

## Versammlung des TuS Tengern

■ **Hüllhorst-Tengern** (nw). Am Freitag, 24. November, um 20 Uhr findet im Schützenhaus die Jahreshauptversammlung des TuS Tengern statt. Es erfolgen die Berichte der einzelnen Abteilungen, Ehrungen sowie Teil-Neuwahlen des Vorstandes.

## Boybands und Girlie-Power

■ **Hüllhorst/Bünde** (nw). Am Samstag, 11. November, kommt die Musik der 90er-Jahre nicht aus dem Radio: Mit lauten Songs aus den 90ern kapitulieren Fabian Illies und Marcus Kaiser ab 21 Uhr im Universum Bünde alle Tanzwütigen in die Zeit von Boybands und Eurodance. Alte MTV-Videos flattern über die Leinwand. „Wir präsentieren eine schrecklich-schöne Zeitreise mit einem bunten und verrückten Programm“, so Illies, „eine Zeitreise, die dich an dein bestes Tape im Walkman erinnern wird.“ Karten gibt es bei den bekannten Vorverkaufsstellen, unter (05223) 17 88 88 und an der Abendkasse.



Zurück in die 90er: Fabian Illies und Marcus Kaiser. FOTO: DENNIS-EVENTFOTO/DENNIS MATSCHUCK

# Gemeinsamer Kampf gegen Migräne

**Ehrung:** Selbsthilfegruppe in Bad Oeynhausen gegründet. Als erste Einrichtung bundesweit wird die Berolina Klinik von der Migräne Liga ausgezeichnet

Von Felix Eisele

■ **Hüllhorst/Löhne.** Die Attacke kommt meist langsam, bevor sie in aller Wucht zuschlägt. Hämmernde Kopfschmerzen, Übelkeit und Erbrechen, unerträgliche Lichtempfindlichkeit, Sehstörungen, Elend. Nicht ohne Grund wird die Migräne auch „pulsernde Pein“ genannt. Und das für immerhin jeden zehnten Mensch in Deutschland. In Löhne aber fühlen sich Migräne-Patienten offenbar wohl: Als bundesweit erste Einrichtung wurde jetzt die Berolina Klinik zur „Weiterbildungsstätte der Migräne Liga“ gekürt.

Die Anfänge der Migräne Liga gehen auf das Jahr 1993 zurück. Jan Brandt, Chefarzt der Migräneklinik Königstein, sollte seinerzeit im Fernsehen auftreten und einen Patienten mitbringen. Weil es bis dato keine Interessenvertretung für Betroffene gab, war das der Startschuss für die Migräne Liga: Am 15. Dezember 1993 wurde sie in Ginsheim-Gustavsburg ins Leben gerufen. Aus den sechs Gründern ist heute ein Verein mit rund 5.000 Mitgliedern und knapp 100 Selbsthilfegruppen geworden. In OWL gibt es Gruppen in Herford und Detmold, eine weitere gründet sich gerade in Minden.

Mehr als 30 Mitglieder der Patienten- und Betroffenenvertretung hatten sich an der



Schmerzen: Für Betroffene bedeuten Migräne-Anfälle meist richtiges Leiden.

FOTO: OLIVER KILLIG/DPA

Bültestraße eingetroffen. Insbesondere die Leiter der im Verein organisierten Selbsthilfegruppen aus dem Norden und dem Westen der Republik waren angereist, um sich in den Räumen der Berolina Klinik für ihre Arbeit zu rüsten und weiterzubilden.

Dass die Wahl für die Fortbildung auf die Werrestadt fiel, war dabei alles andere als ein Zufall. Schon im Jahr 2003

hatte die Migräne Liga als bundesweite Selbsthilfeorganisation zu einem Symposium nach Löhne geladen – und war von Beginn an begeistert von der kompetenten Beratung und der Gastfreundschaft.

Tatsächlich stieß man in Löhne in Person des Leitenden Oberarztes für Verhaltensmedizinische Orthopädie, Zoltan Medgyessy, auf einen ausgewiesenen Experten in

Sachen Migräne. „Unser Haus wird von Betroffenen und Patienten aus dem gesamten Bundesgebiet belegt“, sagt Medgyessy, der zudem als Regionalbeauftragter der Deutschen Migräne- und Kopfschmerzgesellschaft (DMKG) fungiert.

Seine Expertise, gepaart mit den infrastrukturellen Voraussetzungen vor Ort, machten die Berolina Klinik fortan

zu einem beliebten Treffpunkt der Migräne Liga. Über Jahre hinweg wurden immer wieder Fachseminare und Kolloquien in Löhne einberufen, fünf Mal trafen sich die Selbsthilfegruppen hier zu Weiterbildungsmaßnahmen.

Medgyessy selbst sprach von einer „großen Ehre“, fortan das Prädikat „1. Weiterbildungsstätte der Migräne Liga e. V. Deutschland“ tragen zu dürfen. „Das ist eine Auszeichnung für das gesamte Team der Berolina Klinik, die uns mit Stolz erfüllt“, erklärte er, gab die Komplimente aber auch gerne an den Verein zurück: „Für die Aufklärung und den Kampf gegen die Krankheit ist es unheimlich wichtig, dass es die Migräne Liga gibt.“

Die nämlich weiß nur allzu gut, wo noch Nachholbedarf besteht. So wie Vizepräsidentin Martina Beuker, die selbst betroffen ist, aber nach eigenen Worten „einen Umgang“ mit der Krankheit gefunden hat. „In weiten Kreisen wird Migräne noch immer als ‚Frauenkrankheit‘ verschrien, so dass Männer sich seltener behandeln lassen und diskriminiert werden. Arbeitgeber vermuten oft mangelnde Lust, wenn Migräne im Spiel ist. Und leider werden entsprechende Schmerzen, zum Beispiel im Nacken, auch häufig falsch diagnostiziert“, zählt sie auf. Ihre Schlussfolgerung: „Wir müssen bekannter werden, aufklären, Hilfe leisten.“

## TERMIN KALENDER

Weitere Termine für ganz OWL unter [www.erwin-event.de](http://www.erwin-event.de)

### Hüllhorst

**Schlagparty**, mit DJ Claus, 21.00, Alte Ziegelei, Mindener Str. 69, Schnathorst.

**Jugendcafé**, ab 13 Jahren, 18.00 bis 22.00, Jugendcafé Ilex, Schnathorster Str. 3.

**Kidscafé**, für Kinder von 8 bis 13 Jahren, 16 bis 18, Jugendcafé Ilex, Schnathorster Str. 3.

**Babysitterausbildung**, Menschen zwischen 14 und 25 Jahren, 16.00 bis 19.00, Jugendcafé Ilex, Schnathorster Str. 3.

**Martinsingen**, 16.30, Gemeindehaus Oberbauerschaft, Bänder Str. 4.

**Dorfpokalschießen**, 18.00, Schützenhaus Tengern, Schulstr. 21, Tel. (05744) 33 55.

**Aquarierfreunde Schnathorst**, Preisknobeln im Gasthaus Niermann, Oberbauerschaft, 18.00.

**Bürgerbüro**, 7.30 bis 12.30, Rathaus Hüllhorst, Zimmer E.02, Löhner Str. 1, Tel. (05744) 93 15 -0.

**Kirchenbüro**, 10.00 bis 12.00, Gemeindehaus Hüllhorst, Eickhof 12, Tel. (05744) 5 08 75 53.

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

**Zentrale Notfallpraxis Lübbecke**, 13.00 bis 22.00, mit Terminabsprache Tel. (05741) 1077, Notfallpraxis im Krankenhaus, Virchowstraße 65.

**Kinder- und Jugendärztlicher Notdienst**, 13.00 bis 7.00, ELKI (Eltern-Kind-Zentrum) im Johannes-Wesling-Klinikum Minden, zentrale Rufnummer (05 71) 7 90 40 40.

# Gänseessen & Wildsaison

– ANZEIGE –

NEUE WESTFÄLISCHE, FREITAG, 10. NOVEMBER 2017

**FREIHOF**  
Zur Wild- und Gänsezeit servieren wir Ihnen nun erlesene Köstlichkeiten

**Hotel Freihof - Hiddenhausen**  
Fon: 05221 / 9944990 - [www.hotel-freihof.de](http://www.hotel-freihof.de)

**Hotel Vivendi**

Paracelsusstraße 14 · 32049 Herford  
Telefon 0 52 21/92 00 · [www.vivendi-hotel.de](http://www.vivendi-hotel.de)

**Die Wildsaison hat begonnen!**  
Genießen Sie unsere abwechslungsreichen Gerichte von Wildbret, Gans und Grünkohl.

Knusprige Freiland-Enten und Gänse frisch aus dem Ofen

**Gasthaus Rose**  
Restaurant · Hotel · Catering

Weihnachtsfeier schon geplant?  
Jetzt reservieren: 05743 1308

Zum Kleihügel 10 · Espelkamp-Vehlage · [www.gasthausrose.net](http://www.gasthausrose.net)

Was betrifft uns vor Ort?  
Täglich: Entscheidendes im Lokalteil Ihrer Neuen Westfälischen.

## Wann hat was Saison?

**Wildsaison:** Im Herbst und im Winter haben Reh, Wildschwein, Hase und Kaninchen Hochkonjunktur. Der Deutsche Jagdverband erklärt, in welchen Monaten man welches Wildbret am besten bekommt

■ **Rehwild:** Reh bietet wohl das beliebteste und vorzüglichste Wildbret. Es hat eine feine Faserstruktur, ist dunkelrot gefärbt, aromatisch und wohlschmeckend. Die größte Nachfrage besteht im Einzelhandel. Besonders Rücken und Keulen werden hoch geschätzt. Zur Weihnachtszeit hat dieses Wildbret Hochsaison. Jagdzeit: Mitte Mai bis Januar.

■ **Rotwild:** Ausgewachsenes Rotwild erreicht ein Gewicht bis zu 150 bis 200 kg. Bevorzugt wird das Fleisch von 50 bis 90 kg schweren Tieren. Hirschfleisch hat eine braunrote Färbung, das Fleisch von Jungtieren ist feinfaserig. Während der Brunft kann das Fleisch des männlichen Tieres (Hirsches) einen geschlechtsbezogenen Geschmack haben. Jagdzeiten: Juni bis Ende Januar.

■ **Wildschwein:** Bevorzugt wird das zarte schmackhafte Fleisch von Frischlingen und Überläufern. Das Fleisch älterer Tiere ist oft zäh, trocken und grobfaserig. Wildschweine, auch Schwarzwild genannt, unterliegen der Trichinenschau. Jagdzeiten: Mitte Juni bis Ende Januar (Frischlinge ganzjährig).

■ **Hasen:** Bei jungen Hasen ist das Fleisch bis zum Alter von acht Monaten intensiv rot gefärbt und von besserer Qualität als das dunkelrote Fleisch älterer Tiere. Hasenfleisch hat einen ausgeprägten artetigen Geschmack.

res (Hirsches) einen geschlechtsbezogenen Geschmack haben. Jagdzeiten: Juni bis Ende Januar.

■ **Wildschwein:** Bevorzugt wird das zarte schmackhafte Fleisch von Frischlingen und Überläufern. Das Fleisch älterer Tiere ist oft zäh, trocken und grobfaserig. Wildschweine, auch Schwarzwild genannt, unterliegen der Trichinenschau. Jagdzeiten: Mitte Juni bis Ende Januar (Frischlinge ganzjährig).

■ **Hasen:** Bei jungen Hasen ist das Fleisch bis zum Alter von acht Monaten intensiv rot gefärbt und von besserer Qualität als das dunkelrote Fleisch älterer Tiere. Hasenfleisch hat einen ausgeprägten artetigen Geschmack.



Ab ins Restaurant: Bei den Deutschen wird das nährstoff- und vitaminreiche Wildbret immer beliebter. FOTO: DJD

### Wildschwein auf Platz 1

◆ Die Deutschen essen gern Wild: Laut Deutschem Jagdverband (DJV) sagen 82 Prozent „Ja“ zu heimischem Wildbret.  
◆ In der Jagdsaison 2015/16 wurden rund 27.000 Tonnen verspeist –

Spitzenreiter ist das Wildschwein mit 12.300 Tonnen, gefolgt von Reh und Hirsch.  
◆ Wildbret ist ein wertvolles Lebensmittel – fettarm und reich an Geschmack. *djd*

Jagdzeiten: Oktober bis Ende Januar.

■ **Wildkaninchen:** Wildkaninchen unterscheiden sich in der Lebensweise und der Größe wesentlich vom Hasen. Junge Hasen und Wildkaninchen, die noch nicht abgezogen sind, erkennt man an dem noch weichen Fell, den dicken Gelenken, den kleinen vom Fell verdeckten Krallen und am kurzen Hals. Wildkaninchenfleisch ist zart-rosa gefärbt und hat ein süßliches Aroma, das sich deutlich von Hasenfleisch unterscheidet. Die Zubereitung ist mit derjenigen von Hasen identisch. Es hat allerdings eine kürzere Garzeit und ist vielseitiger verwendbar. Jagdzeiten: Mitte Juni bis Ende März.

## In der Küche wird's wild

**Regional:** Wildfleisch aus heimischen Wäldern ist ideal für den herbstlichen Speiseplan

■ **Regional, frisch und vitaminreich** für die kalte Jahreszeit: Gerade im Herbst und Winter steht Wildfleisch bei den Deutschen hoch im Kurs. Heimisches Wildbret liefert wertvolle Kraftstoffe für regnerische und frostige Tage. Mit Beginn der kalten Jahreszeit fressen sich die Wildtiere noch einmal richtig satt und legen sich Reserven an. Sehr gute Bedingungen also für schmackhaftes, aromatisches Wildfleisch. Das ist nicht nur vitamin- und nährstoffreich,

sondern auch cholesterin- und fettarm – und reich an essentiellen Omega-3-Fettsäuren. Die kann der Körper zwar nicht selbst bilden, sind aber wichtig für Herz und Kreislauf. Zudem lässt sich Wildfleisch leicht zubereiten und ist damit eine tolle Alternative zu herkömmlichen Fleischprodukten. Nach einer repräsentativen Umfrage des Deutschen Jagdverbandes haben aktuell mehr als 60 Prozent der Befragten bereits Wildbret gegessen. *djd*

Feiern Sie mit uns die besonderen Tage ...

**Spargelhof Winkelmann**

...in der Weihnachtszeit:  
**Winter-Brunch**  
vom 12. November bis 17. Dezember jeden Sonntag von 11-14 Uhr

**Gourmettage**  
mit Gans, Ente und Wild immer freitags u. samstags vom 10. Nov. bis 16. Dez. von 17.30 - 22 Uhr

**Winkelmann's stille Weihnacht**

[www.spargelhof.de](http://www.spargelhof.de) Spargelhof Winkelmann · Nutteler Str. 50 · 32369 Rahden-Tonnenheide · Telefon 0 57 71 - 9 70 60  
Winter-Öffnungszeiten ab dem 10. November bis 17. Dezember 2017