit einer demenziellen Veränderung.

Bereits seit einigen Jahren habe ich mich auf die schnelle und flexible Vermittlung von Kräften dieser Art, hier in

meiner Heimat spezialisiert und bin als zuverlässiger und kompetenter Ansprechpartner vor Ort bei meinen Kunden als der „Kümmerer“ bekannt.

„Der PflegeKönig - Sorgenfrei 24 h Daheim“ ist dabei eine komplett eigenständige und unabhängige Vermittlungsagentur. Ich kann auf ein Partner-Netzwerk von acht inhabergeführten und geprüften, sehr flexiblen Agenturen in verschiedenen Ländern aus Osteuropa zurückgreifen. Man kennt und schätzt sich halt. In den meisten Fällen sind mir dabei auch die eingesetzten Betreuungskräfte persönlich bekannt.

Ich bin jederzeit ansprechbar für Sie, auch für Termine abends oder am Wochenende.

Weitere Informationen gerne unter Tel. 05732-6818821 oder [www.pflegekoenig.care](http://www.pflegekoenig.care)

**PflegeKönig**  
Sorgenfrei 24h Daheim  
...weil's Zuhause am schönsten ist!

Tel.: 05732 681 8821  
[www.pflegekoenig.care](http://www.pflegekoenig.care)

Stefan König  
Dipl.-Wirt.-Ing.

**Kostenfreie Beratung in Ihrem Wohnzimmer!**

# Frische Kräuter – Essen Sie sich glücklich



## IMPRESSUM

Senioren Journal  
Videbullenstraße 19 | 32423 Minden | Tel.: (05 71) 3 85 78 40  
[www.senioren-journal.de](http://www.senioren-journal.de)

### Redaktion:

Chefredakteur Marc Rabe (MR) Vi.S.dP, Annina Pietza (AP),  
Bernd Böhm (BB)

### Anzeigenverkauf:

Bernd Böhm | Tel.: (0160) 8728170 | [bb@senioren-journal.com](mailto:bb@senioren-journal.com)

### Druck:

art+image GmbH & Co. KG, | Dresdener Straße 4  
32423 Minden | Internet: [www.art-image.de](http://www.art-image.de)

### Satz und Gestaltung:

Marc Rabe | Telefon: (0571) 3857840 | [m.rabe@hallo-minden.de](mailto:m.rabe@hallo-minden.de)

**RECHTSHINWEISE:** Das Senioren Journal übernimmt keine Garantie und Haftung für die Vollständigkeit, Richtigkeit und Aktualität der in dieser Publikation aufgeführten Informationen. Die Urheberrechte der Artikel, Fotos und Annoncen bleiben beim Verlag.

So schmeckt Frühling! Ein Butterbrot, dick mit Schnittlauchröllchen bestreut. Grüne Soße zu hart gekochten Eiern und Pellkartoffeln. Gegrillte Lammkoteletts mit Thymian und Rosmarin mariniert. Kräuter sind gesunde und schmackhafte Küchenhelfer, die jedem Gericht den notwendigen Pep geben. Und sie lassen sich ohne viel Aufwand im Garten, auf Balkon oder Terrasse und auf der Fensterbank ziehen. So ein Kräutergarten ist Glück pur. Er braucht wenig Pflege und blüht, duftet und schmeckt! In den kleinen aromatischen Pflänzchen steckt doppelt Gutes: Nicht nur feine Würze für leckere Gerichte, sondern auch wirksame Hilfe gegen viele Alltagsbeschwerden.

Salbei erobert immer mehr die deutschen Küchen. Seine Würze ist unvergleichlich und die Wirkung legendär. Salbei, so glaubten einst die keltischen Druiden, kann Tote zum Leben erwecken. Man sollte ihn

besonders sparsam verwenden. Ein paar Blätter in Öl geschwenkt geben Sie einfach klein gehackt zur Pasta.

Petersilie ist der Klassiker in jedem Kräutergarten. Glatt oder kraus – jeder kennt sie. Glatte Petersilie hat ein kräftigeres, krause ein milderer Aroma. Sie ist der Tausendsassa unter den Kräutern und dient zur Garnierung für kalte Platten und Salate sowie als Würze für Suppen, Eintöpfe, Gemüsegerichte, Kartoffeln, Eier und Fisch.

Basilikum mag viel Wärme und Licht. Beim Einpflanzen Blumenerde-Sand-Gemisch verwenden und feucht halten. Passt gut zu Tomaten, Salaten, Pastasossen, Fleischgerichten und Fisch. Tipp vom Sterne-Koch Alfons Schuhbeck: „Am besten kommt der Basilikum-Geschmack im Pesto zur Geltung – einer Kräutersoße aus Basilikum, Knoblauch, Pinienkernen, Parmesankäse und Olivenöl.“

Majoran beansprucht Sonne und Wärme. Frische Blätter zerdrücken oder zerreiben, kurz vor dem Servieren über das Essen streuen. Behält beim Trocknen seine Würzkraft. Aromatisch sind auch die Blüten. Schubecks Tipp: „Für Frikadellen (er sagt Fleischpflanzerl) ist Majoran ein Muss. Oder zu Bratkartoffeln. Die frischen Blätter gebe ich erst zum Schluss dazu. Wenn sie anbrennen, werden sie bitter.“

Rosmarin bringt einen Hauch Mittelmeerstimmung. Er liebt es sonnig und warm und ist draußen empfindlich bei Frost. Rosmarin wird von Anfang an in den Gerichten mitgekocht.

Thymian blüht rosa, weiß oder zartlila und schmeckt köstlich zu mediterranen Gerichten. Gartenmärkte bieten auch Zitronen- oder Orangenthymian an. Zitronenthymian verfeinert Fisch und Geflügel, Orangenthymian Frischkäse und Desserts. Frischen Thymian erst kurz vor Ende der Garzeit zum Gericht geben, getrockneten dagegen mitkochen.

Schnittlauch ist mehrjährig und einfach in der Pflege. Nach der Blüte einfach abschneiden. Er bildet unentwegt von unten aus der Pflanze heraus seine leckeren grünen Röllchen. Der leicht scharfe Geschmack zeugt davon, dass er mit der Zwiebel verwandt ist. Er schmeckt gut zu Joghurt, Käse, Butter, Salat, Eiern und ist eine attraktive Garnierung für alle Speisen.

Lorbeerblätter verleihen Speisen ein feines Aroma. Sie werden nur mitgekocht und nicht gegessen. Lorbeer gibt Gerichten eine feine Note, egal ob Tomatensuppe, Eintopf, Soße, Sauerkraut oder Schweinebraten. Lorbeer ist frostempfindlich, doch sollte man den Topf gleich nach der Frostperiode im Frühjahr wieder hinausstellen. **AP**

## Hautpflege im Alter



Jeder wünscht sich bis ins hohe Alter eine makellose und straff aussehende Haut. Deshalb ist eine konsequente Pflege vonnöten. Spüren Sie ein Spannungsgefühl, stellen dazu Glanzlosigkeit und leichte Schuppchenbildung fest, dann ist eine Beratung in Ihrer Apotheke oder bei Ihrem Hautarzt angesagt.

Bei sehr trockener Haut bilden sich schnell Einrisse und sie neigt dann zu frühzeitiger Faltenbildung besonders in den Bereichen an Stirne, Nase und Kinn. Mit zunehmenden Alter lässt die Talgproduktion der Haut nach sowie die natürlichen Feuchtigkeitsfaktoren. Dazu sitzen ältere Menschen in überhitzten Räumen mit trockener

Heizungsluft, genießen oft zu lange die Sonne im Garten oder auf dem Balkon.

Hilfen aus der Apotheke: eine gründliche Pflege beginnt mit der Reinigung, diese ist für jeden Hautzustand unerlässlich. Sanfte Reinigungsprodukte entfernen Schmutz, Schweiß, Make-up und Reste von Hautcremes. Kombinationspflegeprodukte mit Harnstoff und den Vitaminen C, A und E haben sich bewährt. A und E kurbeln die Zellteilung der Haut an, Vitamin C vermindert den Kollagenabbau. **BB**

**Aktiv für Ihre Gesundheit!**

durch gute Angebote,  
individuellen Service und  
kompetente, persönliche Beratung

**Öffnungszeiten**  
Mo - Fr 8:00 - 18:30 Uhr  
Sa 8:00 - 16:00 Uhr

**Viktoria-Apotheke**  
Grille 1a · 32423 Minden/Meißen · Tel.: 0571/30251 · Fax: 0571/37126  
info@viktoria-apotheke-minden.de · www.viktoria-apotheke-minden.de

## Trauerbewältigung kennt viele Facetten



Die Zahl derer, die sich bewusst für eine Bestattungsform entscheiden, die die Angehörigen komplett von der Grabpflege befreit, steigt von Jahr zu Jahr. So nehmen dann auch die Angebote zu, wenn es darum geht, keine verpflichtenden Spuren am Lebensende zu hinterlassen. Wiesen oder Rasenflächen – nicht selten für mehrere tausend Beisetzungen geeignet –, anonyme Bestattungen

ohne Angehörige, die „Verstreuung“ bei einer Seebestattung, Beisetzungen der besonderen Art, die im benachbarten Ausland zugelassen sind – z. B. im Pflanzsubstrat eines ausgesuchten Baumes und selbst die Baumbestattung in einem dafür zur Verfügung gestellten Waldstück, sie alle erfüllen nicht nur den Wunsch nach einer pflegefreien Bestattung, sondern hinterlassen auch oftmals keinen erreichbaren Ort für eine Trauerbewältigung. Dazu der Hinweis auf schnell zersetzbare oder sich auflösende Aschekapseln und Schmuckurnen, die die Ruhezeit auf ein Minimum reduzieren, wobei 3 – 5 Jahre zur Diskussion stehen. Und ja – es gibt sie – die Menschen, denen ein Bild der/ des Verstorbenen Trost und Erinnerung spendet, ohne dass sie dafür einen Friedhof aufsuchen müssen.

Noch aber sucht die Mehrheit der von Tod betroffenen nach einem Ort der Trauer. Sie folgt dabei der über Jahrhunderte gepflegten Kultur und wählt deshalb den Weg zur Begräbnisstätte auf einem Friedhof. Denn dieser kann vieles bieten, was zur individuellen Bewältigung der Trauer gebraucht wird.

Die Suche nach Ruhe; der Wunsch, dem/der Verstorbenen nah zu sein; Verständnis durch Kontakte zu Menschen, die sich in einer ähnlichen, emotionalen Lebensphase befinden.

Dabei entstehen nicht selten neue soziale Kontakte, die helfen, einen Teil der Einsamkeit zu überwinden. Zuneigung und Liebe finden Ausdruck in den mitgebrachten „Geschenken“ – Blumen, Kerzen, Grablichter – die Auswahl kennt da kaum Grenzen. Beim Bepflanzen des Grabes oder der Grabpflege fühlen sich viele dem/der Verstorbenen besonders nah, können so ein Stück der Dankbarkeit für das gemeinsam Erlebte ausdrücken. Nicht selten finden sie Trost in der Zwiesprache, können all das ansprechen, was womöglich zu Lebzeiten versäumt wurde.

Der Friedhof in gut erreichbarer Nähe, das Grab – sie können zu einem wichtigen Ort für die Auseinandersetzung mit den verschiedenen Trauerphasen werden. Da aber niemand im Voraus sagen kann, wie er auf den Tod reagieren wird, was er braucht, um damit weiterleben zu können, ist auch die Wahl der entsprechenden Bestattungsvariante nicht einfach.

Gerade in der modernen Gesellschaft steht ein möglichst „pflegefreies“ Grab bei allen Überlegungen sehr hoch im Kurs. Die Mehrzahl der Friedhofsträger hat sich deshalb diesem Wunsch angepasst und stellt eine breite Palette an Gemeinschaftsgrabanlagen inklusive der Grabpflege zur Verfügung. Dies beginnt häufig bei Baumbestattungen, gärtnerisch gestalteten Flächen mit Stelen für die Namensgebung, Themengärten und vielen weiteren individuellen Angeboten – und sehr häufig auch mit einer weiteren Bestattungsmöglichkeit für den zunächst zurückgebliebenen Partner.



**LINA TÖRNER** GmbH

Über 200 Jahre  
Mindener Bestattungstradition  
seit 1818

Königstraße 76 · 32427 Minden  
Stiftsallee 48a · 32425 Minden

Eigene Trauerhalle bis 50 Personen

☎ (05 71) 2 64 34

Wir beraten Sie gerne.

**HEINRICHSMEIER**  
Bestattungen

Holzweg 2 | info@heinrichsmeier-bestattungen.de  
32423 Minden | www.heinrichsmeier-bestattungen.de

24 Stunden erreichbar  0571 / 31628

Als Nachteil dieser Bestattungsvarianten stellt sich oftmals eine teilweise notwendige Regelung in der Gestaltung heraus. Da es sich um „Gemeinschaftsanlagen“ handelt, können nicht alle individuellen Wünsche respektiert werden. Rücksicht auf weitere Nutzer ist eine grundsätzliche Voraussetzung für ein reibungsloses Miteinander. So bestimmt nicht allein der Einzelne, was schön und zweckmäßig ist.

Der Friedhofsträger formuliert in seiner Friedhofssatzung die Grundregeln, die es möglichst vielen Trauernden in ihrer



schwierigen Situation ermöglichen, genügend Freiraum zur Trauerbewältigung zu erfahren. Deshalb greift der Friedhofsträger dann auch hin und wieder „ordnend“ ein. So zum Beispiel im Frühjahr – meist ab März – um die Vielzahl der Gestecke und Schalen aus der Winterzeit zu reduzieren. Aber auch im Laufe eines Jahres, um Verwelktes und unansehnlich gewordenen Grab schmuck zu entfernen oder die auf den gärtnerisch gestalteten Flächen abgestellten „Mitbringsel“, die dort nicht erwünscht sind, abzuräumen.

Obwohl schon im Beratungsgespräch bei der Auswahl einer Begräbnisstätte von den Mitarbeitern des Friedhofsträgers darauf hingewiesen wird, welche Möglichkeiten zum Ablegen von Trauerschmuck bestehen, gerät dies Wissen leider häufig schon nach sehr kurzer Zeit in Vergessenheit. Gemeinschaftsgrabanlagen sind aber nun einmal nicht für eine im Nachhinein gewünschte, individuelle Gestaltung konzipiert. Eigenständiges Handeln kann nicht dauerhaft geduldet werden, da es womöglich andere in ihrer Trauer zu sehr einschränkt. Trauerverhalten ist – wenn überhaupt – nur sehr schwer vorhersehbar und gerade deshalb sollte niemals nur der Wunsch nach einer pflegefreien Bestattung das einzige Auswahlkriterium sein. Bei geringstem Zweifel ist es für alle Beteiligten der bessere Weg, sich zunächst für ein individuell gestaltetes Grab zu entscheiden.

Dies lässt sich bei guter gärtnerischer Beratung auch noch nach einigen Jahren in eine pflegeleichte Variante umgestalten. **AIPa**

**Brauns Bestattungen**  
Bestattungen  
Überführungen  
Bestattungsvorsorge  
Hauptstraße 133  
31429 Hufe-Obervahr  
Tel.: 05734 - 1340  
Fax: 05734 - 6494  
E-Mail: info@brauns-bestattungen.de  
www.brauns.bestattungen.de

**Beratung und Betreuung  
im Trauerfall  
Alle Bestattungsarten**

**WIR SUCHEN MITARBEITER  
IM ANZEIGENVERKAUF**

Seit nunmehr 17 Jahren rückt das SENIOREN-JOURNAL die zweite Lebenshälfte in den Mittelpunkt und erfreut sich einer immer größeren Leserschaft.

Zur Verstärkung unseres Außendienstes suchen wir kommunikationsstarke und zuverlässige Mitarbeiter, in den Gebieten Lübbecke, Espelkamp, Rahden, Hüllhorst, Pr. Oldendorf, Stemwede sowie Bückeburg & Bad Eilsen.

*Bewerben Sie sich schriftlich oder rufen Sie uns an.*

SENIOREN JOURNAL  
MARC RABE  
Videbullenstr. 19  
32423 Minden  
E-mail: grafik@senioren-journal.com  
Telefon: 0571/3 85 78 40

www.senioren-journal.de

*Die Würde des Menschen ist der Maßstab für unser Handeln!*

**BESTATTUNGEN  
ROLF WEHRMANN**

Grille 1  
32423 Minden  
☎ 0571.32600

www.bestattungen-minden.de

Rolf Wehrmann, Bestatter seit 1996.  
Gespräche zu Trauerfall oder Vorsorge auch gerne bei Ihnen zu Hause ...

Bestattungskosten-Berechnung auch telefonisch - sofort, umfassend, unverbindlich!

**Bestattungshaus Klöpffer** e.K.  
Beraten ~ Betreuen ~ Vorsorgen ~ Absichern  
Ihr Bestatter in Minden und Umland  
seit 1896

Wollen Sie, dass Ihre Angehörigen über Ihr zukünftige Bestattung entscheiden?

Mit einer Bestattungsvorsorge aus unserem Hause legen Sie schon heute fest, wie Sie sich Ihre eigene Bestattung wünschen und können direkt eine Absicherung treffen.

**Infotelefon: (0571) 4 11 85**  
www.Bestattungshaus-Kloepffer.de  
Alte Schulstraße 8 ~ 32427 Minden

# Heinrich Heine - Dichter und Kämpfer

## 170. Todestag in diesem Jahr



Er wurde in Düsseldorf als Christian Johann Heinrich Heine geboren und lebte von 1797 bis 1856. Sein Vater war Kaufmann. Nach seiner Schulzeit lernte er bei einem reichen Onkel in Hamburg Bankkaufmann. Doch dieser Beruf gefiel ihm gar nicht. Viel lieber schrieb er Gedichte. Danach studierte er in Bonn und Göttingen Rechtswissenschaft, auch in der Hoffnung, seinen Beruf im Dienste des Staates auszuüben. Während des Studiums trat er vom jüdischen zum christlichen Glauben über und ließ sich taufen. Er fand jedoch, obwohl er zum christlichen Glauben übergetreten war, keine Anstellung in Deutschland.

Heine wurde Dichter. Er war ein großer Dichter. Viele Gedichte von ihm wurden zu Volksliedern, zum Beispiel „Die Loreley“: „Ich weiß nicht, was soll es bedeuten, dass ich so traurig bin ...“ Er schrieb sehr schöne schlichte Gedichte. Damals war die Zeit der Romantik. Man betonte das Gefühl, die Phantasie. Doch Deutschland wird ihm zu eng. Er war ein Kämpfer für Freiheit und Gerechtigkeit und kritisierte den Staat. Seine Schriften wurden verboten, ihm drohte Verhaftung. Deshalb übersiedelte er 1831 nach Frank-

reich. Auch wenn er Deutschland manchmal fast hasste, insgeheim liebte er es zeitlebens. Heine liebte und genoss das Leben in Paris. Er heiratete Mathilde, eine junge Französin. Heine war selbstbewusst und nie besonders reich. Geld zum Leben hatte er durch seine Dichtungen und durch Unterstützung seines reichen Onkels in Hamburg.

Etwa von Heines 35. Lebensjahr an zeigte sich bei ihm eine schwere Erkrankung. Man sagte, dass er an einer Rückenmarktuberkulose litt. Sein Körper wurde immer mehr gelähmt. Seine letzten Lebensjahre musste er völlig bewegungslos und unter großen Schmerzen im Bett liegen, wie er sagte in seiner „Matrazengruft“. Aber sein Geist war bis zu seinem Tod wach und lebendig. Er glaubte selbst, sich als Student an der Syphilis infiziert zu haben. Lange Zeit galt diese Geschlechtskrankheit als Ursache seiner Qualen. Diese Annahme wurde vor allem von den Nationalsozialisten kolportiert, da sie ihn als Sohn eines jüdischen Tuchhändlers diffamieren sollte.

Wie misstrauisch und schwermütig Heine manchmal war, schrieb er doch wunderschöne zarte und romantische Gedichte wie dieses:

Im wunderschönen Monat Mai,  
als alle Knospen sprangen,  
da ist in meinem Herzen  
die Liebe aufgegangen.  
Im wunderschönen Monat Mai,  
als alle Vögel sangen,  
da hab ich ihr gestanden  
mein Sehnen und Verlangen.

Bis zu seinem Ende wurde er von einem ungewöhnlichen Schaffensdrang angetrieben. Trotz seiner Schmerzen verfasste und diktierte er Gedichte und kleine Essays und erlebte sogar noch ein spätes, platonisches Liebesglück mit der Tschechin Else Krinitz, die er liebevoll und zärtlich „Mouche“ (Fliege) nannte. Am 17. November 1856 schloss der formkühnste und volksliedhafteste Lyriker seit Goethe für immer die Augen. Er hinterließ der Menschheit ein gewaltiges Werk. Seine letzte Ruhe fand er auf dem Pariser Friedhof Montmartre. Der Schauspieler Klaus Maria Brandauer sieht den in seiner deutschen Heimat lange verpönten Dichter Heinrich Heine als großes Vorbild für uns alle. Heine habe nie aufgegeben, obwohl sein Lebensweg nicht einfach war. **AP**

**Gardinenservice**  
**Anke Stahlhut**  
Raumausstatterin  
mit  
langjähriger Erfahrung

- **Gardinenservice**
- **Gardinen und Vorhänge aus Markenstoffen nach Maß für Sie gefertigt**

Päpinghauser  
Straße 151a  
32423 Minden  
Tel. 05 71 . 3 86 03 75  
gardinenservice.as@web.de



## ***Beständigkeit und Wandel***

Vieles ändert sich, manches bleibt!  
Der Wechsel der Jahreszeiten unterliegt einem Ablauf, der auch im Jahresverlauf betrachtet, sehr beständig ist.

Eine weitere Beständigkeit erleben wir im Ablauf des christlichen Kirchenjahres.  
So wie nach dem Winter der Frühling kommt, so wiederholen sich die kirchlichen Hochfeste  
Weihnachten, Ostern und Pfingsten.

Mit dem Frühling verbinden die Menschen sofort hellere Tage, steigende Temperaturen, Blütenduft und blühende Pflanzen.

In dieser Ausgabe des Seniorenjournals erleben wir zwei Hochfeste des Christentums:  
Ostern und Pfingsten.

Was verbinden wir mit diesen Feiertagen?

Sind es die kleinen Geschenke, das Suchen nach Ostereiern,  
sind es die arbeitsfreien Tage, die sich vielleicht sogar verlängern lassen,  
sind es vage Erinnerungen an Kirchgänge in der Kindheit  
oder sind es nur noch Tage im Kalender mit besonderen Überschriften?

Mit dem Frühling steigt die gute Laune bei vielen Menschen. Sie atmen auf, die Hoffnung auf einen guten Jahresverlauf nimmt zu, Ängste nehmen ab, Hoffnungen nehmen zu. Eine frohe Zeit, die glücklich machen kann.

Mit der Zeit vor Ostern, der Passionszeit, verbinden manche Menschen nur Verzicht oder Fasten. Sie verkennen die frohe Botschaft, die in dieser Zeit liegt, nämlich die Freude einer besonderen Zukunft in der Nähe Gottes. Der glaubende Mensch sieht den Tod durch Jesus Christus besiegt.

Und das Pfingstfest!

Die Bedeutung dieses Festes gerät leicht aus dem Blick.  
Geburtstag der christlichen Kirche, Glaubensgewissheit und Verbindung aller Christen weltweit. Es ist ebenfalls ein Fest der Freude!

Zuvor die Himmelfahrt Christi, auch profan „Vatertag“ genannt, eine frohe Botschaft:

Ich komme wieder!

Erfreuen wir uns doch an jedem Tag an der Wiederkehr des Frühlings und der Botschaften dieser festlichen Tage! Bedrückendes wird dann erträglicher, das können wir so erfahren!

LN

Gedanken eines  
Neuapostolischen Christen.



Orte und Gottesdienstzeiten der NEUAPOSTOLISCHEN KIRCHE finden Sie in der  
Sonnabend-Ausgabe des Mindener Tageblattes oder im Internet unter: [www.nak-minden.de](http://www.nak-minden.de)



## Selbstbestimmt leben im Alter: „Senioren Domicil – Wohnen mit Service“ bietet moderne Wohnlösung

Mit dem Konzept „Wohnen mit Service“ entstand an der Sandtrift 102 und 106 ein Wohnangebot, das speziell auf die Bedürfnisse älterer Menschen zugeschnitten ist. Das „Senioren Domicil“ richtet sich an Senioren, die auch im Alter ein selbstständiges Leben führen möchten, dabei jedoch nicht auf Sicherheit, Komfort und Unterstützung verzichten wollen.

Viele ältere Menschen stehen vor der Herausforderung, dass das eigene Haus oder die Wohnung zunehmend zur Belastung wird. Pflege von Garten und Außenanlagen oder bauliche Einschränkungen erschweren den Alltag. Genau hier setzt das neue Wohnkonzept an: Es verbindet die Vorteile eines eigenen Haushalts mit individuell wählbaren Serviceleistungen.

Die Wohnanlage umfasst insgesamt 59 Wohnungen sowie mehrere Penthousewohnungen mit Größen zwischen 39 und 102 Quadratmetern. Alle Einheiten verfügen über Balkon, Terrasse oder Loggia sowie zusätzliche Kellerräume. Die barrierefreie und seniorengerechte Bauweise ermöglicht ein komfortables und sicheres Wohnen.

Besonderes Augenmerk wurde auf die Ausstattung gelegt: Hochwertiges mediterranes Design, stilvolle Außenanlagen und großzügige Parkflächen sorgen für eine hohe Wohn- und Lebensqualität. Moderne Aufzüge, ein durchdachtes Sicherheitskonzept mit Notrufsystemen und Kameraüberwachung sowie ein energieeffizienter Baustandard unterstreichen den hohen Anspruch der Anlage.





Ein weiterer zentraler Bestandteil ist das Gemeinschaftsleben. Ein Veranstaltungsraum mit Küche steht den Bewohnern für private Feiern oder gemeinsame Aktivitäten zur Verfügung und fördert den sozialen Austausch innerhalb der Hausgemeinschaft.

Das Besondere am „Wohnen mit Service“ ist die Flexibilität: Neben einem klassischen Mietverhältnis können Bewohner je nach Bedarf zusätzliche Dienstleistungen dauerhaft oder zeitlich begrenzt in Anspruch nehmen. So bleibt die Eigenständigkeit erhalten, während gleichzeitig Unterstützung verfügbar ist, wenn sie benötigt wird.

Mit diesem Konzept bietet das „Senioren Domicil Wohnen mit Service“ eine zeitgemäße Antwort auf die Anforderungen einer älter werdenden Gesellschaft und zeigt, wie modernes Wohnen im Alter aussehen kann: selbstbestimmt, sicher und mit hoher Lebensqualität.




**SENIOREN  
DOMICIL**  
WOHNEN MIT SERVICE

Sandtrift 106 • 32425 Minden  
 servicewohnen@domicil-gruppe.de  
 www.domicil-gruppe.de  
 0571 / 386688-0





© Stefan Schulze

## Frühlingsgefühle

Am 1. April beginnt die Saison in den Herrenhäuser Gärten. Im barocken Großen Garten heißt es „Wasser marsch!“. Die große Fontäne schickt ihren Wasserstrahl in bis zu 72 Meter Höhe. Alle Fontänen und Brunnen springen und sprudeln nach der Winterpause wieder täglich. Tausende von farbenfrohen Frühjahrsblühern wie Tulpen, Narzissen, Kaiserkronen und Hyazinthen entfalten nach und nach ihre Blütenpracht in den kunstvoll angelegten Beeten. Das Museum Schloss Herrenhausen zeigt die prächtigen goldenen Kutschen der Welfen in der Ausstellung „Vier Kutschen, ein Königreich. Hannover 1814 – 1866“.

### Veranstaltungshöhepunkte bis Sommer 2026:

- Osterspaziergang im Großen Garten, Aktionen für Familien 5. April
- Illuminationen im Großen Garten ab 30. April
- Internationaler Feuerwerkswettbewerb 16. Mai bis 19. September
- Gartenfestival Herrenhausen 22. bis 25. Mai
- KunstFestSpiele Herrenhausen 22. Mai bis 7. Juni
- Kleines Fest im Großen Garten 2. bis 16. Juli
- Sommernächte im Gartentheater 31. Juli bis 23. August

Tipp: Führungen der Gartenprofis mit Pflanzen- und Pfl-



© Hollermann

getipps / Gartenlust im Doppelpack: ermäßigter Eintritt bei Vorlage eines Tickets der LAGA Bad Nenndorf.

Herrenhäuser Gärten, 30419 Hannover, Tel. (0511) 168-34000. Die Gärten sind täglich ab 9 Uhr geöffnet. Weitere Infos: [www.herrenhaeuser-gaerten.de](http://www.herrenhaeuser-gaerten.de).

**IHR PROFI RUND UM  
HAUS UND GARTEN**

**GARTINA**  
Garten & Landschaftsbau

Nordholzer Straße 2 | 32425 Minden | Tel. 0571 / 40497711  
[www.gartina.de](http://www.gartina.de) | [info@gartina.de](mailto:info@gartina.de)



© Stefan Schulze



## „Maiglöckchen läutet in dem Tal“

... so beginnt ein Frühlingsgedicht von Hoffmann von Fallersleben. Wenn sie auch nicht wirklich läuten, so bezaubern die zarten Maiglöckchen doch mit ihren hübschen Blüten und dem lieblichen Duft!

Maiglöckchen werden 15 bis 25 Zentimeter hoch, der Wurzelstock kann 50 Zentimeter tief in die Erde reichen. Daraus sprießen im Frühjahr lanzenförmige Blätter, an denen die Blattnerven gut zu erkennen sind. Sie sind paarweise zusammen gewachsen. Zwischen ihnen entsteht der Blütenstängel, an dem die namensgebenden weißen glockenförmigen Blüten hängen. Sie zeigen übrigens alle in die gleiche Richtung. Aus den Blüten entstehen später rote Beeren, die besonders Amseln aber auch anderen Vögeln gut schmecken. Für uns Menschen sind die Früchte des Maiglöckchens wie auch die gesamte Pflanze giftig!

Ab dem 15. Jahrhundert wird das Maiglöckchen in

verschiedenen Kräuter- und Arzneibüchern erwähnt. Schon die frühen Ärzte wussten von einer herzstärkenden Wirkung. Heute findet das Maiglöckchen noch in der Phytotherapie bei leichten nervösen Herzbeschwerden Anwendung. Dem Maiglöckchenduft wird eine harmonisierende und heilende Wirkung zugeschrieben. Die Blumen sollen, in Duftmischungen oder bei Räucherungen verwendet, helfen, eine friedliche Atmosphäre zu schaffen, Ängste und Stress abzubauen oder das Bewusstsein zu erweitern. Der intensive Duft des Maiglöckchens inspiriert Parfumeure zu unterschiedlichen Kreationen. So wird das Blütenöl für die Herstellung von Parfüm verwendet, aber auch Seifen als Duftstoff zugesetzt.

Als klassische Frühlingsblume steht das Maiglöckchen für das Wiedererstarren der Natur nach der kalten Jahreszeit. Es ist somit auch ein Symbol für die

Wiederkehr des Glücks im Allgemeinen und soll Glück in der Liebe bringen, Als Zeichen für Reinheit bzw. Unschuld

zierte es oft den Brautstrauß. Die Mutterliebe wird gern mit einem Maiglöckchenstrauß gezeigt. Weiterhin steht die Blume für Aufrichtigkeit und Verschwiegenheit.

In Frankreich ist übrigens der 1. Mai der Tag des Maiglöckchens. Da werden sie an geliebte Menschen verschenkt. Nicht zuletzt fand das Maiglöckchen Eingang in die Poesie. Joseph von Eichendorff, Ludwig Höltz oder auch Heinrich Heine huldigten der zarten Blume als Frühlingsbote, Zeichen des Glücks und der Liebe. In Hoffmann von Fallersleben's Frühlingsgedicht erfahren wir vom alljährlichen Ringen des Frühlings mit dem letzten Aufbegehren des vergangenen Winters.

AP

### Maiglöckchen und die Blümelein

Maiglöckchen läutet in dem Tal,  
das klingt so hell und fein.  
So kommt zum Reigen allzumal,  
ihr lieben Blümelein!

Dies Blümchen, blau und gelb und weiß  
sie kommen all herbei.  
Vergissmeinnicht und Ehrenpreis  
und Veilchen sind dabei.

Maiglöckchen spielt zum Tanz im Nu  
und alle tanzen dann.  
Der Mond sieht ihnen freundlich zu,  
hat seine Freude dran.

Den Junker Reif verdross das sehr,  
er kommt ins Tal hinein.  
Maiglöckchen spielt zum Tanz nicht mehr.  
Fort sind die Blümelein.

Doch kaum der Reif das Tal verlässt,  
da ruft wieder schnell  
Maiglöckchen auf zum Frühlingsfest  
und leuchtet doppelt hell.

Nun hält's auch mich nicht mehr zu Haus.  
Maiglöckchen ruft auch mich.  
Die Blümchen gehn zum Tanze aus.  
Zum Tanzen geh auch ich!

(August Heinrich Hoffmann von Fallersleben)



## Bienchen, Bienchen summ herum Bienchen ist nicht dumm ...

Jeden Frühling hüllen sich die Obstbäume in duftige Blütenwolken. Doch nicht der prächtige Flor allein entscheidet darüber, ob ein Baum reiche Ernte bringt. Damit sich aus den Blüten Früchte entwickeln können, braucht es Boten, die den Blütenstaub (Pollen) vom männlichen zum weiblichen Teil der Blüte tragen. Viele Obstsorten müssen sogar mit dem Pollen einer anderen Sorte bestäubt werden.

Die wichtigste Helferin ist hierbei die Honigbiene. Mit einigem Abstand folgen Hummeln, Wildbienen und Schwebfliegen. Auf der Suche nach Nahrung krabbeln die Insekten in die Blüte hinein und berühren dabei die Staubblätter, in denen die Pollen enthalten sind. Beim Besuch der nächsten Blüte übertragen sie die Pollen auf die klebrige Narbe am Blütenstempel – damit ist die Bestäubung abgeschlossen.

Ohne Bienen, Hummeln & Co. gäbe es weder Obst noch Blumen. Wer einen Garten oder Balkon hat, kann mithelfen, die bedrohten Tiere zu schützen. Eine Oase für alle insektenfreundliche Gärten zeichnen sich durch ein vielfältiges Nahrungsangebot und schützendes

Gehölz oder Stauden aus. Wie hübsch Naturschutz dabei aussehen kann, beweisen im Garten zum Beispiel Sonnenhut, Lavendel und Storchenschnabel, an denen sich so gern Schmetterlinge und Hummeln tummeln! Wir müssen etwas tun! In den letzten 15 Jahren sind die Bestände der heimischen Insekten um über 80 % zurück gegangen. Je mehr mitmachen, desto besser! Denn ohne unsere kleinen Brummer sähe die Welt ganz schön traurig aus...

Ideal ist eine Kombination von Pflanzen, die ihre Blüten zu unterschiedlichen Jahreszeiten tragen. So hat man stets etwas Schönes fürs Auge und bietet zugleich Insekten ganzjährige einen gedeckten Tisch. Und Tomaten schmecken nicht nur Menschen gut. Die Blüten der Nachtschattengewächse gehören zu den Leibspeisen von Bienen und Hummeln. So geht's auch! Die meisten Küchenkräuter, darunter Petersilie, Liebstöckel oder auch mediterrane Sorten wie Oregano werden zur Blütezeit gerne von Bienen und Hummeln besucht. Wer ihnen etwas Gutes tun will, erntet immer nur einen Teil ab und lässt den Rest blühen. Das schöne Ergebnis ist ein blühendes Leben! **AP**



## Buntspechte ... sind fleißige Baumeister im Wald und Garten

Wer derzeit im Wald spazieren geht, sollte nicht nur die Augen, sondern auch die Ohren offenhalten. Denn die Balzzeit der Spechte ist in vollem Gange, sie markieren jetzt akustisch ihr Revier. Ein Specht, dem es gerade zum Trommeln zumute ist, fliegt in einen günstigen Ast, setzt sich zurecht, plustert das Gefieder, senkt den Schnabel und fängt an zu trommeln. Übersetzt man seinen wissenschaftlichen Namen, so müsste der Buntspecht eigentlich Großer Baumhämmerer heißen.

Und das nicht zu Unrecht. Sein schnelles Trommeln ist meist über weite Strecken zu hören

Buntspechte bewohnen Laub- und Nadelwälder, Parks, große Gärten und Feldgehölze. Ein schnelles Klopfen hallt durch die Stille des Waldes oder des Gartens. Schon lässt sich das schwarz-weiße Gefieder eines Buntspechts ausmachen, dabei leuchtet das kräftige Rot an seinem Schwanz auf. Das Männchen unterscheidet sich nur durch deinen roten Scheitelfleck vom Weibchen.

Die schön anzusehenden Vögel schaffen durch ihr Trommeln Höhlen und Öffnungen in den abgestorbenen Baumstämmen und damit Lebensraum für andere Vögel und auch kleine Säugetiere. Der Zweck des Trommelns ist natürlich ihre Nahrungssuche. Ihre Leibspeise sind im Holz wohnende Insekten, die sie im Totholz der Bäume aufspüren. Außerdem fressen sie

Kiefern- und Fichtensamen und weiche Früchte. Auch das Futterhäuschen haben sie für sich entdeckt. Buntspechte sind Standvögel und daher das ganze Jahr bei uns zu entdecken - vielleicht in diesem Frühjahr! **AP**



DAS  
LIEBSTE  
VON HIER

## UNSERE REGIONALEN SPARGEL-LIEFERANTEN

Constantin v. Laer aus Herford



Arndt Nuttmann aus Steyerberg



„Wenn du Kartoffel oder Spargel isst, schmeckst du den Sand der Felder und den Wurzelregen, des Himmels Hitze und den kühlen Regen, kühles Wasser und den warmen Mist“ – Carl Zuckmayer

Zwei regionale Spargelanbauer beliefern auch in dieser Saison alle WEZ – Märkte täglich mit frisch gestochenen Spargel.

Seit dem Jahre 1979 baut die Familie C. von Laer in Herford Schwarzenmoor und dem Lipper Land Spargel nach QS – Richtlinien an. Und der Hof A. Nuttmann

in Steyerberg erntet seit 1986 nun den Spargel auf über 50 ha im Umkreis seines Hofes, über 60 Erntehelfer sind täglich im Einsatz.

Der Spargelanbau erfordert umfangreiches Wissen bei der Auswahl der Böden. Die sandigen Böden werden mit Kompost und organischem Dünger angereichert. Das Spargelstechen ist immer noch Handarbeit und verlangt viele fleißige Helfer. Unmittelbar nach der Ernte wird das königliche Gemüse gewaschen, kontrolliert, sortiert und zeitnah ausgeliefert. **BB**

## Wie Apotheker bei der Auswahl von Medikamenten helfen



Viele Menschen gehen zunächst in die Apotheke, wenn gesundheitliche Beschwerden auftreten. Besonders bei leichten oder vorübergehenden Symptomen wie Kopfschmerzen, Erkältungen, Magen-Darm-Beschwerden oder allergischen Reaktionen ist die Apotheke häufig die erste Anlaufstelle. Die Auswahl an frei verkäuflichen Arzneimitteln ist jedoch groß und für Laien oft

schwer zu überblicken. Unterschiedliche Wirkstoffe, Dosierungen und Darreichungsformen können dazu führen, dass es nicht immer einfach ist, das passende Medikament zu finden. Genau hier spielt die fachkundige Beratung durch Apothekerinnen und Apotheker eine wichtige Rolle. Sie helfen dabei, das geeignete Präparat auszuwählen, Risiken zu vermeiden und eine sichere Anwendung zu gewährleisten. Dabei geht es nicht nur darum, ein Medikament zu verkaufen, sondern vor allem darum, die individuelle Situation der Patientin oder des Patienten zu berücksichtigen und eine verantwortungsvolle Empfehlung auszusprechen.

Am Anfang einer Beratung steht in der Regel ein kurzes Gespräch, in dem der Apotheker oder die Apothekerin einige wichtige Fragen stellt. Ziel ist es, die Beschwerden möglichst genau einzuordnen. Dabei wird zum Beispiel gefragt, welche Symptome genau auftreten, seit wann die Beschwerden bestehen und wie stark sie ausgeprägt sind. Auch mögliche Begleitsymptome können eine wichtige Rolle spielen. Zusätzlich wird häufig erfragt, ob bereits andere Medikamente eingenommen werden, ob bekannte Allergien bestehen oder ob bestimmte Vorerkrankungen vorliegen. Diese Informationen sind entscheidend, denn sie können die Auswahl eines Arzneimittels maßgeblich beeinflussen. Manche Wirkstoffe sind für bestimmte Personengruppen weniger geeignet oder können mit anderen Medikamenten Wechselwirkungen eingehen. Durch gezielte Fragen können Apotheker mögliche Risiken frühzeitig erkennen und entsprechend berücksichtigen.

Gerade bei der Selbstmedikation ist es wichtig, das richtige Arzneimittel auszuwählen. Viele Beschwerden lassen sich grundsätzlich mit verschiedenen Wirkstoffen behandeln, die sich jedoch in ihrer Wirkung, ihrer Verträglichkeit oder ihrer Anwendungsweise unterscheiden können. Ein gutes Beispiel sind Schmerzmittel: Für die Behandlung von Kopfschmerzen oder leichten Schmerzen stehen mehrere Wirkstoffe zur Verfügung, die jeweils unterschiedliche Eigenschaften besitzen. Während einige Präparate den Magen stärker belasten können, sind andere für bestimmte Patientengruppen besser geeignet. Auch das Alter spielt eine wichtige Rolle, denn Kinder, ältere Menschen oder Personen mit chronischen Erkrankungen benötigen oft eine angepasste Dosierung oder spezielle Präparate. Apothekerinnen und Apotheker berücksichtigen all diese Faktoren und helfen dabei, eine möglichst sichere und passende Wahl zu treffen.

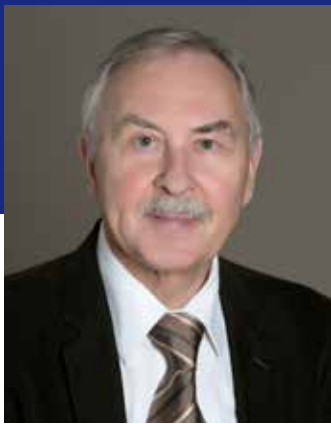
Neben der Auswahl des geeigneten Medikaments ist auch die richtige Anwendung entscheidend für den Behandlungserfolg. Selbst ein wirksames Arzneimittel kann seine Wirkung nur dann optimal entfalten, wenn es korrekt angewendet wird. Deshalb

gehört zur Beratung in der Apotheke auch eine ausführliche Erklärung zur Einnahme oder Anwendung des Präparats. Kundinnen und Kunden erfahren beispielsweise, wann ein Medikament eingenommen werden sollte, ob es vor oder nach dem Essen angewendet wird und wie hoch die empfohlene Dosierung ist. Ebenso wichtig sind Hinweise zur maximalen Anwendungsdauer, denn viele frei verkäufliche Medikamente sollten nur über einen begrenzten Zeitraum verwendet werden. Außerdem informieren Apotheker über mögliche Nebenwirkungen und darüber, worauf während der Einnahme geachtet werden sollte. Solche Hinweise tragen wesentlich dazu bei, Anwendungsfehler zu vermeiden und die Sicherheit der Behandlung zu erhöhen.

Ein weiterer wichtiger Bestandteil der Beratung besteht darin, einzuschätzen, ob eine Selbstmedikation überhaupt sinnvoll ist oder ob eine ärztliche Untersuchung erforderlich sein könnte. Apothekerinnen und Apotheker sind darin geschult, Warnsignale zu erkennen, die auf eine ernstere Erkrankung hinweisen könnten. Wenn Beschwerden ungewöhnlich stark sind, länger anhalten oder mit bestimmten Begleitsymptomen auftreten, kann es notwendig sein, eine ärztliche Abklärung zu empfehlen. Auch bei besonders empfindlichen Patientengruppen, etwa bei kleinen Kindern, Schwangeren, stillenden Frauen oder älteren Menschen mit mehreren Erkrankungen, ist häufig besondere Vorsicht geboten. In solchen Fällen kann die Apotheke eine wichtige Orientierung geben und dazu beitragen, dass gesundheitliche Probleme rechtzeitig ärztlich abgeklärt werden.

Darüber hinaus leisten Apotheken einen wichtigen Beitrag zur allgemeinen Arzneimittelsicherheit. Viele Menschen nehmen gleichzeitig mehrere Medikamente ein, die teilweise von verschiedenen Ärzten verschrieben wurden oder zusätzlich frei verkäuflich gekauft werden. Dabei können Wechselwirkungen auftreten, die die Wirkung einzelner Präparate verändern oder unerwünschte Nebenwirkungen verstärken. Durch ihre pharmazeutische Ausbildung sind Apothekerinnen und Apotheker in der Lage, solche Risiken zu erkennen und entsprechende Hinweise zu geben. Sie können beispielsweise darauf aufmerksam machen, wenn bestimmte Wirkstoffe nicht zusammen eingenommen werden sollten oder wenn eine Anpassung der Einnahmezeiten sinnvoll sein könnte.

Die Apotheke erfüllt damit eine wichtige Rolle im Gesundheitswesen. Sie ist für viele Menschen leicht erreichbar und bietet eine schnelle, kompetente Beratung bei gesundheitlichen Fragen. Ein kurzer Besuch kann oft helfen, Unsicherheiten zu klären, das passende Arzneimittel zu finden und mögliche Risiken zu vermeiden. Die persönliche Beratung durch qualifiziertes Fachpersonal sorgt dafür, dass Medikamente verantwortungsvoll eingesetzt werden und ihre Wirkung optimal entfalten können. Auf diese Weise trägt die Apotheke dazu bei, die Gesundheit der Bevölkerung zu unterstützen und eine sichere Arzneimitteltherapie im Alltag zu gewährleisten.



**Dr. jur. Wolfgang Lange**

Häufig pflegen Kinder ihre Eltern zu Hause aufopferungsvoll und ohne Bezahlung. Damit pflegende Kinder nach dem Tode von Vater oder Mutter nicht leer ausgehen, gibt es seit vielen Jahren eine entsprechende, für den Laien schwer verständliche Regelung im Gesetz, nämlich § 2057 a Abs. 1 Satz 1 BGB. Dort heißt es kurz und bündig: „Dies gilt auch für einen Abkömmling, der den Erblasser während längerer Zeit gepflegt hat.“

Damit ist die Pflege den Tätigkeiten gleichgestellt, die ein Kind durch Mitarbeit im Haushalt, Beruf oder Geschäft des Erblassers während längerer Zeit durch erhebliche Geldleistungen oder in anderer Weise erbracht hat, und das Vermögen des Erblassers dadurch erhalten oder vermehrt hat.

Nach Einfügung dieser Pflegeregelung in das Gesetz ist es um diese Wohltat zu Gunsten pflegender Kinder still geworden. Aber spätestens mit dem Beschluss des Bundesgerichtshofs vom 24.03.2021 (IV ZR

296/20) ist die Regelung über die Ausgleichspflicht nach § 2057 a BGB wieder in das Bewusstsein der Betroffenen gerückt.

Ausgangspunkt des Verfahrens vor dem Bundesgerichtshof war ein Pflichtteilsstreit, bei dem der Erbe die Pflichtteilsforderung wegen der Berücksichtigung einer ihm nach § 2057 a BGB zustehenden Ausgleichsforderung ablehnt. Der Erbe hatte den Erblasser über einen sehr langen Zeitraum gepflegt.

Die Ausgleichsforderung des Pflegenden nach § 2057 a BGB wirkt dabei sowohl zu Gunsten als auch zu Lasten des Pflichtteilsberechtigten. Der Berechnung des Pflichtteils ist stets der gesetzliche Erbteil in der Gestalt zu Grunde zu legen, den der Pflichtteilsberechtigte im Falle der gesetzlichen Erbfolge auch unter Berücksichtigung der Leistungen nach § 2057 a BGB erhalten würde.

Das hat zur Folge, dass Pflegeleistungen, die nach § 2057 a BGB auszugleichen sind, auch in einem (notariellen) Nachlassverzeichnis darzustellen sind.

Der Bundesgerichtshof führt in seiner Entscheidung ausdrücklich aus, dass die Regelung des § 2057 a BGB der Disposition des Erblassers unterliegt, mithin der Erblasser ohne wei-

teres berechtigt ist, die Ausgleichspflicht einzuschränken oder auszuschließen. Eine entsprechende Regelung sollte ausdrücklich in die Verfügung von Todes wegen (Testament) aufgenommen werden, um zu verhindern, dass erst im Wege der Auslegung zu ermitteln ist, ob eine Ausgleichspflicht nach § 2057 a BGB von dem Erblasser gewollt ist, oder ob allein durch die Erbeinsetzung des pflegenden Abkömmlings die Pflegeleistungen hinreichend kompensiert werden, ohne dass die Pflegeleistungen sich darüber hinaus noch mindernd auch auf den Pflichtteil auswirken.

Wie die Darstellung zeigt, ist die Problematik sperrig und komplex.

Wichtig ist allein, dass die Eltern Klarheit darüber schaffen sollen und müssen, ob die Pflegeleistungen berücksichtigt werden sollen oder nicht. Die Entscheidung dieser Frage ist nicht immer einfach.

Dagegen ist die Formulierung in dem Testament dazu nicht schwierig; sie kann etwa lauten „Die Pflegeleistungen meines Sohnes / meiner Tochter sollen bei der Berechnung des Pflichtteils des nicht zur Erbfolge gelangenden Kindes unberücksichtigt bleiben.“

Wer bereits ein Testament errichtet hat, sollte es hinsichtlich der Pflegeleistungen ergänzen, mindestens durch den vorformulierten vorgeannten Satz.

*Dr. jur. W. Lange*

Fachwaltspraxis für Erbrecht

**Fachanwalt für Erbrecht**  
**Tätigkeitsschwerpunkte: Testamentgestaltung,**  
**Erbauseinandersetzung, Vorsorgevollmacht und**  
**Patientenverfügung.**

Hahler Straße 29, 32427 Minden

Telefon (05 71) 2 80 86 / 2 80 87, Fax (05 71) 8 76 54

## Zwei Firmen – ein starkes Team

Die Kühn Maler + Boden GmbH & Co. KG aus Hille und der ES Malerfachbetrieb aus Minden arbeiten seit Mitte 2025 eng zusammen. Mit dieser Partnerschaft bündeln wir die Erfahrung und das Know-how zweier etablierter Handwerksbetriebe. Der ES Malerfachbetrieb besteht bereits seit 1979, Kühn Maler + Boden seit 1990 – zusammen stehen wir somit für viele Jahrzehnte Erfahrung im Handwerk.

Als gemeinsames Team verbinden wir traditionelle Handwerkskunst mit modernen Techniken und zeitgemäßen Gestaltungsideen. Unser Leistungsspektrum ist breit aufgestellt: Von klassischen Maler- und Fassadenarbeiten über hochwertige Tapeten bis hin zu professionellen Bodenbelägen bieten wir Lösungen für nahezu jeden Bereich rund um Wand und Boden. Auch individuelle Designkonzepte, etwa fugenlose Bäder oder besondere Oberflächengestaltungen, gehören zu unserem Angebot.

Unsere Kundinnen und Kunden profitieren von unserer gebündelten Kompetenz sowie von einer großen Auswahl an Farben, Materialien und Produkten. Gemeinsam entwickeln wir passen-

de Lösungen und setzen Projekte zuverlässig, fachgerecht und mit viel Liebe zum Detail um.

**IHRE RÄUME.**  
**UNSER HANDWERK.**

**KÜHN**  
 maler + boden

An der Kapelle 6  
 32479 Hille  
 05703-3036  
 www.maler-boden.de



Goldankauf  
**MARIN**

**DER EXPERTE  
FÜR IHRE WERTE.**

goldankauf-marin.de

## **GOLDANKAUF IST VERTRAUENSACHE**

Seit dem 1. Oktober 2019 hat Nicolaus Krüger den Goldankauf Marin in Bückeburg übernommen. Der Inhaber betont, dass er das seit 2008 ansässige Unternehmen in alter Tradition weiter führen wird.

„Wir spielen mit offenen Karten – denn Goldankauf ist Vertrauenssache und Transparenz ist uns wichtig. Viele Menschen fallen auf unseriöse Händler herein. Kunden sind nicht umfassend informiert und die Ankaufpreise nicht transparent. In unseren Geschäftsräumen werden Ihre mitgebrachten Schmuckstücke mit unserer neuesten Technik, einem Spektralanalysegerät analysiert (siehe Foto).“

Da die Gold-, Platin-, Palladium- und Silberpreise jeden Tag schwanken, können Sie jederzeit auf unserer Internetseite die aktuellen Börsenkurse einsehen ([www.goldankauf-marin.de](http://www.goldankauf-marin.de)). Außerdem bieten wir einen Ankaufsrechner an und geben Informationen wie Sie Fälschungen erkennen. Diesen Rundumservice nutzen nicht nur Privatpersonen, sondern auch die Industrie und das Handwerk aus ganz Europa.

Wenn Ihnen aus gesundheitlichen Gründen der Weg nach Bückeburg nicht möglich ist, senden Sie uns Ihren Schmuck, das silberne oder versilberte Besteck, Taschen- und Armbanduhren, Münzen, Medaillen und Zinngeschirr, aber auch Zahngold mit oder ohne Zähnen, einfach per Paket.

Außerdem kaufen wir Diamanten und hochwertige Gemälde an. Hierfür wäre eine Expertise über den Diamanten oder die Dokumentation des Gemäldes mit Bekanntgabe des Künstlers von Wichtigkeit. Mit dem jahrelangen Fachwissen prüfen meine

hochqualifizierten Mitarbeiter Ihre Edelmetalle. Hierzu sind Lupen, geeichte Waagen sowie Prüfsäure und unser Spektralanalysegerät Hilfen, um nach Prüfung den exakten Wert nach Tagespreisen zu ermitteln. Mit Ihren Schmuck- oder Erbstücken verschwinden wir auch nicht ins Hinterzimmer! Sie erhalten einen detaillierten Ankaufbeleg und wir zahlen Ihnen den Betrag sofort aus.

Viele Schätze befinden sich in den Haushalten, in Schubladen, Kisten oder Kleintresoren. Lassen Sie diese durch uns, die Spezialisten, überprüfen und den Wert ermitteln.

**„DIE EDELMETALLE KÖNNEN  
MIT MODERNSTER TECHNIK  
PRÄZISE ANALYSIERT WERDEN.“**

Wir sind täglich von 9 bis 17 Uhr hier in unseren Räumen erreichbar. Gern können Sie auch einen Termin vereinbaren.

„Wenn Sie Ihre Schätze nicht verkaufen möchten, haben Sie auch die Möglichkeit diese in die Beleihung zu geben. Die Beleihung ist wie ein Bankkredit. Somit dienen diese Stücke als Sicherheit und Sie können diese jederzeit wieder einlösen.“



**Goldankauf & Pfandleihhaus Marin GmbH**

Wilhelm-Busch-Straße 15  
D-31675 Bückeburg

Tel.: 0 57 22 - 89 13 20  
Mobil: 0176 - 727 030 95  
Fax: 0 57 22 - 2 89 05 78  
Mail: [info@goldankauf-marin.de](mailto:info@goldankauf-marin.de)

**KONTAKT**

