

6 Richtige

Veranstaltungstipps fürs Wochenende

Bünde Alte Schätzchen zum Anfassen



Das vierte Oldtimer-Treffen im Bünde Ortsteil Ahle steht an: Mehr als 60 Fahrzeuge sind angemeldet. Im vergangenen Jahr war vom Baujahr 1928 bis 1990 für jeden Liebhaber von historischen Fahrzeugen etwas dabei. Zu sehen gab es nicht nur Autos, sondern auch Motorräder und Traktoren. Einzige Zugangsvoraussetzung: Fertigstellung vor mindestens 30 Jahren. Dazu gibt es ein buntes Rahmenprogramm für die ganze Familie.

SONNTAG, AB 13 UHR; PARKPLATZ DES COMBI-MARKTES IN AHLE

Herford Musik für Kinder ab drei Jahren



„3Berlin“ nennen sich die Liedermacher Carsten Schmelzer, Diane Weigmann und Tobias Weyrauch. Das Trio gibt am Sonntag ab 15 Uhr auf dem Münsterkirchplatz ein Konzert für Kinder ab drei Jahren. Ob gesungenes Kochrezept, Schlaf- oder Tanzlied oder die Farbenfee, die alles rund ums Farbenmischen lehrt – das Trio ist höchst erfolgreich. Ihre Lieder sind Titelsongs diverser Kinderhörspiele, sie finden sich auf Musik-CDs und im Fernsehen.

SONNTAG, 15 UHR; MÜNSTERKIRCHPLATZ

Löhne Sommerkino auf der Aqua Magica



Zum dritten und letzten Mal in diesem Sommer veranstaltet der Löhner Kinoverein das Sommernachtskino. Die Cineasten zeigen den Film „The Nice Guys“ (FSK 16). Privatdetektiv Holland March und Knochenbrecher Jackson Healy haben wirklich nicht viel gemein. Bis sie sich in den Fall der vermissten Amelia verstrickt sehen. Und dann passiert auch noch ein Mord an einem Porno-Star, der scheinbar nichts damit zu tun hat.

SAMSTAG, EINLASS 21 UHR; BEGINN BEI EINBRUCH DER DUNKELHEIT, NATURBÜHNE AQUA MAGICA

Bünde Zurück in die 1950er und 60er



Petticoats, Rock'n'Roll und Straßenkreuzer: Die 1950er und 60er Jahre lassen Liebhaber dieser Jahrzehnte zum dritten Mal beim Rock'n'Roll Rumble wieder aufleben. Auf der Bühne gibt's Kontrabass und E-Gitarre, auf dem Hof Stände zum Flanieren. Der Hunger kann bei Bratwurst, Steak und Pommes gestillt werden. Die „Scum Barbers“ laden zu einem klassischen Faconschnitt oder einer Nassrasur ein. Der Eintritt ist frei.

SAMSTAG, AB 12 UHR; HOF ERNST-MEIER, KURWEG 148

Löhne Feuerkunst am Findeisenplatz



Viel Feuer, Tempo und spektakuläre Effekte gibt es am Freitagabend in Löhne zu sehen. Die Künstler von Feuerflut sind auf dem Findeisenplatz vor der Musikschule zu Gast und zeigen eine spektakuläre Show, bei der auch der Kampf des Zauberlehrlings mit dem Feuer Thema sein wird. Lustig, energiegeladent und voll vom heißen Element. Der Eintritt zur Feuer-show ist frei, nach der Show gibt es eine Hut-sammlung.

FREITAG, 20.30 UHR; FINDEISENPLATZ LÖHNE

Herford Musik französischer Komponisten



Die Musik französischer Komponisten kann sich an der Münsterorgel wirkungsvoll entfalten, besonders wenn sie romantisch ist. Im 6. Orgelsommer-Konzert am Sonntag, 12. August, ab 18 Uhr in der Münsterkirche soll sie die Tragik des Krieges, aber auch die Sehnsucht nach Frieden hörbar machen. Solist des Abends ist Jean Pierre Griveau, Organist an der Kathedrale von Orléans.

SONNTAG, 18 UHR; MÜNSTERKIRCHE



Wollen mit der Tagung über alternative Behandlungsmöglichkeiten von Depressionen aufklären: Frank Schragner, Fachbereichsleiter Gesundheit bei der VHS (v. l.), Dr. Wolf Müller, ehemaliger psychiatrischer Chefarzt am Klinikum Herford und Vorstandsmitglied im Verein „Die Klinke“, Monika Schwidde, Leiterin der VHS und Karin Buhre-Rödel, Vorstandsmitglied „Die Klinke“.

FOTO: NATALIE GOTTWALD

Alternativen zu Antidepressiva

Fachtagung: Nach der Premiere 2017 laden die VHS und der Verein „Die Klinke“ wieder ein. Andere Behandlungsmöglichkeiten für Depressionen sollen aufgezeigt werden

Von Natalie Gottwald

Kreis Herford. Welche Behandlungsmöglichkeiten für Depressionen gibt es noch, wenn man auf den Einsatz von Antidepressiva verzichten will? Dieser Frage wird auf einer Fachtagung nachgegangen, die von der Volkshochschule im Kreis Herford in Kooperation mit dem Verein „Die Klinke“ organisiert wird, der sich um psychisch Kranke im Kreis kümmert.

„Diese Fachtagung ist die logische Fortführung der ersten, die wir im vergangenen Jahr veranstaltet haben“, sagt Dr. Wolf Müller, ehemaliger psychiatrischer Chefarzt am Klinikum Herford und Vorstandsmitglied des Vereins „Die Klinke“. „Zukunft der Antidepressiva in der Behandlung von Depressionen“ war das Thema der Tagungs-Premiere im Marta-Forum gewesen. „Aufgrund von starken Nebenwirkungen, die diese Psychopharmaka häufig haben und der Tatsache, dass sie oft nur geringfügig helfen, haben wir viele Argumente gegen eine Medikation mit Antidepressiva gefunden“, sagt Müller. Nun bestehe die logische Fortführung darin, alternative Behandlungsmöglichkeiten aufzuzeigen.

„Wege aus der Depression: Antidepressiva absetzen?“ ist deshalb der Titel der zweiten Fachtagung, die am Donnerstag, 6. September, in der Aula der Volkshochschule, Münsterkirchplatz 1, stattfindet. „Wir wollen einen anderen

Blick auf das Thema ermöglichen, Betroffenen Mut machen und auch unserem Auftrag als Bildungseinrichtung insofern nachkommen, als dass wir Betroffene und Angehörige zu mündigen Patienten machen“, erklärt Monika Schwidde, Leiterin der VHS.

Acht Vorträge sind über den ganzen Tag verteilt geplant. „Wir können nur einen Auszug aus möglichen alternativen Therapieansätzen darstellen. Eigentlich gibt es noch viel mehr“, sagt Müller, der vor allem den heutigen Gebrauch des Begriffes „Depressionen“ kritisiert. „Heute ist man nicht mehr traurig oder erschöpft. Man ist sofort depressiv und damit auch sofort auf der falschen Spur.“ Schlimm sei vor allem, dass fachfremde Ärzte dann nicht selten Antidepressiva verordneten – zur Be-

handlung von Krankheitsbildern, wo deren Einsatz „überhaupt keinen Sinn ergibt“, so Müller weiter. „Die Patienten werden dann mit den schweren Nebenwirkungen und der Tatsache, dass auch Anhängigkeiten entstehen können, allein gelassen.“

Nach Meinung von Müller sei es vor allem wichtig, dass bereits die Diagnose von einem Facharzt, also einem Psychiater, gestellt werde. Und eine Sache betont der Mediziner im Ruhestand ausdrücklich: „Der emotionale Kontakt zwischen Arzt und Patient muss stimmen, sonst kommt es zu keiner vernünftigen Behandlung.“ Das seien Grundlagen, die für unsere Vorfahren noch eine Selbstverständlichkeit gewesen, heute jedoch nur allzu oft verloren gegangen seien. Die Fachtagung, die am 6. Sep-

tember um 9 Uhr beginnt (Einlass ab 8 Uhr) und bis 18 Uhr dauert, richtet sich sowohl an Fachleute und Mediziner als auch an Betroffene und Angehörige. Die Tagungsgebühr beträgt 50 Euro.

Von der Ärztekammer Westfalen-Lippe wurde die Tagung mit neun Fortbildungspunkten für Mediziner zertifiziert. „Die Vorträge sind aber nicht nur für Experten konzipiert, sondern sehr praxisnah“, sagt Frank Schragner, an der VHS Fachbereichsleiter Gesundheit. Außerdem gebe es auch immer die Möglichkeit, Fragen zu stellen. Da die Zahl der Plätze begrenzt ist, bittet die VHS um Anmeldung bis zum 30. August (Veranstaltungsnummer 18-17002). Anmeldungen sind möglich unter Tel. (0 52 21) 59 05 32 oder www.vhsimkreisherford.de

Das Vortrags-Programm am 6. September

- ◆ 8 Uhr: Einlass
- ◆ 9 Uhr: Einführung in die Tagung, Dr. Wolf Müller
- ◆ 9.15 Uhr: Sabine Haller, Jill Ebert, Reiner Ott – Psychiatrie-Erfahrene berichten: „Erfahrungen mit Antidepressiva und ihrem Entzug, mit der Tätigkeit als Genesungsbegleiter, mit dem Perspektiv- und Rollenwechsel in multiprofessionellen Teams“
- ◆ 11 Uhr: Prof. Uwe Gontner: „Antidepressiva reduzieren und absetzen, stationäre Behandlung ohne Antidepressiva“
- ◆ 12 Uhr: Maranius J. Stienen: „Verstehenszugänge und Synergien von Systemischer Traumatherapie, Schulmedizin und Naturheilkunde“
- ◆ 14 Uhr: Dr. Rainer Stange: „Naturheilkundliche Behandlung der Depression“
- ◆ 14.45 Uhr: Ronald Vogelsang: „Mit Achtsamkeit aus dem schwarzen Loch – MBSR und MBCT für Menschen mit Depressionen“
- ◆ 16 Uhr: Dipl. Psych. Sandra Münstermann: „Beziehung – Verstehen – persönliche Entwicklung – Was hilfreich wirkt in der ambulanten Psychotherapie bei Menschen mit Depressionen“
- ◆ 16.45 Uhr: Sabine Noelle: „Recovery und Psychiatrische Pflege depressiver Menschen – Worauf kommt es an?“
- ◆ 17.30 Uhr: Psychiatrie-Erfahrene und Genesungsbegleiter: Beobachtungen zur Tagung werden geschildert, anschließend Diskussion mit Plenum
- ◆ 18 Uhr: Ende der Veranstaltung

Wie Bewerbungen richtig erstellt werden

Berufsberatung: Die Agentur für Arbeit hilft jungen Leuten festzustellen, ob die Unterlagen in Ordnung sind

Kreis Herford (nw). Mitten in den Sommerferien denken die meisten an Freizeit, Sonne und viel Spaß. Viele junge Leute sind aber auch bereits auf der Suche nach Ausbildungsplätzen für 2019, einige noch auf der Suche nach dem passenden Ausbildungsplatz für dieses Jahr. Die Berufsberatung der Herforder Agentur für Arbeit hilft laut einer Pressemitteilung jedem weiter, der sich noch nicht ganz sicher ist, ob die Unterlagen in Ord-

nung sind oder er sich ausreichend für ein Vorstellungsgespräch vorbereitet hat. Am Dienstag, 21. August, um 10 Uhr bis etwa 13 Uhr findet im Berufsinformationszentrum (Biz) der Agentur für Arbeit Herford (Hansastraße 33) ein Workshop statt. Hier haben die Teilnehmer die Möglichkeit, unter Anleitung ihre Bewerbungsunterlagen zu erstellen. Ausbildungsplatzsuchende erhalten Tipps und Tricks, wie Bewerbungsunter-

lagen korrekt zusammengestellt werden. Am gleichen Tag von 14 bis 16 Uhr steht dann ein Bewerbungsmappen-Check auf dem Programm. Zu diesem Check sind sowohl die Bewerber, die vormittags ihre Unterlagen erstellt haben, eingeladen als auch Bewerber, die ihre Unterlagen selbstständig zu Hause erstellt haben. Am Mittwoch, 22. August, lautet von 9 bis 12 Uhr dann das Motto „Fit fürs Vorstellungsgespräch“. Jugendliche

besprechen typische, auch knifflige Fragen, die Ausbilder gerne stellen und üben das professionelle Antworten. Rollenspiele unterstützen eine gute Vorbereitung und nehmen gleichzeitig die Angst vor dem Vorstellungsgespräch für den begehrten Ausbildungsplatz. Die Teilnahme ist kostenfrei. Weitere Informationen und Anmeldung unter Tel. (0 52 21) 98 52 24 oder per Mail an Herford.151-U25@arbeitsagentur.de.