

Kurse gegen Verarmung und Einsamkeit

■ **Steinheim** (nw/kö). Der natürliche Alterungsprozess beginnt beim Menschen bereits weit vor dem 70. Lebensjahr. Diesem Prozess entgegen zu wirken ist das Anliegen von Lisa. Lisa steht für „Leben mit Selbstständigkeit im Alter“ und bietet mit seinen Kursen die Chance, selbst etwas für die Gesunderhaltung von Körper und Geist zu tun. Der Lisa-Kurs beinhaltet ein kombiniertes Trainingsprogramm in vier Bereichen:

- ◆ Gedächtnis – mit Spaß fit bleiben,
- ◆ Bewegung – den Körper in Bewegung bringen, Entspannen üben,
- ◆ Alltagsfähigkeiten – offen für Veränderungen bleiben, neue Anforderungen positiv sehen,
- ◆ Lebenssinn – Lebensfragen zulassen, Grenzen akzeptieren.

Die Pfarrgemeinde St. Marien Steinheim lädt auch in diesem Jahr wieder alle interessierten Frauen und Männer im „reifen“ Alter ein, an einem Lisa-Kurs teilzunehmen. „Denn ein gezieltes Training von Körper, Geist und Seele trägt entscheidend zu einer langen Selbstständigkeit im Alter bei“, sagt Lisa-Trainerin Hildegard Knoke.

Der Kurs besteht aus zehn Einheiten und findet immer donnerstags von 14.30 bis 16.45 Uhr im katholischen Pfarrheim am Kirchplatz statt. Das erste Treffen ist am Donnerstag, 20. Januar 2011. Die Teilnahmegebühr beträgt 3,50 Euro pro Veranstaltung.

Für Anmeldungen und weitere Informationen steht Hildegard Knoke unter Tel. (0 52 33) 78 59 zur Verfügung. Kontakt kann auch über das Pfarrbüro aufgenommen werden. Die Mitarbeiterinnen sind dienstags, mittwochs und freitags von 9.30 bis 12 Uhr und donnerstags von 15.30 bis 17.30 Uhr unter Tel. (0 52 33) 43 72 zu erreichen. Anmeldeschluss ist am Mittwoch, 5. Januar 2011.



„Drone“: Aus Norddeutschland kommt eine der sechs Bands, die beim Festival „Still Reaching for Darkness“ in Steinheim auf der Bühne stehen. Insgesamt bietet dieses Event fünf Stunden Livemusik.

FOTO: AGENTUR

Kulturevent der härteren Art

Metal-Festival mit sechs Bands in der Steinheimer Stadthalle

VON SANDRA BRÖKEL

■ **Steinheim. Sie holen mit großem Engagement Kultur nach Steinheim: Die ehrenamtlichen Mitglieder der Jungen Kultur. Von Kunstausstellungen in der freien Natur über sinnliche Märchenerzählungen für Erwachsene bis hin zum Irish-Folk-Festival. Nun planen sie ein Kulturevent der härteren Gangart: Das „Still Reaching for Darkness“-Festival mit sechs Metal-Bands am Samstag, 27. November, in der Steinheimer Stadthalle.**

„Wir präsentieren sechs Bands“, verrät Markus Waldhoff, „für musikalische Abwechslung ist also bestens gesorgt.“ Mit dabei sind „Gods Will Be Done“ aus Paderborn (Thrash Metal), „Obsessör“ aus Detmold (Black/Thrash Metal), „Punish My Heaven“ aus Hameln (Melodic Death Metal) sowie „Witticism“ aus Thüringen (Death Metal). Als Headliner des Abends stehen „Lay Down Rotten“ aus Herborn sowie „Drone“ aus Norddeutschland auf der Bühne. „Lay Down Rotten“ spielen kompromisslosen Death Metal der Spitzenklasse und haben seit ihrer Gründung im Jahr 1999 mittlerweile fünf Studio-Alben veröffentlicht. Zudem sind sie bereits auf diversen

Festivals wie dem „Party San“ oder dem „Summer Breeze“ aufgetreten und standen zusammen mit Metal-Größen wie „Hatespore“, „Dismember“ oder „Legion Of The Damned“ auf einer Bühne.

Die Norddeutsche Band „Drone“ steht für modernen, fettreichen Trash Metal. Im August 2006 konnte die Band den internationalen „Wacken Metal Battle“ gewinnen und seitdem ging es für die Musiker um

Frontman Moritz Hempel richtig zur Sache. Neben diversen Auftritten auf Festivals wie „Wacken“, „Summer Breeze“ und „With Full Force“ standen zahlreiche Europatourneen sowie eine Tour durch China auf dem Programm. Dabei konnten sie die ungebändigte Kraft, die in ihrem abwechslungsreichen Metal steckt, unter Beweis stellen.

Die Junge Kultur verspricht: „Insgesamt gibt es fünf Stunden Musik der Spitzenklasse. Und das Spektrum reicht von Trash- und Black Metal bis hin zu Melodic Death-Metal. Wer diese Stilrichtung mag, der wird das Festival nicht so schnell vergessen.“

Eintrittskarten gibt es im Vorverkauf für acht Euro, an der Abendkasse kosten sie zehn Euro. Erhältlich sind die Karten bei den teilnehmenden Bands oder auf der Festivalhomepage unter www.srfd-festival.de. Dort gibt es auch weitere Informationen wie Bandinfos, Neuigkeiten und Spielplan. „Darüber hinaus lohnt sich ein Blick ins Internet“, so Markus Waldhoff, „denn auf der Homepage können ab sofort die „Still Reaching for Darkness“ Festivalshirts bestellt werden.“

◆ **Einlass ist ab 18 Uhr. Das Konzert beginnt um 18.15 Uhr mit „Punish My Heaven“. Start der After-Show-Party ist um 1 Uhr nachts.**



Organisatoren: Die Mitglieder der Jungen Kultur Steinheim organisieren das Metal-Festival. Stefan Breilmann (v. l.), Michael Waldhoff, Anne Kroos, Markus Waldhoff, Stephan Nolte, Marita Kaufmann und Patricia Breilmann.

FOTO: SANDRA BRÖKEL

Steinheim

Vereine und Verbände

»Treffpunkt Dritte Welt«: 20 bis 21.30 Uhr im Jugendheim.

Verein für Deutsche Schäferhunde: 17 Uhr Übungsstunden der OG.

Dart: 19 Uhr Übungsart der C-Liga in »Alt Steinheim«.

Senioren-Gymnastik: 16 bis 16.45 Uhr in der Turnhalle W.-Schule.

Kleiderökumene Steinheim: 15 bis 18 Uhr geöffnet, Bahnhofstraße 6.

TUS Vinsebeck: von 19.30 bis 20.30 Uhr Gymnastik Damen.

Kindertagesstätte »Buddelkiste« in Steinheim: von 8.30 bis 11.30 Uhr und von 13.30 bis 16 Uhr Neuanmeldungen möglich.

Möbelmuseum Steinheim: 14 bis 17 Uhr geöffnet; sowie Ausstellung »Ikonen - Fenster zur Ewigkeit« von Dr. Christian Kahl.

Bücherei: 15 bis 19 Uhr geöffnet, Hinter der Mauer in Steinheim.

Kolping besichtigt Kompostwerk

Steinheim (WB). Die Kolpingsfamilie Steinheim besichtigt am kommenden Montag, 29. November, das Kompostwerk in Oeynhaus. Die Teilnehmer haben die Gelegenheit, die moderne heimische Kompostierungsanlage mit ihren Technologien näher kennen

zu lernen. Treffpunkt ist um 18.15 Uhr am Pfarrheim, um in Fahrge-meinschaften nach Oeynhaus zu fahren. Anmeldungen sind bei Michael Rüsenberg (☎ 99 88 58) erforderlich. Alle Mitglieder und Freunde der Kolpingsfamilie Steinheim seien dazu eingeladen.



»Schiff ahoi« für die Musiker aus Vinsebeck

Was hier aussieht wie die Ausbildungsgruppe einer Bootsschule sind in Wirklichkeit Akteure des Musikvereins Vinsebeck-Leopoldstal. Das Foto entstand während des Probenwochenendes in der alten Schifffahrtsschule in Petershagen, die zu einer Jugendherberge ausgebaut worden ist. Dort haben sich die Musiker drei Tage lang intensiv auf ihr

großes Weihnachtskonzert in der Leopoldstaler Silbergrundhalle am zweiten Adventssonntag und auf das große Kirchenkonzert in Vinsebeck am 12. Dezember vorbereitet. Das Konzert in Leopoldstal wird erstmalig als Kaffee-Konzert ausgerichtet und beginnt um 15 Uhr. Das Kirchenkonzert am dritten Adventssonntag in Vinsebeck fängt um 17 Uhr an.

Notdienste

Ärztlicher Notdienst Bezirk Steinheim, Nieheim, Marienmünster: zentrale Notdienstnummer ab 13 Uhr ☎ 0 52 33/1 92 92.

Apothekennotdienst Steinheim/Nieheim: Rathaus-Apotheke, Marktstraße 25, Nieheim, ☎ 0 52 74/85 00.

Gymnasium stellt sich vor

Steinheim (WB). Das Städtische Gymnasium Steinheim lädt alle interessierten Schüler der vierten Grundschulklassen sowie deren Eltern zu einem Tag der offenen Tür ein. Die Schule stellt sich am Samstag, 27. November, in der Zeit von 8.45 bis 12 Uhr den interessierten Besuchern vor.

Die Grundschul Kinder können auch probeweise am Unterricht der Orientierungsstufe teilnehmen, zum Beispiel in den Fächern Deutsch, Englisch, Mathematik, Physik, Biologie, Politik, Kunst,

Musik und Erdkunde. Über die Vielfalt des naturwissenschaftlichen Unterrichts und über den Einsatz der Computertechnik kann man sich in den entsprechenden Fachräumen informieren, auch kann das seit vielen Jahren erfolgreiche Musikangebot »Bläserklasse« in Augenschein genommen werden.

Zusätzlich sind einige Sonderveranstaltungen zu sehen, die über die verschiedenen Schulangebote und Aktivitäten informieren: Dazu gehören beispielsweise

das Kalemie-Projekt der Afrikahilfe am Steinheimer Gymnasium, das Projekt Fair-Mittlung des Schülerteams zur Streitschlichtung, das Delf-Projekt zum Erwerb des offiziellen französischen Sprachdiploms, der Schüleraustausch, die Arbeit von Jugend forscht und die Aktivitäten der Schülerversammlung. Auch der Verein der Ehemaligen und der Förderverein des Gymnasiums Steinheim informieren an Infoständen über ihre Arbeit. »Jeder ist willkommen«, sagte ein Sprecher.