

BF14

**Feldenkrais beim VfL Ummeln**

UMMELN (WB). Einen neuen Feldenkrais-Kursus bietet der VfL Ummeln an. Start ist am Montag, 29. Juli, um 13.30 Uhr in der Sporthalle des Vereins. Die Teilnahme an dem Kursus ist für alle Interessierten möglich, auch wenn sie nicht Mitglieder in dem Sportverein sind.

Beim Feldenkrais geht es darum, zu entspannen und sich sanft zu bewegen, um damit die Beweglichkeit und die Körperhaltung und somit auch das allgemeine Wohlbefinden zu verbessern.

Eine kostenlose Probestunde und auch der Einstieg in den laufenden Kurs beim Ummelner Sportverein sind jederzeit möglich. Nähere Informationen und Anmeldung unter Telefon 0162/7404714 (täglich ab 13 Uhr) oder per Mail an petra@bielefeld-feldenkrais.de.

**Trödelmarkt in Baumheide**

BAUMHEIDE (WB). Einen Trödelmarkt gibt es an diesem Sonntag, 28. Juli, in Baumheide auf dem Parkplatz des Marktkauf-Marktes am Rabenhof 74. An den Ständen stöbern und feilschen können Besucher in der Zeit von 11 bis 17 Uhr.

Schildescher Firma hilft bei Registrierung und Transport von Tischen, Öfen und Gerätschaften

**Ein Dental-Labor für die Ukraine**

SCHILDESCHESIEKER (WB).

Einen besonderen Termin hatte in diesen Tagen das Schildescher Unternehmen 1A-Haushaltsauflösung. Anstatt zum städtischen Wertstoffhof führte die Tour des Teams um Thomas Landau in die Hallen der Ukraine-Hilfe Bielefeld nach Leopoldshöhe.

Auf dem Tagesplan des Teams stand: Auflösung eines Dental-Labors in Sieker. „Das Labor haben wir der Ukraine-Hilfe als Spende übergeben, damit es im ganzen oder in Teilen noch einmal zu einem Einsatz kommt“, sagt Thomas Landau, Inhaber der 1A-Haushaltsauflösungen. Vermittelt hatte die Hilfstour Journalistin Jutta Küster, die sich seit vielen Jahren in verschiedenen Hilfeprojekten engagiert.

Auf mehreren Touren wurden die Tische, Öfen und Gerätschaften nach Leopoldshöhe verbracht und auf den Transport vorbereitet. „Wir erfassen jedes Typenschild, alles wird genau registriert“, gibt Marcel Mattana von der Ukraine-Hilfe Bielefeld einen Einblick in die Arbeit der Helfer.

Sind die Vorbereitungen erledigt, treten die gespendeten Sachen in den nächsten Wochen ihre Reise 3.000 Kilome-



Marcel Mattana von der Ukraine-Hilfe, Team-Chef Fidan Berisha und Thomas Landau im früheren Dental-Labor an der Detmolder Straße, dessen Möbel und Gerätschaften von Bielefeld aus in die Ukraine geschickt werden.

Foto: 1A Haushaltsauflösung OWL

ter nach Osten an. Den Transport und den Einsatz der Helfer in Bielefeld hat der Bielefelder Urologe Dr. Martin Bet-

ge organisiert. „Hoffentlich erfüllen die Sachen in der Uk-

raine noch lange einen guten Zweck. Dann hat sich dieser

Aufwand gelohnt“, so Thomas Landau.

ANZEIGE

**MARKTKAUF**  
mit Leidenschaft.

Punkte dich glücklich  
Deutschland Card

**Nur gültig am:  
25. & 26.07.2024**

Mit **Punkten**  
zahlen und

**10%**  
der eingelösten Punkte auf das Punktekonto zurückerhalten.

Noch keine DeutschlandCard? Dann hole Dir Deine Karte direkt im Markt und punkte sofort los!

QR-Code

\*Am 25. & 26.07.2024 den Einkauf an der Kasse mit Punkten bezahlen und 10% der eingelösten Punkte werden Deinem Punktekonto gutgeschrieben. Die Gutschrift erfolgt ca. 1 Woche nach dem Einkauf auf Dein Konto. Das Einlösen der Punkte ist ab 100 gesammelten Punkten und nur mit angemeldeter DeutschlandCard möglich. 100 Punkte entsprechen 1 €. Eine Aktion der Marktkauf Rhein-Ruhr.

**Polen KULTUR-HEIDELBEEREN**  
Klasse I, 500 g Eimer (1 kg = € 5,98)

**KNÜLLER 2,99**

**10 STÜCK**

**METTENDEN\***  
aromatisch geräuchert, je 10 Stück à 80 g = 800 g (1 kg = € 8,75)

**KNÜLLER 7,00**

**Spanien HONIGMELONE**  
Klasse I, Stück

**KNÜLLER 1,44**

**HELA GEWÜRZ KETCHUP CURRY**  
delikat oder leicht scharf, je 500 ml Flasche (1 l = € 3,98)

**28% GÜNSTIGER!**  
**1,99**

**FUNNY-FRISCH CHIPSFRISCH**  
versch. Sorten, je 150 g Beutel (1 kg = € 7,40)

**44% GÜNSTIGER!**  
**1,11**

**MILRAM KÄSE IN SCHEIBEN oder REIBEKÄSE**  
versch. Sorten und Fettstufen, je 150 g Packung / Beutel (1 kg = € 9,27) auch Pizza-Zeit und Auflauf-Zeit vegan im Angebot

**45% GÜNSTIGER!**  
**1,39**

**LANGNESE MAGNUM**  
Multi-Eispackungen, versch. Sorten, je 255 ml - 440 ml Packung (1 l = ab € 4,52)

**50% GÜNSTIGER!**  
**1,99**

**MILKA SCHOKOLADE**  
versch. Sorten, je 270 g - 300 g Tafel (1 kg = ab € 7,63)

**41% GÜNSTIGER!**  
**2,29**

**APP-PREIS**  
(1 kg = ab € 6,63)  
**1,99**

**THREE SIXTY VODKA oder EASY**  
37,5% / 20% Vol., je 0,7 l Flasche (1 l = € 12,84)

**35% GÜNSTIGER!**  
**8,99**

**NEU IM SORTIMENT**

\* Nicht erhältlich in Horn-Bad Meinberg.

\*\* Aktion ausgeschossen bei Marktkauf Wüsten, Emmerloh.

† Niedrigster Gesamtpreis der letzten 30 Tage, außer: funny-frisch: 1,11, Langnese Magnum: 2,49, Milka Schokolade: 2,29, Milram: 1,49

**Band „Nine Feet Under“ spielt am 3. August in Vilsendorf**

**Rockkonzert unterm Kirchturm**

VILSENDORF (WB). Eine rockige Zeitreise durch die Musikgeschichte seit den 1960ern verspricht die Band „Nine Feet Under“. Nun haben Fans dieser Musik und alle, die sie neu kennenlernen möchten, Gelegenheit, die Band live zu erleben.

Auf dem Kirchplatz in Vilsendorf an der Vilsendorfer Straße 230 gibt „Nine Feet Under“ am Samstag, 3. August,

ein Benefizkonzert. Beginn ist um 19 Uhr.

Die sechsköpfige Coverband besteht seit beinahe 30 Jahren und hat sich in Ostwestfalen mit handgemachter, kerniger Rockmusik inzwischen einen Namen gemacht. Das Besondere: Zu den Mitgliedern gehören gleich zwei Pastoren, und für einen davon ist das Konzert in Vilsendorf sogar ein Heim-

spiel: Pfarrer Lars Prüßner (Gitarre/Gesang) von der evangelischen Versöhnungskirchengemeinde Jöllenbeck rockt vor seiner „eigenen“ Kirche.

Bei schlechtem Wetter spielt die Band im Gemeindehausaal. In jedem Fall gibt es kleine Snacks. Der Eintritt ist frei, gebeten wird um Spenden für die Arbeit der Kirchengemeinde in Vilsendorf.

**Diakonieverband Brackwede lädt engagierte Helfer ein**

**Ein märchenhafter Tag für das Ehrenamt**

BRACKWEDE (WB). Manchmal ist Ehrenamt wie ein Märchen – es gibt Kraft und Halt, öffnet Türen zu Herzen. So ist es fast jeden Tag im Diakonieverband Brackwede, denn über 240 Ehrenamtliche schenken anderen Menschen ihre Zeit, ihre Talente und ihre Zuwendung.

Jeden Monat gibt es mehr als 2000 Kontakte im Rahmen unterschiedlichster Angebote. Für viele Menschen im Bielefelder Süden bedeuten diese Kontakte ein Stück Lebensqualität, ein Lichtblick an einsamen Tagen und Hilfe in alltäglichen oder außergewöhnlichen Lebenssituationen.

Als „Dankeschön“ hat der Diakonieverband Brackwede seine Ehrenamtlichen zu

einem ganz besonderen Dinner mit vorausgehendem Märchen-Workshop in das Hotel Lindenhof in Bethel eingeladen.

Der Workshop unter der Überschrift „Die Kraft der Märchen“ brachte den Teilnehmenden die Bedeutung der Märchen in unserer heutigen Zeit nah. „Märchenbilder können wie Medizin wirken“, erklärte die Märchenerzählerin Michaela Brinkmeier.

Für die ehrenamtliche Arbeit mit Bedürftigen sind Märchen eine wertvolle Möglichkeit, eine Brücke zwischen alten Weisheiten und der heutigen Zeit zu schlagen. Die Bildsprache der Märchen spricht die Seele an. Am Abend gab es ein reichhaltiges Buffet und Michaela

Brinkmeier begeisterte zum Abschluss die Gäste mit fesselnd erzählten Märchen und stimmungsvoller Harfenmusik.

Die Gäste genossen diese besonderen Stunden. „Man fühlt sich wie gekrönt“, sagt Antje Dösselmann, Ehrenamtliche im Treffpunkt Alter, lächelnd. Dieser wunderbare Tag konnte durch eine großzügige Spende des Rotary Club Bielefeld-Süd stattfinden. Rainer Menze von den Rotariern freute sich, „die wichtige Arbeit der Ehrenamtlichen unterstützen zu können“. Karsten Stüber, Geschäftsführer des Diakonieverbands Brackwede, bedankte sich beim Rotary Club und würdigte „das tolle Freiwilligen-Engagement“.

Die Teilnehmer des Märchen-Workshops mit Märchenerzählerin Michaela Brinkmeier vor dem Hotel Lindenhof.

Foto: Marios Vafiadis/Diakonieverband Brackwede

30. Woche, 25.07. – 27.07.2024 | Abgabe nur in haushaltsüblichen Mengen, solange der Vorrat reicht. Für Druckfehler keine Haftung. Alle Artikel ohne Deko. UVP = Unverbindliche Preisempfehlung des Herstellers. Marktkauf Einzelhandels-gesellschaft Rhein-Ruhr mbH, Edekatplatz 1, 47445 Moers.