

## Einbruch in Bürogebäude

■ **Herford.** Ein Mitarbeiter einer Firma an der Diebrockstraße bemerkte am Freitag, 10. Juni, um 6.50 Uhr, dass die Eingangstür beschädigt aufwies und informierte die Polizei. Die Beamten stellten im Inneren des Gebäudes fest, dass die Täter Schränke und Schubladen geöffnet und mutmaßlich durchsucht haben. Sie öffneten mittels eines Werk-

zeugs ein Schloss, hinter dem eine Geldkassette eingeschlossen war. Aus dieser Kassette entwendeten sie Bargeld in vierstelliger Höhe. Der Sachschaden am Gebäude liegt bei rund 500 Euro. Die Polizei bitet Zeugen, die im Bereich der Diebrockstraße in der Nacht zu Freitag etwas Auffälliges beobachtet haben, sich unter Tel. (0 52 21) 88 80 zu melden.

## Kirchliche Nachrichten Enger-Spenge

### Ev. Gottesdienste

**Enger**  
**Stiftskirche**  
**Sonntag, 9.30 Uhr Gd.**  
Pn. Dr. Savvidis  
**Lukaskirche Steinbeck**  
**Sonntag, 9.30 Uhr Gd.**  
Pn. Braun  
**ev. Kirche Westerenger**  
**Sonntag, 11 Uhr Gd.**  
Pn. Dr. Savvidis  
**Ev. Gemeindezentrum**  
**Oldinghausen Pödinghausen**  
**Sonntag, 11 Uhr Gd.** Pn. Braun

**Kirche zu Klein-Aschen**  
**Sonntag, 18 Uhr Gd.**  
Pfr. Markus Malitte,  
Pfr. Bodo Hundte und Team  
**Marienkirche**  
**Sonntag 10.30 bis 11.15 Uhr**  
Friedensgebet im Rahmen der Offenen Kirche  
**Neuapostolische Kirche**  
**Enger-Spenge, Umlandstr. 8**  
**Sonntag, 10 Uhr Gd.**  
**Mittwoch, 19.30 Uhr, Gd.**

### Spenge

**Paulskirche**  
**Sonntag, 10 Uhr Gd.** Pfr. Ulrich Gressog  
**Kapelle Groß-Aschen**  
**Sonntag, 10 Uhr Gd./Taufe,**  
Pfr. Markus Malitte

**Landeskirchliche**  
**Gemeinschaft Enger**  
**Sonntag, Bezirks-Gd. in Bad**  
Oeynhausen-Werste (keine Angabe der Uhrzeit)



Die Laoshan-Gruppe trainiert jede Woche. Zum Jubiläum wurde gefeiert. Großmeister und Trainer Hong Li (vorne, Mitte) mit Wolfgang Schiefer (l.) der die Festschrift erstellt hat, und die 2. Vorsitzende und Trainerin Sigrid Kirchschrager. Foto: Yvonne Gottschlich

# Thai Chi-Verein ist jetzt 25 Jahre alt

Beim Jubiläum im Waldrestaurant Steinmeier wird eine Festschrift vorgestellt

Yvonne Gottschlich

■ **Herford.** Es geht um Energie, um Kraft, Ausdauer und Koordination beim Tai Chi Chuan und Qi Gong. Um dies gemeinsam zu trainieren wurde im Januar 1997 der Verein Laoshan gegründet. 25 Jahre später feierten die Mitglieder das erste große Jubiläum mit zwei ausgiebigen Trainingseinheiten mit dem Gründervater und Trainer Hong Li. Auch im Waldrestaurant Steinmeier wurde gefeiert.

In der Halle Meierfeld waren zudem die Mitglieder vom Schwesternverein aus Detmold zu Gast. „In dieser Tradition trainieren Mitglieder aller Erfahrungsstufen gemeinsam, Neueinsteiger sind bei uns jederzeit herzlich willkommen“, lädt Sigrid Kirchschrager, die 2. Vorsitzende, zum unverbindlichen Training am Dienstagabend ein. „Reinschauen, bequeme Kleidung anziehen und mitmachen.“

Kirchschrager erklärt die zwei Trainingsformen, die angeboten werden: „Tai Chi Chuan und Qi Gong sind gesund-

heitsfördernde Übungen der traditionellen chinesischen Medizin. Wenn der Kopf pausiert, beginnt die Lebensenergie – das Qi – zu fließen. Bewusstes Erleben von Qi erweckt die Selbstheilungskräfte, beugt Erkrankungen vor und trägt zur Gesundheit bei.“

Sie selbst ist seit 22 Jahren dabei und fühlt sich auch mit

70 Jahren noch sehr fit. Besonders stolz ist sie, in dieser Zeit die 84 Sequenzen im Tai Chi erlernt zu haben. „Diese langsamen Formen tun unheimlich gut“, berichtet sie. Nebenbei hat sie auch ihre Trainerscheine absolviert und gibt viele Kurse.

Als Vorbild gilt Trainer Hong Li, der nur noch zu be-

sonderen Anlässen in Herford weilt.

Der 51 Mitglieder umfassende Verein widmet sich den gesundheitsfördernden Übungen. Selbst wenn die beiden Ältesten Mitglieder mit 91 und 93 Jahren nicht mehr in der Halle mittrainieren, führen diese ihre Übungen weiterhin zu Hause aus. „Es geht um viele Wiederholungen, damit sich die Übungen gut einschleifen“, erklärt Wolfgang Schiefer. Beim Qi Gong werden die 15 Ausdrucksformen, die acht Brokate, das Lohan-Qigong, sowie die Harmonie der fünf Elemente Wasser, Erde, Feuer, Metall und Luft geübt. Schiefer hat die 52-seitige Festschrift zusammengestellt, die am Samstag ausgeteilt wurde.

Als Gründer des Vereins wird dort Ingo Walter genannt, der allerdings verstorben ist. Sigrid Kirchschrager hat seitdem viele Aufgaben übernommen und erinnert sich gerne an die vielen Fortbildungen, Feste und Feiern. Sie freue sich besonders darüber, „dass wir jetzt endlich gemeinsam feiern können!“



Trainer und Gründungsvater Hong Li (Mitte) beim Training.

Foto: Yvonne Gottschlich

## Notdienste

### Apotheken

**Notdienst-Apotheke im Kreis Herford,** 08 00-002 28 33.

**Stifts-Apotheke,** 9.00 bis 9.00, Stiftstraße 72, Kirchlegern, Stift Quernheim, Tel. (05223) 76 18 18.

**Rosen-Apotheke, Exter,** 9.00 bis 9.00, Solterbergstr. 188c, (05228) 98 99 26.

### Ärzte

**Ärztlicher Notdienst,** bundesweit Tel. 116 117.

**Zentrale Notfallpraxis Bünde,** 13.00 bis 21.00, Voranmeldung erbeten, Tel. (05223) 19292, Lukaskrankenhaus.

**Notfallpraxis am Klinikum Herford,** 13.00 bis 22.00, Ärztlicher Notdienst & Hausbesuche, Tel. 116 117.

### Krankenhäuser

**Klinikum Herford,** Zentrale Notaufnahme im Klinikum Herford, Schwarzenmoorstraße 70, Tel. (05221) 94 24 26.

### Augenarzt

**Notfalldienst,** Tel. 116 117, ab 24.00 bis 8.00, Augenambulanz Klinikum Rosenhöhe, Tel. (05 21) 9 43 85 33, Bielefeld.

### HNO

**Notdienst,** ab 22.00 bis 8.00: HNO-Klinik im Klinikum Bielefeld-Mitte (0521) 581-0 und HNO-Klinik im Klinikum Minden (0571) 790-0

**Dr. med. Gogolka,** 13.00 bis 22.00, tel. Voranmeldung, Holzhauser Str. 4, 2. OG, Bünde, Tel. (05223) 6 52 23 77.

### Kinderarzt

**Notdienst,** ab 20.00 Kinderklinik im Klinikum Herford, (05221) 94 25 44.

**Dr. Katharina Roth,** 13.00 bis 20.00, tel. Voranmeldung, Eidinghausener Straße (Eingang Eduard Kiel Str.) 152, Bad Oeynhausen, (05731) 5 16 33.

### Zahnarzt

**Notfalldienst,** Tel. (0 18 05) 98 67 00.

### Sonstige Notdienste

**Frauenhaus,** erreichbar Tag und Nacht, Tel. (0 52 21) 2 38 83.

**Telefonseelsorge,** Tel. (0800) 1 11 01 11.

**Tierheim Vlotho,** Tel. (0 57 33) 56 65.

**Pflegenotfall-Telefon Herford,** Tel. (05221) 2 75 01 20, bei Anruf – Pflege, DRK.

**Tierheim Bünde-Ahle,** für Fundtiere in Enger, Tel. (0 52 23) 68 95 76.

**Zebra-Nummer gegen Kummer,** Evangelisches Kinder- und Jugendzentrum, (0151) 28 10 39 03.

**Corona-Hilfe Hiddenhausen,** Tel. (01520) 9 08 05 40

**Corona-Hilfe Herford** Tel. (05221) 6 93 69 01.

**Weißer Ring,** 8.00 bis 18.00, Hilfe für Kriminalitätsoffer, Tel. 0151 65 10 70 90, weiserring.herford@t-online.de.

**Sozialpsychiatrischer Dienst,** 8.30 bis 22.00, Krisentelefon des Kreises, Borriesstraße 1, Herford, Tel. (05221) 13 16 08.

**Frauenberatung und Notruf**

gegen Gewalt, 9.00 bis 10.00, Tel. (05221) 8 89 90 00

**Kinderschutzbund,** 14.00 bis 20.00, Nummer gegen Kummer: 116111, kostenlos

**Tierheim Bünde-Ahle,** 15.30 bis 17.30, Osnabrücker Str. 8, Bünde, Tel. (05223) 68 95 76.

### Störungen

**Westfalen Weser Netz GmbH,** Tel. (05251) 2 02 03 00.

**Stadtwerke Herford,** Störungen der Wasserversorgung in Herford, Hiddenhausen und Spenge sowie bei Gasgeruch und Störungen der Gas- und Wärmeversorgung in Herford, Hiddenhausen und Enger Tel. (0800) 9229220.

**EWB Bünde, Energie- und Wasserversorgung,** Störungsannahme, Tel. (05223) 967100.

## Familienchronik

### Geburtstage

**Herford.**  
Ursula Laurich, 90 Jahre.

## Kirchliche Nachrichten Herford

### Ev. Gottesdienste

**Herford**  
**Elverdissen**  
**Sonntag, 10 Uhr Gd.**  
P. Große, zeitgleich im Gemeindehaus: Ev. Kinderkirche  
**Emmaus**  
Thomaskirche:  
**Sonntag, 9.30 Uhr Gd.**  
P. Baumann  
Christuskirche:  
**Sonntag, 11 Uhr Gd.**  
P. Baumann

**Herford-Mitte**  
**St. Johanniskirche**  
**Samstag, 18 Uhr Gd.**  
Bildpredigt, Pfr. J. Beer  
**Jakobikirche**  
**Sonntag, 8.30 Uhr Gd.**  
Pfr. Purba, 11 Uhr Gd. entfällt in den Sommerferien  
**Münsterkirche**  
**Sonntag, 10 Uhr Gd.**  
Pfrin. A. Beer  
**Gemeindehaus Otterheide**  
Sommerpause  
**Herringhausen**  
**Sonntag, 10 Uhr Gd.** Sommerkirche, Gd. Pfrin. Rasch  
**Auferstehungskirche Laar**  
**Sonntag, 10 Uhr Gd.** Sommer-Gd. Herringhausen  
**Petri-Kirche**  
**Sonntag, 11 Uhr Tauf-Gd.** Pfarrer Bodo Ries  
**Marienkirche**  
**Sonntag, 10 Uhr Gd.** Pfrin. Wagner  
**Kreuzkirche**  
**Sonntag, 10 Uhr Gd.** Pfarrer i.R. Dr. Hoffmann

**Hiddenhausen**  
**Versöhnungskirche**  
**Schweicheln-Bermbeck**  
**Sonntag, 10 Uhr Gd.** Pfr. Brings  
**Lippinghausen**  
**Montag, 19 Uhr** Friedensgebet

### Kath. Gottesdienste

**St.-Joh.-Baptist**  
**Freitag, 8.30 Hl. Messe** (Kirche Maria Frieden), 18 Uhr Eufata Gebetskreis (Kirche St. Paulus);  
**Samstag, 14 Uhr** Trauung, 15.30 Uhr Tauffeier, 16 Uhr Beichtgelegenheit, 17 Uhr Hl. Messe;  
**Sonntag, 9.30 Uhr** Hl. Messe (Kirche St. Paulus), 11 Uhr Hl. Messe (Kirche Maria Frieden)  
**St. Paulus**  
**Sonntag, siehe St.-Joh. Bapt.**  
**Maria Frieden**  
**Sonntag, siehe St.-Joh. Bapt.**  
**Heilig Kreuz Vlotho**  
**Sonntag, 9.30 Uhr** Festhochamt

**Landeskirchl. Gemeinschaft**  
**Sonntag, 11 Uhr Gd.**

### Neuapostolische Kirche

**Herford**  
**Sonntag, 10 Uhr Gd.**  
**Mittwoch, 19.30 Uhr Gd.**  
**Hiddenhausen**  
**Sonntag, 10 Uhr Gd.**  
**Donnerstag, 19.30 Uhr Gd.**

### Freikirchen

**Ev.-Frei. Gemeinde**  
**Sonntag, 10 Uhr Gd.** zur Eröffnung des Baseballcamps

Einem Teil unserer heutigen Ausgabe (ohne Postbezieher) liegt folgender Prospekt bei:

Unsere Kunden belegen oftmals nur Teilausgaben für ihre Prospekte. Daher kann es vorkommen, dass Sie heute den untenstehend genannten Prospekt nicht vorfinden. Weitere Fragen beantworten wir Ihnen gerne! Telefon (05 21) 5 55-6 27 oder Fax (05 21) 5 55-6 31



Anzeige

## Mittagstipp

Gut und günstig essen

am 24. Juni 2022

**Die Knolle – „das urige Kartoffelhaus“**  
Tel. 0 52 21/9 93 30 20, Rathausplatz 1, 32052 Herford

Seelachsfilet auf einer Kräutersauce mit Bratkartoffeln und Brokkoli 8,45 €

Frischer Blatt- und Rohkostsalat mit gebratenen Fischfilets, Knoblauchcroûtons, dazu Vinaigrette und Kartoffelbrot 8,45 €

Vegetarisch: Kartoffel-Spinat-Gratin mit Blattspinat, Sauce hollandaise und Käse leicht gratiniert 8,45 €

*Alle Gerichte auch für außer Haus zum Mitnehmen!*

---

**Henkelmann Mahlzeit**  
Tel. 0 52 21/1 33 41 51, Rathausplatz 2, 32052 Herford

Gebratenes Lachsfilet auf Bio-Blattspinat, dazu Zitronenreis 8,50 €

Vegetarische Gemüselasagne, dazu Beilagensalat 7,50 €

Frische Spareribs mit BBQ-Dip, Wedges und Coleslaw-Salat 9,50 €

**Samstag:**  
Möhren-Mango-Suppe mit Feta und Serrano-Schinken, dazu frisches Baguette 6,50 €

Frische Spareribs mit BBQ-Dip, Wedges und Coleslaw-Salat 9,50 €

*Alle Gerichte dienstags bis samstags von 11.00 bis 14.00 Uhr. Vorbestellungen sind unter 0 52 21/1 33 41 51 möglich. www.henkelmann-mahlzeit.de*

---

**Fleischerei Overbeck**  
Tel. 0 52 21/5 61 76, Wellbrocker Weg 54, 32051 Herford

Zarter Rinderbraten in Bratensauce mit Salzkartoffeln und grünen Bohnen 8,95 €

Paniertes Schollenfilet, goldgelb gebraten, in hausgemachter Sensauce mit Salzkartoffeln 8,25 €

Tortellini in Sahnesauce und Ovi's Bistro Burger  
*Dessert der Woche: Griesspudding mit Kirschen*

---

**Elsbach-Restaurant**  
Tel. 0 52 21/28 28 28, Goebenstraße 3-7, 32052 Herford

Paniertes Seelachsfilet mit Remouladensauce, Gurkensalat und Röstkartoffeln 9,50 €

Süßkartoffel-Karotten-Suppe mit Curry und Orange, Klecks Limettenschmand, dazu selbstgebackenes Brot 8,50 €

Salade niçoise mit Thunfisch, Bio-Ei, grünen Bohnen, Tomate, Gurke, rote Zwiebeln und French-Dressing „Made by Marc“ 9,50 €

*Alle Gerichte auch zum Mitnehmen von 12.00 bis 14.00 Uhr.*

**Jetzt auch online: nw.de/herford**  
Die NW und die lokale Gastronomie wünschen guten Appetit!  
Inserieren auch Sie Ihr Mittagstisch-Angebot.  
Ihr Ansprechpartner: Karl David Domaros, Tel. (0 52 21) 5 91 32

Neue Westfälische