

Sägekunst beim Flimmerabend

Veranstaltung: Zum ersten Mal ist auch die Grundschule Melbergen-Wittel mit dabei

■ **Löhne** (jokö). Das Geräusch einer Kettensäge erfüllt die Dunkelheit. Ein paar Meter weiter spielen Kinder fangen und ein Chor singt. Ein turbulentes Bild, das sich den Besuchern beim Flimmerabend bei der Gärtnerei Arnholz-Prüße bietet.

„Es ist schön, dass es so gut ankommt“, sagt Inhaber Roland Prüße. Auch Thorsten Schmidt vom Förderverein der Grundschule Gohfeld ist glücklich über den Andrang von über 400 Besuchern.

Die Grundschule Gohfeld ist dabei nicht mehr der einzige Part im Organisationsteam der Veranstaltung. „Wir freuen uns, dass die Grundschule Melbergen Wittel jetzt auch dabei ist“, sagt Schmidt. Auf dieser neuen Zusammenarbeit beruhen auch die Angebote rund um den Flimmerabend.

Aus einem Stamm entsteht eine detailliert gefertigte Eule. Wer auf Grund der filigranen

Arbeit auf eben solches Werkzeug schließt, liegt falsch. Auf der Werkzeugbank von Hans Klein liegt nur eine Art von Arbeitsutensil: Kettensägen. Mit den teils über zwei Kilowatt starken Maschinen zeigt er den Zuschauern seine Arbeit. „Das ist sehr interessant“, sagt Emelie Scholt, die gespannt auf die umherfliegenden Sägespäne schaut.

Die Säge in Aktion zu sehen, ist nicht die einzige Möglichkeit sich beim Flimmerabend unterhalten zu lassen. Ob die Lieder der Chor AG der Grundschule Melbergen-Wittel über Herbststrachen, eine Ausstellung in der Gärtnerei, oder Gespräche bei Glühwein und Grillgut. Der Hof ist stimmungsvoll erleuchtet von flackerndem Licht. Ein Lagerfeuer brennt, in das lange Stöcke gehalten werden. Das selbst gemachte Stockbrot ist besonders für die Kinder ein Höhepunkt.



Flimmerabend: Die Chor AG der Grundschule Melbergen-Wittel trägt verschiedene Stücke auf Deutsch und Englisch vor. FOTO: JOKO

Frauenfrühstück am Samstag

■ **Löhne** (nw). Ein letztes Mal in diesem Jahr lädt die Kreuzkirche in Löhne zum Frauenfrühstück ein. Am Samstag, 19. November um 9 Uhr gibt es neben einem Frühstücksbuffet, das auch auf Allergikerinnen vorbereitet ist, Gedanken zur dunklen Jahreszeit unter dem Thema „Lichtblicke“. Bei Kerzen dürfen die Besu-

cherinnen eigene Lichtblicke entdecken. Lichtblicke können als ermutigende Worte, als Erlebnisse oder als gute Gedanken unseren Weg erhellen. Das sind Lichtblicke, die auch durch die dunkle Jahreszeit hindurch leuchten. Es wird ein Buffetbeitrag von 7 Euro erhoben. Am Büchertisch sind auch Kalender zu kaufen.

Migräne ist mehr als nur Kopfschmerz

Weiterbildung: Selbsthilfgruppenleiter der Regionen West und Nord treffen sich in der Berolina Klinik. Erfahrungsaustausch soll die unzähligen Missverständnisse über die Krankheit in der Gesellschaft ausräumen

Von Jana Baumann und Susanne Barth

■ **Löhne.** Stechender Kopfschmerz, Übelkeit, Lärm- und Lichtempfindlichkeit: Laut der Berolina Klinik leiden 12 bis 14 Prozent der Frauen und 6 bis 8 Prozent der Männer unter Migräne. In der Gesellschaft, von Freunden oder vom Arbeitgeber werde Migräne allerdings leichtfertig abgetan: „Die Krankheit wird nicht Ernst genommen“, sagt der leitende Oberarzt Zoltan Medgyessy. Um über Migräne aufzuklären, sich auszutauschen und Erfahrungen zu berichten, gab es in der Berolina Klinik zum vierten Mal eine Weiterbildung für die Selbsthilfgruppenleiter der Migräne-Liga.

Zwanzig Teilnehmer hörten sich nach der Begrüßung durch Martina Beuker, Regionalverantwortliche, und Dieter Stelmaszek, Geschäftsführer der Berolina Klinik, Vorträge zum Umgang und zur Vorbeugung von Migräne an. Dabei erläuterte Zoltan Medgyessy in seinem Vortrag „Die häufigsten Kopfschmerzarten“, wie diese entstehen können und zu behandeln sind.

Besonders wichtig ist die richtige Dosierung von Medikamenten, da diese sonst selbst Kopfschmerzen hervorrufen können. Aber auch Ausdauertraining, progressive Muskelentspannung und spezielle Verhaltenstherapien mindern die Auslösung von Migräne und ihre Intensität, so Medgyessy.

Bei den Kopfschmerzarten unterschied der Oberarzt zwischen zervikogenen Kopfschmerzen, ausgelöst durch Verspannungen, und Clusterkopfschmerzen, welche eher einseitig, stechend auftreten und schwer zu behandeln sind. „Unsere Ziel in der Berolina Klinik ist vor allem das verhaltenstherapeutische Entspannungstraining der Migräne-Patienten“, sagt Medgyessy. Die Klinik bietet in dreiwöchigen, geschlossenen



Begrüßen die Selbsthilfgruppenleiter in Löhne: Geschäftsführer Berolina Klinik, Dieter Stelmaszek (v. l.), Martina Beuker, Regionalleitung West, Zoltan Medgyessy, leitender Oberarzt der Berolina Klinik und Psychologe Arne Sörensen, Berolina Klinik. FOTO: ROLF LANG



Wichtig ist der Erfahrungsaustausch: 20 Selbsthilfgruppenleiter der Region West und Nord haben sich in der Berolina Klinik weitergebildet. FOTO: JANA BAUMANN

Gruppen dieses Training durch Biofeedback an. Anhand des Verfahrens wird der Grad der Entspannung der Patienten gemessen und die Behandlung erfolgt spezialisierter. Denn meist leiden Migräne-Patienten unter weiteren Krankheiten: „In der Berolina Klinik können sie ganzheitlich behandelt werden“, sagt Medgyessy.

Die Selbsthilfgruppenleiterin Angela de Bortoli erhofft sich durch die verschiedenen Vorträge ihr Wissen an die 15 Mitglieder ihrer Selbsthilfgruppe weitergeben zu können. „Mir ist wichtig, dass ich ihnen seelische Unterstützung bieten kann und auch die Angehörigen durch die neuesten Erkenntnisse und Studien anspreche“, so Bortoli.

Das Treffen der Selbsthilfgruppenleiter findet einmal jährlich statt. Der nächste Termin ist am 24. Mai 2017 in der Berolina Klinik. Bei dieser Weiterbildungsveranstaltung wird ein ärztlicher Direktor aus New York, sowie Andreas Straube, Vizepräsident der Deutschen Migräne und Kopfschmerzgesellschaft, anwesend sein.

Migräne-Liga

- ◆ Die Migräne-Liga wurde 1993 gegründet.
- ◆ Die große Zahl der Migräne-Kranken, die Hilfslosigkeit und nicht zuletzt die Gewissheit, dass es dennoch keinen Grund zum Resignieren geben darf, waren Anlass für die Gründung der Migräne-Liga.
- ◆ Sie soll als Zusammenschluss Betroffener ein Forum für den Austausch von Informationen und Erfahrungen abgeben.
- ◆ Der Erfahrungsaustausch soll dazu beitragen, die Unkenntnis und die unzähligen und unseligen Missverständnisse von Migräne aus der Welt zu schaffen.
- ◆ Schätzungsweise leiden sechs bis acht Millionen Deutsche an Migräne. (sba)

Sparen in Ihrer Region!

NW
Neue Westfälische

Vergölst
Reifen + Autoservice

Ringstr. 35, 32584 Löhne

5 %

Schuh Falk

Bahnhofstraße 29, 32584 Löhne

8 % auf Schuhe & Zubehör

RÖSLER
Reit- und Fahrspart Sattlerei

Königstraße 15b, 32584 Löhne

4 % auf Reit- und Fahrspartartikel

WENDMANN

Wittekindstraße 2-4, 32584 Löhne

3 % auf Weine & Spirituosen

Oestreich Gartenbedarf

Langenbreite 1b, 32584 Löhne

4 % auf Samen, Feldsaaten, Dünger, Tierbedarf

MARKANT

Herforder Str. 42, 32584 Löhne

1 %*



Jetzt NW-Karte aktivieren!

Tel. 0521/ 555 801 oder online nw-karte.de

*Zigaretten, Zeitschriften, Kreditkarteneinkäufe und Pfand ausgenommen