

Rote Ohren und taube Hände für alle

Heizölgeschäft boomt / Wassersportler brauchen trotz Frost keine Auszeit / SBM: Eisflächen nicht betreten

Von Anja Peper

Minden (mt). Kalt, kälter, tiefgefroren: Ohne Mütze, Schal und Handschuhe traut sich kaum noch jemand vor die Haustür. Viele Leute sehen aus, als wollten sie demnächst eine Bank überfallen. Temperaturen bis zu minus zwölf Grad – klirrende Kälte ist nicht jedermanns Sache.

Eine Trainingseinheit an der frischen Luft ist da so ziemlich das Letzte, worauf die meisten Leute Lust haben. Aber einige Sportler raffen sich trotzdem auf: „Prinzipiell gibt es für die Trainingsruderer auch im Winter keine Wasserpause“, sagt Alexander Pischke vom Bessel-Ruder-Club. Die Achterteams bereiten sich jetzt intensiv auf ihre ersten Regatten vor (Anfang März in London und Amsterdam). Regelmäßig am Wochenende gehen die Boote aufs Wasser – meistens auf den Mittellandkanal. „Nur bei Eisgang ist auch für uns Schluss, da die empfindlichen Rennboote sonst schnell Schaden nehmen würden.“ Abgesehen von langer Funktionswäsche und einer Mütze haben die jungen Leute



Hart im Nehmen: Bessel-Ruderer verzichten beim Wintertraining sogar auf Handschuhe. Foto: pr



Die gefühlte Temperatur ist auf der zugigen Fußgängerbrücke noch ein paar Grad kälter: Eine Schülergruppe aus Paderborn hatte gestern das Thermometer. Das MT dokumentiert den Temperatursturz, den Sibirienhoch „Cooper“ mitbringt, täglich mit einem Foto. Foto: Alex Lehn

kaum Schutz gegen die Kälte. Handschuhe eignen sich im Trainingsbetrieb nicht wirklich, da durch die Reibung schnell unangenehme Blasen entstehen würden. So ist der einzig „Vollvermummte“ an Bord immer nur der Steuermann oder die Steuerfrau. Ausgleichende

Gerechtigkeit: „Dafür darf er oder sie sich auch nicht bewegen.“

Sport bei Eiseskälte: Ist das noch gesund? Mit Einschränkungen, sagt der Mindener Sportmediziner Dr. Erik Fischer. „Wer gut trainiert und abgehärtet ist, kann auch bei diesem Wetter problemlos seinem Sport nachgehen.“ Anfängern rät er jedoch von Joggen & Co. ab: „Die Belastung für Herz und Kreislauf steigt bei Minus-Temperaturen etwa um ein Viertel an. Und die Muskeln brauchen mehr Energie, um die Temperatur zu halten.“

Die sibirische Kälte belebt den Einzelhandel. „Lange Unterhosen, Skijacken, Handschuhe und Schals sind die Renner“, sagt Daniela Drabert (Hagemeyer). Dass es kein schlechtes Wetter, sondern nur

falsche Kleidung gibt, wissen die kleinen Eskimos vom Waldkindergarten schon lange. Sie werden von ihren Eltern warm eingepackt und mit vollen Thermoskannen ausgestattet – und los geht's. Leiterin Gudrun Kenning war gestern mit ihnen auf Entdeckungstour an einem kleinen zugefrorenen Teich, wo sie erstarrte Molche und Käfer entdecken konnten. Apropos Teich: Die Minus-Temperaturen haben auf vielen Seen und Teichen in OWL schon für erste Eisschichten gesorgt. Die Städtischen Betriebe Minden (SBM) warnen aber ausdrücklich vor dem Betreten der Eisflächen am Schwanenteich.

Die heimischen Tierarten haben kaum Probleme, meint Dirk Esplor von der Biologischen Station Nordholz. „Unsere klimatischen Bedingungen

sind ihnen seit Jahrtausenden vertraut, sie haben sich gut angepasst.“ Eine Bitte an Naturfreunde hat er allerdings: „Viele Wasservögel, deren Kiesgewässer zugefroren sind, kommen jetzt an die Weser. Dort sollte man sie nicht stören, denn im Winter haben sie ein hohes Ruhebedürfnis.“

Landwirte wünschen Schnee als Kälteschutz

Die Landwirte hingegen sorgen sich um die Wintergerste, die bei minus zehn bis zwölf Grad Schaden nehmen kann. Kreislandwirt Rainer Meyer: „Ob und welche Schäden es gibt, sehen wir erst im Frühjahr.“ Er würde sich jetzt über Schnee freuen: „Der isoliert hervorragend und schützt die Wurzeln.“ Raps und andere Getreidesorten bekommen erst bei minus 15 Grad Probleme.

Die Nachfrage nach Heizöl steigt. Nach Auskunft der ansässigen Vertreter sollten die Kunden Lieferzeiten von etwa einer Woche einplanen. „Einige Kunden sind von der Kälte überrascht worden“, sagt Mary Jane Rehkamp, Kundenberaterin bei Mönneke Mineralöle (Minden). Einige Tanks seien tatsächlich ganz leer gewesen: „An einem einzigen Vormittag hatten wir zehn Trockenläufe.“ Bevor es in der Wohnung kalt wird, legen sich besonders ältere Menschen gerne einen Vorrat an. Die Erfahrung hat Geschäftsführerin Cornelia Büsching von der gleichnamigen Firma in Porta gemacht.

Auch wer ohne festen Wohnsitz ist, kann in Minden eine trockene Bleibe finden: Das Rudolf-Winzer-Haus am Schwarzen Weg nimmt zu jeder Zeit Obdachlose auf. Seite 17

Neuwahlen bei der Mindener CDU

Minden (mt/cpt). Zur Stadtverbandsversammlung mit Vorstandswahlen lädt Vorsitzender Lutz Abrusatz die Mindener CDU-Mitglieder am Dienstag, 7. Februar, 19 Uhr, in das Victoria Hotel am Markt 11 ein. Es stehen alle Positionen des Vorstandes und die 14 Beisitzer wieder zur Wahl. Außerdem sind anschließend die Delegierten zum Kreisparteitag neu zu wählen.



BEILAGENHINWEIS

Einem Teil unserer heutigen Ausgabe (ohne Postauflage) liegen Prospekte der Firmen Optik Schure, Minden; Hammer, Minden; Apotheke am Preußenmuseum, Minden; Polsterwelten Franz, Minden, sowie Media Markt, Porta Westfalica, bei.

Weitere Beilagen auch unter www.mt-online.de

Ansprechpartner Beilagen:
Uwe Rösener
Telefon 05 71 / 882 181
Ricarda Hägermann
Telefon 05 71 / 882 283
Mail anzeigen@mt-online.de

„Stichlinge“ spielen für Senioren

Minden (mt/um). Die Mindener Stichlinge geben auch in diesem Jahr wieder eine Sonderveranstaltung für Mindener Senioren. Diese Veranstaltung findet am Samstag, 17. März, 15 Uhr, im Vortragsaal der Sparkasse Minden-Lübbecke am Königswall 2 in Minden statt. Das Programm steht unter dem Motto „Großes Kino – jetzt in 3D!“ Eintrittskarten sind ab Montag, 6. Februar, im Treffpunkt Johanniskirchhof, Johanniskirchhof 4, ab 14 Uhr erhältlich. Der Treffpunkt öffnet um 13.30 Uhr. Nach dem ersten Verkaufstag sind die Eintrittskarten im Treffpunkt Johanniskirchhof montags bis freitags in der Zeit von 10 bis 12.30 Uhr sowie von 13.30 bis 17.30 Uhr erhältlich.

Varieté-Abend des Herder-Gymnasiums

Minden (mt/cpt). In der Aula des Herder-Gymnasiums findet am heutigen Freitag, 3. Februar, und am Sonntag, 5. Februar, jeweils 19.30 Uhr, ein Varietéabend der Q1 statt. Das Thema „Zurück in die Zukunft“ soll die Zuschauer durch die 60er-, 70er-, 80er- und 90er-Jahre, Gegenwart und Zukunft führen. In den Proben sind Sketche, eine Modenschau, Tanz- und Gesangseinlagen entstanden, die unterhalten sollen. Mit den Einnahmen soll der Abiball im Jahr 2013 finanziert werden.

Ein kleines Stück Lebensglück für Demenzkranke

Verein „Leben mit Demenz – Alzheimergesellschaft Kreis Minden-Lübbecke“ erhält in Brüssel hohe Auszeichnung

Von Ulrike Mißbach

Minden (mt). Prinzessin Mathilde von Belgien höchstpersönlich überreichte der Vorsitzenden des Vereins „Leben mit Demenz“ in Brüssel eine mit 10 000 Euro dotierte Auszeichnung der „European Foundations' Initiative on Dementia“.

„Das ist eine großartige Würdigung unserer Arbeit“, freut sich die Vereinsvorsitzende Dr. Harriet Heier, die zusammen mit einer kleinen Delegation aus dem Kreis Minden-Lübbecke in die belgische Hauptstadt gereist war. Neben dem Minden-Lübbecker Projekt „Zusammen sind wir lieber als allein“ wurden neun weitere Initiativen aus acht europäischen Ländern ausgezeichnet. Die Preisträger waren aus 81 Bewerbungen aus ganz Europa von einer internationalen Jury ausgewählt worden.

In ihrer Laudation hob die Vorsitzende der Jury, die belgische Staatsministerin Magda Alevuoet hervor, dass der Verein „Leben mit Demenz – Alzheimergesellschaft Kreis Minden-Lübbecke“ einen außergewöhnlichen und innovativen Ansatz praktiziere. „Unsere Angebote wurden als sehr gutes Beispiel hervorgehoben, wie die Lebensqualität von Menschen mit Demenz und ihren Familien verbessert werden kann“, berichtet Hartmut Schilling, der im Verein als Koordination der Projekte tätig ist. Mit der Auszeichnung der besten lokalen Initiativen hofft die „European Foundations' Initiative on Dementia“ auf einen länderübergreifenden Austausch im Bereich Demenz. Das Minden-Lübbecker Projekt „Zusammen sind wir lieber als allein“ gilt als Vorreiter im Bereich der Frühdemenz. „Leider glauben viele Menschen, dass Demenzkranke nicht mehr aktiv am Vereinsleben teilnehmen können“, bedauert Harriet Heier. Der Bewegungsdrang der Betroffenen sei jedoch nicht anderes als bei gesunden Menschen. „Dennoch ziehen sich leider viele Kranke



Auf dem Tandem ist eine demenzkranke Seniorin mit einem Betreuer unterwegs. Foto: pr



Die europäischen Preisträger wurden im Beisein von Prinzessin Mathilde von Belgien (l.) für ihre Arbeit ausgezeichnet. Für den Verein „Leben mit Demenz“ nahm Dr. Harriet Heier (2.v.r.) den Preis entgegen. Foto: Foton

ling, der im Verein als Koordination der Projekte tätig ist. Mit der Auszeichnung der besten lokalen Initiativen hofft die „European Foundations' Initiative on Dementia“ auf einen länderübergreifenden Austausch im Bereich Demenz. Das Minden-Lübbecker Projekt „Zusammen sind wir lieber als allein“ gilt als Vorreiter im Bereich der Frühdemenz. „Leider glauben viele Menschen, dass Demenzkranke nicht mehr aktiv am Vereinsleben teilnehmen können“, bedauert Harriet Heier. Der Bewegungsdrang der Betroffenen sei jedoch nicht anderes als bei gesunden Menschen. „Dennoch ziehen sich leider viele Kranke

aus dem Vereinsleben zurück, da sie mitunter Orientierungsschwierigkeiten haben und für viele Dinge einfach etwas länger brauchen“, erläutert Harriet Heier.

Genau hier setzt der Verein „Leben mit Demenz“ mit seinem Projekt „Zusammen sind wir lieber als allein“ an. Seit 2010 bieten die Mitglieder Sport- und andere Bewegungsangebote (Fahrrad- und Kanutouren), Museumsbesuche sowie Bildhauerworkshops für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen an. „In den Gruppen, die in der Regel nicht allzu groß sind, blühen viele Kranke regelrecht wieder auf“, berichtet Hartmut Schilling. „Das muss man einfach mitmachen“, freut sich eine 80-Jährige, die zu den Fahrradausflügen auf einem Tandem mitgenommen wird. Von Anfang an mit dabei ist auch ein 65-Jähriger, bei dem vor fünf Jahren Demenz diagnostiziert wurde. Obwohl seine Krankheit inzwischen in einem fortgeschrittenen Stadium ist, ist er mit einem ehrenamtlichen Einzelbetreuer noch regelmäßig bis zu 100 Kilometer auf dem Fahrrad unterwegs.

„Für unsere Angebote suchen wir ehrenamtliche Helfer, die Lust haben, die Gruppen auf dem Fahrrad zu begleiten“, erklärt Harald Schilling. Interessenten können sich beim Verein „Leben mit Demenz“, Goethestraße 42, Telefon (05 71) 9 74 29 67 melden.