

Vom Elterngeld bis zum Mutterschutz

■ **Kreis Herford (nw).** Eine Schwangerschaft bedeutet für die werdenden Eltern viel Freude. Allerdings treten auch viele Fragen auf. Welche finanziellen Unterstützungen können beantragt werden, was bringt das neue Mutterschutzgesetz? Oder: Wie lange dauert die Elternzeit?

Antworten auf diese und andere Fragen erhalten zukünftige und junge Eltern in der Informationsveranstaltung „Vom Mutterschutz bis zum Elterngeld“ am Mittwoch, 7. November, um 19 Uhr im Bünder Rathaus. Nicola Kemter-Binder von pro familia Bünde, Kerstin Stute vom Diakonischen Werk und Klaudia Wardowski von der Elterngeldstelle des Kreises informieren gemeinsam über soziale und finanzielle Hilfen, rechtliche Fragen und geben Tipps und Anregungen. Im Anschluss stehen die Expertinnen den Teilnehmern für individuelle Fragen zur Verfügung. Anmeldungen werden bis zum 5. November bei der VHS unter Tel. (0 52 21) 59 05 32 oder per E-Mail entgegenkommen.

info@vhsimkreisherford.de

Auszeichnung für Vlothoer Projekt

■ **Kreis Herford (nw).** Sina Hulten und Andreas Luckey von der Stätte der Begegnung aus Vlotho haben für ihr Projekt „Was wirklich wichtig ist“ den Social-Impact-Preis des Dachverbandes der positiven Psychologie in Nürnberg erhalten. „Der Preis gilt als der Oscar der positiven Psychologie“, sagt Luckey stolz. In ihrer Laudatio hob Judith Mangelsdorf von der Deutschen Gesellschaft für Positive Psychologie (DGPP) die Wirkungskraft des Bildungsprojekts hervor. Mit Hilfe von Seminaren, Interviews und Poetry Slams sollen sich dabei Menschen auf die wesentlichen Fragen des Lebens besinnen. Dabei wurden über 200 Prominente wie Hellmuth Karasek, Reinhold Messner, Joris, Sabine Christiansen oder Otto Walkes und nicht prominente Persönlichkeiten wie Polizisten, Häftlinge oder Nichtsesshafte gefragt, was sie für wirklich wichtig halten. So sollen vor allem junge Menschen zum einen inspiriert werden, das wirklich Wichtige zu finden und zum anderen selbst zum „Wichtigstuer“ zu werden und dieses dann auch in die Tat umzusetzen. Schon bald soll ein Buch zu dem Projekt erscheinen.

www.diewichtigstuer.de

radio HERFORD

■ Die Herbstferien haben gerade erst angefangen und bei Euch kommt schon Langeweile auf? Dann haben wir Tipps für Euch! Die ganze Woche stellen wir Euch coole Aktionen vor, die Ihr in den Ferien unbedingt mal ausprobieren solltet. Gestern haben wir für Euch die Boulderhalle in Bielefeld getestet – heute geht's in den Escape Room in Oberkirchen und zum Indoor Skydiving in Bottrop. Noch mehr Tipps für Eure Ferien gibt's in unserem Veranstaltungskalender radio-herford.de



Freuen sich auf die Woche: Jugendliche aus Deutschland, Frankreich, Italien, Polen und Lettland sind gestern im Kreishaus zum Auftakt der Jugendwoche zusammengekommen. Mit dabei sind Betreuer und Organisatoren der Woche. FOTO: CORINA LASS

Das Glück zieht in den Kreis ein

Europäische Jugendwoche: Junge Leute aus fünf Ländern erarbeiten Glücksindex. Nebenbei schließen sie Freundschaften, pflegen Städtepartnerschaften und haben Spaß

Von Corina Lass

■ **Kreis Herford.** Gestern ist das Glück ins Kreishaus eingezogen. Es kam in Gestalt von 30 Jugendlichen aus Polen, Frankreich, Lettland, Italien und Deutschland: Sie sind Teilnehmer der Europäischen Jugendwoche im Kreis Herford. Die Begegnungswoche steht unter dem Thema: „Glücksfaktoren und Werte in Europa: Was macht europäische Jugendliche glücklich?“

Auf dem Programm stehen Fachvorträge, Lernspiele, Diskussionsrunden, eine Umfrage in Bielefeld, Gespräche mit Politikern und Jugendlichen. Was Glück ist, und welche Glücksfaktoren in den Ländern eine Rolle spielen, aus denen die Jugendlichen kommen, wird am Freitag das Thema einer Präsentation sein. Im Gesamtdeutschen Studienwerk in Vlotho werden die Jugendlichen den Glücksindex

für junge Leute in Europa vorstellen.

Und dann, da war sich Kreisdirektor Ralf Heemeier sicher, werden ihm die Gesichter der jungen Leute noch glücklicher entgegenstrahlen, als sie es gestern bei seiner Ansprache zur Eröffnung der Jugendwoche sowieso schon taten.

Heemeier hatte zuvor erklärt, warum es in dieser Woche auch noch ging: die Städtepartnerschaften des Kreises zu beleben, Freunde zu finden und Freundschaften zu vertiefen, verschiedene Kulturen und Sprachen kennenzulernen, Annahmen über Menschen aus diesen Ländern zu hinterfragen – und Spaß zu haben.

Wolfgang Kuhlmann, der jahrzehntelang die Jugendwochen als „Außenminister des Kreises“, so Heemeier, organisiert hatte, appellierte an die Jugendlichen, sich für Europa stark zu machen. Er erinnerte

darum, wie 1993 junge Leute aus Lettland drei Tage für die Anreise gebraucht hatten. Damit machte er deutlich, wie viel sich seither in Europa verändert hat.

Der Brexit sei eine Tragödie, sagte er. Die jungen Briten hätten sich als Europäer gewöhnt, für sie sei klar gewesen, dass sie immer zu Europa gehören würden.

»Kämpft für Europa, kämpft gegen den Nationalismus«

Und von einem Tag auf den anderen war es vorbei – auch und vor allem, weil gerade die jungen Leute nicht wählen gegangen waren.

Darum appellierte er an die Jugendlichen: „Kämpft für Europa. Kämpft gegen den Nationalismus. Denn die Alternative ist Nationalismus. Und das bedeutet, die Räder der Ge-

schichte zurückzudrehen.“ Sein Traum seien Vereinigte Staaten von Europa, ergänzte Kuhlmann.

Die Begegnungswochen haben in der jetzigen Form bereits mehr als 20 Mal stattgefunden, immer abwechselnd in einer der Partnerstädte. Zuletzt fanden sie im Juni 2013 in Bassano del Grappa in Italien, 2015 und 2017 im Kreis Herford und im Sommer dieses Jahres in Voiron in Frankreich statt.

Der Kreis bemüht sich seit 40 Jahren um freundschaftliche Verbindungen zu Städten und Regionen in Europa und dem außereuropäischen Ausland. Er ist acht partnerschaftliche Beziehungen oder freundschaftliche Verbindungen zu Städten eingegangen: in Frankreich, Kroatien, Schottland, Nicaragua, Amerika, Polen, Lettland und Italien. Die längste Partnerschaft hegt er mit der französischen Stadt Voiron.

Umfrage: Was bedeutet für Sie Glück?



Sabine Foerster (31) Herford

»Meine Familie macht mich glücklich, es gibt nichts, was mich glücklicher macht.«



Kyra Simme (18) Enger

»Materielle Sachen lösen bei mir kein Glück aus. Es geht um die Menschen, die einem etwas bedeuten. Glück bedeutet für mich, dass es meiner Familie gut geht.«



Max Moldehn (22) Kirchlengern

»Mich macht es glücklich, wenn meine Mitmenschen glücklich sind. Außerdem auch die Zeit mit guten Freunden oder der Familie, die oft sehr rar ist.«



Lennart Kränke (23) Bünde

»Nach Anstrengung oder Stress ist mir die Entspannung wichtig und mein Glück-Macher. Ähnlich wie die Zeit mit meiner Freundin oder Fußball – egal, ob man gewinnt oder verliert.«



Micic Jorva (72) Herford

»Glück ist alles was gut ist. Wenn man morgens aufwacht und fit wie ein Turnschuh ist.«

Auszubildende im Kreis wählen Jung-Betriebsräte

■ **Kreis Herford (nw).** Ab sofort können Azubis und junge Beschäftigte im Kreis Herford neue „U25-Sprecher“ wählen. Noch bis Ende November laufen die Wahlen für die Jugend- und Auszubildendenvertretungen (JAV). Darauf hat die Gewerkschaft IG BAU Ostwestfalen-Lippe hingewiesen. „Mit ihrer Stimme können Berufsstarter mitreden und sich Gehör beim Chef ver-

schaffen“, sagt die Bezirksvorsitzende der IG BAU, Sabine Katzsche-Döring. Oft hätten junge Beschäftigte mit Missständen zu kämpfen, trauten sich aber nicht, diese anzusprechen. „Die Probleme reichen von zu langen Arbeitszeiten und fehlenden Lehrplänen bis hin zu Tätigkeiten, die nichts mit der Ausbildung zu tun haben“, so Katzsche-Döring. Im aktuellen DGB-Aus-

bildungsreport gaben 14 Prozent der Azubis an, selten oder nie von ihrem Ausbilder betreut zu werden. Mehr als ein Drittel berichtet von regelmäßigen Überstunden. Zudem klagt ein wachsender Teil der Befragten darüber, ständig für die Firma erreichbar sein zu müssen. Bei diesen Problemen kommen die Jugendvertreter ins Spiel. Rund 5.100 Auszubil-

dende gibt es nach Angaben der Bundesagentur für Arbeit aktuell im Kreis. Eine Interessenvertretung kann wählen, wer in einem Betrieb arbeitet, der mindestens fünf Jugendliche oder Azubis und einen Betriebsrat hat. Stimmberechtigt sind alle Beschäftigten unter 18 Jahren – genauso wie alle Mitarbeiter unter 25, die ihre Ausbildung absolvieren.

www.jav-portal.de

Spazieren als aktive Gesundheitsförderung

Aktionstag: Der Kreissportbund und die Diakoniestiftung sorgen für Bewegung

■ **Kreis Herford (nw).** Wer rastet, der rostet: Zahlreiche Studien belegen, dass regelmäßige körperliche Aktivität einer der bedeutendsten Faktoren für den Erhalt der Gesundheit bis ins hohe Alter ist. Dabei muss man nicht gleich Höchstleistungen vollbringen. Schon leichte Bewegung, etwa in Form eines Spaziergangs, stärkt die körperliche und geistige Fitness.

Von daher laden die Evangelische Diakoniestiftung und der Kreissportbund zum Aktionstag „Spaziergänge und Geh-Treffs im Quartier“ am Freitag, 19. Oktober, von 10 bis 15 Uhr in Böckmanns Laden am Oettinghauser Weg 6 in Herford ein. Referentin ist Margret Eberl vom Landessportbund Nordrhein-Westfalen. Die Veranstaltung richtet sich an alle, die ihrer Gesundheit und der Gesundheit ihrer Mitmenschen etwas Gutes tun möchten. Die Teilnehmer erfahren in Theorie und Praxis, wie sie eine Gruppe gut und sicher bei Spaziergängen beglei-



Gesund im Grünen: Spazieren gehen hält fit. FOTO: LSB NRW

ten. Inhalte des Aktionstages sind unter anderem Tipps und Anregungen zur Durchführung eines Geh-Treffs, Gangschule und Sturzprophylaxe sowie die positiven gesundheitlichen Auswirkungen regelmäßiger Spaziergänge. Die Teilnehmer werden dafür fit gemacht, einen gemeinsamen Geh-Treff in ihrem Quartier zu initiieren und als Geh-Pate zu begleiten.

Geh- oder Spaziertreffs können dabei helfen, Menschen zu mehr Bewegung anzuregen und damit wichtige Beiträge zur Gesundheitsförderung zu leisten. Die Veranstaltung, die im Rahmen des Programms

„Bewegt gesund bleiben in NRW!“ vom LSB NRW und der Staatskanzlei des Landes gefördert wird, ist kostenfrei. Für Kaffee und Kuchen sowie ein Mittagessen wird gesorgt.

Um eine Anmeldung beim Kreissportbund Herford unter Tel. (0 52 21) 13 14 36 oder per E-Mail wird gebeten. Auch Rückfragen werden gerne beantwortet. info@ksb-herford.de

Erschöpfung bei Krebspatienten

■ **Kreis Herford (nw).** Die Krebsberatungsstelle des Kreises lädt Betroffene und Interessierte am Dienstag, 30. Oktober, um 17 Uhr zum Vortrag „Fatigue – Erschöpfungssyndrom bei Krebspatienten“ ein. Birte Werkmeister, Ansprechpartnerin für Brustkrebspatientinnen in der onkologischen Rehabilitationsklinik Bad Oexen, referiert über die anhaltende körperliche und geistige Müdigkeit, die sich

durch Ausruhen und Schlafen nicht bessert. Werkmeister stellt Ursachen, Symptome, Diagnostik und Therapiemöglichkeiten der Fatigue vor. Der Vortrag findet im Personalwohnheim des Klinikum Herford, Block A, Erdgeschoss, im Sitzungsraum des Personalrats statt. Aufgrund der begrenzten Teilnehmerzahl wird um eine Anmeldung bei der Krebsberatungsstelle unter Tel. (0 52 21) 94 26 05 gebeten.

Erntedank der Schlesier

■ **Kreis Herford (nw).** Die Kreisgruppe Herford-Stadt der schlesischen Landsmannschaft hat im Gemeindefeieraal der evangelisch-lutherischen Kirchengemeinde Herford Mitte ihre traditionelle schlesische Kirmes gefeiert.

Unter den zahlreichen Gästen begrüßte der Vorsitzende der Gruppe, Nikolaus Kristen, auch den Bundesvorsitzenden und gleichzeitig auch stellvertretenden Vorsitzenden der Landsmannschaft der Oberschlesier, Klaus Plaszczek, und den ehemaligen Vorsitzenden des Bundes der Vertriebenen aus Vlotho-Exter, Rudolf Grölla.

Die Veranstaltung stand unter dem Motto „Die wichtigste Leute eim Dorfe“. Da-

bei begeisterten Herbert Drescher, Ursula Hubert, und Walter Wachsmann mit Gedichten, Geschichten und Sketchen in schlesischer Mundart und wurden durch die Trachtengruppe Herford mit ober-schlesischer Tradition unter der Leitung von Dieter Ebert mit Volkstänzen unterstützt.

„Die schlesische Kirmes wurde in jedem Dorf immer im Herbst gefeiert, nachdem die Bauern die Ernte eingebracht hatten und dauerte meist mehrere Tage“, erläutert Nikolaus Kristen. Mit der Veranstaltung der schlesischen Kirmes werde die Tradition bewahrt und das kulturelle Leben und das Brauchtum der schlesischen Heimat aufrechterhalten.



Schlesische Tradition: Die Trachtengruppe mit Leiter Dieter Ebert (hinten, r.), dem Vorsitzenden Nikolaus Kristen (l.), Herbert Drescher (3.v.l.) und Walter Wachsmann (2.v.l.) FOTO: KREISGRUPPE