DEUTSCHLAND 3,80 €

# LEBEN

## im Paderborner Land

September/Oktober 2018
Ausgabe 21

**OKTOBERFESTE**
IM PADERBORNER LAND

**IMMER 1. WAHL –**
Wir lieben REGIONAL

**WIR L(I)EBEN LECKER**

SCHLOß HOLTE - STUKENBROCK
**ERLEBEN!**
Ortsvorstellung

**KINDER KINDER**

SCHÖNER **WOHNEN**

**MANN OH** MANN

**REISETIPPS**
Ich bin dann mal weg

HEGGEMANNMEDIEN

Lippsesee - Paderborn/Sande

# HEGGEMANNMEDIEN

Burgstr. 2 | 33175 Bad Lippspringe
Telefon 05252 9653-0 | info@heggemannmedien.de
www.heggemannmedien.de

EDITORIAL

## Liebe Leserinnen, lieber Leser,

der Wandel der Jahreszeiten ist im beginnenden Herbst auf besonders intensive Weise zu spüren. Die Tage werden kürzer. Nicht nur im Garten, sondern auch draußen auf den Feldern und in den Wäldern sind nun die letzten Früchte gereift. Angenehme Temperaturen versprechen jetzt perfekte Voraussetzungen für einen Ausflug in die Natur. Erleben Sie den Herbst von seiner schönsten Seite, wenn die Sonne das Laub in einer unglaublichen Farbenpracht zum Leuchten bringt.

Freuen Sie sich auf die kulinarischen Köstlichkeiten dieser Jahreszeit. Deftige Braten, hausgemachte Klöße, Pilze und jede Menge Kürbis-Spezialitäten gehören zum Herbst und sind jetzt in vielen heimischen Restaurants saisonal auf den Speisekarten zu finden.

Erntedank-, Oktober- und Stadtfeste stehen jetzt in vielen Veranstaltungskalendern. „O`zapft is!" Feiern können auch die Westfalen und stellen es im Oktober an vielen Orten des Paderborner Landes unter Beweis, bevor dann im November die stillen Feiertage folgen.

Garten und Grabstätten werden in diesen Wochen auf den Winter vorbereitet. Die heimischen Gärtnerinnen und Gärtner helfen gern mit guten Ratschlägen, wenn der Hobbygärtner zweifelt.

In der Wohnung wird es jetzt kuschelig und gemütlich. Kerzen, Kaminfeuer und leckere Kräutertees bieten ein schönes Ambiente für einen entspannten Feierabend.

Lassen Sie sich von den tollen Angeboten der Region inspirieren.
Wir wünschen Ihnen einen schönen Herbst!

**Ihr Team vom**
**„LEBEN – im Paderborner Land"**

# INHALT

HAVE FUN!


**03 | EDITORIAL**

**05 | GRUSSWORT**
Hubert Erichlandwehr -
Bürgermeister der Stadt Schloß Holte-Stukenbrock

**06 | EIN TRAMPENDER ROBOTER & DIE MEDIEN**
Neue Attraktionen im Heinz Nixdorf MuseumsForum

**07 | "AUSHÄNGESCHILD FÜR DE SPORTSTADT PADERBORN"**
Squasher werden erneut deutsche Meister

**08 | CHEEZZE**
Neuer Verein will "für das Medium Fotografie begeistern"

**09 | NEUER STELLVERTRETENDER LEITER DER FEUERWEHR**
Robert Siemensmeier offiziell bestellt

**10 | UNI BASKETS KOMPLETTIEREN KADER FÜR PROA-SAISON 2018/19**
US-Boy Matt Klinewski startet Profikarriere in Paderborn

**12 | JUNDE MÄDCHEN SPÜREN "EUROPA VOR DER HAUSTÜR" AUF**
Kulturrucksack-Projekt in Delbrück

**13 | "TATORT FAMILIE" - FACHTAGUNG DES KOOPERATIONS-PROJEKTES "HÄUSLICHE GEWALT"**
Anmeldung hat begonnen

**14 | "KUNST TO GO" FÜR AWO-PROJEKT "NACHBARSCHAFTSKÜMMERER"**
Gelungene Benefiz-Aktion der Ükern-Gemeinschaft

**15 | BREITES BÜNDNIS BESCHLIESST VEREINBARUNG ZUM ATTRAKTIVEREN QUEREINSTIEG IN DIE HAUSARZTTÄTIGKEIT**
Das Ministerium für Arbeit, Gesundheit und Soziales teilt mit

**16 | OKTOBERFEST**
Tipps für`s Oktoberfest Zuhause
Fitte Waden im Trachtenlook
Oktoberfeste im Paderborner Land

**20 | SCHLOß HOLTE-STUKENBROCK ERLEBEN – ORTSVORSTELLUNG**
Tolle Veranstaltungen in Schloß Holte-Stukenbrock
Natur und Landschaft erleben
Sehen und Erleben

**42 | HEAVY METALL STATT METALLISCHER LEICHTBAULÖSUNGEN**

**42 | BESUCH DES BOLTONER DRINK & FOOD FESTIVALS**
Delegation aus Paderborn und Le Mans zu Gast in der Partnerstadt

**44 | INTERNATIONALE MINISTRANTENWALLFAHRT**
Höxteraner Malteser leisten Sanitätsdienst in Rom

**45 | FÜR BENACHTEILIGTE MENSCHEN STARK MACHEN**
Der Pauline-von-Mallinckrodt-Preis 2018 geht am Caritas-Tag in der Libori-Festwoche an Ehrenamtliche aus Dortmund, Delbrück und Lippstadt

**46 | THEORIE TRIFFT PRAXIS**
Katholische Hochschule NRW und Kreisjugendamt entwickeln gemeinsame Seminarreihe zum Kindesschutz für Studentinnen und Studenten

**47 | MIT WON UND PESOS KINDERN HELFEN**
Caritas im Erzbistum Paderborn sammelt Urlaubsmünzen für einen guten Zweck

**48 | REISEN - ICH BIN DANN MAL WEG**
Wellen, Wind und Wale
Fünf Seen für fantastische Ferien
Elfenwald und Ponyhof
Ein Meer aus Licht und Farben
Wellness und Natürlichkeit

**56 | SCHÖNER WOHNEN / GARTEN IM HERBST**
Mit Größe zum Minimalismus
Trendy und gleichzeitig individuell einrichten
Drei Tipps zum gesunden Wohnen
Handlungsbedarf bei Schimmel in Wohnräumen
Hortensien sorgen für gesündere Luft
Einmal abbrausen und zusammenpusten bitte

**68 | WIR L(I)EBEN LECKER**
Neue Prioritäten
Deftige und leckere Rezeptideen

**75 | BEGLEITETES FAHREN**
Mit 17 sicher hinterm Steuer

**75 | SICHERHEIT GEHT VOR – IM EIGENEN INTERESSE**

**76 | MANN OH MANN**
Trendfarbe Blau für Freizeit und Business
Studie: Mehrheit der Männer geht nie ohne Styling aus dem Haus
Darauf sollten Motorrad-Neulinge achten!

**80 | "SYMBOL FÜR DIE PARTNERSCHAFT"**
Den Stein ins Rollen gebracht: Kreise Paderborn und Teltow-Fläming setzen ein sichtbares Zeichen ihrer langjährigen Partnerschaft

**82 | VORSCHAU DER NÄCHSTEN AUSGABE**

# VORWORT

## Liebe Leserinnen und Leser,

meine geliebte Heimatstadt - das ist Schloß Holte-Stukenbrock. In dieser Ausgabe von „Leben im Paderborner Land" erfahren Sie ganz viel darüber, warum es so schön ist, hier zu leben, und warum sich ein Besuch auch für Sie lohnt.

Die Stadt Schloß Holte-Stukenbrock stellt einen hervorragenden Lebensmittelpunkt dar. Sie bietet eine bunte Vielfalt an Vereinen, Freizeitanlagen für Sport, Kultur und Entspannung sowie freundliche Gastgeber, die Besucher mit Herz und Können verwöhnen. Die herrliche Sennelandschaft, die Sennebäche mit der Emsquelle und der Ausläufer des Teutoburger Waldes laden zum Naturgenuss ein.

Schloß Holte-Stukenbrock ist als Wirtschaftsstandort im Grünen sehr erfolgreich. Mittelständische Unternehmen und Global Player verschiedener Branchen fertigen hochklassige Produkte und sind sichere, familienfreundliche Arbeitgeber. Die östlichste Stadt im Erfolgskreis Gütersloh liegt verkehrsgünstig zwischen den Städten Paderborn und Bielefeld sowie Detmold und Gütersloh, auch dies ist ein weiterer, wichtiger Wirtschaftsfaktor.

Sehenswertes findet sich an allen Ecken – das Schloss als Wahrzeichen der Stadt, kulturelle Kleinode, aber auch Geschichtliches wie die Gedenkstätte Stalag 326 VIK bieten Einzigartiges. Besonders beliebtes Ausflugsziel ist der Zoo Safaripark Stukenbrock. Auch ein Besuch in der Ems-Erlebniswelt bleibt in der Emsquell-Stadt natürlich unvergessen.

Wir möchten Ihnen mit der Vorstellung meiner Heimat- und Lieblingsstadt Lust auf Schloß Holte-Stukenbrock machen. Auf unserer Internetseite und im Youtube- und Flickr-Kanal der Stadt Schloß Holte-Stukenbrock erfahren Sie noch viel mehr. Besuchen Sie uns öfter im Internet unter www.stadt-shs.de und natürlich immer gerne vor Ort!

**Herzliche Grüße**

**Hubert Erichlandwehr**
**Bürgermeister der Stadt Schloß Holte-Stukenbrock**

# EIN TRAMPENDER ROBOTER & DIE MEDIEN

## Neue Attraktionen im Heinz Nixdorf MuseumsForum

hitchBOT wirkt auf den ersten Blick sympathisch: freundlich lächelnd, knuffig und mit Gummistiefeln an den Füßen. Kein Wunder, dass dutzende Menschen keine Bedenken hatten, den kleinen Kerl ins eigene Auto zu packen, denn hitchBOT ist der erste und einzige trampende Roboter der Welt. 2014/15 erkundete er Kanada, die USA, Deutschland und die Niederlande. Sein neues Zuhause ist das Paderborner Heinz Nixdorf MuseumsForum, wo er ab sofort zu sehen ist.

Während seiner Reise informierte hitchBOT die Welt über die sozialen Medien. So ist er ein herausragendes Beispiel für die Relevanz der digitalen Kanäle geworden. Daher passt es, dass er seinen neuen Platz direkt neben der Darstellung der Mediengeschichte im weltgrößten Computermuseum gefunden hat, denn auch dieser Bereich ist komplett erneuert worden.

„Wir sind sehr stolz, dass wir mit hitchBOT ein herausragendes Objekt der Robotergeschichte in Paderborn zeigen können," freute sich HNF-Geschäftsführer Dr. Jochen Viehoff bei der Präsentation der neuen Attraktion. „hitchBOT ist ein sehr guter Botschafter für unseren neu gestalteten Bereich zur Künstlichen Intelligenz und Robotik, den wir am 26. Oktober eröffnen werden."

Die Geschichte von hitchBOT begann am 27. Juli 2014. Nur eine Minute stand er am Highway nahe Halifax/Kanada, bis er erstmals mitgenommen wurde. Seine Tour führte ihn in drei Wochen mit 18 Autostopps über 6.000 Kilometer an die kanadische Pazifikküste mit einem kleinen Abstecher nach Seattle in den USA. Anschließend fand er seine neue Heimat im Technikmuseum von Ottawa.

Ein Zwilling, ebenfalls hitchBOT genannt, zog am 13. Februar 2015 in die Welt hinaus. Sein Startpunkt war München. Nach einem Besuch im Hofbräuhaus ging es über Neuschwanstein, Frankfurt und Bottrop nach Köln. Hier besuchte hitchBOT den Rosenmontagszug und war bei Stefan Raab zu Gast. Weiter ging es begleitet von großem Medienrummel durch die Republik, bis er am 22. Februar wieder in München eintraf.

Das nächste Vorhaben war im Juni 2015 eine dreiwöchige Trampertour durch die Niederlande, bevor er am 17. Juli die letzte und schicksalsträchtige Reise durch die USA begann. Denn zwei Wochen später wurde er in Philadelphia ein Opfer menschlicher Brutalität. Ein Unbekannter überfiel den elektronischen Tramper, beraubte ihn seiner technischen Ausrüstung und zerstörte ihn. „Manchmal passieren dem besten Roboter die schlimmsten Dinge," kommentierten seine Konstrukteure Frauke Zeller und David Harris Smith das Ende des Roboters der Herzen. Sie bauten hitchBOT in Kanada wieder auf und übergaben den instandgesetzten Roboter dem HNF.

Zeller, die in Kassel promovierte, und Smith hatten bereits 2013 ihren ersten gemeinsamen Roboter gefertigt. Bei hitchBOT ging es den beiden Kommunikationswissenschaftlern darum, einen sozialen, interaktiven Roboter zu erschaffen, der als soziales Experiment angelegt war. Die Frage lautete: „Können Roboter dem Menschen vertrauen?" Bereits vor dem Aufbruch zu seiner ersten Reise war der Medienrummel groß. hitchBOT selbst berichtete über seine Stationen auf einer Homepage, bei Twitter, Facebook und Instagram.

Sein Äußeres war bewusst einfach und dennoch ansprechend gestaltet. Ein Eimer als Körper, Schwimmnudeln als Extremitäten, bunte Gummistiefel und gelbe Handschuhe, von denen einer den Tramperdaumen zeigte, machten ihn auf den ersten Blick sympathisch.

Ausgestattet mit einer künstlichen Stimme und einer Chatbot-Software konnte er sich mit seinen Begleitern unterhalten. Alle 20 Minuten schoss er Fotos, die meist online gingen.

Ein Tablet-Computer und ein Arduino waren die einfache technische Ausstattung. Strom kam über Solarzellen, Akkus und einen Anschluss für den Zigarettenanzünder.

Im HNF fehlt ihm die „Intelligenz" in Form eines Computers, sodass er nicht mehr sprechen kann, aber auf dem Heck eines Oldtimers sitzend zu Selfies einlädt und damit wieder seiner Rolle als soziales und mediales Experiment nachkommt.

*Die Paderborner Sportfamilie freut sich gemeinsam über den Erfolg der Damen- und Herrenmannschaften des Paderborner Squash Vereins. Bildrechte: Stadt Paderborn. Fotograf: Lea Horstmann*

# „AUSHÄNGESCHILD FÜR DIE SPORTSTADT PADERBORN“

## Squasher werden erneut deutsche Meister

Als „Aushängeschild für die Sportstadt Paderborn“ bezeichnete Bürgermeister Michael Dreier am Dienstagabend, 28. August, die Damen- und Herrenmannschaften des Paderborner Squash Clubs. Beide Mannschaften konnten sich zum wiederholten Male die deutschen Meisterschaften sichern. Aus diesem Anlass empfing Michael Dreier die Sportler, sowie Vertreter aus Rat und Verwaltung im Historischen Rathaus.

Bereits zum vierten Mal in Folge konnten sich die Damen den Titel sichern. Die PSC gewannen in einem packenden Finale gegen Sport-Insel Stuttgart und konnten den Meistertitel erneut mit nach Hause nehmen.

„Der Paderborner Squash Club, einer der Traditionsvereine im Bundesgebiet und seit mehr als 35 Jahren allererste Adresse im Squash, verwöhnt uns seit Jahren mit seinen Erfolgen, sowohl im Herren- als auch im Damenbereich“, lobte Bürgermeister Michael Dreier die Vorzeige-Sportler. In familiärer Runde ließ die Sportfamilie die Erfolge der Damen und Herren noch einmal Revue passieren.

Mathias Hornberger, Vorsitzender des Stadtsportverbandes, und Diethelm Krause, Präsident des Kreissportbundes, schlossen sich der Rede des Bürgermeisters an und sprachen den Sportlerinnen und Sportlern ihre Glückwünsche aus und wünschten viel Erfolg für die kommenden nationalen sowie internationalen Turniere.

Als Gastgeschenk überreichte der 1. Vorsitzende des Paderborner Squash Clubs, Andreas Preising, dem Bürgermeister einen Gutschein für den neuen interaktiven Squash Court. „Wir sind stolz, einen von vier interaktiven Courts in Deutschland hier bei uns in Paderborn zu haben und freuen uns, den Bürgermeister und sein Referat dazu einladen zu können“, so Preising.

**Kunsthandel - Dipl.-Kfm. Marc Hagedorn**
**Gold • Silber • Kunst • Antiquitäten • Design**

**Mühlenstr. 32 – Paderborn**
**Dienstag und Donnerstag 13.00 - 18.00 Uhr**
**Oder nach Vereinbarung**
**05251/5431513 – 0171/3830863**
**www.kunsthandel-hagedorn.de**
**info@kunsthandel-hagedorn.de**

**Kaufe Schmuck, Modeschmuck, Münzen, Zinn, Militaria, Kunst (Bilder/Figuren) gerne regionale Künstler und Motive u.v.m.**

*Der neue Verein Cheezze e.V. will Ausstellungen organisieren und damit zum Nachdenken anregen. Mitglieder haben sich rund um die Stele zu Haralds Morschs Ausstellung „Menschen meiner Stadt" vor dem Paderborner Stadtmuseum versammelt - v.l.n.r.: Michel Ptasinski, Julia Ures, Sandra Freise, Stefan Freise, Harald Morsch, Verena Meise, Frank Wolters, Tobias Vorwerk, Thorsten Hennig und Markus Runte. Nachweis: Cheezze e.V.*

# **CHEEZZE:** Neuer Verein will „für das Medium Fotografie begeistern"

Paderborns Kulturlandschaft wird in diesen Tagen um eine entscheidende Nuance reicher: Der Verein für zeitgenössische Fotografie mit dem klangvollen wie metaphorischen Namen „Cheezze" geht an den Start. „Mit Cheezze e.V. - Manufaktur für zeitgenössische Fotografie wollen wir Menschen in Paderborn für das Medium Fotografie begeistern, regelmässig Ausstellungen an wechselnden Orten organisieren und so Fotografie-Interessierten regelmäßig Ausstellungen anbieten", erläutert der stellvertretende Vorsitzende Tobias Vorwerk. Ein Ausstellungsschwerpunkt soll das im Oktober neu am Abdinghof eröffnete Stadtmuseum sein, aber auch an etlichen anderen Stellen sowie im öffentlichen Raum will der Verein künftig Aufnahmen etablierter und junger Künstler zeigen.

Auf seiner Website cheezze.de beschreibt der Verein seine Ausrichtung und Motivation folgendermaßen: „Uns interessiert die erzählende Fotografie, […] eine Fotografie, die sich im Bild mit der Gesellschaft und ihren Menschen auseinandersetzt. Die Ausstellungen sollen anregen, sich den Veränderungen, Entwicklungen und Chancen des globalen Alltags zu stellen und menschliche Befindlichkeiten in einer Welt des Um- und Aufbruchs zu reflektieren."
Der ungewöhnliche Name „Cheezze" leitet sich von der Aufforderung für lächelnde Gesichter auf Fotos „Cheeeeeeese!" ab, verbindet aber gleichzeitig das Wort mit dem englischen „freeze" für (den Moment) Einfrieren.

Das Gründungsteam des Vereins bestand aus Menschen ganz unterschiedlicher Herkunft und Zugangs zum Thema Fotografie, vom Fotografen bis zum einfach fotobegeisterten Betrachter, der gern seine Expertise in das Ehrenamt und die Arbeit für die zeitgenössische Fotografie in Paderborn einfließen lässt. Erste neue Mitglieder neben dem Gründungsteam sind bereits gewonnen, gerade sind die Ausstellungen 2019 in Planung. Auch hat der Verein erste Ausflüge z.B. nach Düsseldorf, Dortmund oder Zingst gemacht, um sich in anderen Städten namhafte Ausstellungen anzuschauen und Impulse zu sammeln. Nicht zuletzt auch Workshops, Vorträge und Werkstattgespräche stehen auf der Agenda von „Cheezze".
„Wir freuen uns riesig auf das, was vor uns liegt und sind voller Elan", beschreibt der Vorsitzende Harald Morsch die motivierte Aufbruchsstimmung unter den Mitgliedern. Morsch selbst befasst sich auch philosophisch damit, was die Fotografie für den Menschen bedeutet: „Die Fotografie ist kein Abbild der Realität. Es liegt nur im Auge des Betrachters und seiner Lebenserfahrung, sie als solche zu interpretieren."
In den kommenden Wochen arbeiten die Mitglieder an einer Dokumentation und Zusatzangeboten für Harald Morschs Ausstellung „Menschen meiner Stadt" mit 500 Portraits, die Ende August im Stadtmuseum eröffnet wird. Vor dem Museum weist aktuell eine mehr als drei Meter hohe Stele mit überlebensgroßen Portraitaufnahmen auf die Ausstellung hin – Cheezze hat ihren Aufbau mit unterstützt.

Für neue Mitglieder ist der Verein offen und freut sich auf Interessenten. Mehr Informationen finden Sie hier: www.cheezze.de.

# NEUER STELLVERTRETENDER LEITER DER FEUERWEHR

## Robert Siemensmeier offiziell bestellt

Vergangenes Jahr im Mai beschloss der Rat der Stadt Paderborn den Brandoberinspektor Robert Siemensmeyer kommissarisch zum stellvertretenden Leiter der Feuerwehr zu ernennen. Nach erfolgreichem Abschluss des Lehrgangs „Leiter einer Feuerwehr" am Institut der Feuerwehr Münster wird Robert Siemensmeyer jetzt offiziell bis zum 17. Mai 2023 zum stellvertretenden Leiter der Freiwilligen Feuerwehr Paderborn bestellt. Siemensmeyer ist zudem auch Löschzugführer in Sande.

Zur erfolgreichen Ernennung gratulierten ihm Bürgermeister Michael Dreier, der Leiter der Feuerwehr Paderborn Branddirektor Ralf Schmitz und der stellvertretende Leiter der Feuerwehr und Stadtbrandinspektor Hubertus Henning.

*Der Leitende Branddirektor Ralf Schmitz (links), gratuliert Robert Siemensmeyer (2. v. links) zur erfolgreichen Bestellung als stellvertretender Leiter der Feuerwehr gemeinsam mit Bürgermeister Michael Dreier und dem stellvertretenden Leiter der Feuerwehr und Stadtbrandinspektor Hubertus Henning (rechts). Bildrechte: Stadt Paderborn. Fotograf: Lea Horstmann*

# **designer store** – wir schließen 2019!

Der Designer Store in Paderborn steht für ausgefalle Kollektionen und Modetrends. Ziel war es internationale Mode den Kundinnen fachgerecht zu präsentieren und näher zu bringen. Bedingt durch den Online Handel hat sich das Kaufverhalten verändert und erfolgt ausschließlich über den Preis. Weitergehend erwartet der Kunde eine Rund-um-die-Uhr Verfügbarkeit inklusive Events, die zum Kommen und zur Unterhaltung animieren. Eine permanente Darstellung in den sozialen Medien wird vorausgesetzt um Anreize zu schaffen.

Diese Anforderungen sind mit extremen Aufwand verbunden und hat mit dem eigentlichen Geschäftsbetrieb nichts zu tun. Der ständige Personalmangel im Einzelhandel macht es jetzt schon schwer unseren Ansprüchen einer guten Fachberatung gerecht zu werden. Dieser Mehraufwand der hier von uns erwartet wird, können wir professionell nicht realisieren.

Die Entscheidung den Designer Store zu schließen ist aufgrund all dieser Veränderungen zum Ende der Wintersaison 2018 geplant.

In der gesamten Zeit hat es uns immer Spaß gemacht Kunden modisch zu überraschen und immer wieder neu zu begeistern und einzukleiden. Nach einer so langen Zeit in der Modebranche und den vielen schnelllebigen Trends, muss man auch den richtigen Zeitpunkt zum Absprung finden, bevor man das Vertrauen und die Glaubwürdigkeit verliert. Wir möchten uns an dieser Stelle bei allen Kunden bedanken und wünschen uns dass wir sie persönlich im Designer Store verabschieden können.

**designer store**

Kamp 18 | 33098 Paderborn
Tel. 05251/878 5655
Fax 05251/878 5656
www.designer-store-pb.de

PINKO
BEATE HEYMANN STREETCOUTURE
THE SWISS LABEL
FUNKY STAFF
ALYSI
summum woman
TONNO & PANNA
Emily

# UNI BASKETS KOMPLETTIEREN KADER FÜR PROA-SAISON 2018/19:

## US-Boy Matt Klinewski startet Profikarriere in Paderborn!

**Paderborn.** US-Boy Matt Klinewski komplettiert den Kader der Uni Baskets Paderborn für die kommende ProA-Saison 2018/19. Der 22jährige Forward kommt vom College Team Lafayette Leopards aus Easton, Pennsylvania/USA und hat bei den Ostwestfalen nun seinen ersten Profivertrag unterschrieben.

2,03 Meter Körpergröße bei 106 Kilogramm Gewicht: Der aus dem Bundesstaat New Jersey stammende Forward Matt Klinewski bringt absolute Gardemaße mit und hat eine beeindruckende College-Basketballkarriere hinter sich. Bei den Leopards vom Lafayette College hat er sich in den vergangenen zwei Seasons als Senior Co-Captain kontinuierlich zur führenden und vor allem treffsicheren Spielerpersönlichkeit entwickelt, die ihr Team mehrere Male mit30+-Punkte-Spielen zum Sieg führte. Am Ende der Saison 2017/18 standen im Schnitt 16.5 Punkte und 5.8 Rebounds auf dem Statistikbogen. Jetzt geht Klinewski den nächsten Schritt nach Deutschland zum ProA-Team der Uni Baskets Paderborn.

Für Baskets-Coach Uli Naechster ist die aktuelle Neuverpflichtung das noch fehlende finale Puzzleteil im Kader: „Wir haben eine ganze Weile gut verhandeln müssen: Matt hat in seinem letzten Jahr im College Team bei den Lafayette Leopards eine tragende Rolle gespielt. Da war uns schon klar, dass wir nicht die einzigen Interessenten sind, die ihn für die kommende Saison verpflichten wollen. Umso mehr freue ich mich, dass Matt seine vielversprechende Profikarriere nun hier in Paderborn starten wird! Matt wird die Fans vor allem mit seinen vielseitigen Offensivqualitäten und seiner guten Trefferquote beeindrucken. Ich bin überzeugt, dass er mit diesen Qualitäten ausgezeichnet in das von uns anvisierte Spielsystem passt. Hinzu kommt: Er ist ein wirklich verlässlicher Team Player und einwandfreier Charakter – die anderen Jungs freuen sich schon auf ihn!“

Fragt man Matt Klinewski nach seinen persönlichen Erwartungen, merkt man sofort, dass der Eindruck von Coach Naechster nicht täuscht: „Ich bin begeistert, dass meine professionelle Basketballkarriere hier bei den Uni Baskets Paderborn beginnt!

*Neuzugang UniBaskets Paderborn: MattKlinewski. FotocreditJoshVerlin*

Über meine erste Spielerstation als Profi habe ich mir im Vorfeld natürlich viele Gedanken gemacht, gerade, weil ich vorher noch nie im Ausland spielen konnte. Die Gespräche mit Coach Uli Naechster haben mir dann aber ein starkes Vertrauen in meine Entscheidung vermittelt: Ich bin sicher, dass Paderborn der richtige Platz für mich ist, und dass wir für die kommende Saison ein richtig gut zusammengestelltes Team mit einer überzeugenden Spielphilosophie haben. Ich freue mich schon sehr auf die Jungs, die Stadt und vor allem auf die großartigen Fans und die Stimmung in der Halle!“

# OPTIK JÜRGENS veröffentlicht das erste *PADERBORNER BRILLEN-LOOKBOOK*

Das Team von OPTIK JÜRGENS hält ab September ein ganz besonderes Schmankerl für alle Brillenfreunde bereit:

Das erste ***PADERBORNER BRILLEN-LOOKBOOK.***
Auf 60 Seiten werden die neusten Brillentrends präsentiert.

Das Besondere dabei: alle Fotomodelle sind Augenoptiker/innen bei OPTIK JÜRGENS. Alle Locations liegen direkt in der Paderborner Innenstadt und alle Brillen stammen aus dem Sortiment von OPTIK JÜRGENS. Das macht dieses Lookbook zu einer echten Herzensangelegenheit für Pia und Tim Jürgens.

Mit dem Fotografen André Heinermann haben die beiden einen echten Profi mit ins Boot geholt. Er hat die Brillen perfekt in Szene gesetzt und aus dem Team echte Fotomodelle gemacht. Die dabei entstandenen Bilder sind nun im Lookbook verewigt.

Die Idee dazu entstand schon vor einigen Monaten. Denn das Team von OPTIK JÜRGENS hat schon immer einen sehr engen Bezug zu seinen Brillenkollektionen.

„Eine Kollektion muss unser ganzes Team zu 100% überzeugen", sagt Tim Jürgens. „Daher schaffen es nur einige ausgewählte Brillen in unser Sortiment. Wir lassen uns von großen Designer-Namen nicht blenden, sondern setzten eher auf echte Brillenmanufakturen. Frei nach dem Motto „Liebe statt Logo"." So ist über die Jahre eine handverlesene Auswahl entstanden, die bei den Kunden auf sehr viel Zuspruch stößt.

Pia und Tim Jürgens freuen sich auf alle Interessierten, die sich ihr Lookbook im Ladenlokal anschauen oder mitnehmen möchten.

OPTIK JÜRGENS
Brillen & Kontaktlinsen

OPTIK JÜRGENS
Krumme Grube 2
33098 Paderborn

Tel.: 05251 - 27977
info@optik-juergens.de
facebook.de/optikjuergens

www.optik-jürgens.de

ÖFFNUNGSZEITEN

Mo.-Fr.: 10.00 bis 18.30 Uhr
Sa.: 10.00 bis 16.00 Uhr

Nach Vereinbarung sind wir auch gerne außerhalb unserer Öffnungszeiten für Sie da.

*Acht Mädchen zwischen 11 und 14 haben an drei Tagen „Europa vor der Haustür" aufgespürt. Das Projekt bot die Katholische Öffentliche Bücherei Delbrück in Kooperation mit der Journalistin Julia Ures im Rahmen des Kulturrucksack NRW an. Bildrechte: Julia Ures*

# JUNGE MÄDCHEN SPÜREN „EUROPA VOR DER HAUSTÜR" AUF

## Kulturrucksack-Projekt in Delbrück

Wenn in der größten Hitze des Jahres sogar Pausen überflüssig werden, dann haben sie wohl genau das gefunden, was ihnen Spaß macht: Acht junge Mädchen haben in Delbrück im Rahmen eines Kulturrucksack-Projekts „Europa vor der Haustür" aufgespürt und Kurzgeschichten dazu geschrieben. Unter der Workshop-Leitung von Journalistin Julia Ures zogen die Mädchen zwischen 11 und 14 Jahren durch Delbrück und sammelten Impressionen und Eindrücke vom internationalen und multikulturellen Zusammenleben direkt in ihrer unmittelbaren Umgebung. Die Kursteilnehmerinnen kamen aus Delbrück-Stadt, Boke, Bentfeld, Paderborn und sogar aus Bielefeld zu dem Kurs, den die Katholische Öffentliche Bücherei angeboten hatte und ihre Räumlichkeiten und ihre Literatur hierfür zur Verfügung stellte. In den drei Tagen verfassten die acht Mädchen nicht nur etwa 15 sehr unterschiedliche, unterhaltsame, aber auch ernste Kurzgeschichten zum Thema, sondern organisierten auch eine Lesung in der Buchhandlung Meschede). Außerdem gestalteten sie ein Buchcover, denn die Geschichten werden von einem Verlag in einem kleinen Büchlein gedruckt. Die Texte werden außerdem noch von Max Rohland, Schauspieler am Theater Paderborn, als Hörbuch eingelesen.

Natürlich kamen in dem Kurs auch Spiele und bei sengender Hitze ein Eis nicht zu kurz – angebotene Pausen wollten die Mädchen am liebsten durcharbeiten und -schreiben. Johanna Hagenhoff als Leiterin der Bücherei freute sich sehr über den Kurs: „Mit diesem Angebot zeigt sich wieder einmal, dass Büchereien mehr sind als reine Ausleihstellen von Medien. Hier findet auch viel Begegnung, Leben und kulturelle Arbeit statt."

Der Kulturrucksack NRW ist ein Landesprogramm, in dessen Rahmen Kreis und Stadt Paderborn in Zusammenarbeit mit Künstlern, Kultur- und Medienschaffenden in jedem Jahr viele Kurse anbieten. Die Teilnahme ist für die Kinder und Jugendlichen zwischen 10 und 14 Jahren kostenfrei.

# „TATORT FAMILIE“ - FACHTAGUNG DES KOOPERATIONS-PROJEKTES „HÄUSLICHE GEWALT“

## Anmeldung hat begonnen

Am 20. November veranstaltet das Paderborner Kooperationsprojekt „Häusliche Gewalt“ eine Fachtagung zum Thema „Tatort Familie – Beziehungsstalking nach Trennung und häuslicher Gewalt“. Zwei versierte Expertinnen konnten als Referentinnen für die Tagung gewonnen werden: Dr. Heike Küken-Beckmann vom Institut für Rechtspsychologie Rhein-Main ir2m, Darmstadt und Rebecca Bermel vom Interventionszentrum gegen Häusliche Gewalt Südpfalz, Landau.

In vielen Fällen häuslicher Gewalt spielt Stalking eine große Rolle. Gleichzeitig ist wenig fachgerechtes Wissen über die Thematik „Beziehungsstalking“ im Zusammenhang mit häus-licher Gewalt vorhanden. Über 80 Prozent aller von Stalking Betroffenen sind Frauen. Nach Angaben des Bundesverbandes Frauenberatungsstellen und Frauennotrufe, Berlin sind „86 Prozent der Täter/innen Männer. Die Täter/innen sind den Betroffenen meist bekannt und in sehr vielen Fällen bestand zuvor eine intime Beziehung. Etwa 60 Prozent der Stalker sind Ex-Partner oder Ex-Ehemänner.“ Die psychischen, körperlichen und sozialen Folgen für die Betroffenen sind weitreichend. Die Psychologie der Stalkenden unterscheidet sich grund-sätzlich von der Psychologie anderer Täter häuslicher Gewalt. Ziel der Fachtagung „Tatort Familie – Beziehungsstalking nach Trennung und häuslicher Gewalt“ ist es, dem mangelnden Wissen über diesen bislang vernachlässigten Aspekt der Häuslichen Gewalt entgegenzutreten.

Die Fachtagung ist ein Angebot für alle Berufsgruppen, die direkt oder indirekt mit häuslicher Gewalt zu tun haben. Sie wird gefördert vom Ministerium für Heimat, Kommunales, Bau und Gleichstellung des Landes Nordrhein-Westfalen. Die Veranstaltung ist kostenfrei. ProTeilnehmerin und Teilnehmer wird eine Verpflegungspauschale von 25 Euro erhoben.

Alles Wissenswerte zum Programm, den Referentinnen, zum Anmeldeverfahren und den Kosten ist bei der Gleichstellungsstelle der Stadt Paderborn, Frau Mertens, Tel. 05251/88-1212, E-Mail: c.mertens@paderborn.de erfahrbar oder auf der städtischen Internetseite unter www.paderborn.de

## DIE WEWELSBURG, DREI ECKEN, VIELE GESCHICHTEN...

Die Wewelsburg wurde 1603 bis 1609 in ihrer einzigartigen Dreiecksform im Stil der Weserrenaissance von Fürstbischof Dietrich von Fürstenberg unter Einbeziehung älterer Bauten neu errichtet. Sie liegt über dem Almetal nahe Paderborn. Heute befinden sich in der Wewelsburg eine Jugendherberge und das Kreismuseum Wewelsburg mit seinen zwei Abteilungen, dem Historischen Museum des Hochstifts Paderborn und der Erinnerungs- und Gedenkstätte Wewelsburg 1933 – 1945 mit der Dauerausstellung „Ideologie und Terror der SS“.

Das Kreismuseum Wewelsburg bietet sich ganzjährig für einen Besuch an. Neben den öffentlichen oder individuell buchbaren Führungen sowie Kindergeburtstagen wird auch ein abwechslungsreiches Veranstaltungsprogramm aus Vorträgen, Lesungen, Konzerten, Puppentheater und Sonderausstellungen angeboten.

Kreismuseum Wewelsburg
Burgwall 19 | 33142 Büren-Wewelsburg
Tel. 02955 7622-0 | Fax 02955 7622-22
info@wewelsburg.de | www.wewelsburg.de

*AWO-Kreisgeschäftsführerin Ursula Hoentgesberg nahm von Veranstalterin Kerstin Lohmann (Ükernmädchen) sowie den ehrenamtlichen Helfern Monika Schäfers, Udo Bathe, Gabriele Röttgers und Rosemarie Schmidt eine Spende in Höhe von 4.500 Euro für das Nachbarschaftsprojekt im Mehrgenerationenhaus AWO Leo entgegen. Foto: AWO / Julika Kleibohm*

# „Kunst to go" für AWO-Projekt „Nachbarschaftskümmerer"

## *Gelungene Benefiz-Aktion der Ükern-Gemeinschaft*

Eine Spende von 4.500 Euro hat die Ükern-Nachbarschaft jetzt für das Projekt „Nachbarschaftskümmerer" an das AWO-Mehrgenerationenhaus übergeben. Ein ehrenamtliches Team um Kerstin Lohmann hatte während der gesamten Liboriwoche im ausnahmsweise für die Aktion geöffneten Adam und Eva-Haus rund 300 Originale aus dem Nachlass einer Paderborner Malerin gegen eine Spende abgegeben.

„Das war eine tolle, sehr spannende Woche voller Freude", resümiert Lohmann. Es sei beeindruckend gewesen, wie sich in dieser Woche wieder einmal die gute Nachbarschaft im Ükernviertel bewährt habe. „Alle haben mit angepackt. Selbst mein Vater ist mit seiner Frau extra aus Franken angereist, um zu helfen." Das zehnköpfige Galerieteam habe die ganze Zeit über von allen Seiten Unterstützung erfahren. „Der eine hat für uns alle gekocht, der andere etwas zu trinken vorbeigebracht", schwärmt Lohmann. Außerdem freut sich die Betreiberin des Second-Hand-Ladens „Ükernmädchen" darüber, dass viele Leute, die sich sonst eher nicht in eine Galerie trauen, hier ein erschwingliches Original gefunden haben. „So hat unser Motto ‚Kunst to go' tatsächlich funktioniert und die meisten der wunderbaren Bilder sind in wertschätzende Hände gekommen."

Enthusiastisch bei der Sache war auch das zehnköpfige Helfer-Team aus der Nachbarschaft. „Ich hatte wirklich noch nie ein so gutes Gefühl dabei, nicht für Geld zu arbeiten", erklärt Udo Bathe, der jeden Tag als erster vor Ort war. „Es war ein schönes Erlebnis sich gemeinsam für einen guten Zweck zu engagieren und dabei so vielen interessanten Leute zu begegnen", schwärmt Monika Schäfers. Auch die Besucher seien von der Aktion begeistert gewesen. „Viele haben auf den Preis für das Bild noch etwas draufgelegt oder einfach nur so gespendet", erzählt Gabriele Rötgers, der die Aktion großen Spaß gemacht hat. „Mit einer Besucherin haben wir zum Beispiel alle Winterlandschaften mit Birken rausgesucht - mitgenommen hat sie am Ende aber ein Bild mit bunten Blumen."

Viele der zahlreichen Besucher kamen in dieser Woche ganz gezielt vorbei, um das Adam und Eva-Haus wieder einmal von innen zu sehen. „Da haben wir viele interessante Geschichten gehört", berichtet Rosemarie Schmidt. „Eine Frau hat 1961 sogar hier gewohnt und ihr Führerschein war tatsächlich noch auf die Hathumarstraße 1 ausgestellt." Dass die Stadt das Adam und Eva-Haus für das Benefiz-Projekt zur Verfügung gestellt habe, sei schon eine große Hilfe gewesen, betont Lohmann. „Wir danken dem Gebäudemanagement der Stadt für die tolle Unterstützung und die gute Zusammenarbeit."

„Diese Aktion war durch das wunderschöne Ambiente, die gute Stimmung und die Leidenschaft aller Beteiligten geprägt", schwärmt auch AWO-Kreisgeschäftsführerin Ursula Hoentgesberg, die vor dem AWO Libori-Treff fast täglich einmal im Adam und Eva-Haus vorbeischaute. „Es ist einfach schön und stimmig, dass diese üppige Spende für unser Nachbarschaftsprojekt ‚Zusammen geht mehr' durch eine so tolle, engagierte Gemeinschaft wie hier im Ükernviertel aufgebracht wurde."

# Breites Bündnis beschließt Vereinbarung zum attraktiveren Quereinstieg in die Hausarzttätigkeit

## Das Ministerium für Arbeit, Gesundheit und Soziales teilt mit:

Das Ministerium für Arbeit, Gesundheit und Soziales, die Kassenärztlichen Vereinigungen, die Ärztekammern sowie die gesetzlichen Krankenkassen in Nordrhein-Westfalen sind sich einig: Der Quereinstieg von Krankenhausärzten aus Gebieten der unmittelbaren Patientenversorgung in eine Hausarzttätigkeit soll künftig attraktiver werden. Alle Beteiligten haben sich nun in einer gemeinsamen Vereinbarung auf die dafür nötigen Maßnahmen geeinigt. Mit der Vereinbarung sollen insbesondere die finanziellen Einbußen weitgehend ausgeglichen werden, die ein solcher Quereinstieg in der Regel während der Weiterbildungs- oder Erfahrungszeit gegenüber der Tätigkeit im Krankenhaus bisher zur Folge hat.

Für einen Quereinstieg infrage kommen vor allem Allgemeininternisten, aber zum Beispiel auch Fachärzte für Anästhesiologie und Chirurgie. Interessierte Quereinsteiger können künftig für einen Zeitraum zwischen zwölf und 24 Monaten eine finanzielle Förderung von bis zu 9.000 Euro pro Monat erhalten. Diese zusätzliche Förderung wird je zur Hälfte von den Kassenärztlichen Vereinigungen und den Krankenkassen finanziert. Sie ist zunächst auf eine Weiterbildung bzw. Qualifizierung in Kommunen mit bis zu 40.000 Einwohnern begrenzt. Wird die Weiterbildung bzw. Qualifizierung in einer Region absolviert, die nach der Definition des Hausarztaktionsprogramms der Landesregierung schon heute unterversorgt oder von Unterversorgung bedroht ist, wird der monatliche Förderbeitrag um weitere 500 Euro aus Landesmitteln erhöht.

„Der Kampf gegen den Hausarztmangel ist eine der zentralen Herausforderungen unseres Gesundheitssystems. Darum treibt die Landesregierung eine Reihe von Maßnahmen voran – etwa die Gründung der Medizinischen Fakultät OWL in Bielefeld oder die Umsetzung der Landarztquote. Es wird jedoch dauern, bis diese Maßnahmen wirken. Beim Quereinstieg sieht das anders aus: Damit können wir sehr kurzfristig zusätzliche Hausärzte gewinnen. Ich freue mich daher sehr, dass alle Vertragspartner beim Quereinstieg gemeinsam an einem Strang ziehen, um ihn für Interessenten attraktiver zu gestalten. Und ich begrüße es, dass diese Förderung zunächst gezielt kleineren Kommunen zugute-kommt. Denn sie sind es, die besonders von einer Unterversorgung bedroht sind", sagt Gesundheitsminister Karl-Josef Laumann. „Die Förderung des Quereinstiegs in die Allgemeinmedizin ist ein weiterer wichtiger Schritt zur Sicherstellung der hausärztlichen Versorgung in unserem Bundesland. Die Kolleginnen und Kollegen, die sich für einen Quereinstieg entscheiden, werden mit ihrer fachlichen Expertise einen wertvollen Beitrag zur ambulanten Versorgung leisten. Zudem eröffnet ihnen die Niederlassung eine neue berufliche Perspektive, bei der wir sie gern begleiten und unterstützen", sagt Dr. med. Frank Bergmann, Vorstandsvorsitzender der Kassenärztlichen Vereinigung (KV) Nordrhein. „Wir tun bereits viel, um die Niederlassung von Hausärzten in ländlichen Regionen Westfalen-Lippes attraktiver zu machen. Wir können aber nicht verteilen, was es nicht gibt. Das Problem ist, dass seit Jahren weniger junge Hausärzte nachrücken als ältere Hausärzte ausscheiden. Zur Schließung dieser Lücke können die Quereinsteiger einen wichtigen Beitrag leisten", ergänzt Dr. med. Gerhard Nordmann, 1. Vorsitzender der KV Westfalen-Lippe. Auch Günter Wältermann, Vorsitzender des Vorstandes der AOK Rhein-land/Hamburg, begrüßt die gemeinsame Vereinbarung aus Sicht der Gesetzlichen Krankenkassen in Nordrhein-Westfalen: „Hausärztinnen und Hausärzte spielen in der Versorgung eine zentrale Rolle. Sie sind der erste Ansprechpartner – gerade für ältere sowie chronisch erkrankte Menschen und in ländlichen Regionen. Das geschnürte Maßnahmenpaket ist ein wichtiger Beitrag, um den Quereinstieg in die hausärztliche Versorgung attraktiver zu machen und dem Hausarztmangel in ländlichen Regionen kurzfristig zu begegnen."

Rudolf Henke, Präsident der Ärztekammer Nordrhein, und Dr. Theodor Windhorst, Präsident der Ärztekammer Westfalen Lippe, sehen in dem verabredeten Quereinstieg in die Allgemeinmedizin und dem Konzept zur Niederlassungsbegleitung von Allgemeininternisten ebenfalls Optionen, die hausärztliche Versorgung auf dem Land zu stärken und den Hausärztemangel zu bekämpfen. Die Ärztekammern unterstützen diesen Weg durch Ansprache der Zielgruppe, die Vermittlung von geeigneten Weiterbildungsstätten sowie der Vorhaltung von geeigneten Qualifizierungsangeboten, mit denen allgemeinmedizinische Kenntnisse erworben werden können. Dies geschieht, um einen schnelleren Zugang zur Allgemeinmedizin zu erreichen, ohne dabei Inhalte und Qualität der ärztlichen Weiterbildung zu beeinträchtigen.


Haut im Focus

Lassen Sie sich an unserem Haut-Aktionstag am 29.10.18 von unserer Kosmetikerin Antje Pitschke individuell beraten! Reservieren Sie sich rechtzeitig einen Termin für eine kostenlose Hauttyp und Hautpflegeberatung.

Am Aktionstag erhalten Sie 10% Rabatt auf alle Dermasence® - Produkte!

DERMASENCE
MEDIZINISCHE HAUTPFLEGE

Magen-Darm-Gesundheit

Vortrag im Facharztzentrum am 29.11.18 um 19 Uhr !

Wegen der begrenzten Anzahl der Plätze bitten wir um persönliche oder telefonische Anmeldung!

APOTHEKE IM FACHARZTZENTRUM PADERBORN

GEMEINWOHL ÖKONOMIE
Bilanzierendes Unternehmen

Apothekenleiterin Alina Pfeifer

Mersinweg 22
33100 Paderborn

Fon 0 52 51 / 540 53 08
www.faz-apotheke.de
info@faz-apotheke.de

# HIMMLISCH, HERRLICH, BIERIG GUT -

## Tipps für's Oktoberfest Zuhause

„O'zapft ist" lautet das Zauberwort, mit dem das weltweit größte Volksfest alljährlich in München eröffnet wird. Mehr als 6 Millionen Besucher aus aller Welt kamen im letzten Jahr und es wird auch in diesem Jahr wieder voll werden zwischen den Schmankerlbuden und Festzelten. Für alle, die es diesmal nicht auf die Original-Wies'n schaffen, hat livingpress die besten Tipps zusammengestellt, damit jeder sein ganz individuelles Oktoberfest zuhause auf der eigenen Wies'n feiern kann.

# OKTOBERFEST

## TRADITION IST TRUMPF

Anlass für das erste Oktoberfest war die Hochzeit von König Ludwig I. mit Prinzessin Therese auf einer Wiese außerhalb der Stadt München, die zu Ehren der Braut fortan Theresienwiese genannt wurde. Das Volksfest wurde ein Hit und man entschloss sich, die Veranstaltung zu wiederholen. Karussells und Schaukeln wurden aufgestellt, die Bavaria feierlich enthüllt die erste Hendlbraterei eröffnet. Damit war das Oktoberfest in seiner jetzigen Form geboren.

## WIES'N WELTWEIT

Rund 7.5 Mio. Liter Bier rannen nach Aussage der Brauereien im letzten Jahr durch die durstigen Kehlen. Dabei wurden mehr als 500.000 Hendl, 125 Ochsen, 59.000 Schweinshaxen und 120.000 Paar Schweinswürstl verspeist. Mit jährlich rund 1 Mrd. Umsatz avanciert das Oktoberfest zu einem enormen Wirtschaftsfaktor für die bayrische Metropole. Kein Wunder, dass auch andere Regionen und Länder etwas von dem bayrischen Party-Feeling abhaben möchten und so gibt es von Brasilien, Kanada über China bis Australien mittlerweile rund 2000 Oktoberfeste weltweit.

## FLANIEREN, FAHREN, FEIERN

Wer nicht zu den der bierselig- glücklichen Besuchern gehört, die eisschleckend zwischen all den Gastronomiebetrieben und Festzelten umherflanieren können, zieht sich die offizielle Oktoberfest- App aufs Handy und eröffnet die Bierzelt- Gaudi kurzerhand auf der eigenen Wiese. Wenige Sekunden braucht eine geübte Schankkraft, um einen Bierkrug zu füllen, 11,50 € werden dieses Jahr in einigen Zelten für die Maß Festbier verlangt. Doch obwohl man für's Bier vergleichsweise tief in die Tasche greifen muss, will es die Tradition, dass man das „Noagerl", also den letzten Bier-Rest im Krug nicht bis zur Neige trinkt, da er zu warm oder „lack", also abgestanden ist.

## EIN PROSIT DER GEMÜTLICHKEIT

Einen ganz anderen Zugang zur Bierkultur entfalten spezielle Bierglasformen, die mit dem begehrten „Red Dot Award" für Produktdesign ausgezeichnet wurden und mit dem Qualitätssiegel „Tasting approved" feinsten Genuss bis zum letzten Tropfen garantieren. Dabei muss es nicht immer Bier sein, um in geselliger Runde in Stimmung zu kommen. Chice Cocktails wie Salty Grapefriut oder ein Apricot Kiss sorgen für fruchtig- spritziges Vergnügen ohne Reue und böses Erwachen…

## ZÜNFTIGE BROTZEIT

Neben flüssiger Nahrung gehört zu einer echten Wies'n Gaudi natürlich auch eine zünftige Brotzeit, wie man in Bayern sagt. Wie wär's mit einem leckeren Semmelschmarren, herzhaften Frikadellen mit karamellisierten Kirschtomaten oder einem Brezensalat, der mit einem Hauch Koriander, Kreuzkümmel, einer Avocado und einer Limette internationales Flair auf den Teller bringt. Wer sein Rindersteak heute mal ein wenig deftiger würzen möchte, ist mit den natürlichen Zutaten einer fertigen Würzmischung nach südamerikanischer Art gut beraten. Mit entsprechenden Tools wie Feuertöpfen, Grillpfannen, Burgereisen oder Grillschalen aus Alu steht dem saftigen Genuss unter weiß-blauem Oktoberhimmel nichts mehr im Wege.

## BAYRISCHE SCHMANKERL

Apropos weiß-blau: auch die passenden Teller, Schüsseln oder Platten, auf denen die bayrischen Schmankerl serviert werden, tragen zur Oktoberfeststimmung bei. Sollte es abends kühler werden: kein Problem. Mit einem stylischen, hochwertigen Outdoor-Ofen aus Stahl kommt wohlige Wärme auf die Holzterrasse und die heimischen Wies'n. Auf geht's!

*Text: livingpress*

# FITTE WADEN IM TRACHTENLOOK

## Modetrend: Kniestrümpfe zeigen Farbe und können für leichte Beine sorgen

Auf dem Münchner Oktoberfest, dem Cannstatter Wasen oder anderswo: Heute ist es ganz selbstverständlich, mit Tracht auf ein Volksfest zu gehen. Und viele Frauen und Männer tragen sie inzwischen auch zur Kommunion, zur Abiturfeier oder zu anderen Anlässen. Während die Damenwelt traditionell in feschen Dirndln mit Schürze und Dirndlbluse feiert, tragen die Burschen stilecht Lederhose, Hemd und Haferlschuhe. Immer wichtig: Dirndl wie Lederhose müssen knackig sitzen.

### PEPPIGE WADLSTRÜMPFE MIT STÜTZFUNKTION

Die kurzen oder knielangen Krachledernen aus hochwertigem Hirsch- oder Wildbockleder sind oft durch Stickereien verziert. Weiße, hellblaue oder auch karierte Hemden sowie eine Weste aus Samt oder Seide komplettieren den Look. T-Shirts mit Trachtenmotiv unterstreichen einen lässigen Look. Extra Hingucker sind Gürtel mit massiver Schnalle oder das traditionelle Charivari - eine Schmuckkette mit Anhängern. Männer beweisen inzwischen immer mehr Mut zur Farbe, stramme Wadln werden gerne in bunten Kniestrümpfen hervorgehoben. Besonders praktisch: Wenn die peppigen Strümpfe gleichzeitig eine leichte Stützfunktion haben, werden die Beine beim Feiern, Stehen und Sitzen ideal unterstützt. Mit den Strümpfen von Devenolux etwa kann man schweren und geschwollenen Beinen sowie Krampfadern vorbeugen, müde und schmerzende Beine können entspannen. Mehr Informationen und Bestellmöglichkeiten gibt es unter www.devenolux.com.

### MÄNNER MIT MUT ZUR FARBE

Knalliges Rot, Azurblau und Violett oder ein gedecktes Oliv: Dank der großen Farbpalette können fesche Burschen ihre Kniestrümpfe perfekt auf das restliche Outfit abstimmen. Die sogenannte Silver Protect Ausrüstung sorgt dafür, dass die Füße frisch bleiben und unangenehme Gerüche keine Chance haben. Neben Haferlschuhen können im Übrigen auch Sneaker zur Lederhose richtig gut aussehen. Für kühlere Tage und Abende empfiehlt sich ein farblich passender Janker oder eine Strickjacke, die man im Alltag auch gut zur Jeans kombinieren kann. Wer sich eine neue Lederhose kauft, sollte diese möglichst gut eintragen. Schließlich ist Vintage-Stil bei Lederhosen in - und Klasse bekommt die Krachlederne erst, wenn sie über Jahre getragen wurde. (djd).

*Stramme Wadln werden beim Trachtenlook gerne in bunten Kniestrümpfen hervorgehoben. Praktisch ist es, wenn die Stümpfe gleichzeitig eine Stützfunktion haben.*
*Fotos: djd/www.devenolux.com/bildstadt/trachten hickl*

### VENENSCHWÄCHE IST WEIT VERBREITET

(djd). Venenschwäche ist weit verbreitet - auch bei Männern. Laut der Bonner Venenstudie leidet jeder sechste Mann und jede fünfte Frau im Alter von 18 bis 79 Jahren unter einer chronischen Veneninsuffizienz. Mit Kompressionsstrümpfen kann man das Risiko für Durchblutungsstörungen und sogar Krampfadern reduzieren, Schwellungen wird vorgebeugt. Eine mittlere Kompression bieten etwa die Kniestrümpfe von Devenolux. Die weichen und strapazierfähigen Kompressionsstrümpfe in modischem Design können täglich getragen werden, passen zum Businessoutfit ebenso wie zum Trachtenlook oder zur Alltagsjeans. Bestellmöglichkeiten gibt es unter www.devenolux.com.

# OKTOBERFESTE PADERBORN

26.09. - 06.10.2018
**ALTSTÄDTER HÜTTENZAUBER**
Altstädter Kirchplatz, 33602 Bielefeld

29.09.2018
**SPORTZENTRUM „BREITE BRUCH“**
Neuenbekener Str. 25, 33104 Marienloh

29.09. - 07.10.2018
**WARBURGER OKTOBERWOCHE**
Auf den Schützenplatz, Paderborner Tor, 34414 Warburg

02.10.2018
**BÜRGERHAUS**
Bohlenweg 27, 33106 Paderborn

05.10. - 06.10.2018
**HANDELSHOF KANNE**
Sylbeckestraße 12, 32756 Detmold

06.10.2018
**SÄLZERHALLE**
Upsprunger Str. 1, 33154 Salzkotten

06.10.2018
**ALMEHALLE BRENKEN**
Terrassenweg 3, 33142 Büren

06.10.2018
**SCHÜTZENHALLE**
Im Weihewinkel 16, 59557 Lippstadt

06.10. + 07.10.2018
**WILDSCHÜTZ-KLOSTER MANN-MARKT**
Innenstadt, Lichtenau

07.10.2018
**HÖVELMARKT**
Ortskern, 33161 Hövelhof

13.10. - 18.10.2018
**STADTFEST UND HERBSTKIRMES**
Innenstadt, Bad Lippspringe

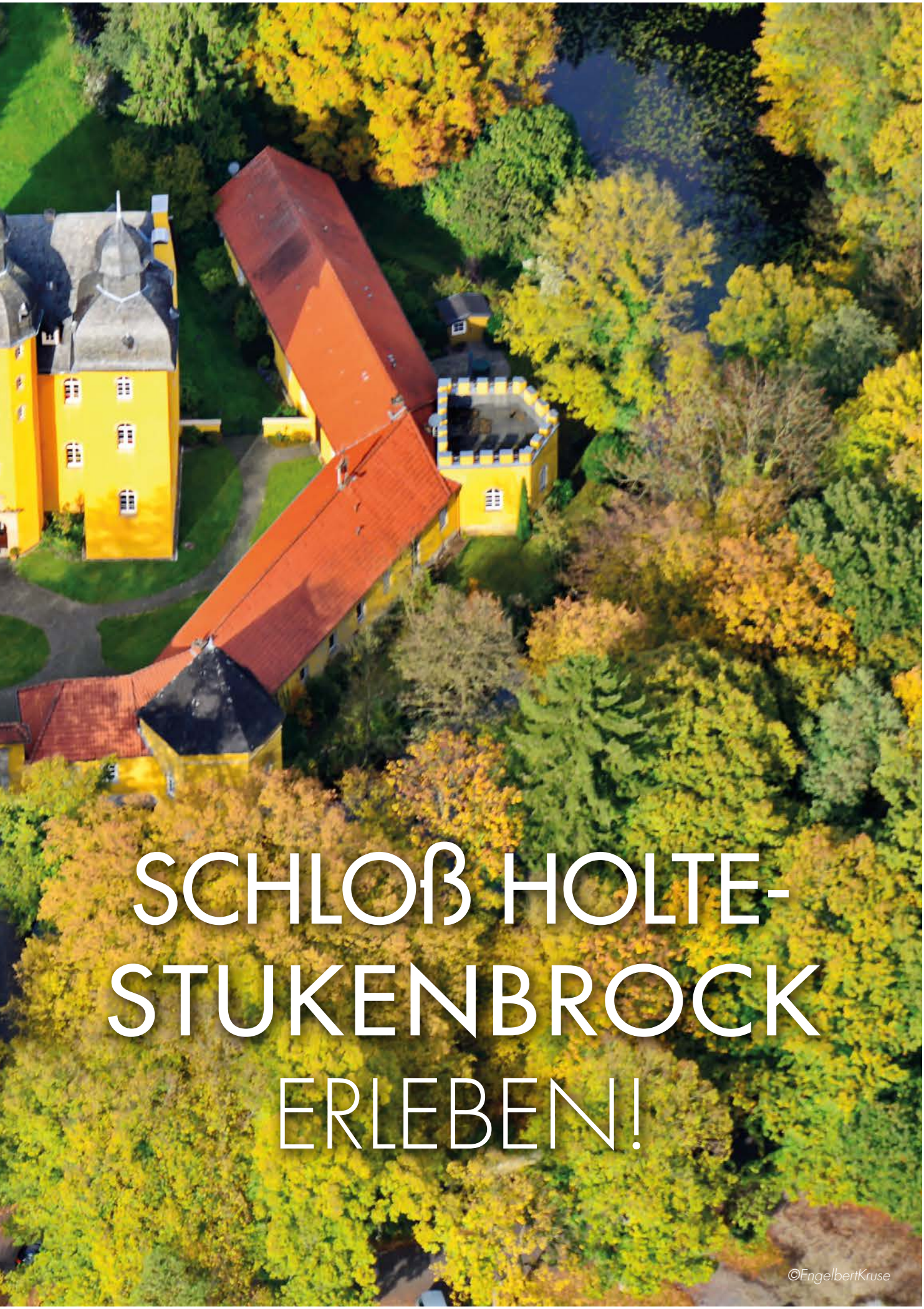
13.10.2018
**MESSEZENTRUM, HALLE 21**
Benzstraße 23, 32108 Bad Salzuflen

22.10. - 25.10.2018
**OKTOBERMARKT**
Marktplatz, 33142 Büren

26.10. - 27.10.2018
**21. BIELEFELDER OKTOBERFEST**
Seidensticker Halle, Werner-Bock-Str. 35, 33602 Bielefeld

SCHLOß HOLTE-STUKENBROCK

ERLEBEN!


SCHLOß HOLTE-
STUKENBROCK
ERLEBEN!
©EngelbertKruse

# Tolle Veranstaltungen in Schloß Holte-Stukenbrock

Die Stadt und die hiesigen Vereine und Organisationen bieten etliche Veranstaltungs-Highlights. Die „Glanzlichter" sind hochkarätige Kultur. Weiberfastnacht wird ausgelassen gefeiert, genau wie das Rockfestival Holter Meeting und der Pollhans-Markt, der jetzt im Oktober wieder 300.000 Besucher anziehen wird. Ein paar Tage später feiert Schloß Holte-Stukenbrock das Bundesjungschützenfest. Für alle Schützen der nahen und fernen Umgebung ganz sicher ebenfalls ein herausragender Termin.

## GLANZLICHTER SCHLOSS HOLTE-STUKENBROCK

Bis nach Hannover, Minden und ins Ruhrgebiet gehen die Eintrittskarten für die Glanzlichter Schloß Holte-Stukenbrock. Die Aula am Gymnasium wartet mit hervorragender Technik und einer tollen Atmosphäre auf. Das wissen inzwischen auch die großen deutschen Künstler aus Kabarett, Konzert und Theater. Und natürlich unser tolles Publikum, das die Künstler gerne mit Standing Ovations belohnt.

Wie wäre es für Sie mit der musikalischen Lesung von Andreas Hoppe, dem Kommissar Kopper im Tatort Ludwigshafen, und Ombre di Luci am 07. Oktober? Das ist italienisches Flair pur, denn der bekannte Schauspieler erzählt mit Temperament und Charme von seiner sizilianischen Entdeckungsreise und wird dabei musikalisch-sizilianisch mit viel Gefühl unterstützt.

Tango – das bedeutet Leidenschaft, Sehnsucht und Hingabe. Tangophil, ein kleines Ensemble der Bielefelder Philharmoniker, entführen uns am 11. November in die Welt des Tangos. Argentinisches Lebensgefühl ist bei diesem Konzerthighlight garantiert.

Und noch mehr bekannte Namen treffen sich zum Stelldichein in Schloß Holte-Stukenbrock: Margie Kinsky und ihr Mann Bill Mockridge erzählen launig aus ihrer Ehe und dem Familienleben. Hurra, wir lieben noch, heißt das Kabarettprogramm am 01. Dezember.

Das ganze Programm der Spielzeit 2018/2019 finden Sie im Internet unter Glanzlichter SHS. Oder Sie lassen es sich zuschicken. Karten sind unter www.reservix.de erhältlich.

dodici
MODEDESIGN

**Mode für Frauen um die 1,60 m Körperhöhe**

Im Onlineshop www.dodici.de oder nach persönlicher Vereinbarung

Individuelle Maßanfertigung für alle Größen

dodici MODEDESIGN | Erika Bröckling
Grauthoffweg 118 | 33758 Schloss Holte-Stukb. | Phone: 05207.991234

# DAS SCHÖNSTE LIEGT MEIST SO NAH ...

*Auf ihren Campingplatz lädt Annette Auster-Müller all diejenigen ein, die sich eine Verschnaufpause vom Alltag wünschen.*

## Energie tanken inmitten der Natur auf dem Campingplatz „Am Furlbach" in Schloss Holte-Stukenbrock

Manchmal liegt das Glück so nah und das Schönste etwas versteckt - wie in diesem Fall der Campingplatz „Am Furlbach" von Annette Auster-Müller in Schloss Holte-Stukenbrock. Zwischen Sennelandschaft, Ems-Erlebniswelt und Furlbachtal liegt das neun Hektar große Urlaubsparadies für Camper und Naturliebhaber. Trotz der nahen Anbindung zur Autobahn, lebt es sich hier wie in einer Parallelwelt: geschützt von der Kraft der Natur, erfüllt von Ruhe und Ausgeglichenheit, fernab von Hektik und Alltagsstress.

Der Traditions-Campingplatz ist seit 60 Jahren eine feste Größe im Raum Gütersloh und Paderborn. Ob für einen spontanen Wochenend-Trip, Familienurlaub, Monats- oder Dauercamping: Die familiengeführte Ruheoase ist begehrt unter den Erholungssuchenden und zählt im Jahr rund 10.000 Touristenübernachtungen – ob im Zelt, im Wohnwagen und Wohnmobil, in der sehr komfortablen Ferienwohnung für zwei Personen oder in einem der herzallerliebsten „Schlaf-Fässchen".

Selbstverständlich kommen auch die kleinen Reisegäste „Am Furlbach" voll auf ihre Kosten. Zwei Spielplätze sowie viel freie Fläche zum Toben, Fußball- oder Volleyballspielen, eine Tischtennisplatte und eine Boulebahn lassen keine Langeweile aufkommen. Für Abenteurer und Erkunder befinden sich ganz in der Nähe der Safaripark und die Ems-Erlebniswelt sowie ein Reiterhof und ein Golfplatz. Wer das schöne Fleckchen Erde kennenlernen möchte, ist jederzeit willkommen oder kann zum Saisonabschluss zum Martinsmarkt und **Kreativmarkt am Samstag, den 3. November** kommen. **Lichtgeschmückt präsentiert sich das Gelände des Campingplatzes ab 15 Uhr in voradventlicher Atmosphäre und bietet den Besuchern neben einem Kreativmarkt mit Selbstgemachtem und Dekoartikeln zudem viele Produkte aus eigener Herstellung.** Für die vorweihnachtliche Stimmung wird am Lagerfeuer Stockbrot gebacken, mit Glühwein angestoßen und es gibt frische Waffeln sowie Bratwürstchen für den kleinen Hunger. Ein Laternenumzug über das Gelände rundet das Angebot ab. Nähere Informationen gibt es unter www.campingplatzamfurlbach.de.

*Schauen Sie vorbei und steigen Sie für wenige Stunden aus Ihrem Alltagsleben aus. Es lohnt sich!*

### UNSER TIPP:

**SENNER MARTINSMARKT**
**Samstag, den 03.11.2018 | 15 - 21 Uhr**

Kreativmarkt in der Scheune, Laternenumzug, Glühwein, Lagerfeier, uvm.

**Campingplatz „Am Furlbach"**
Annette Auster-Müller
Am Furlbach 33
33758 Schloss Holte-Stukenbrock
Tel. 05257 – 33 73
E-Mail: info@campingplatzamfurlbach.de

Kommen, Erleben und Staunen!

POLLHANS IST MARKTTREIBEN, PARTYZELTE, WIRTSCHAFTSSCHAU UND BAUERNMARKT IN EINEM!

**POLLHANS-MARKT**

Über 350 Schausteller bauen alljährlich am 3. Wochenende im Oktober von Samstag bis Montag ihre Attraktionen für Sie auf: Los- und Schießbuden, Karussells, Geisterbahnen, Autoscooter, nostalgische und moderne Verkaufsstände halten ein breit gefächertes Angebot bereit.

Der Pollhans-Markt ist einer der besten Dreitagesmärkte in Deutschland. Überzeugen Sie sich selbst. Kirmes und Party auf der einen Markthälfte, das Wirtschaftszelt und der Bauernmarkt auf der anderen, so entsteht ein rundes Familienerlebnis.

Drei Tage Ausnahmezustand in der Stadt genießen Sie am besten mit einer Fahrt im historischen Kettenkarussell oder mit einer der vielen leckeren Spezialitäten, die es (fast) nur auf dem Bauernmarkt gibt. Beendet werden die spektakulären Tage mit einem beeindruckenden Höhenfeuerwerk.

**BUNDESJUNGSCHÜTZENFEST**

Schloß Holte-Stukenbrock ist schon seit jeher eine Hochburg der Schützen. Der Veranstaltungskalender bietet das ganze Sommerhalbjahr über Vogelschießen und Schützenfeste. Umso schöner, dass der Bundesjungschützentag 2018 bei uns stattfindet und damit die Saison für Schützen-Fans verlängert. Wir freuen uns mit Ihnen auf einen spannenden Bundesjungschützentag 2018.

**DIE SCHÜTZENJUGEND BUNDESWEIT ZIEHT ES NACH SCHLOSS HOLTE-STUKENBROCK**

Die Vorbereitungen für die Bundesjungschützentage vom 26.-28. Oktober 2018, die der BdSJ-Diözesanverband Paderborn und die St. Achatius Schützenbruderschaft Stukenbrock-Senne für den Bundesverband des Bundes der St. Sebastianus Schützenjugend (BdSJ) ausrichten, gehen langsam aber sicher auf die Zielgerade.

„Wir freuen uns auf circa 2000 Jugendliche aus den rund 1300 Mitgliedsvereinen der Diözesen Aachen, Köln, Essen, Münster, Trier und Paderborn, die mit uns an diesem Wochenende in Schloß Holte-Stukenbrock die Bundesjungschützentage feiern werden", freut sich Brudermeister Frank Hachmann. „Getreu dem Motto „Wo Generationen Gemeinschaft leben" wollen wir drei Tage lang ein Begegnungsfest mit Jung und Alt feiern", so Alexander Jürgens, Jungschützenmeister der Bruderschaft. Schon seit 2015 beschäftigt sich die Bruderschaft mit der Organisation. Ein rund 20-köpfiges Organisationsteam arbeitet in Kooperation mit dem BdSJ Diözesanverband Paderborn und der Stadt Schloß Holte-Stukenbrock stetig an den Planungen.

Die Bundesjungschützentage zeichnen sich dabei durch viele Angebote aus. Nicht nur die beiden großen Partys am Freitag- und Samstagabend mit Livebands, sondern auch die Wettkämpfe im Schießen und Fahnenschwenken, das vielfältige Rahmenprogramm und der große farbenfrohe Festumzug am Sonntagnachmittag laden zum Teilnehmen und Besuchen ein. „Wir freuen uns nicht nur auf die vielen Jung- und Altschützen, sondern auch auf zahlreiche Besucher aus der näheren Umgebung", betont Diözesanjungschützenmeister Hendrik Hillebrand.

Gute Pflege ist kein Zufall!

# GEPFLEGT WERDEN UND LEBENSFREUDE ERWECKEN

## Das Seniorencentrum St. Johannes in Schloss Holte-Stukenbrock hilft mit neuer Tagespflegeeinrichtung

Bereits beim Betreten des Seniorencentrums St. Johannes in Schloss Holte-Stukenbrock empfängt das Haus seine Bewohner und Gäste in einem freundlichen Foyer, das neben Empfang und Rezeption gemütliche Sitz- und Verweilmöglichkeiten für gemeinsame Stunden bietet. Und mittendrin zwitschern die Kanarienvögel mit eigenem Nachwuchs fröhlich aus ihren Kehlen.

Zwischen Zentrum und Idylle liegt das Caritas-Seniorencentrum, in der insgesamt 121 Einzelzimmer ein bedarfsgerechtes Angebot an vollstationärer Langzeitpflege sowie Kurzzeit- und Verhinderungspflege ermöglichen. Die Raumgestaltung der 20 bis 25 qm großen Einzelzimmer schafft ein freundliches Wohnambiente, das mit eigenen Möbeln und den Wünschen der Bewohner noch heimischer eingerichtet werden kann. Als Ergänzung zur vollstationären Pflege gibt es zudem das „Wohnen im Alter", bei dem in 18 Wohneinheiten den Menschen ein selbstbestimmtes Leben mit einem gewissen Maß an Sicherheit und Geborgenheit ermöglicht wird. Alle Zimmer sind barrierefrei und auch auf das Leben im Rollstuhl ausgerichtet. Ein neuerrichteter Andachtsraum bietet den Bewohnern Zeit und Raum für Gebet, Gespräche, Gottesdienste und Spendung der Sakramente.

### Freie Plätze in der neuen Tagespflege

Ganz neu ins Haus ist die Tagespflege eingezogen. Für bis zu 15 Personen finden hier an den Wochentagen von 8 bis 16 Uhr nach den Gästen ausgerichtete Angebote statt. Die Tagespflege kann von pflegebedürftigen Gästen mit Pflegegrad 2 bis 5 in Anspruch genommen und ist das richtige Angebot, wenn die ambulante Pflege zu Hause nicht mehr ausreicht aber die stationäre Pflege noch nicht notwendig ist. Das Angebot steht auch demenziell erkrankten Menschen offen.

Gemeinsam wird am Morgen gefrühstückt und sich miteinander ausgetauscht, bevor ihnen unterschiedliche Beschäftigungen angeboten werden, die sich immer speziell an die Bedürfnisse und an den Unterstützungsbedarf der Tagespflegegäste orientieren. „Denn täglich wechselnde Aktivitäten bringen Vielfalt und können wieder mehr Lebensfreude wecken", berichtet Anke Heiden, Leiterin des Sozialen Dienstes. Das Mittagessen wird frisch in der hauseigenen Tagespflegeküche zubereitet, wobei sich die Gäste an der Zubereitung aktiv beteiligen dürfen. Der Nachmittag klingt nach einem gemeinsamen Kaffeetrinken gegen 16 Uhr aus und die Gäste werden wieder abgeholt oder nach Hause gebracht.

Als Ergänzung zur vollstationären Pflege bieten wir 18 Wohneinheiten als „Wohnen im Alter" an.

Lassen Sie sich zu Ihren Möglichkeiten ausgiebig beraten. Das Team des Seniorencentrums St. Johannes Team steht Ihnen bei allen Fragen gerne helfend zur Seite.

*Nah am Menschen*

**Seniorencentrum St. Johannes**
Am Pastorat 2-14 | 33758 Schloß Holte Stukenbrock
Telefon (05207) 91733-5 | www.st-johannes-stukenbrock.de

Caritas
SENIORENCENTRUM ST. JOHANNES

SCHLOß HOLTE-STUKENBROCK
ERLEBEN!

©Ludwig Teichmann

©Stadt

# Natur und Landschaft erleben

Schloß Holte-Stukenbrock ist von Wald und Wiesen durchzogen. Am Stadtrand erhebt sich der Teutoburger Wald. Der Holter Wald auf der anderen Seite der Stadt bietet reichlich Platz für eine ökologische Naturentwicklung und zur Naherholung. Im Südosten liegt die Sennelandschaft mit ihren ausgedehnten Heidegebieten.

## ZEITREISE STUKENBROCK

Heimathäuser, alte Höfe, die barocke Kirche inmitten des Ortskerns, Steinbrüche und Grenzsteine, verbunden durch viel Kiefernwald und die typischen Dünen der Senne… Das alles erleben Sie auf einer „Zeitreise durch Stukenbrock", einem Wanderweg von fünfeinhalb Kilometern, der an den drei Heimathäusern des Heimat- und Verkehrsvereins SHS startet. Wer sich anmeldet, kann hier auch tief einsteigen in das Leben der Senne, die Ackerwirtschaft zu Beginn der Besiedelungszeit, die Imkerei und vieles mehr.

# MIT DEN PASSENDEN FARBEN IN DEN HERBST

## In der Modeboutique Miss MaJa lässt es sich in ganz privater Atmosphäre shoppen

Der Sommer neigt sich dem Ende und statt süßen Sommerkleidern bevorzugen wir zum Herbstbeginn doch eher den Griff zu etwas Warmhaltenden. Somit ist es wirklich höchste Zeit der Modeboutique Miss MaJa einen Besuch abzustatten. Denn Inhaberin Marietta Jastrzembowski ist stets den neuesten Trends auf der Spur und das spiegelt sich auch in der Modeauswahl ihrer Boutique wieder: Bereits jetzt gibt es sehr viele schöne Strickwaren zu entdecken. Zu den aktuellen Trends für den Herbst zählen auch Blusen, Kleider, Pullover mit Schleifen und Besatz an den Ärmeln. Farblich präsentiert sich die kommende Herbst/Winter-Saison im dunklen Khaki, Moosig Grün (passt zu allem und sieht dabei edel und zugleich modisch cool aus), Terracotta, Haselnussbraun, dunkle Nuancen alternativ zu Schwarz, Karo in allen Formen und Farben, Red Pear (ein satt intensives Bordeaux-rot. Blautöne sind auch mit dabei, sowie ein würziges Gelb wie Ceylon Yellow und der Farbtrend Petrol.

Insbesondere ist tolle Mode bei Miss MaJa keine Frage von Modell-Konfektionsmaßen und/oder teuren Preisen: Von Kleidergröße 34 bis 48 hat Marietta Jastrzembowski Topmodisches zu fairen Preisen in ihrer Boutique an der Holter Straße parat. Von immer brauchbaren Basics über ausgefallene Einzelstücke und festlichen Modeelementen bis hin zu ganz aktuellen und gemütlichen Trackpants in Karo, mit Streifen und in vielen weiteren Variationen. Allerdings handelt es sich hierbei nicht bloß um „Angebote von der Stange", sondern um eine liebevoll zusammengestellte Auswahl bekannter und beliebter Marken und Designer aus den führenden europäischen Modemetropolen. Für das perfekte Outfit gibt es bei Miss MaJa außerdem ein ausgewähltes Angebot an passenden Accessoires dazu.

Marietta Jastrzembowski berät natürlich ganz individuell und typgerecht rund um die neuen Herbst-Winter-Trends – gern auch bei einer Tasse Kaffee in der gemütlichen Sitzecke.

WIR FREUEN UNS AUF IHREN BESUCH!

miss Maja
Erschwingliche Modeideen & Accessoires
in stets aktuellen Stilrichtungen

Marietta Jastrzembowski
Inhaberin

Öffnungszeiten: Mo - Fr 10.00 - 13.00 Uhr
15.00 - 18.00 Uhr
Sa 10.00 - 13.00 Uhr

Holter Straße 242
33758 Schloß Holte-Stukenbrock

+49 (0) 5207 92 444 63
+49 (0) 173 78 953 40
missmaja-shs@web.de

SCHLOß HOLTE-STUKENBROCK
ERLEBEN!

©Stadt

©LTeichmann

©Gleicher

## EMSQUELLE UND UMGEBUNG IN SHS

Im Stadtgebiet entspringen mehrere klare, quirlige Sennebäche. Die Ems, die als breiter Strom in die Nordsee mündet, ist wohl bekanntester Sprössling der Stadt. Klein und quirlig kommt sie aus dem Boden, sieht zunächst aus wie feuchter Wald, aber schon nach ein paar Metern erkennt man den typischen Sennebach: klar und mit einem hellen Sandboden, umrahmt von hellgrünen Wasser- und Uferpflanzen. Ein Naturidyll mit Besuchersteg und natürlich einem der 17 Selfie Points SHS. Die Ems-Erlebniswelt in knapp 2 km Entfernung zur Emsquelle ist eine überregional bekannte Attraktion. Die Gäste kühlen ihre Füße in der Nordsee. „Emser Originale" erzählen im Video über ihr Leben. Im Erlebnisgarten lassen Hör-Stelen die Regionen entlang der Ems lebendig werden und ein Emsüberflug macht die Ems in Kürze erlebbar.

Kammertöns e.K.
KFZ-Sachverständigenbüro
Inh. Klaus Gerdtommarkotten

Holter Str. 13
33758 Schloß Holte-Stukenbrock

Tel. (05207) 927744
Fax (05207) 927746
Mobil 0171 / 8953790

Mail: info@kammertoens-sachverstaendigenbuero.de

Auf der 20 ha großen Koppel an der Emsquelle stehen im Sommer Senner Pferde, die älteste Pferderasse Deutschlands. Sie halten mit ihrem Verbiss und Vertritt als Landschaftspfleger die Landschaft offen, so wie die Senne eben schon immer war.

All die Attraktionen rund um die Emsquelle verbindet der Ems-Erlebnisweg, der mit seinen knapp 5 km Länge und den vielen Stationen am Wegesrand ideal geeignet ist für Familienwanderungen.

# STILVOLL SPEISEN, FEIERN UND ÜBERNACHTEN IM HOLTER SCHLOßKRUG

## Stoßen Sie am Kaminfeuer gemeinsam auf das Jahr an

Urige Gemütlichkeit und gelebte Tradition verströmt das Restaurant und Hotel Holter Schloßkrug in Schloss Holte-Stukenbrock. Das spiegelt nicht nur der liebevoll dekorierte Eingangsbereich direkt am großzügigen Parkplatz wider, sondern auch das Interieur erinnert beim Betreten des Schloßkrugs charmant an längst vergangene Zeiten.

Mit ebenso viel Charme und Herzlichkeit empfängt das Holter Schloßkrug-Team seine Restaurant- und Hotelgäste. 20 Doppelzimmer in gehobener Wohlfühlatmosphäre bieten Touristen sowie Geschäftsleuten eine ruhige Übernachtungsmöglichkeit inmitten einer herrlichen Wald- und Naturlandschaft gegenüber dem historischen Wasserschloss „Schloß Holte" an.

Auf der Speisekarte findet sich eine Mischung aus Dauerbrennern wie das beliebte „Schloßkrug Pfännchen" mit drei verschiedenen Filetsorten und Tagesempfehlungen sowie saisonalen Gerichten mit frischen Lebensmitteln aus der Region. Hier essen Schloss Holter und Stukenbrocker genauso gern wie zahlreiche Gäste aus ganz Deutschland.

Auch zum Feste feiern bietet der Schloßkrug Platz im stilvollen Kaminraum für bis zu 65 Gäste. Ausgezeichnet geeignet für Familienfeste, Geburtstage oder Weihnachtsfeiern für Firmen und Vereine.

Während in der kalten Jahreszeit im Kaminsaal sowie im Bistro und Restaurant gespeist und gefeiert werden kann, lädt im Sommer ein idyllisch gelegener, großzügiger Biergarten zum Verweilen ein. Und wenn das Wetter nicht ganz so mitspielt, lässt man es sich im romantischen Wintergarten mit Weinbewuchs gut gehen. Überdacht und windgeschützt kann man sich hier auch bei kühleren Temperaturen hervorragend vom Alltag erholen. Eine Sandspielinsel, eine Schaukel und ein Trampolin sorgen indes bei den kleinen Gästen für gute Laune.

Ob zum Speisen, Pausieren, Feiern oder Übernachten: Der Holter Schloßkrug bietet Ihnen alle Möglichkeiten.

BEWÄHRTES GENIESSEN, NEUES ENTDECKEN!

**Holter Schloßkrug Hotel | Restaurant**
Schloßstraße 100 | 33758 Schloß Holte-Stukenbrock
Telefon 0 52 07/91 45-0 | Telefax 0 52 07/91 45-20
info@schlosskrug.de | www.schlosskrug.de

## HOLTER WALD

Das Naherholungs- und Naturschutzgebiet Holter Wald ist abwechslungsreich und naturnah und bietet so vielen seltenen Tieren und Pflanzen ein wichtiges Refugium. Das zusammenhängende Waldgebiet von ca. 670 ha Größe wird von zahlreichen typischen Sennebächen durchflossen. Mit seinen unterschiedlichen Waldstandorten und den dazwischen liegenden Wiesen gehört der Holter Wald zu den bemerkenswertesten Wäldern der Senne. Seine Altholzbestände sind ideale Lebensräume für Vogelarten, die für ihre Jungaufzucht auf Höhlen angewiesen sind. Neben dem Schwarzspecht kommen zum Beispiel Grünspecht, Buntspecht und Kleinspecht sowie der Eisvogel im Holter Wald vor. Auch seltene Fledermaus- und Insektenarten finden hier einen Rückzugsraum. Als ehemaliges Jagdgebiet gilt der Holter Wald als historisch alter Wald, der mit Kiefern, Eichen und Buchen und an den Ufern der Sennebäche auch mit Erlen und Eschen bestanden ist. In den kleinflächigen Mooren herrscht die dafür typische Vegetation vor.

Das Besucherlenkungskonzept im Holter Wald fördert den schonenden Umgang mit diesem wunderschönen Waldgebiet und macht gleichzeitig Naturerlebnisse möglich.

Die Wanderwege „Schlossweg" und der „Holter Wald-Weg" bilden wunderschöne Spaziergänge. Im Erlebnispfad Holter Wald lernt die ganze Familie viel über den Wald: Was leiten Bäume, was leisten Ameisen, springe ich weiter als ein Fuchs? Und zum Schluss können alle am Wasserspielplatz herrlich entspannen.

Die Verkleidungskiste
Der Verkleidungsshop in OWL
Tolle Kostüme zu günstigen Preisen!
Im Outlet Kinderkostüme ab 9,00 €
Erwachsenenkostüme ab 14,00 €
Bahnhofstr. 48
33758 Schloss Holte
fon: 01 51/12461159
Mi - Fr 15.00 - 18.30 Uhr
Samstag 10.00 - 13.00 Uhr
die-verkleidungskiste.de
facebook.com/dieverkleidungskiste

*Neben einer großen Auswahl an Fleisch- und Wurstware lädt Heinrich Sander Junior montags bis freitags zum Mittagstisch.*

# 5 STERNE FÜR FLEISCH UND PARTYSERVICE

## Die Fleischerei Sander überzeugt mit regionalen Zutaten bei der Herstellung ihrer Produkte

Was haben eine Fleischerei, ein Mittagstisch, ein Imbiss und ein Partyservice in Schloß Holte-Stukenbrock gemeinsam? Sie werden alle von der Familie Sander betrieben.
Denn nicht nur Fleisch- und Wurstwaren gehören zum Standbein des familiengeführten Unternehmens in zweiter Generation. Auch der hauseigene Imbiss „Grill am Markt" ist direkt um die Ecke.

### REGIONALE PRODUKTE ÜBERZEUGEN

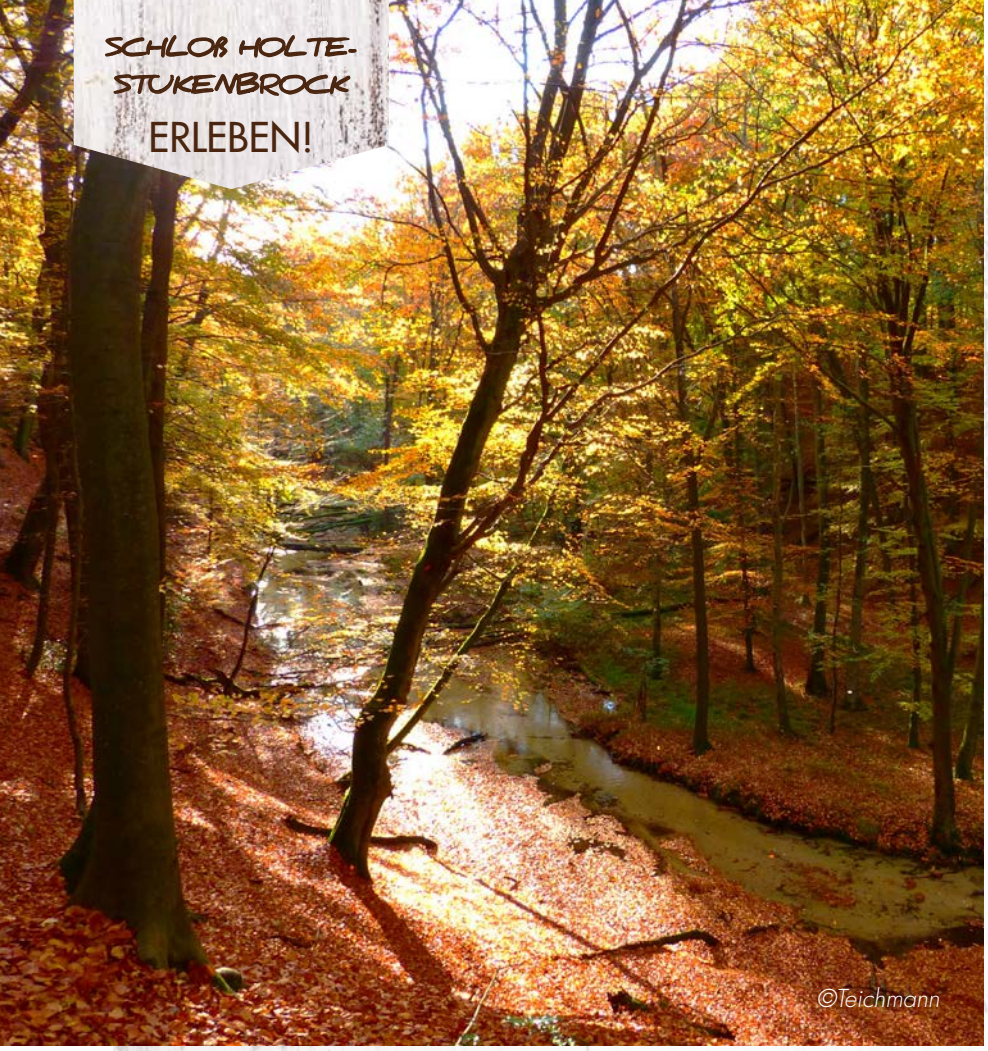
Zertifizierter 5-Sterne Fleischer darf sich das Familienunternehmen nennen, weil es zusätzliche Hygienekontrollen akzeptiert und sich der Herausforderung bei nationalen oder internationalen Qualitätswettbewerben gern stellt. Der Erfolg freut das ganze Sander-Team! Traditionell bezieht Heinrich Sander Junior sein Fleisch von regionalen Bauern aus der Umgebung und rund 80 Prozent der Wurstwaren wird nach alten Rezepten in Familienhand in Augustdorf hergestellt. Das wissen viele treue Kundinnen und Kunden zu schätzen.
Seit Jahren bietet man neben dem klassischen Sortiment der Metzgerei auch einen Mittagstisch an, der nicht nur die Kunden im Ladenlokal überzeugt. Inzwischen werden Kindergärten, Kliniken und Firmen mit den abwechselungsreichen Speisen beliefert. Bis morgens um 8 Uhr kann online das Mittagsmenü bestellt werden, ab 11 Uhr steht es dann je nach Wunsch in der Bokelfenner Straße 8 oder im Imbiss zur Abholung bereit. Seit kurzem können Sie ihr Frückstück bei Fleischerei Sander ganz einfach online bestellen und direkt abholen.
Natürlich beliefert das Sander Team seine Kundinnen und Kunden auch gern im Rahmen eines Partyservice. Hier überzeugt das Familienunternehmen mit einem Full-Service-Angebot. Mit dem Verleih von Geschirr, Servicekräften, Sitzgelegenheiten, Partyzelten sowie der Organisation und Abwicklung von Feiern, inklusive der Vermittlung von Räumlichkeiten und DJs sorgen die Profis für eine rundum entspannte Feier.

### UND WELCHEN GRUND HABEN SIE ZU FEIERN?

**Fleischerei & Partyservice H. Sander**
Bokelfenner Straße 8 | 33758 Schloß Holte-Stukenbrock
Telefon: 05207-3769 | Telefax: 05207-921252
E-Mail: post@party-service-sander.de | www.party-service-sander.de

Öffnungszeiten Ladengeschäft
Montag bis Freitag 7 bis 13 Uhr & 15 bis 18.30 Uhr
Samstag 6.30 bis 13 Uhr

Öffnungzeiten Imbiss"Grill am Markt"
Montag bis Samstag 11 bis 20.30 Uhr


SCHLOß HOLTE-
STUKENBROCK
ERLEBEN!
©Teichmann

Viel zu erleben in Schloß Holte-Stukenbrock!

DAS FURLBACHTAL

Das Furlbachtal ist eines der schönsten Bachtäler der Senne. Es bietet mit dem Flusslauf, den Dünen und Trockentälern eine beeindruckende Naturkulisse. Es hat einen urwaldartigen Charakter. Aufgrund des Artenspektrums, der Gewässerstruktur und der Wasserqualität wird der Furlbach als bestes Gewässer im Kreis Gütersloh eingestuft.

Das Furlbachtal ist wunderschön ursprünglich. Die Waldwege sind schmal, es geht immer wieder bergauf und bergab. Das flache, klare Wasser des Baches lässt Sie bis auf seinen Grund sehen, wo der weiß-gelbe Sennesand feine Rippel in der Strömung bildet. Das Grün der Wasserpflänzchen leuchtet in jeder Jahreszeit. Und das gesamte Gebiet ist Heimat vieler seltener Arten: Fische wie Bachneunauge und Groppe, Vögel wie Eisvogel und Wasseramsel und Pflanzen wie Wollgras und Sonnentau kommen hier noch reichlich vor. Sie werden daher auf Ihrer abwechslungsreichen Wanderung auf dem Weg „Romantisches Furlbachtal" viel zu sehen bekommen!

Neben den hier vorgestellten Wanderwegen können Sie die Stadt auf drei lokalen Radrundwegen erkunden. Oder, wenn Sie der Ehrgeiz packt, auch den EmsRadweg, den Europaradweg, den Senne-Radweg oder die Teuto-Bahn-Radroute wählen. All diese überregionalen Radwege führen Sie ebenfalls durch unsere schöne Stadt mit der abwechslungsreichen Landschaft.

IHR SERVICEPARTNER RUND UM DAS BÜRO
BÜRO 4 you
- Büro- und Schulbedarf
- Papiere, Etiketten und Folien
- Toner, Tinte und Farbbänder
- EDV-Verbrauchsmaterial
- Drucker, Fax- und Kopiergeräte
- Stühle und Büromöbel
- GLS-Paketshop

An der Heller 26 · 33758 Schloß Holte-Stukenbrock
Fon: 05207/9919-0 · Fax: 05207/9919-19
Email: info@buero-4-you.de · Onlineshop: www.buero-4-you.de

# EINE FINANZIELL SICHERE ZUKUNFT ENTSTEHT NICHT VON ALLEIN

## Die Allfinanz Deutsche Vermögensberatung in Schloß Holte-Stukenbrock hilft und klärt auf

*Bringen in allen Finanzangelegenheiten Licht ins Dunkel: Die Vermögensberater Stephan Schindler und sein Team Aydin Aslan, Christiane Kramme, Isabell Kuhnke (u. Reihe v.li.), Markus Aslan und Ulrike Busche (zweite Reihe v.li.) sowie Maximilian Reineke, Dennis Haselhorst und Marcel Prib (o. Reihe v.li.).*

Sparbücher so wie ein Bündel Scheine ins Kopfkissen zu vernähen, ist schon lange nicht mehr die bevorzugte Anlagenform der Deutschen. Wertpapiere versprechen wesentlich mehr Gewinn. Ebenso wie Aktien, Anleihen, Versicherungen und Zinsmodelle – wenn man sich auskennt. Was für die Einen eine schwierige Materie ist, ist für Stephan Schindler und sein Team von der Direktion für Allfinanz Deutsche Vermögensberatung (DVAG) in Schloß Holte-Stukenbrock und Paderborn ihr täglicher Wirkungsbereich. Sie sind Experten für Vermögensberatung und Finanzoptimierungen für Privatpersonen, sowie Klein- und Mittelstandunternehmen. Mit ihrem Angebot der Allfinanz-Beratung bieten die Geschäftsstellen maßgeschneiderte Rundum-Lösungen für die persönliche Finanzplanung und Risikoabsicherung aus einer Hand: von der privaten und betrieblichen Altersvorsorge über den Vermögensaufbau, Geldanlage, sowie Bausparen bis hin zu Kranken- und Sachversicherungen.

Mit Weitblick in Richtung Zukunft gründete Heinz-Josef Busche vor 44 Jahren das Unternehmen in Schloß Holte-Stukenbrock. 1974 erkannte er, dass auch in dieser Region der Bedarf nach professioneller Unterstützung in Sachen Versicherungs- und Finanzangelegenheiten bestand. Noch heute greift dieser Grundgedanke – und ist aktueller sowie komplexer denn je. Da braucht es gut ausgebildete Berater mit fachlicher Kompetenz, ökonomischem Weitblick und zuverlässigen Serviceangebot in nächster Nähe. Mittlerweile sprechen über 6 Millionen zufriedene Privat- und Geschäftskunden für das durchschlagende Konzept der Deutschen Vermögensberatung. Sowohl für ihre hohe Service- und Beratungsqualität, als auch für das überdurchschnittliche Engagement, Nachwuchskräfte auszubilden, die Direktionsleiter Stephan Schindler mit seinem Team bietet, wird das Unternehmen seit Jahren von unabhängigen Rating-Agenturen mit Bestnoten ausgezeichnet.

Für eine gut geplante finanzielle Zukunft steht Ihnen das Team der Direktion für Allfinanz Deutsche Vermögensberatung in Schloß Holte-Stukenbrock mit all ihrer Jahrzehnte langen Erfahrung und ihrem fundierten Finanzwissen gerne beratend zur Seite – gern auch außerhalb der üblichen Geschäftszeiten.

**Direktion für Allfinanz Deutsche Vermögensberatung**

Stephan Schindler und Team
Bahnhofstraße 67 | 33758 Schloß Holte-Stukenbrock
Tel.: 05207 / 91140

**Geschäftsstelle in Paderborn:**
Bahnhofstraße 1-3 | 33102 Paderborn
Tel.: 05251 1845100
E-Mail: Stephan.Schindler@allfinanz-dvag.de

©Safaripark

# Sehen und Erleben

## ZOO SAFARIPARK STUKENBROCK

Mit dem Zoo Safaripark Stukenbrock beherbergt Schloß Holte-Stukenbrock bereits seit fast 50 Jahren eine Attraktion, die deutschlandweit bekannt ist. Berühmt ist der Safaripark für die Zucht von weißen Löwen und Tigern und dafür, dass man als Besucher selbst mit seinem Wagen oder dem Bus durch die Freigehege der Wildtiere fährt – eine echte Safari eben. Neben der Safari sind die Fahrgeschäfte, die täglichen Showprogramme und die vielen Events immer einen Besuch wert.

Das Fachgeschäft für Damen und Herren
Wäsche - Nachtwäsche - Dessous - Strumpf- u. Miederwaren - Bademoden in A- bis E-Cup
Vedima · SCHIESSER · mey · Charmline
Triumph · RÖSCH · Cawö · CALIDA
susa · NOVILA · Lidea · SUNFLAIR
Beratung ist unsere Stärke!
WÄSCHE BROK
Bahnhofstr. 80 | 33758 Schloß Holte
Tel.: 0 52 07 / 33 09
www.waesche-brok.de
Parkplätze am Haus!
Mo.-Fr. 9-13 Uhr und 15-18.30 Uhr, Sa. 9-13 Uhr, Mi. nachmittags geschlossen!

## DIE EMS-ERLEBNISWELT

Die Ems-Erlebniswelt macht unsere Stadt noch attraktiver für Menschen von Nah und Fern: Die ganze Ems entdecken an nur einem Tag? Das geht! Ganz ohne Stress und mit einer ganzen Menge Spaß für kleine und große Entdecker. In der Ems-Erlebniswelt mit Erlebnisgarten in Schloß Holte-Stukenbrock! Schuhe aus und los, dazu lädt die Nordsee ein. An der nachgebildeten Ems lässt es sich hervorragend spielen. Im Indoor-Erlebnisparcours fliegt man mit einem Luftschiff über die Ems: Der Kapitän steuert den Flug, zwei Spieler machen mit. Fische, Biber und Eisvögel leben an der Ems, die karge Quellregion gilt es zu entdecken und natürlich die Menschen, wie sie früher und heute an und mit der Ems leben. Viel Vergnügen für Groß und Klein in der Ems-Erlebniswelt!

# DAS HAUS VOLL SCHÖNHEIT

## Jedes Jahr im September erwacht in der Villa Meyer in Schloss Holte-Stukenbrock ein neues Weihnachtswohnmärchen

Erst nach dem Schritt über die Türschwelle kommt die Gewissheit: Nein, dies ist kein üblicher Klimbim-Laden für Dekorations-Artikel und Wohnaccessoires. Die Villa Meyer in Schloss Holte-Stukenbrock bewegt sich in einer ganz anderen Liga. Wohin das Auge reicht, fällt der Glanz von außergewöhnlich schönen Dingen in den Innenräumen des denkmalgeschützten Hauses unvermeidlich in die Augen. Hier erfüllen Stil und Ästhetik jede noch so kleine Ecke.

Seit 20 Jahren befindet sich die Villa Mayer am Standort in der Oerlinghauser Straße, nur einen **Steinwurf entfernt von der Autobahn 33.** Viermal im Jahr gestaltet Jessica Alberts die Innenräume nach den saisonalen Dekotrends um. Und alle Jahre wieder verwandelt sich das Haus in einen Weihnachtswohn(t)raum. Seit jeher ist es hier Tradition passend zum Pollhansmarkt Ende September die größte Weihnachtsausstellung in Ostwestfalen-Lippe von Wohnambiente Penkert zu eröffnen. Die Besucher kommen für die Auswahl an stilvollen Wohnaccessoires, dekorativen Kissen und Lampen, Spiegel, Uhren, Bilder und bezaubernde Tisch- und Bettwäsche, Plaids und italienischen Gardinen inzwischen aus der ganzen Region. Doch Massenware ist hier Fehl am Platz: Mit einem geschulten Auge für Schönes wählt Jessica Alberts ihre hochwertigen Produkte Stück für Stück aus und setzt sie in ihrer Villa adäquat in Szene. Die Liebe zum Detail ist hier allgegenwärtig.

Für eine kleine Verschnaufpause gibt es im Haus auch ein schnuckeliges, kleines Café, das mit hausgemachtem Kuchen, frischen Kaffee- und Teespezialitäten oder auch einem Glas Prosecco die Kunden beglückt. Völlig integriert in die Deko-Einrichtung der Innenräume fällt das kleine Café im Haus kaum auf und hat wegen seiner Größe Platz für bis zu 16 Personen. Auf Bestellung lässt es sich in der Villa Meyer auch herrlich frühstücken.

Nicht vieles ist heutzutage noch von Garantie. Aber dass jeder Besuch in der Villa Meyer belohnt wird, ist sicher. Also schauen Sie vorbei.

VILLA MEYER
Wohnambiente Penkert

WIR GESTALTEN WOHN(T)RÄUME

**WOHNAMBIENTE PENKERT**
**-Villa Meyer-**
Oerlinghauser Straße 17 | 33578 Schloss Holte-Stukenbrock
- direkt an der Abfahrt 22 der A33 -
Telefon: 05207 / 770591
E-Mail: wohnambiente-penkert@t-online.de
www.wohnambiente-penkert.de

Öffnungszeiten:
Montag - Freitag 10 - 18.30 Uhr | Samstag 10 - 14 Uhr

SCHLOß HOLTE-STUKENBROCK
ERLEBEN!

© Ludwig Teichmann

## UNTERWEGS IN DER STADT

Im Frühsommer mit der Kräuterhexe in den Holter Wald, zur Heideblüte mit dem Rad über den Truppenübungsplatz oder im Dezember mit dem Planwagen auf der Suche nach dem Nikolaus. Das hört sich gut an. Das bieten die Stadtführer. Und noch viel mehr: monatlich gibt es eine Überraschungswanderung, Betriebsführungen sind möglich wie auch Besuche im größten europäischen Orchideenzuchtbetrieb Röllke.

Auch Kochkurse mit viel Spaß und Esprit mit Rezeptheften zum Mitnehmen und „die kleine RÖSTWERK Kaffeekunde" gibt es in Schloß Holte-Stukenbrock zu erleben. Und wer noch mehr Gruppenzusammengehörigkeit erleben möchte, dem sei ein Nachmittag mit Boßeln ans Herz gelegt. Boßeln ist eine Kombination aus Kegeln und Boccia auf der Straße und erfreut sich bei Vereinen und Gruppen größter Beliebtheit.

Das rege Vereinsleben macht das soziale Miteinander vielfältig und bunt und bietet für alle Bedürfnisse das Richtige. Besonders gern genutzt sind die Indoor- und Outdoor-Sportanlagen in der Stadt. Auch die vielfältige Spielplatzlandschaft und die Matschanlagen werden rege besucht.

Kommen, Erleben und Staunen!

# WO DIE VERGANGENHEIT NOCH RAUM ZUM LEBEN HAT ...

## ... im traditionsreichen Gasthof zum Kuhkamp in Schloss Holte-Stukenbrock mit Hausmacher-Wurst und westfälischer Küche

Es gibt nur noch wenige Lokale an denen die Vergangenheit präsent sein darf und mit Stolz weitergelebt wird. Doch inmitten von Wiesen und Feldern gelegen steht seit nunmehr 110 Jahren ein gastliches Haus mit genau dieser Lebensweise: Der Kuhkamp. Holzvertäfelter Schankraum, fellbesetzte Barhocker vor der Theke, kleine Sitzecke und runde Tische, Pokale in der Vitrine – dieser Raum strotzt vor Geschichten vergangener Tage. Nebenan begrüßt der freundlich-helle und modernere Speiseraum mit täglich frischen Blumen auf den Tischen seine Gäste. Mit seinen hellgrauen Polstermöbeln, den rustikalen Tischen und den historischen Bildern der Vorfahren an der Wand bekommt der Raum eine Wohnzimmer-Atmosphäre in dem der Ursprung des Gasthofs seinen ganz persönlichen Platz bekommen hat.

*Die Familie Antpöhler und Tochter Astrid freut sich auf Ihren Besuch im Kuhkamp.*

Seit 1869 ist das Haus mit dem Schankrecht versehen, seit mittlerweile 110 Jahren befindet es sich im Besitz der Familie Antpöhler und wird nun in dritter Generation geführt. Tochter Astrid Zellermann steht bereits als vierte Generation hinterm Tresen.

Die rustikale Gaststätte mit echtem Retro-Charakter steht für seine westfälische Küche mit saisonalen Gerichten und regionalen Lebensmitteln. Von leckeren Suppen und großzügigen Salaten über Buchweizen-Pickert bis hin zu einer Vielzahl an Kotelett- und Schnitzelgerichten, Steak- und Wildspezialitäten und selbstgeräucherten Forellen, die aus der benachbarten Forellenzucht stammen.

Noch bekannter als für ihre schmackhafte Küche ist die Familie Antpöhler für ihre Hausmacherwurst. Küchenchefin Evelyn Antpöhler verarbeitet das Fleisch zu feinen Platten mit Blutwurst, Leberwurst, Sülze, gekochtes Mett, Mettwurst und Schinken. Fleischspezialitäten, die natürlich auch beim Frühstückbuffet jeden zweiten und vierten Sonntag (mit Voranmeldung) nicht fehlen dürfen, ebenso wie hausgemachte Marmelade in verschiedenen Variationen und Weingelee.

Neben einer hauseigenen Kegelbahn bietet der Kuhkamp auch Raum zum Feiern. Denn Feste soll man feiern – das taten bereits die Stammväter, weiß Franz-Josef Antpöhler. Somit verfügt der Gasthof über Platz für bis zu 100 Personen und kann dazu noch mit einem Buffet aus eigener Küche auftrumpfen.

Ob zum Speisen oder für die hausgemachte Wurst:
Ein Besuch lohnt sich im Gasthof zum Kuhkamp allemal!

**Gasthof zum Kuhkamp**
**Römerstraße 23**
**33758 Schloss Holte-Stukenbrock**
**Tel.: 05207 / 4421**
**E-Mail: info@gasthof-kuhkamp.de**
**www.gasthof-kuhkamp.de**

**Öffnungszeiten:**
**Täglich von 17:00 Uhr - 24:00 Uhr**
**Dienstag: Ruhetag**
**Mittwoch & Sonntag von 11:00 Uhr - 13:30 Uhr**

©EngelbertKruse

## SEHENSWERTES FÜR GESCHICHTSFANS

Ein geschichtsträchtiger Ort in Schloß Holte-Stukenbrock ist das Heimathausensemble mit drei Heimathäusern. Die Ausstellungen über das Leben in der Senne werden immer wieder themenspezifisch bereichert und zeigen komprimiert an einem Ort viele wichtige Entwicklungsschritte nicht nur der Stadt, sondern der ganzen Region. Aktionen, Veranstaltungen und Projektwochen bereichern dort das Programm. Das 400 Jahre alte Jagdschloss Holte ist Wahrzeichen und Namensgeber der Stadt. Es liegt inmitten des Holter Waldes. Im Süden der Stadt befindet sich die Gedenkstätte Stalag 326 VI K sowie der Ehrenfriedhof Sowjetischer Kriegstoter.

Schloß Holte-Stukenbrock erleben!

Die Erinnerung an die dunkleren Zeiten der deutschen Geschichte ist vor dem Hintergrund jüngster Ereignisse topaktuell und ein wichtiger Bestandteil der gesellschaftlichen Bildung. Daher wünschen wir der Gedenkstätte viele interessierte Besucher. Für einen Besuch in der Gedenkstätte ist eine Anmeldung unbedingt erforderlich.

Volker Weege
Planungs- und Bauleitungsbüro GmbH

Die Profis vor Ort für:
Alle Architekturleistungen
Bauplanung
Bauleitung
Bauen zum Festpreis

Hauptstraße 9-11 • 33758 Schloß Holte-Stukenbrock
Tel. 05207 - 95 77 40 • www.weege-planung.de

# WO KOMMUNIKATION & COMPUTERTECHNIK ZU HAUSE SIND ...

## ... öffnet sich die Tür der Firma Altemeier in Schloß Holte-Stukenbrock, die für alle eine Lösung weiß.

Am Rande des Stukenbrocker Stadtgebietes liegt inmitten von Feldern am Waldrand die Schnittstelle rund um Digitales, Computer und IT-Lösungen. Die Firma Altemeier Computer- und Umwelttechnik GmbH ist mit ihrem Hauptstandort hier, am Kampweg 11 in Schloß Holte-Stukenbrock, daheim.

Als ausgeklügeltes Systemhaus gibt es für den Spezialisten keinerlei IT-Probleme, die nicht nach den Anforderungen der Kunden ganz individuell gelöst werden können. Ganz gleich ob es sich hier um Privatpersonen, Klein- oder Großunternehmen handelt. Die Angebotsspanne von der Altemeier C&U GmbH ist breit gefächert, hier eine kurze Übersicht der Produkte und Leistungen:

@ltemeier
Computer- & Umwelttechnik

**Altemeier Computer- und Umwelttechnik GmbH**
Kampweg 11 | 33758 Schloß Holte-Stukenbrock
Telefon: 05207-99 104 0
Telefax: 05207-99 104 290
E-Mail: post@altemeier.net

clever. IT store

**Clever IT-Store**
Bokelfenner Straße 9 | 33758 Schloß Holte-Stukenbrock
Telefon: 05207-921607
Telefax: 05207-99104 290
E-Mail: info@clever-it.store

Öffnungszeiten:
Montag bis Freitag von 9.30 bis 18 Uhr.

### HARDWARE
Das bedeutet Hardware aus fast sämtlichen Sparten der IT-Welt. Sollten Sie also eine neues Notebook, PC oder Bildschirm brauchen, werden Sie am Zweitstandort im Clever IT-Store in Stukenbrock garantiert fündig.

### BERATUNG
Nachdem die Bestandsaufnahme Ihrer EDV erfolgreich bestimmt wurde, wird gemeinsam nach Lösungen und Alternativen gesucht, um Ihren Bedarf optimal abzudecken.

### WARENWIRTSCHAFT
Mit der Winline aus dem Hause Mesonic liefert die Altemeier C&U GmbH Ihnen ein umfangreiches Komplettpaket, das nahezu alle Bedürfnisse eines Geschäftsalltages erfüllt.

### PLANUNG
Sie möchten Ihre EDV modernisieren oder neu einrichten? Dann plant die Altemeier C&U GmbH den Aufbau bzw. die Erneuerung Ihrer Netzwerkstruktur, standortübergreifend sowie für Ihre Hard- und Software.

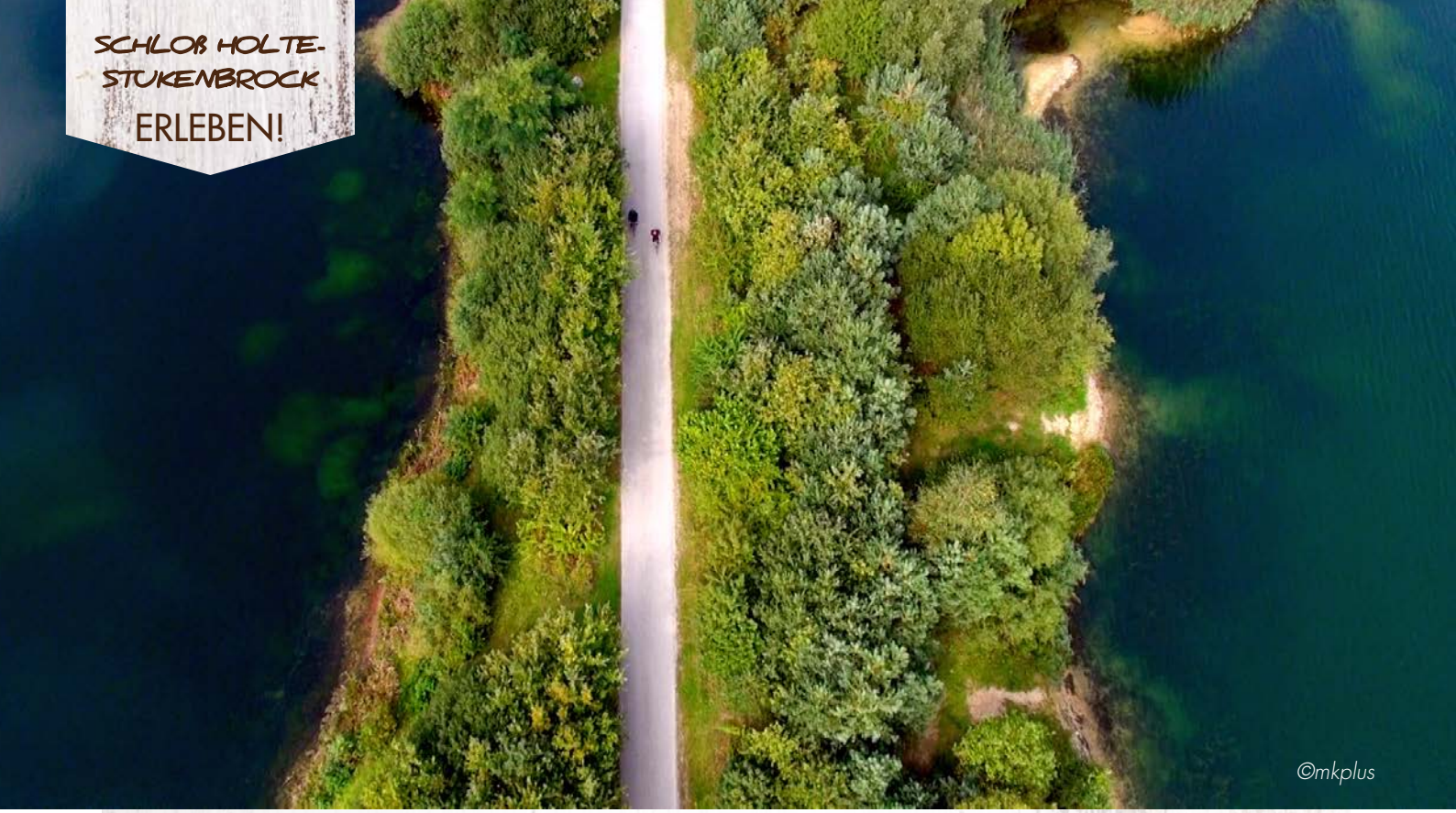
### KOMMUNIKATIONSOFTWARE UND -ANLAGEN
Ob effiziente Lösungen in Sachen Mailsysteme, Telefone und Telefonanlagen der Firma Auerswald oder auch Kommunikationssoftware von Tobit und ESTOS: Ihnen wird die sinnvollste und nutzerfreundlichste Lösung entwickelt, wenn es um Ihre Kommunikationssysteme handelt.

### INSTALLATION
Anschließend kümmert sich Altemeier darum, alle Komponenten bei Ihnen vor Ort einzurichten und sie in die vorhandene Umgebung einwandfrei einzubinden, sodass Sie sich um nichts Weiteres kümmern müssen.

### HOSTING UND INTERNET
Mit dem persönlichen Hostingservice ermittelt Altemeier im Handumdrehen Ihren persönlichen Bedarf und kann Ihnen daraufhin ein passendes Hostingpaket inklusive Serverhousing anbieten.

### SUPPORT
Egal welches Ihrer Geräte nicht mehr nach Wunsch funktioniert oder erneuert werden muss: Mit dem Wissen aus über 20 Jahren hilft Ihnen das Team der Altemeier GmbH jederzeit gerne aus der Sackgasse.

### VIDEOSYSTEME UND SICHERHEIT
Für mehr Sicherheit arbeitet die Altemeier C&U GmbH mit dem Kamerahersteller Mobotix zusammen. Von Türsprechstellen über komplette Gebäude- und Grundstücksüberwachung bis hin zur thermalen Überwachung ist nach modernsten technischen Gesichtspunkten alles möglich – und Sicherheitslücken haben keine Chance mehr.




## FLORIERENDER WIRTSCHAFTS- UND ARBEITSSTANDORT

Schloß Holte-Stukenbrock ist ein gesunder, mittelständischer Wirtschaftsstandort. Zahlreiche heimische Firmen agieren auch international erfolgreich.

Nicht nur aufgrund der niedrigen Steuerhebesätze ist es sehr attraktiv, in Schloß Holte-Stukenbrock zu investieren und hier einen Firmensitz zu realisieren. Das wirkt sich auch auf Schloß Holte-Stukenbrock als Arbeitsort aus: eine relativ geringe Arbeitslosenquote und teils jahrzehntelange Firmenzugehörigkeiten weisen darauf hin, dass die Arbeitszufriedenheit vor Ort sehr hoch ist. Ein Grund mehr, Schloß Holte-Stukenbrock auch als Ausbildungs- und Wohnort zu erwägen.

## OPTIMALE VERKEHRSANBINDUNG

Schloß Holte-Stukenbrock liegt im Städteviereck Bielefeld, Gütersloh, Detmold und Paderborn. Mit zwei eigenen Autobahnauffahrten an der Autobahn A33 und einem wunderschön hergerichteten Bahnhof ist die Stadt hervorragend erreichbar. Aber nicht nur motorisiert lässt sich Schloß Holte-Stukenbrock erkunden. Rad- und Wanderwege erschließen die Stadt und ihre Ortsteile. Sowohl überregionale Wege wie der EmsRadweg, der Europaradweg R1 und der Diemel-Ems-Wanderweg X3, als auch lokale Radrundwege und Wanderrouten bieten sich für die Erkundungen des Stadtgebietes an.

ERSTE HILFE bei Ihrer Immobilie –
wir sind für Sie da!

Immobilien Lakämper

**Immobilien Lakämper UG**
Holter Str. 223 · 33758 Schloß Holte-Stukenbrock
Telefon 05207.958440
info@immobilien-lakaemper.de
**www.immobilien-lakaemper.de**

Grundstücke und Immobilien gesucht!

Christine Lakämper

**Ihre Stadt Schloß Holte-Stukenbrock**
Rathausstraße 2
33758 Schloß Holte-Stukenbrock
Tel: 05207 89050
E-Mail: info@stadt-shs.de
Internet: www.stadt-shs.de

# Wenn das fröhliche Gezwitscher der Vögel verstummt ...

## Wie das Team von „aveo auris"-Hörsysteme in Schloss Holte-Stukenbrock dabei hilft, wieder am Leben teilzunehmen

Jeder, der schon einmal heftig erkältet war weiß, wie unangenehm es ist, wenn die Ohren dicht sind und das Hören schwerfällt. **Wie muss es also Menschen mit einem dauerhaften Hörverlust gehen?**

*Wie Menschen aussehen, die nach jahrelanger Hörminderung wieder ihre Umwelt in allen Facetten wahrnehmen, wissen Nadine und Torsten Krüger von „aveo auris".*

Was es mit Menschen macht, die schlecht bis kaum noch etwas hören können, wissen Nadine und Torsten Krüger vom Hörgeräte-Fachgeschäft „aveo auris" in Schloss Holte-Stukenbrock nur allzu gut: „Man fühlt sich "abgeschnitten" von seinen Mitmenschen und versteht buchstäblich die Welt nicht mehr. Sie schränken die Lebensqualität in vielen Bereichen ein und ziehen oft weitere Beeinträchtigungen nach sich - je nachdem, in welchem Alter sie erstmals auftreten."

**Wie verhalten sich Hörgeschädigte demnach im Alltag?**

„Viele wollen sich einen Hörverlust nicht eingestehen, verbinden es mit Altsein. Also arrangieren sie sich mit ihrem Schicksal und entwickeln ganz unterschiedliche Strategien, um den Alltag zu bewältigen: Sie setzen sich in Gesprächen so hin, dass das gesunde Ohr zum Gegenüber zeigt, lernen Lippenlesen oder verlassen sich, zum Beispiel im Auto, vermehrt auf ihre Augen. Das Lautstellen des Fernsehers oder Radios ist nur eines von vielen Anzeichen, dass das Hörvermögen beeinträchtigt ist."

**Wozu kann eine Hörminderung bei den betroffenen Personen schließlich führen?**

„Auf Dauer kann dieses Verhalten nicht nur zu großer Erschöpfung führen, sondern auch zu Frust, Verzweiflung, dem Impuls, sich zurückzuziehen bis hin zu psychischen Verstimmungen und Depressionen", weiß der ausgebildete Hörakustiker Torsten Krüger. Und weiter: „Doch selbst eine länger bestehende Hörminderung lässt sich meist zuverlässig ausgleichen." Das sind Argumente genug, nicht still zu leiden, sondern bei den ersten Anzeichen von Hörverlust aktiv zu werden: Mit Hörsystemen.

**Wie einfach kann diesen Menschen geholfen werden?**

„Wer feststellt, dass er lebhaften Gesprächen in geselliger Runde nicht mehr folgen kann oder dass ihm der Fernseher immer zu leise erscheint, sollte zügig einen HNO-Arzt oder Hörakustiker aufsuchen. Wir schenken ihnen wieder mit dem passenden Hörgerät mehr Anteilnahme und Qualität am Leben. Außerdem sind moderne Hörgeräte heutzutage so klein und dezent, dass sie kaum auffallen. Manche sind sogar im Ohrschmuck integriert. Wer sich dann für ein Hörgerät entschieden hat, sollte sich auch mit dem richtigen Umgang vertraut machen. Hierfür als auch für eine persönliche Beratung und Betreuung bei der Auswahl des richtigen Hörgerätes, der Nachbetreuung und wann auch immer Fragen aufkommen, sind wir jederzeit gerne für Sie da."

*Hinweis: Sollten Ihnen erwähnte Anzeichen oder Verhaltensmuster bei Ihnen oder bei einer Person in ihrem Familien- und Bekanntenkreis bekannt vorkommen, zögern Sie nicht den Weg zum Hörsysteme-Team von „aveo auris" oder zum HNO-Arzt zu suchen. Denn Hören ist entscheiden dafür, um an allen Facetten des Lebens teilzuhaben.*

**Aveo auris**
Nadine und Torsten Krüger
Bokelfenner Straße 9
33758 Schloss Holte-Stukenbrock
Tel: 05207 9545577
schloss-holte-stukenbrock@aveoauris.de
www.aveoauris.de

# HEAVY METALL STATT METALLISCHER LEICHTBAULÖSUNGEN

*Rockfest für Angehörige und Partner der HEGGEMANN AG am Standort Flughafen Paderborn-Lippstadt zu Gunsten der Paderborner Stiftung LEBENSlauf*

Als Dankeschön für den Einsatz der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter wurde das Sommerfest durch das Unternehmen geplant und zurück kam ein Dankeschön-Rockkonzert der Superlative von einigen Mitarbeitern und ihren Bandmitgliedern live auf der Bühne abends hinzu. Knapp 500 Gäste waren den ganzen Tag auf dem Gelände des Aerospace- und Automotive-Zulieferers in Büren zu finden. Das Ganze wurde zudem mit einem Spendenaufruf für benachteiligte Kinder und Jugendliche gekoppelt und brachte vollen Erfolg. Insgesamt mit einer Aufstockung durch die HEGGEMANN AG kamen 2.500 Euro für die Stiftung Lebenslauf in Paderborn zusammen. Stellvertretender Vorsitzender Mathias Hornberger (Bildmitte) freute sich sehr über die Summe, die bei dem überwältigenden Konzert der vier heimischen Bands Soul Harvester, Bolthead, Weed und Cheap Dirt zusammenkam: „Dies unterstützt unsere Sportprojekte in der heimischen Region zur Förderung von Kindern und Jugendlichen, deren Lebensläufe von Vernachlässigung oder Gewalt geprägt sind."

*Rockfest für den guten Zweck bei HEGGEMANN: (v.l.n.r.) Robert Heggemann (Inhaber), Peach (Weed-Bandmitglied und Heggemann-Mitarbeiter), Uli (Weed), Dr. Christian Howe (Vorstand Heggemann AG), Mathias Hornberger (Stv. Vorsitzender Stiftung Lebenslauf), Carlos (Weed und Heggemann), Kraut (Weed), Kraner (Weed und Heggemann).*

# BESUCH DES BOLTONER DRINK & FOOD FESTIVALS

*Delegation aus Paderborn und Le Mans zu Gast in der Partnerstadt*

Auf Einladung der Stadt Bolton besuchten Delegationen der Partnerstädte aus Le Mans und Paderborn das Boltoner Drink & Food Festival.

Bei einem Empfang mit der Bürgermeisterin Elaine Sherrington wurden alte Freundschaften belebt und neue Kontakte geknüpft, um die partnerschaftlichen Verbindungen zu Bolton zu vertiefen. Besonders durch die Gespräche mit der Industrie- und Handelskammer und der University of Bolton wurden wichtige Beziehungen aufgebaut, um zukünftige neue Projekte zu etablieren und zu fördern.

Neben dem Besuch eines Kunstprojektes und eines traditionellen Afternoon Teas war die Besichtigung des neuen Boltoner Busbahnhofs „The Bolton Transport Interchange", eine Investition von 48 Millionen Pfund, besonders eindrucksvoll.

Das helle, moderne Gebäude ist mit einer Fußgänger-Skylink-Brücke mit dem Bahnhof verbunden und wurde so zu einem neu geschaffenen Verkehrsknotenpunkt in der Boltoner City.

*Zu Gast in Bolton: Delegationen aus Paderborn und Le Mans besuchen die Partnerstadt Bolton in Großbritannien.*

*Bildrechte: Stadt Paderborn und Deutsch-Englischer Club Paderborn e.V.*

# WILLKOMMEN im Airport Hotel Paderborn

*DER Veranstaltungslocation am PADERBORN LIPPSTADT AIRPORT!*

Lassen Sie das außergewöhnliche Ambiente wirken! In direkter Nachbarschaft zum Paderborn-Lippstadt Airport und dabei ruhig gelegen in ländlicher, grüner Umgebung. Vor dem Haus der Heimathafen – hinter dem Haus die schöne Sommerterrasse und der Wintergarten mit weitem Blick über das Almetal mit seinen Rad- und Wanderwegen. Kommen Sie an und entspannen Sie sich. In unserem á la Carte Restaurant bieten wir Ihnen eine ausgezeichnete Küche, außergewöhnliche Veranstaltungsangebote im Hotel und auf dem Airportgelände sowie einen persönlichen Service. Perfekt für Ihre private oder geschäftliche Feier, oder einen entspannten Kurzurlaub.

Unsere Silvester-Arrangements sind buchbar ab dem 07.09.2018

AIRPORT HOTEL PADERBORN
Direkt am Airport & mitten im Grünen

Silbergras

PANOLO
PANORAMA LOUNGE

Feiern Sie Ihre Feste im Silbergras oder der Panolo Panorama Lounge!

Wir nehmen Ihnen die Arbeit ab und planen Ihre individuelle Weihnachtsfeier

www.airporthotel-paderborn.com | info@airporthotel-paderborn.com
T. + 49 (0) 2955-74740 |Kötterweg 10 | 33142 Büren Ahden

## GENUSS AKTIONEN IM SILBERGRAS

JEDEN SONNTAG
Brunch à Carte | 25 € pro Person
12.09. - 31.10
WALD & WIESEN PILZE
1.11.-15.12
WESTFALEN ERSCHMECKEN
15.12.-20.1.
KULINARISCHE WINTERZEIT
AB NOVEMBER
Gänseessen | 99 € für 4 Personen (telefonische Vorreservierung erbeten)
DEZEMBER (2.12./9.12./16.12./23.12.)
Adventsbrunch á carte 10.30 bis 14 Uhr | 28,50 € pro Person nachmittags Kaffee & Kuchen
25. & 26. DEZEMBER
Mittagstisch á la carte und 3-Gang-Menü
11:30 bis 14:30 Uhr | 29 € pro Person oder à la carte
31. DEZEMBER
Silvesterdinner mit 5-Gang-Silvestermenü à la carte | 59 € pro Person

**SPECIAL:**
NEO MARKS
AKUSTIK DINNER
30.11. 2018
40,- Euro inkl.
vorweihnachtlichem
Buffet

# SILBERGRAS RESTAURANT & BAR

*Mehr als Kochen - Im Einklang mit der Natur!*

Freuen Sie sich auf unser á la Carte - Restaurant im Airport Hotel Paderborn: mit Showküche, gemütlicher Lounge, SKY Sports Bar und natürlich der großen Terrasse mit sensationellem Blick über das Almetal. Perfekt für Feiern, Abendessen oder den entspannten Abend mit Freunden. Es erwarten Sie beste regionale Produkte und unsere feine, handwerkliche Küche. Seien Sie gespannt auf außergewöhnliche Events wie Küchenpartys, Live Akustik- Abende, Kochkurse oder Tastings.

### AKTIONSKARTE

Unsere Speisekarte bietet Ihnen sowohl beständige Klassiker wie auch saisonale Aktionsgerichte an. Ab September stehen leckere Pilzgerichte in allen Varianten auf dem Speiseplan. Im November verwöhnen wir Ihren Gaumen mit westfälischen Leckerbissen aus der Region, bis wir im Dezember dann herzhaft und süß durch die kulinarische Winterzeit führen.

## GENUSS AKTIONEN IM PANOLO

11. OKTOBER
PANOLO AFTER WORK WINTER EDITION
mit Hot Cocktails und kostenfreier Cocktailschulung
6. DEZEMBER
PANOLO AFTER WORK
Nikolaus Editon mit Flammlachs u.v.m
13. & 20. DEZEMBER
Vorweihnachtliches Schlemmerbuffet | 25 € pro Person
25. UND 26. DEZEMBER
Weihnachtsbuffet von 11:30 bis 14:00 Uhr | 28 € pro Person, nachmittags Kaffee & Kuchen
31. DEZEMBER
Panolo Silvesternacht: ab 18.30 Uhr gehts mit Lichtgeschwindigkeit ins neue Jahr
· DJ + Dancefloor, Chillout Lounge, Cocktailbar
· inkl. Lillet-Empfang & DRINK ALL IN, Flying Dinner Spezial
Feuerwerk, Mitternachtsimbiss & Mitternachtssekt

*Lara Lohr (m.) und Justin Schelp (2.v.r.) gemeinsam mit Maltesern aus Lippstadt und Berlin in der Kirche Sankt Gregorio 7, in der die Malteser den Eröffnungsgottesdienst und die Vesper des Erzbistums betreut haben. Foto: Lankowski*

# INTERNATIONALE MINISTRANTENWALLFAHRT

## Höxteraner Malteser leisten Sanitätsdienst in Rom

***Knapp 60.000 Messdiener trafen sich vom 30. Juli bis zum 3. August zur zwölften internationalen Ministrantenwallfahrt in Rom. Eine größere Pilgerreise für Messdiener hat es noch nie gegeben. Mit dabei waren auch Lara Lohr aus Boffzen und Justin Schelp aus Höxter-Albaxen, die sich ehrenamtlich bei den Maltesern in Höxter engagieren.***

***Höxter, Rom.*** Unter dem Motto „Suche Frieden und jage ihm nach" trafen sich die Messdiener verschiedener Bistümer und Nationen. Für Paderborn haben sich unter anderem Lara Lohn und Justin Schelp gemeldet, um bei der Wallfahrt den Sanitätsdienst für 1.000 Ministranten aus dem Erzbistum Paderborn zu leisten. Gemeinsam mit den Minis und einem Helfer aus Lippstadt hatten sie sich am Samstagmittag auf die 20-stündige Busfahrt in die Heilige Stadt aufgemacht. Dort betreuten sie neben den vielen Gottesdiensten auch die Papstaudienz und das Treffen der Messdiener der Bistümer.

„Bei mehr als 35° C lag der Einsatzschwerpunkt klar auf Hitzeerkrankungen wie Dehydrierung, Sonnenstich, Überanstrengung, Kreislaufproblemen und Hitzeerschöpfungen", bilanziert Lara Lohr. „Aber auch kleinere Verletzungen haben wir versorgt, wie Hyperventilation, verstauchte Knöchel und Blasen an den Füßen."

Was die Helfer für den Einsatz motiviert? „Wir fanden es sehr spannend, so viele junge für den Glauben motivierte Menschen auf einmal zu treffen", so Lara Lohr. „Außerdem war es klasse, mit anderen Maltesern aus dem gesamten Bundesgebiet zusammenzuarbeiten und viele Bekannte zu treffen. Es hat viel Spaß gemacht mit diesem tollen Team zu arbeiten – und Rom ist auch einfach eine tolle Stadt", ergänzt Justin Schelp.

# FÜR BENACHTEILIGTE MENSCHEN STARK MACHEN

## Der Pauline-von-Mallinckrodt-Preis 2018 geht am Caritas-Tag in der Libori-Festwoche an Ehrenamtliche aus Dortmund, Delbrück und Lippstadt

Paderborn/Dortmund/Delbrück/Lippstadt (cpd) – Der Pauline-von-Mallinckrodt-Preis der Caritas-Stiftung für das Erzbistum Paderborn geht in diesem Jahr an drei Projekte, die sich ehrenamtlich für Benachteiligte einsetzen und ihnen helfen, ein Zuhause zu finden, zu erhalten oder zu gestalten. Den ersten, mit 2.500 Euro dotierten Preis, erhielt der „Jordan-Treff" des Bruder-Jordan-Werks in Dortmund, wo Bedürftige und Obdachlose an jedem Werktag ein Frühstück erhalten. Mit dem zweiten Preis (1.500 Euro) wurde die Caritas-Konferenz St. Johannes Baptist Delbrück mit ihrem ehrenamtlichen „Essen auf Rädern" ausgezeichnet. Sie versorgt seit 1984 täglich bis zu 80 gebrechliche und chronisch-kranke Menschen mit Essen und einem Gespräch und ist damit zum Pionier eines inzwischen häufig gegen Entgelt angebotenen Dienstes geworden. Der dritte Preis (1.000 Euro) ging an den Sozialdienst katholischer Männer (SKM) Lippstadt mit seiner Wohngemeinschaft für wohnungslose Männer.

Erzbischof Hans-Josef Becker überreichte die Preise am Samstag, 4. August, im Rahmen des Caritas-Tages in der Libori-Festwoche in der Kaiserpfalz in Paderborn. Eine unabhängige Jury hatte die Träger des Preises, der unter dem Motto „Zuhause: finden – erhalten – gestalten" stand, aus zwölf vorgeschlagenen Projekten ausgewählt. Domkapitular Dr. Thomas Witt, Kuratoriumsvorsitzender der CaritasStiftung, würdigte den Einsatz der Menschen, die sich in Kirche und Caritas unentgeltlich in ihrer Freizeit für andere Menschen engagieren. „Mit ihrem Dienst machen sie in vorbildlicher Weise christliche Nächstenliebe erfahrbar."

Festredner Uwe Browatzki, Streetworker beim Caritasverband Iserlohn, berichtete, wie notwendig eine Anlaufstation für Menschen vom Rand der Gesellschaft sei, bei der sie sich buchstäblich „ausheulen" können. „Ich weiß, wie es ist, wenn man jemanden braucht, der einem beim Schweigen zuhört." Browatzki, der nach eigener Aussage sein halbes Leben „in Grund und Boden gesoffen" hat und selbst zwei Jahre wohnungslos war, bemüht sich heute um das Vertrauen der Menschen am Rand, um ihnen einen Ausweg aufzeigen zu können. „Was wir machen müssen, ist da zu sein und Menschen an die Hand zu nehmen. Das ist ein Arbeitsfeld, das in vielen Städten fehlt."

Im mit dem ersten Preis ausgezeichneten Jordan-Treff in Dortmund erhalten bedürftige und wohnungslose Menschen an jedem Werktag ein Frühstück. Die Idee und der Name gehen zurück auf Bruder Jordan Mai, der Anfang des 20. Jahrhunderts im Dortmunder Franziskaner-Kloster als Pförtner tätig war und zahllosen in Not geratenen Menschen half. Aus dieser Tradition entwickelte sich das Obdachlosenfrühstück. 2012 entstand die Bezeichnung „Jordan-Treff". Dieser ist werktags im Gewölbekeller des Dortmunder Franziskanerklosters geöffnet. Täglich werden so 60 bis 70 benachteiligte Menschen mit einem Frühstück versorgt, insgesamt 1200 im Monat. „Die Jury war nicht nur von der großen Einsatzbereitschaft der Ehrenamtlichen des Jordan-Treffs beeindruckt, sondern auch von der großen Anzahl von 40 Ehrenamtlichen", sagte Witt. „Die Ehrenamtlichen versorgen die Menschen aber nicht nur mit Lebensmitteln. Sie stehen auch für Gespräche bereit, spenden Trost und vermitteln weitergehende Hilfen. Im Jordan Treff erfahren bedürftige Menschen Achtung und Wertschätzung."

*Platz 1 Dortmund: Der Jordan-Treff aus Dortmund wurde mit dem ersten Platz beim Pauline-von-Mallinckrodt-Preis ausgezeichnet: Bruder Klaus Albers, Annette Stöckler, Hildegard Behlo und Rainer Königs nahmen den Preis entgegen.*

Bei der zweitplatzierten Caritas-Konferenz St. Johannes Baptist Delbrück liefern im Projekt „Essen auf Rädern" an jedem Werktag acht bis neun Ehrenamtliche mit ihren privaten PKWs täglich eine warme Mittagsmahlzeit an alte, gebrechliche und kranke Menschen im Raum Delbrück aus. Aktuell werden täglich 80 Mittagessen verteilt. Bei der Verteilung der Mahlzeiten nehmen sich die Ehrenamtlichen auch immer Zeit für ein kurzes Gespräch und vermitteln bei Bedarf professionelle Hilfe. Das 1984 gegründete Angebot gehört zu den Pionieren eines inzwischen häufig gegen Entgelt angebotenen Dienstes. „In einer Zeit, in der die Schwachen in unserer Gesellschaft häufig an den Rand gedrängt werden und vereinsamen, schenken die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Projekts Essen auf Rädern alten und kranken Menschen Gemeinschaft und Anerkennung", würdigte Witt das Engagement der Caritas-Konferenz. Die Jury habe sich beeindruckt von der großen Kontinuität des Projekts gezeigt.

Die mit dem dritten Preis gewürdigte Wohngemeinschaft für wohnungslose Männer beim SKM Lippstadt gibt es seit 40 Jahren unter dem Motto „Wohnen ist kein Selbstläufer. Mann muss schon etwas dafür tun". Sie bietet ein Übungsfeld für Wohnungslose, für die der Schritt zurück in eine eigene Wohnung eine große Herausforderung darstellt. Die Wohngemeinschaft unterstützt den Einzelnen dabei, sich einzuleben, neue Kontakte zu knüpfen, die Finanzen in den Griff zu kriegen und wieder Arbeit zu bekommen. „Die Jury war sehr beeindruckt von der Tatsache, dass die Wohngemeinschaft bereits vor 40 Jahren ins Leben gerufen wurde und bis heute fortgeführt wird", sagte Witt. „Bemerkenswert ist auch, dass in der Wohngemeinschaft das Prinzip Hilfe zur Selbsthilfe in vorbildlicher Weise in die Tat umgesetzt wird. Jeder Bewohner der Wohngemeinschaft bringt ein eigenes Schicksal mit. Jeder ist anders aber alle sitzen im gleichen Boot."

Der Preisverleihung ging ein buntes Fest der Begegnung auf dem Kardinal-Degenhardt-Platz vor der Stadtbibliothek in Paderborn voraus. Rund 800 Haupt- und Ehrenamtliche aus Pfarrgemeinden, caritativen Diensten und Einrichtungen im Erzbistum Paderborn genossen Musik, Aktionen und Impulse.

*Die Katholische Hochschule NRW und das Kreisjugendamt intensivieren ihre Zusammenarbeit: von links Günther Uhrmeister, Leiter des Paderborner Kreisjugendamtes, Kreisdirektor Dr. Ulrich Conradi, Professor Dr. Michael Böwer, Dekan des Fachbereichs Sozialwesen der Katholischen Hochschule Paderborn, Annabell Timmer, Sozialarbeiterin des Kreisjugendamtes und Dozentin Prof. Dr. Gerhard Kilz von der Katholischen Hochschule Paderborn. Bildnachweis: Amt für Presse- und Öffentlichkeitsarbeit, Kreis Paderborn, Ulrike Sander*

# THEORIE TRIFFT PRAXIS:

## Katholische Hochschule NRW und Kreisjugendamt entwickeln gemeinsame Seminarreihe zum Kindesschutz für Studentinnen und Studenten

**Kreis Paderborn** (krpb). Der gewaltsame Tod des kleinen Kevin schockte in Bremen eine ganze Stadt und berührte die Republik. Alessio war drei, als er misshandelt wurde und starb. Wie können Kinder geschützt werden? Woran erkennt man rechtzeitig genug, dass etwas in der Familie nicht stimmt? In Paderborn gehen die Katholische Hochschule NRW und das Paderborner Kreisjugendamt einen neuen Weg: Theorie trifft hier schon sehr früh die Praxis, der Kindesschutz wird mit 150 Seminarstunden in den Lehrplan verankert: Die Studentinnen und Studenten erhalten bereits ab dem 3. Semester durchlaufend bis zum Ende des Studiums Einblicke, wie Kindesschutz in der Praxis funktioniert. Das Theorie-Praxis-Modul haben die Professoren Dr. Gerhard Kilz und Dekan Dr. Michael Böwer zusammen mit dem Paderborner Kreisjugendamt entwickelt. Bereits zum Wintersemester werden die praxisorientierten Lehrveranstaltungen angeboten.

Üblich war es bislang, dass im Anschluss an den Bachelor-Abschluss in Sozialer Arbeit schrittweise Kompetenzen zur Fachkraft im Kindesschutz erworben wurden; z.T. im Umfang weniger Fortbildungstage. Diese Fachkräfte haben eine hohe Verantwortung. Sie helfen dabei, den Schutzauftrag bei Kindeswohlgefährdung zu erfüllen, der in § 8 a des Sozialgesetzbuches (SGB VIII, Kinder- und Jugendhilfe) verankert ist. Dieser Paragraph hat das Ziel, Gefahren früh zu erkennen und rechtzeitig zu helfen bevor es zu Tragödien kommt. Konkret ist der § 8a ein Verfahren zur Einschätzung einer vorliegenden Kindeswohlgefährdung, den das Jugendamt im Zusammenwirken mit mehreren Fachkräften zu leisten hat.

„Zunächst kamen die Juristen mit rechtlichen Rahmenvorgaben, dann die Pädagogen, Ökonomen und dann der praktische Teil. Wir haben uns gesagt: Warum nicht frühzeitig alle Kompetenzen bündeln und an Beispielen aus der Praxis voneinander und miteinander lernen", erläutert Kilz. Und das mit Partnern, die man kenne: Die Katholische Hochschule NRW (KatHO) und das Paderborner Kreisjugendamt arbeiten seit Jahren intensiv zusammen. „Wenn wir hier im Jugendamt über die Flure gehen, gibt es immer ein großes Hallo. Viele hier sind Absolventen der Katholischen Hochschule", sagt Böwer.

Günther Uhrmeister, Leiter des Paderborner Kreisjugendamtes, bezeichnet die Integration des Kindesschutzes in die bausteinartig aufgebaute Seminarreihe als einen „Leuchtturm in der Lehre". Uhrmeister betont, dass man im Bereich des Kindesschutzes mit vielen Kooperationspartnern wie Kindergärten, Schulen und Ärzten zusammenarbeite und hier viele Türen geöffnet würden. Man lerne sich früh kennen, was die spätere Zusammenarbeit sehr fördere.

Im Anschluss an die Praxissemesterphase mit 85 Tagen in Einrichtungen und Diensten der Kinder- und Jugendhilfe und des Kinderschutzes erläutern Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Kreisjugendamtes den Studierenden, wie das Frühwarnsystem oder auch die Gefährdungseinschätzung in der Praxis funktioniert. In so genannten Fallwerkstätten „gehen wir dann gemeinsam reale Fälle durch, natürlich in anonymisierter Form", erläutert Annabell Timmer vom Kreisjugendamt. Die Seminarreihen schließen mit Prüfungen ab. „Unser Ziel ist es, nach erfolgreichem Abschluss ein Hochschulzertifikat verleihen zu können, das den Absolventen als qualifizierte Kinderschutzfachkraft ausweist", betont Böwer. Dieses Zertifikat können die Studierenden dann bei potenziellen Arbeitgebern vorlegen. „Und wir haben die Sicherheit, dass dieses Zertifikat nicht so nebenbei erworben wurde und Qualität besitzt", bekräftigt Uhrmeister. Bereits zum kommenden Wintersemester werden die Lehrveranstaltungen an der KatHO angeboten.

# MIT WON UND PESOS KINDERN HELFEN

*Caritas im Erzbistum Paderborn sammelt Urlaubsmünzen für einen guten Zweck*

*Klaus Tintelott und Dirk Lenschen (von links) bitten zum Ende der Sommerferien für den Diözesan-Caritasverband Paderborn um Restgeld aus dem Ausland für die Aktion „Kleine Münzen – große Hilfe". Foto: cpd / Jonas*

**Paderborn (cpd)** – Ob Hongkong-Dollar, südkoreanische Won oder mexikanische Pesos – Münzen und Geldscheine aus aller Herren Länder stranden zum Ende der Urlaubszeit häufig in deutschen Schubladen. Der Diözesan-Caritasverband Paderborn ruft dazu auf, diese Überbleibsel des Urlaubs für einen guten Zweck zu spenden. „Einzeln sind die Münzen meist fast wertlos, in Mengen sind sie aber ein kleines Vermögen", sagt Dirk Lenschen, der die Sammlung unter dem Motto „Kleine Münze – große Hilfe" koordiniert. Mit dem Erlös der Restdevisen finanziert die Caritas Kindern aus einkommensschwachen Familien die Teilnahme an einer Ferienfreizeit. „Die Kinder brauchen Abwechslung von den Alltagsproblemen ihrer Familien", erklärt Klaus Tintelott vom Ferienhilfswerk des Diözesan-Caritasverbandes Paderborn. „Sie sollen einfach durchatmen und eine schöne Zeit erleben."

Vermittelt wird die Hilfe über die örtlichen Caritasverbände, die auch Kinderferienmaßnahmen anbieten. Finanziert werden die Zuschüsse für die Ferienfreizeiten der Kinder zwar großenteils über die Kirchensteuer, zu einem Drittel tragen allerdings auch die Urlauber mit ihren Restdevisen bei. Im vergangenen Jahr kamen so 136 Kilogramm Münzen zusammen, die ziemlich genau 4.500 Euro Erlös brachten. Unter den gespendeten Münzen und Scheinen finden sich auch immer noch alte D-Mark-Bestände wie auch andere alte Währungen der Euro-Länder. „Die Erlöse sind nach wie vor konstant, obwohl das nach der Einführung des Euro so nicht zu erwarten war", erklärt Lenschen. Er hofft, dass nach dem Ende der Sommerferien wieder reichlich fremde Münzen und Geldscheine in den Sammeldosen der Geschäftsstellen der 23 Orts- und Kreis-Caritasverbände im Erzbistum Paderborn landen – oder auch direkt beim Diözesan-Caritasverband Paderborn, Am Stadelhof 15, 33098 Paderborn.

Hinweis: Die Adresse des nächsten örtlichen Caritasverbandes im Erzbistum Paderborn findet sich im Internet unter www.caritas-paderborn.de. Menüpunkt: über uns / Caritas vor Ort.


**Habe Rücken • Hüfte • Knie • Fußprobleme ?**

**Ärzte, Podologen und Physiotherapeuten empfehlen wellbe**

**wellbe** kann helfen bei Problemen mit Hallux valgus, Fersensporn und Venenproblemen.

Eigentlich sind **wellbe** die Softschuhe ultra leichte, weiche Komfortschuhe mit einfacher, sanfter Aktivität. Die neuartige Laufsohlentechnologie dieser aktivierenden Schuhe ist „Made in Germany" und basiert auf der Technik von Abrollschuhen auf Mattenprinzip. Das hat sofortige und langfristige Vorteile: Sofort nimmt der sanftweiche Auftritt den Druck aus den Gelenken und ab der 2. Woche stabilisieren sich Muskeln und Bänder in den Füßen, Fußgelenken, Knien, Hüften und sogar bis in den Rücken.

**Jetzt NEU bei :**

Orthopädie-Schuhtechnik
VOSEN
...alles geht gut.
Borchenerstr./Ecke Widukindstr.50
33098 Paderborn
Tel.: 05251 - 27668

wellbe
die Softschuhe

Der Rückenfit-Schuh

# Wellen, Wind und Wale

## Die Nordsee vor Sylt fasziniert mit ihren Naturschauspielen

DÜNEN, WASSER, WIND UND EINE HERRLICH KLARE LUFT: DIE NATURSCHÄTZE SIND ES, DIE SYLT-URLAUBER IMMER WIEDER ZURÜCK AUF DIE INSEL ZIEHEN. BESONDERS REIZVOLL IST DIE NATUR AM ELLENBOGEN IM INSELNORDEN.

Das Aroma des Meeres in der Nase, Salz auf der Haut und dazu eine stets frische Brise: Ein Tag an der Nordsee ist ein Erlebnis für alle Sinne - und für jede Jahreszeit. Der "Blanke Hans" etwa zeigt vor Sylt immer wieder ein anderes Gesicht, vom Badespaß im Sommer bis zu den gewaltigen Herbststürmen oder der eher ruhigen Zeit im Winter. Wer alle Facetten der Natur erleben will, kommt daher auch immer wieder. In den gemütlichen Inselorten wie etwa List auf Sylt, ganz im Norden, gibt es stets Neues zu entdecken, selbst für ausgewiesene Inselkenner. Ein besonderes Erlebnis ist es zum Beispiel, am Sylter Ellenbogen nach Schweinswalen Ausschau zu halten.

*Fotos: djd/Kurverwaltung List auf Sylt*

## DER ELLENBOGEN GEHÖRT NUR DER NATUR

Restaurants, Geschäfte und Diskotheken sucht man auf dem Ellenbogen vergebens. Dieses Fleckchen Natur an der Nordspitze von Sylt gehört alleine der Natur. Freilaufende Schafe, rastende Vögel und einsame Strände prägen das Bild. Erkundungen auf eigene Faust, zu Fuß oder mit dem Fahrrad, sind hier ebenso möglich wie geführte Touren. So starten regelmäßig das ganze Jahr über Führungen entlang der Westseite Lists Richtung Nordspitze und bis zum Leuchtfeuer List-West. Mit etwas Glück begleitet ein Schweinswal die Tour entlang der Wasserkante. Gerade bei ruhigem Wetter stehen die Chance sehr gut, die heimischen Meeressäuger oft nur wenige Meter vom Ufer entfernt zu beobachten. Was viele nicht wissen: Vor der Sylter Westküste erstreckt sich Deutschlands einziges Walschutzgebiet.

## VOM WATT BIS ZUR DÜNENLANDSCHAFT

Nicht minder reizvoll ist es, dem Meeresboden einen Besuch abzustatten - alle sechs Stunden, wenn das Watt bei Ebbe trockenfällt und betreten werden kann. Naturerlebnisse pur ermöglichen ebenso individuelle Streifzüge oder geführte Touren durch die Lister Dünenlandschaft. "Wer noch mehr über den Lebensraum Watt, über die Jahreszeiten an der Nordsee und über spannende Naturphänomene erfahren will, wird im Erlebniszentrum Naturgewalten nahe des Hafens fündig. "Der Besuch lohnt sich für die ganze Familie", schildert Boris Ziegler von der Kurverwaltung List auf Sylt. Der benachbarte kleine Hafen ist dann auch der richtige Anlaufpunkt, wenn man nach so viel Natur wieder Lust auf etwas mehr Trubel, eine kulinarische Stärkung oder etwas Shopping verspürt. Ausführliche Informationen, Termine und Tickets für Führungen sowie mehr Tipps gibt es auch unter www.list-sylt.de. (djd)

# Fünf Seen für fantastische Ferien

## Die besten Erlebnistipps für einen Familienurlaub im Sauerland

**"Wenn ich die Seen seh', brauch ich kein Meer mehr!" Wie blaue Edelsteine leuchten die fünf Seen im grünen Sauerland. In der Urlaubsregion finden Familien abwechslungsreiche Freizeitvergnügen von Baden und Wassersport über Wandern und Radfahren bis zu Besichtigungen.**

*Zum Segeln, Paddeln und Plantschen laden die Sauerland-Seen ein.* *Foto: djd/sauerland-seen.de/HD Wurm*

### "AIRLEBNISWEG", SEEBÜHNE UND SORPEKRAFTWERK

Am Sorpesee erwartet die Besucher auf der Promenade in Sundern-Amecke ein "Airlebnisweg" mit Piratenschiff, Wasserspielen, Tretbootverleih, Liegebänke und "Sorpediamant" zum Durchatmen und Innehalten. Die Seebühne in Langscheid lockt mit Shows und Livemusik. Besondere Erlebnisse bieten auch Mondscheinfahrten auf dem See, ein Bogenschieß-Parcours im Wald oder Besichtigungen des Staudamms und des Sorpekraftwerks.

### HENNE-BOULEVARD UND HIMMELSTREPPE

Von der Innenstadt von Meschede aus können die Urlauber auf dem HenneBoulevard bis zum Hennesee flanieren, am Wegesrand warten zahlreiche Höhepunkte. Die abends beleuchtete Himmelstreppe belohnt den Aufstieg über 333 Stufen mit herrlicher Aussicht, und der SinnePfad lüftet an zehn interessanten Stationen Geheimnisse der Natur. Am Anleger startet die MS Hennesee zur Rundfahrt, und das Wassersportcenter bietet Stand-up-Paddling und Kajaktouren an.

### BIGGEBLICK, TALSPERREN UND TROPFSTEINHÖHLE

Die 90 Meter hohe Aussichtsplattform Biggeblick bietet eine atemberaubende Sicht über den Biggesee und die Waldenburger Bucht. Zwischen Olpe und Attendorn kreuzen Ausflugsschiffe und Kinder können sogar ein Mini-Kapitänspatent erwerben. Die Bimmelbahn "Biggolino" fährt zur Atta-Höhle, einer der größten Tropfsteinhöhlen Deutschlands. Zu Ausflügen in die Umgebung laden die Burg Schnellenberg, das Südsauerlandmuseum, das Museum Wendener Hütte, ein Labyrinth oder die Kletterparks in Attendorn oder Olpe ein. Der Listersee bietet sich zu einer wunderschönen und verträumten Tour zu Fuß oder mit dem Fahrrad an. Wer sich eine Auszeit gönnen möchte, sucht eine der Badestellen auf.

### AUEROCHSEN UND WILDPFERDE AM "WESTFÄLISCHEN MEER"

Der Möhnesee ist die größte Talsperre im Sauerland und wird deshalb auch "Westfälisches Meer" genannt. Von der imposanten Staumauer fährt die MS Möhnesee zur lauschigen Hevehalbinsel mit der barrierefreien Naturpromenade. Im Naturschutzgebiet "Kleiberg" können Wanderer und Radler sogar Auerochsen und Wildpferde beobachten. Der Möhnesee-Turm bietet ihnen weite Aussichten und auf dem MöhnetalRadweg überqueren sie die Kanzelbrücke, eine der schönsten Steinbrücken Deutschlands.

### NATURJUWEL DIEMELSTEIG UND INTERAKTIVES VISIONARIUM

Der Diemelsee ist ein Eldorado für Familien- und Aktivurlauber. Zahlreiche Rad- und Qualitätswanderwege führen durch die Mittelgebirgslandschaft: vom gut neun Kilometer langen Panoramaweg über den 63 Kilometer langen Diemelsteig bis zum Fährschiff-Höhen-Wanderweg, der Wandern und Schifffahren verbindet. Für Abwechslung sorgen Strandbäder, die Erlebnisausstellung "Visionarium Diemelsee", das Familienbad Heringhausen oder das Besucherbergwerk "Grube Christiane". Alle Infos rund um die Erlebnistipps gibt es auch unter www.sauerland-seen.de. (djd).

*An den Sauerland-Seen finden Urlauber viel Ruhe in der Natur.* *Foto: djd/sauerland-seen.de/Dominik Ketz*

# GRENZENLOSE REISEFREIHEIT IM CAMPINGURLAUB MIT FAHRZEUGEN

## des SOMA Caravaning Centers Warendorf

Genießen Sie die grenzenlose Freiheit und spüren Sie das unvergleichliche Reisevergnügen, das die Mobilität und Spontanität des Campingurlaubs mit sich bringt. Erkunden Sie so im Caravan oder Wohnmobil ganz entspannt und flexibel die schönsten Orte Europas. Diesen Traum vom unabhängigen, flexiblen und mobilen Urlaub können Sie sich mit einem Kauf von einem mobilen Eigenheim im SOMA Caravaning Centers in Warendorf schon jetzt erfüllen.

Dort finden Sie auf einer 10.000 qm großen Ausstellungsfläche alles, was das Camping- und Freizeit-Herz begehrt: Top Neu- und Gebrauchtwagen, Mietfahrzeuge, einen erstklassigen Reparaturservice und einen „Movera"-Zubehörshop. Das Angebot überzeugt dabei vor allem auch mit einer breit gefächerten Auswahl an verschiedensten Fahrzeugen, die eine riesengroße Ausstattungsvielfalt sowie unterschiedliche Grundrissvarianten mit sich bringen. Ob es nun ein einfacher Kastenwagen oder ein luxuriöses Reisemobil sein soll - Sie können sich sicher sein, dass im SOMA Caravaning Center auch für Sie das perfekt passende Modell dabei ist.

Der Kauf eines Freizeitfahrzeugs ist absolute Vertrauenssache und genau deswegen hat im SOMA Caravaning Center die Kundenzufriedenheit auch oberste Priorität. So werden stets beste Qualität zum günstigen Preis sowie optimaler Service geboten und natürlich genügen auch die Mietfahrzeuge der Vermietung SOMARent durchweg höchsten Ansprüchen.

Auch in den modern ausgestatteten Werkstätten im SOMA Caravaning Center steht der überaus qualifizierte Service an allererster Stelle. Sie können sich darauf verlassen, dass die sich stets auf dem neuesten Stand der Reparaturtechnik befindenden Mitarbeiter alle Reparaturen zuverlässig und kompetent durchführen. Doch nicht nur Reparaturen jeglicher Art, sondern auch Um- und Ausbauten, Nachrüstungen von Zubehör, Dichtigkeitsprüfungen, Gasprüfungen, TÜV, Instandsetzung und Inspektionen werden in der SOMA-Werkstatt verlässlich und korrekt abgewickelt.

Statten Sie dem SOMA Caravaning Center einen Besuch ab und überzeugen Sie sich selbst von der riesengroßen Auswahl an erstklassigen, zum Kauf und zur Vermietung zur Verfügung stehenden Camping- und Freizeit-Fahrzeugen.

### ÖFFNUNGSZEITEN

| November bis Februar | März bis Oktober |
|---|---|
| Mo - Fr: 9:00 - 17:00 Uhr | Mo - Fr: 9:00 - 18:00 Uhr |
| Samstag: 9:00 - 13:00 Uhr | Samstag: 9:00 - 13:00 Uhr |

*Werkstatt: 12:30 - 13:30 Uhr Pause*

**WIR FREUEN UNS AUF IHREN BESUCH!**

SOMA Caravaning

- Verkauf/Ankauf
- Beratung
- Vermietung
- Service
- Werkstatt
- Zubehör-Shop

LMC Meine Welt · Dethleffs · Sunlight · WESTFALIA · Concorde · NEU bei uns! SOMA CAMP

**SOMA Caravaning Center Warendorf GmbH**
Am Holzbach 32 ▪ 48231 Warendorf
Tel.: 0 25 81 60 36 0 ▪ Fax: 0 25 81 60 64 5
info@somacaravaning.de ▪ **www.somacaravaning.de**

*Ponyreiten und Kutsche fahren können Kinder im Schmallenberger Sauerland allerorten. Foto: djd/Schmallenberger Sauerland Tourismus GmbH/sabrinity*

*Selbst geröstetes Stockbrot schmeckt am Lagerfeuer doppelt gut. Foto: djd/Schmallenberger Sauerland Tourismus GmbH/sabrinity*

# Elfenwald und Ponyhof

## Erlebnisreiche Ausflüge für die ganze Familie im Schmallenberger Sauerland

Im Zauberwald erleben Kinder ab vier Jahren eine magische Spielzeit mit Elfen, Feen und Zwergen. Sechs- bis Neunjährige gehen auf eine spannende Nachtwanderung durch die Wisent-Wildnis, sehen in der Dunkelheit die Augen der Tiere leuchten, hören Käuzchen rufen und bekommen spätestens beim Lauschen der Gruselgeschichte eine Gänsehaut. Jugendliche ab elf Jahren nehmen mit Aufnahmegerät und Mikro ihre eigene Radiosendung auf, besuchen Musik- oder Bildhauerworkshops. Dies sind nur ein paar Beispiele von über 250 Angeboten im prall gefüllten Familienferienprogramm des Schmallenberger Sauerlands. Für die ganze Familie stehen beispielsweise auch Bauernhofbesuche und Planwagenfahrten, Einsteigerkurse in der Kletterhalle oder rasante Bergabfahrten mit dem Bullracer auf dem Programm.

### FAMILIENHOTELS MIT GEHEIMREZEPT

Für unternehmungslustige Familien ist das Schmallenberger Sauerland ein maßgeschneidertes Ziel. Gut erreichbar, zum Beispiel aus dem Rhein-Main- oder Ruhrgebiet in weniger als zwei Stunden, bietet es sich für einen Wochenendurlaub oder eine erlebnisreiche Ferienwoche an. Die reizvolle Mittelgebirgslandschaft mit vielen Rund- und Spazierwegen, kleinen gastfreundlichen Ortschaften, zahlreichen Schwimmbädern und Freizeitparks lohnt einen längeren Besuch. Dafür stehen sogar zwölf ausgewiesene Familienhotels zur Verfügung, die Komfort, Genuss und spielerische Naturerlebnisse mit einem guten Preis-Leistungs-Verhältnis verbinden. Sie nehmen ihr Motto beim Wort: "Das Geheimrezept glücklicher Eltern im Urlaub ist ganz einfach: Zufriedene Kinder!" Unter www.schmallenberger-sauerland.de sind alle Informationen zu finden.

### DÖRFER WIE IM BILDERBUCH

Abseits von Großstadtlärm und Hektik wirkt das Schmallenberger Sauerland wie eine Bilderbuchlandschaft: Schmucke Fachwerkhäuser und urige Ferienbauernhöfe liegen zwischen bewaldeten Hügeln und saftigen Wiesen, durch die viele gut beschilderte Wanderwege und Fahrradrouten verlaufen. Die malerischen Dörfer und lebendigen Städtchen in der naturnahen Ferienregion zwischen Dortmund, Kassel und Gießen bieten viel familienfreundliche Abwechslung von Erlebnismuseen über Ponyhöfe bis zu Wellnessangeboten. (djd)

# Ein Meer aus Licht und Farben

## Ende Oktober wird die Ostseeküste Schleswig-Holstein zum funkelnden Lichtermeer

Ein Strandspaziergang an der Ostsee hat in den ruhigen Herbst- und Wintermonaten einen ganz besonderen Charme. Der Wind bläst kräftig ins Gesicht, nun findet man vor allem Ruhe und Entspannung. Eingeläutet wird diese Zeit an der Ostseeküste Schleswig-Holstein aber mit einem großen Spektakel, dem farbenfrohen, leuchtenden "Lichtermeer" rund um das Wochenende des 27. und 28. Oktober 2018. Wenn die Uhren auf Winterzeit umgestellt werden, erstrahlen die Urlaubsorte in vollem Glanz. Für den Lichterzauber sorgen Illuminationen, Feuershows und Fackelwanderungen. Teilnehmen werden wieder zahlreiche Orte, das ganze Programm findet man rechtzeitig unter www.lichtermeer-ostsee.de, Informationen gibt es zudem unter Telefon 04503-888525.

### WILDPFERDE IM KURPARK UND EIN GROSSER LICHTERUMZUG

Das Ostseebad Hohwacht etwa zeigt sich drei Tage lang in einem Meer aus Licht und Farben. Lichtkünstler Oliver Roth wird eine Achse von der Rundkirche über den Kurpark bis zur Seeplattform mit Illuminationen und Lichtkunst verzaubern: Wildpferde laufen durch den Kurpark, ein Meer aus Sonnenblumen rückt die Jahreszeit virtuell in weite Ferne. Die 398 Meter lange Grömitzer Seebrücke wird mehrere Tage lang nach Einbruch der Dunkelheit von unzähligen LED-Lichtern zum Strahlen gebracht. Am Samstag, 28. Oktober, steigt der große Lichterumzug durch Grömitz mit bunten Laternen, Fackeln und Musik. Den Abschluss bildet ein großes Feuerwerk auf dem Seebrückenvorplatz. Auch die Holsteinische Schweiz erstrahlt im Lichtermeer: In Malente gibt es beim "Feenfeuer" im Kurpark Licht- und Schattenwesen sowie eine Feuershow zu sehen. Der Plöner Bootshafen wird zum Lichterhafen, in der Eutiner Stadtbucht findet die Magie des Feuers ihren Höhepunkt bei den "Pyro Games".

### LEUCHTSTABWANDERUNG UND STELZENLÄUFER

Heiligenhafen steht am 27. Oktober ganz im Zeichen der Leuchtstabwanderung: Entlang der Yachthafenpromenade geht es mit musikalischer Begleitung zur mit bunten Farben illuminierten Erlebnis-Seebrücke. Einen Tag später können dann Wagemutige beim "Abbaden" an der Erlebnis-Seebrücke in die Ostseefluten springen. Kunstvoll arrangierte Lichter und Kerzen, Stelzenläufer und Feuerkünstler tauchen auch das Ostseebad Timmendorfer Strand in ein buntes Farbenmeer. An vielen weiteren Orten der Ostseeküste wird es sehenswerte Inszenierungen geben: Im Seebad Travemünde etwa ist eine Lichtillumination geplant, in Glückstadt an der Flensburger Förde wird "Friedrich Jr." deutschen Folkpop zum Besten geben, am Weissenhäuser Strand kann man sich im Dünenbad des Strandhotels verwöhnen lassen und in Kellenhusen laden die "Wald Piraten" zu Fackelumzug, Feuershow und kleinem Strandfeuerwerk. (djd)

*Foto: djd/www.ostsee-schleswig-holstein.de/Oliver Franke*

# WELLNESS UND NATÜRLICHKEIT

Während die Natur sich auf den kommenden Winter einstellt, sollten auch wir unserem Körper etwas auf die Sprünge helfen, damit weder Erkältungen noch der Winterblues eine Chance haben. Und auch die Haut, die sich an die Sommersonne gewöhnt hat, sollte jetzt mehr Zuwendung erfahren. medicalpress erklärt, wie das geht.

## NATÜRLICHE APOTHEKE BEI ERKÄLTUNGEN

Hatschi! Im Herbst und Winter erkälten sich Erwachsene durchschnittlich zwei bis vier Mal. Doch um einer Erkältung vorzubeugen oder sie zu behandeln, hilft oft schon die Heilkraft der Pflanzen. Besonders wirksam bei Infekten der Atemwege ist Spitzwegerich. 2014 wurde dieser zur Heilpflanze des Jahres gekürt. Nicht umsonst – denn die Schleimstoffe des Spitzwegerichs fördern den Abtransport von Sekret aus den Bronchien und schützen den gereizten Hals und Rachen. Auch Thymian ist für seine Heilwirkung bei Erkältungen bekannt, denn dieser löst dank seiner ätherischen Öle festsitzenden Schleim und erleichtert so das Abhusten. Das Eukalyptusöl des Eukalyptusbaums setzt sich ebenfalls aus verschiedenen ätherischen Ölen zusammen. Aufgrund seiner antibakteriellen und fungiziden Wirkung kann es nachweislich Krankheitskeime unschädlich machen. Zudem wirkt Eukalyptusöl hustenreizstillend.

## NATÜR-LICH-T GEGEN DAS STIMMUNGSTIEF

Besonders in der dunklen Jahreszeit leiden viele Menschen unter einem andauernden Stimmungstief. Als Ursache hierfür werden u. a. Störungen des biologischen Tagesrhythmus angenommen, aufgrund des nasskalten Wetters halten sie sich zudem überwiegend zu Hause auf. Der Mangel an frischer Luft, Sonnenlicht und Bewegung führt dazu, dass weniger Serotonin produziert wird. Auch bei trübem Tageslicht empfehlen Experten einen Spaziergang an der frischen Luft, denn selbst ein bedeckter Himmel im Winter spendet Untersuchungen zufolge mehr als 2500 Lux Helligkeit – das reicht aus, um die Produktion von Glückshormonen in Gang zu bringen. Im Vergleich dazu bietet eine Büroleuchte gerade einmal 500 Lux. Außerdem bringt die Bewegung an der frischen Luft den Stoffwechsel in Gang und weckt den Geist. Die angenehm kühle und feuchte Luft eines Wintertags ist zudem ideal für gereizte Schleimhäute. Wer jedoch mit einer Erkältung spazieren geht, sollte nur eine kurze Route wählen, um sich nicht zu überanstrengen.

## STREICHELEINHEITEN FÜR DIE SEELE UND DIE HAUT

Der Sommer mit all seinen „Reizen" ist vorbei, doch der Mix aus intensiver Sonnenbestrahlung, Chlor- oder Salzwasser und Sand hat seine Spuren hinterlassen. Mit der kalten Jahreszeit steht der Haut zudem eine erneute Belastungsprobe bevor. Höchste Zeit sie darauf vorzubereiten! Ein Vollbad mit rückfettenden Badezusätzen pflegt nicht nur die Haut, sondern sorgt auch kurz vor der großen Feiertagshektik für entspannende Wohlfühlmomente und lockert zudem die gesamte Muskulatur – genau das Richtige vor dem ereignisreichen Jahresende. Viele ätherische Öle wirken sich positiv auf die Seele aus: So regt beispielsweise Lavendelöl den Kreislauf an, während Melisse ausgleichend wirkt und Rosmarin für einen klaren Kopf sorgt. Um Körper und Geist in der kalten Jahreszeit zur Ruhe und Entspannung zu bringen, kann auch eine Tasse heißen Tees besonders wohltuend sein – zudem ist dieser voller gesunden Inhaltsstoffe: Während Mangan den Stoffwechsel aufrecht hält und für gesunde Knochen sorgt, wirken die im Tee enthaltenen Catechine gegen Hautalterung.

## WELLNESS-URLAUB AUF DEM VORMARSCH

Immer häufiger verreisen Menschen, um eine Auszeit vom hektischen Alltag zu nehmen. Statt drei Wochen Karibik entscheiden sie sich nun allerdings gerne beispielsweise für ein paar Tage Wellnessurlaub – gerne auf drei oder vier Mal über das gesamte Jahr verteilt. Personen in stark beanspruchten Berufsgruppen können dabei so den Alltagsstress hinter sich lassen und „einfach mal abschalten". Sie verbringen die Auszeit in einem Wellness-Hotel ihrer Wahl und genießen dabei verschiedene Beauty- und Gesundheitsanwendungen. Wellness-Urlaube sind aber nicht nur bei Frauen beliebt: Laut einer Untersuchung besteht mit einem Anteil von 49 % bei den Männern mittlerweile beinahe Gleichstand.

*Quelle: medicalpress.de*

# LASSEN SIE ES SICH BEI EINEM **WELLNESS-TAG** GUT GEHEN!

# SCHÖNER WOHNEN

*Fliesen werten den Wohnraum erstklassig auf: Egal ob im Schlafzimmer, in der Küche oder direkt im Eingangsbereich – die Keramik sieht als Wand- und Bodenbelag gut aus. (Foto: epr/V&B Fliesen GmbH)*

## MIT GRÖSSE ZUM MINIMALISMUS -

### Wie XXL-Fliesen hochwertiges Wohnen ermöglichen

(epr) Bei der Gestaltung der eigenen vier Wände liegen die Anforderungen an die Einrichtung hoch. So fällt die Entscheidung für den Bodenbelag auch immer öfter auf Fliesen, da diese mit vielerlei Vorteilen überzeugen. Bei Reibung laden sie sich nicht elektrisch auf, Allergiker können aufgrund der leichten Pflege aufatmen und selbst bei hohen Temperaturen fühlen sie sich angenehm kühl an. Ihr größter Vorteil ist allerdings die Verbindung zwischen Funktionalität und eindrucksvollem Design.

Ob im Schlafzimmer, in der Küche oder direkt im Eingangsbereich – als attraktiver Wand- und Bodenbelag werten Fliesen den Wohnraum erstklassig auf. Auch bei Villeroy & Boch Fliesen liegt der Fokus neben der Funktionalität auf der Ästhetik. Dabei überzeugt das Konzept OPTIMA mit großen Keramikflächen besonders. Mit den Maßen 60 x 120, 120 x 120 und 120 x 260 Zentimeter sind sie auch für die Wandgestaltung ideal geeignet, wobei das XXL-Format der gängigen Raumhöhe angepasst ist. Trotz ihrer Größe wirken sie elegant, fast minimalistisch, da der Fugenanteil reduziert ist und das harmonische Gesamtbild der Fliesen nicht hemmt. Besonders viel Wärme strahlen die OPTIMA-Serien HUDSON und TUCSON aufgrund ihrer naturnahen Optik – angelehnt an Sandstein- und Steinstruktur – aus.

X-PLANE und SPOTLIGHT hingegen beeindrucken mit ihrem modernen Charakter. Die wie Zement anmutende Oberfläche wird für Böden und Wände schon lange geschätzt und spiegelt sich in der Keramik wider. Aufgrund der zahlreichen und authentischen Farbtöne sind alle Modelle vielseitig einsetzbar und passen sowohl in wärmere als auch kühlere Einrichtungsstile. Wer sich für die großen Fliesen entscheidet, bekommt eine Reihe an Vorteilen on top: Dank ihrer schlanken Gestalt mit lediglich sechs Millimetern Stärke gestalten sich der Transport und die Verlegung vergleichsweise einfach. Dabei können die Großformate einfach über vorhandene Beläge geklebt werden, weshalb sie auch bestens für Renovierungsarbeiten geeignet sind. Da sie recht dünn sind, besitzen sie ebenfalls eine sehr gute Leitfähigkeit und sind die optimale Lösung für Räume mit Fußbodenheizungen. Mehr Informationen zu den exklusiven Fliesen, die mit dem Red Dot Award: Product Design 2018 ausgezeichnet wurden, gibt es unter www.villeroy-boch.com/fliesen und www.homeplaza.de.

*Hier steht die Ästhetik im Vordergrund: Die Dusche kann mit einer einzigen Wand- und Bodenfliese gestaltet werden. (Foto: epr/V&B Fliesen GmbH)*

Guido
KLEINEMEYER
FLIESENFACHGESCHÄFT
Büro + Ausstellung geöffnet:
Mo. - Fr. 8.00-12.00 & 14.00-17.00 Uhr
und nach individueller Absprache
◆ ... mit uns schöner wohnen
Gladiolenweg 15a • Bad Lippspringe • Tel. 5 38 43 • Fax 5 43 08

Meyer
Raumausstattung
Meisterbetrieb
Gardinen - Polsterei - Bodenbeläge
Sonnenschutz - Innenausbau
Heinz- Josef Meyer
Markt 7
33142 Büren
Tel. 02951/ 2617
Fax. 02921/1891
e-mail: raumausstattung-meyer@kh-online.de
www.meyer-raumausstattung.de

# TRENDY UND GLEICHZEITIG INDIVIDUELL EINRICHTEN

## Kleine Details machen den Unterschied bei der Möbelauswahl

*Es müssen ja nicht immer Holzbeine unter dem Tisch sein. Auch Varianten in Metall- oder Betonoptik machen einiges her.*
*Foto: djd/Henders & Hazel*

Die eigene Wohnung oder gar ein ganzes Haus geschmackvoll einzurichten, ist gar nicht so einfach. Modern soll die Ausstattung sein, gleichzeitig auch gemütlich und praktisch. Man möchte mit dem Trend gehen und doch Individualität beweisen. Drei Tricks, wie Sie das gleichzeitig schaffen können.

### 1) VERSCHIEDENE STILE ERSTELLEN MIT DEMSELBEN PRODUKT

Wenn Sie in mehreren Zimmern die gleichen Möbel verwenden, entsteht Ruhe in der Inneneinrichtung. Damit es jedoch nicht langweilig wird, können jeweils deren Details verändert werden - zum Beispiel bei den Stühlen. Beim Modell Malene/Malvino aus der Chairs & Choices-Kollektion von Henders & Hazel etwa können Sie unter vier verschiedenen Lederarten wählen - und jede dieser Gruppen hat ganz eigene Farbpaletten. Darüber hinaus können Sie auch die Beine für jeden Stuhl einzeln aussuchen. Buchenholzbeine machen sich in Kombination mit einem hellen Braunton auf der runden Sitzfläche hervorragend im Wohnzimmer, wenn dieses eine gemütliche Atmosphäre bekommen soll. In der Küche hingegen können Sie das gleiche Stuhlmodell anders ausstatten - beispielsweise mit Beinen aus Edelstahl und einer Sitzfläche in hellgrau. So wirkt es moderner.

### 2) SPIELEN SIE MIT FORMEN, FARBEN UND MATERIALIEN

Denken Sie abseits von festgefahrenen Mustern. Das Sofa muss nicht immer eckig und aus Leder sein. Vielleicht macht eine Couchgarnitur mit abgerundeten Ecken in einem außergewöhnlichen Stoff sich viel besser in Ihrem Wohnzimmer. Auch Tische müssen nicht zwingend eine Holzoberfläche besitzen. Im Trend liegen derzeit auch Materialien wie Beton, man sieht ihn unter anderem auf Esstischen oder Küchenarbeitsflächen. Weitere Ideen, wie Sie Ihrer Inneneinrichtung den letzten Schliff geben, lesen Sie online unter www.rgz24.de/Inneneinrichtung.

*An vielen Sofas lassen sich Füße und Ziernähte individuell gestalten.*
*Foto: djd/Henders & Hazel*

*Wenn man die gleichen Stuhlmodelle in verschiedenen Farben ausstattet, entsteht gleich ein Hingucker.*
*Foto: djd/Henders & Hazel*

### 3) MÖBELDETAILS VERÄNDERN

Ein Möbelstück kann gleich ganz anders wirken, wenn Sie die Füße, Handgriffe oder Türknöpfe verändern. Dabei gilt die Grundregel: Applikationen aus Metall kreieren eher einen industriellen, kühlen Stil. Sofafüße und Türgriffe aus Holz machen das Zimmer wärmer und gemütlicher. Achten Sie allerdings darauf, nicht zu viele Holzarten in einem Zimmer zu mischen. Wenn der Tisch im Esszimmer beispielsweise aus Akazienholz gefertigt ist, sollten sich auch die Türgriffe der Schränke und die Stuhlbeine diesem Ton anpassen. Bei einigen Möbelherstellern kann man zudem auch individuelle Biesen, also Ziernähte für Polster und Stoffe, aussuchen. Auf www.hendersandhazel.de finden Sie viele Möbelmodelle, die individuell veränderbar sind.

Fotos: djd/Industrieverband Polyurethan-Hartschaum e. V.

# DREI TIPPS ZUM GESUNDEN WOHNEN

## Damit schlechte Luftqualität keine Chance hat

**Nicht zu warm, keine Zugluft, genügend Luftaustausch und eine Innenraumluft, die möglichst geringe Schadstoffbelastungen aufweist: Mit den richtigen Baustoffen und ein paar guten Verhaltenstipps ist es nicht schwer, ein gesundes und behagliches Wohnklima zu schaffen.**

### 1. SCHADSTOFFE VERMEIDEN: EMISSIONSARME BAUSTOFFE UND EINRICHTUNGEN

Schadstoffe können sich direkt auf Gesundheit und Wohlbefinden auswirken. Die Folgen reichen von Reizungen der Augen, der Nase und des Rachens über Kopfschmerzen, Müdigkeit bis zu Konzentrationsschwierigkeiten. Für eine Reihe von Innenraumschadstoffen gibt es Richtwerte, die nicht überschritten werden sollen und die auf der Website des Umweltbundesamtes veröffentlicht sind. Zertifizierte PU-Dämmstoffe mit dem Umweltzeichen pure life erfüllen die Anforderungen des Ausschusses für die gesundheitliche Bewertung von Bauprodukten (AgBB), sind gesundheitlich unbedenklich und für die Verwendung in Innenräumen uneingeschränkt geeignet. Garantiert wird dies über jährliche Prüfungen der Dämmstoffproduktion im Herstellwerk, die Emissionsuntersuchungen an Stichproben sowie die produktbezogene Zertifizierung. Weitere Infos gibt es unter www.uegpu.de/pure-life.

### 2. LUFTAUSTAUSCH: RICHTIG LÜFTEN IM SOMMER UND IM WINTER

Das Lüftungsverhalten muss der Jahreszeit angepasst werden. Generell gilt: Je kälter es draußen ist, desto kürzer kann gelüftet werden. Im Winter ist die Außenluft kalt und in der Regel trocken. Sie ist damit ideal für einen Sauerstoffaustausch und das Abführen trockener Heizungsluft. Bei Dauerlüften mit gekippten Fenstern, Terrassen- und Balkontüren in der kalten Jahreszeit ist die Luftwechselrate zu hoch, der Raum kühlt aus, kostbare Heizenergie geht verloren. Für einen kompletten Luftaustausch reicht kurzzeitiges Stoßlüften bei voll geöffnetem Fenster, am besten durch Querlüften. Im Sommer ist die beste Zeit fürs Lüften spät abends oder frühmorgens, wenn die Außentemperaturen sinken. In der warmen Jahreszeit kann ohne Weiteres auch länger gelüftet werden.

### 3. DEM SCHIMMEL KEINE CHANCE: RICHTIG HEIZEN UND FEUCHTIGKEIT VERMEIDEN

Schimmel in Wohnräumen ist nicht nur lästig sondern kann auch die Gesundheit beeinträchtigen. Weil Schimmelpilze Feuchtigkeit lieben, sollten Wohnräume ausreichend gelüftet werden. Räume direkt zu beheizen, hält die Luftfeuchtigkeit niedrig und vermeidet Tauwasserbildung. Eine gute Wärmedämmung, etwa eine PU-Hochleistungsdämmung, verhindert die Abkühlung von Bauteilen und wirkt ebenfalls dem Tauwasser entgegen, mehr Infos dazu findet man unter www.ivpu.de. Fugen an Fenstern, Rollladenkästen oder an Außentüren sollten luftundurchlässig abgedichtet sein, damit es nicht zieht. (djd)

# Mit Top-Konditionen ins eigene Zuhause.

**Die eigenen vier Wände stehen für die meisten Menschen ganz oben auf der Wunschliste. Ein Traum, der sich jetzt erfüllen könnte. Denn aktuell sind die Zinsen niedrig. Hinzu kommt ein besonderes Angebot der Sparda-Bank West: vom 20. August bis zum 30. Oktober gibt es einen Rabatt auf alle Baufinanzierungen.**

**Arnim Peters** stellver. Filialleiter

Dieser Rabatt vergünstigt die Zinsen um 0,1 Prozent – und gilt für den Kauf, Neubau oder für umfangreiche Modernisierungen sowie für Anschlussfinanzierungen und Forward-Darlehen. Mit diesen Top-Konditionen feiert das genossenschaftliche Kreditinstitut die Fusion mit der Sparda-Bank Münster zur neuen Sparda-Bank West: „Der Zusammenschluss macht uns stark und davon profitieren die Kunden vor Ort. Das möchten wir von Anfang an deutlich machen“, berichtet Arnim Peters, stellvertretender Filialleiter der Sparda-Bank in Paderborn.

## Gut und individuell beraten

Ausgezeichnet als Deutschland fairster Baufinanzierer legt die Sparda-Bank West nicht nur großen Wert auf gute Konditionen. „Ganz wichtig ist auch eine umfassende und individuelle Beratung“, erklärt Arnim Peters. Denn es gilt, die Finanzierung nicht zu knapp zu kalkulieren. Schließlich müssen neben der Rate weitere Ausgaben zu stemmen sein, wie etwa Rücklagen für die Altersvorsorge.

## Förderung nutzen, Risiken absichern

Experten empfehlen ein Eigenkapital von zehn bis zwanzig Prozent des Kaufpreises. Arnim Peters empfiehlt außerdem, sich von Anfang an gegen Risiken wie Berufsunfähigkeit, Krankheit oder Arbeitslosigkeit abzusichern und so die Familie zu schützen.

Um die langfristigen Belastungen zu kalkulieren, bietet sich bei den derzeitigen Konditionen eine längere Zinsbindung an. Möglich ist sogar ein auf zwanzig Jahre festgeschriebenes Volltilger-Darlehen. Doch auch, wer sich für eine kürzere Laufzeit entscheidet: der Abschlag von 0,1 Prozentpunkten gilt in jedem Fall. „Holen Sie sich deshalb immer vor einer Finanzierungsentscheidung ein Angebot von uns ein“, erklärt der stellvertretende Filialleiter. „Oder am besten gleich einen Termin in unserer Filiale vereinbaren. Dann erstellen wir gern ein auf die jeweiligen Bedürfnisse zugeschnittenes, umfangreiches Baufinanzierungsangebot. Es lohnt sich!“

Sparda-Bank

**SpardaBaufinanzierung:** Unser Zinsrabatt von -0,1 % heißt alle Kunden und Neukunden willkommen. Seien Sie dabei!

**Jetzt informieren: www.sparda-west.de/baufinanzierung**

**Sparda-Bank West eG**
Bahnhofstr. 5, 33102 Paderborn

Sparda-Bank

*Bei der Beseitigung von Schimmel sind Sicherheitsvorkehrungen zu treffen. Foto: RioPatuca Images/fotolia.com/ Verbraucherzentrale Bundesverband e.V./akz-o*

# HANDLUNGSBEDARF BEI SCHIMMEL IN WOHNRÄUMEN

Ist Schimmelpilz an den Wänden oder an der Decke zu sehen, sollte dieser möglichst schnell entfernt werden, um eine Ausbreitung zu verhindern. In Verbindung mit Feuchtigkeit findet er sonst schnell weiteren Nährboden in Tapeten, Anstrichen oder porösen Baustoffen.

„Schimmel ist nicht nur ein optisches Problem, sondern unter Umständen auch ein gesundheitliches, denn er kann allergische Reaktionen und gesundheitliche Belastungen auslösen", erklärt Peter Kafke, Projektteamleiter Energieberatung der Verbraucherzentrale.

## SELBST BEHEBEN ODER FACHFIRMA BEAUFTRAGEN

Wer nicht allergisch auf Schimmelpilze reagiert, kann unter Beachtung gewisser Schutzmaßnahmen kleinere Schäden selbst beheben. Schutzbrille, Atemschutz und Handschuhe sollten getragen werden. Bei größeren Schäden empfiehlt es sich eine Fachfirma zu beauftragen.

Damit der Schaden dauerhaft beseitigt werden kann und keine neuen Schäden auftreten, ist eine Ursachenermittlung notwendig. Schimmel kann durch zu hohe Luftfeuchtigkeit in den Innenräumen entstehen aber auch durch eindringende Feuchtigkeit von außen bei baulichen Mängeln. Hierzu gehören zum Beispiel mangelnder Wärmeschutz oder Kältebrücken. Die Energieberatung der Verbraucherzentrale berät dazu betroffene Verbraucher. Mieter müssen bei Schimmelbefall umgehend den Vermieter informieren, um Konflikte zu vermeiden.

Durch regelmäßiges Lüften der Wohnung kann die Luftfeuchtigkeit verringert werden. Messbar ist dies mit einem Thermo-Hygrometer. Liegt es nicht am richtigen Lüften kommen Baumängel als Ursache in Frage. Genauso wichtig ist es, in der Heizperiode ausreichend zu heizen. Auch in wenig beheizten Wohnräumen sollten nicht weniger als 16 Grad Celsius sein. Sind Möbel zu nahe an kalten Wänden zu finden, behindern sie das Erwärmen der Wand und den nötigen Luftaustausch. Als Folge kann an der Rückseite von z. B. Schränken Schimmel entstehen. Ein ausreichender Abstand (5-10 cm) zur Wand kann Schimmelprobleme verhindern.

Das Schimmelrisiko senken können nachträgliche Wärmedämmungen. Wird eine zusätzliche Lüftungstechnik eingebaut, ist immer reichlich Frischluft in den Wohnräumen, auch wenn die Bewohner nicht da sind. Mehr Informationen gibt es auf www.verbraucherzentrale-energieberatung.de oder unter 0800 – 809 802 400 (kostenfrei).

Die Energieberatung der Verbraucherzentrale wird gefördert vom Bundesministerium für Wirtschaft und Energie. (akz-o)

# SACHVERSTÄNDIGENBÜRO FÜR
## FEUCHTE UND SCHIMMEL IN INNENRÄUMEN
## SCHIMMELSPÜRHUND LAJOS

### SCHIMMELPILZBEFALL IN INNENRÄUMEN

Die feuchte und auch kalte Jahreszeit steht bevor. Damit kommt es leider auch wieder zu vermehrtem Schimmelpilzbefall in den Innenräumen.
Schimmelpilze kommen als natürlicher Bestandteil unserer Umwelt überall in der Natur vor. Die Konzentration von Schimmelpilzen in der Außenluft ist starken, auch jahreszeitlich geprägten Schwankungen unterworfen. Da Schimmelpilze organisches Material zersetzen, ist ihre Konzentration in der Luft in der Nähe von Komposthaufen, Wäldern und Stallungen wesentlich höher als in Gegenden mit wenig „Nahrungsangebot". Für die Messung von Schimmelpilzkonzentrationen der Innenräume bedeutet dieses: Eine Innenraumluftmessung muss immer parallel mit einer Außenluftmessung durchgeführt werden. Der Vergleich der Messergebnisse zeigt erst, ob die Pilzbelastung auf einer Innenraumquelle beruht oder ob die Sporen durch die Außenluft eingetragen wurden.

Die Regulation der Feuchtigkeit auf den Bauteiloberflächen ist die einzige Möglichkeit Schimmelpilzwachstum in Innenräumen zu verhindern, da alle anderen Wachstumsfaktoren in Innenräumen eigentlich immer gegeben sind. Daher ist es unbedingt erforderlich neben der Beseitigung des Befalls auch die Feuchtigkeitsquelle festzustellen und zu beseitigen.

### SCHIMMELSPÜRHUND LAJOS

Lajos ist der einzige Schimmelspürhund in Ostwestfalen und Lippe. Eine Suche mit einem Schimmelspürhund ist immer dann sinnvoll, wenn der Verdacht auf einen verdeckten Schimmelbefall besteht oder ausgeschlossen werden soll.

Nur etwa 10 bis 15 Prozent des Schimmelpilzbefalls sind sichtbar. Das bedeutet, dass ca. 85% des Schimmelbefalls für uns unsichtbar hinter Tapeten, in Hohlräumen und Dämmungen, sowie unter Fußböden verborgen sind.

Die Suche mit einem Schimmelspürhund liefert sofort ein Ergebnis. Dieses ist ein großer Vorteil, da die lange Wartezeit auf Laborergebnisse entfällt. Oft ist es gerade für Immobilienkäufer und potentielle Mieter nicht möglich bis zu 4 Wochen auf ein Laborergebnis zu warten. Der Schimmelspürhund Lajos sucht die Räume ab und zeigt exakt die Stellen an, an denen er den Schimmelbefall riecht. Ein weiter Vorteil des Schimmelspürhundes ist die zerstörungsfreie Suche, da weder Bauteile geöffnet noch Möbel entfernt werden müssen. Falls ein Befall durch den Hund angezeigt wurde, kann gezielt mit der Suche nach der Feuchtigkeitsquelle und der Sanierung begonnen werden.

*Verdeckter Schimmelbefall hinter einer Styorportapete*

**Sachverständigenbüro**
**für Feuchte- und Schimmelpilzbelastungen**
**Schimmelspürhund**
**Bautenschutz**

BAUTENSCHUTZ
Ulf Hoffmann

Lajos
www.schimmel-spuerhund.de

Lindenstraße 35 • 33189 Schlangen • Tel.: 05252 9718179
kontakt@schimmel-spuerhund.de • www.schimmel-spuerhund.de

Forscher bestätigen:

# HORTENSIEN sorgen für gesündere Luft

Das beste Mittel gegen trockene Heizungsluft? Ein natürlicher Luftbefeuchter namens Hortensie. Die kugelrunden Blüten und das voluminöse Blattwerk verdunsten Wasser und verbessern so auf ganz natürliche Art und Weise das Raumklima, bestätigen Wissenschaftler des Forschungsinstituts Fytagoras Plant Science in Leiden.

Ein sehr wichtiges Attribut ist Gesundheit. Anstatt im Fitnessstudio die Pfunde purzeln zu lassen oder sich im Beautysalon verwöhnen zu lassen, holen Pflanzenfans sich die Hortensie ins Zuhause. Während die großen, runden Blüten ein Genuss fürs Auge sind, erhöhen das dichte, grüne Laub und die kleinen Blütenblätter die Luftfeuchtigkeit und sorgen so für eine gesündere Raumumgebung.

Das über die Erde und Wurzeln aufgenommene Gießwasser transportiert die Hortensie in Richtung Blattwerk und Blüte. Dort wird es verdunstet und in die Luft abgegeben. Insbesondere in der kalten Jahreszeit, wenn Heizungsluft für trockene Haut und Augen sowie Kopfschmerzen führen kann, schafft die Zimmerpflanze auf natürliche Art und Weise Abhilfe. Die Wissenschaftler haben herausgefunden, dass keine andere Zimmerpflanze Raumklima und -luft so deutlich verbessert. Kalkuliert wurde, dass bereits neun Zimmerhortensien eine niedrige Luftfeuchtigkeit von 30 Prozent innerhalb von vier Stunden auf ein deutlich gesünderes Level von 40 Prozent anheben. Insbesondere in den kalten Monaten Januar, Februar und März sollten pro Raum mindestens zwei Zimmerhortensien eingeplant werden.

## PFLEGETIPPS

Damit die Hortensie so viel verdunsten kann, sollte sie regelmäßig gegossen werden, sodass der Topfballen nie vollständig austrocknet – abhängig von Größe, Standort, Sonneneinstrahlung und Umgebungstemperatur also etwa zwei – bis dreimal wöchentlich. Ein schnelles Überprüfen des Feuchtegrads der Erde gibt schnell Aufschluss darüber, ob eine Wassergabe nötig ist. Da die blühende Zimmerpflanze saure Böden bevorzugt, sollte das Gießwasser möglichst kalkarm sein. Zugang zu genügend Tageslicht sollte die Hortensie in jedem Fall bekommen, denn sie mag es hell. Sobald sich draußen die ersten warmen Sonnenstrahlen verbreiten und die Temperaturen langsam wieder in den zweistelligen Bereich des Thermometers klettern, kann die Zimmerhortensie umgetopft werden und den Sommer im Freien verbringen.

Auf www.hydrangeaworld.com und auf Facebook gibt es weitere Informationen und Inspirationen zur Hortensie. (akz-o)

Fotos: hydrangeaworld/akz-o

# Herbstzauber

## bei Tofall's Blumenecke

## Nicht vergessen

– jetzt ist Pflanzzeit –

Tofall's BLUMENECKE

Floristik | Dienstleistungen
Gartenpflege | Grabpflege

Bielefelder Str. 15 | 33175 Bad Lippspringe | Tel. 05252 4213 | kontakt@tofalls-blumenecke.de | www.tofalls-blumenecke.de

# EINMAL ABBRAUSEN UND ZUSAMMENPUSTEN BITTE

## So geht der Herbstputz im Garten schnell von der Hand

Herbstzeit ist Aufräumzeit im Garten: Die Terrasse muss gesäubert werden, die Terrassenmöbel kommen ins Winterlager, Bäume, Hecken und Beete werden mit einer sorgfältigen Pflege auf den Winter vorbereitet, der Rasen erhält den letzten Schnitt der laufenden Saison. Hier gibt es eine kleine Checkliste der Aufgaben, die jetzt erledigt werden sollten.

### *GARTENMÖBEL VON DEN SPUREN DES SOMMERS BEFREIEN*

Staub, Pollen und Regen haben über den Sommer auf den Gartenmöbeln sichtbare Spuren hinterlassen. Bevor Tische und Stühle winterfest verstaut werden, freuen sie sich daher über ein Großreinemachen. Besonders einfach und schnell geht die Arbeit mit einem Hochdruckreiniger etwa von Stihl von der Hand.

*Mit den passenden Gartenhelfern lassen sich Wege und Terrassen schnell und bequem vom Laub befreien.*
*Foto: djd/STIHL*

*Mit einem Flächenreiniger bringt man die Terrasse und Gartenwege rasch wieder auf Hochglanz.*
*Foto: djd/STIHL*

### *TERRASSE UND WEGE GRÜNDLICH SÄUBERN*

Auch der Terrassenbelag und viele Gartenwege weisen meist Schmutzspuren auf. Nicht selten haben sich hier Moose oder Algen angesiedelt. Zum Entfernen des Bewuchses eignet sich ein Flächenreiniger. Dieses gängige Zubehör für Hochdruckreiniger ist mit rotierenden Reinigungsdüsen speziell für die Oberflächenpflege ausgelegt und säubert Holzterrassen, Granit- oder Steinplatten schnell und gründlich.

### *DER DRECK MUSS WEG*

Schmutz auf Hofflächen und Zufahrten gibt ebenfalls kein schönes Bild ab. In diesem Fall kann der Hausbesitzer zum Besen greifen - oder es sich mit einem Kehrgerät deutlich einfacher machen. Mit diesem lässt sich sogar schwerer und nasser Schmutz kräfte- und rückenschonend zusammenkehren.

### *LAUB VON WEGEN UND RASEN BESEITIGEN*

Nicht nur die Temperaturen fallen - auch das Laub löst sich jetzt von den Bäumen. Unschön anzusehen ist es, wenn sich Laubberge auf der Terrasse oder auf Gartenwegen türmen - oder sich die Pracht an einem windigen Herbsttag auf dem gesamten Grundstück verteilt. Leistungsstarke und leise Akku-Blasgeräte wie etwa das "Stihl BGA 56" aus dem AkkuSystem Compact pusten die Spuren des Herbstes kurzerhand zusammen. Auch vom Rasen sollte Herbstlaub regelmäßig entfernt werden. Das geht bequem mit dem Rasenmäher und dem montierten Auffangkorb. Noch ein Tipp: In den Blumenbeeten kann das gesammelte Laub dazu dienen, die Bepflanzung vor den Folgen des Winterfrostes zu schützen. (djd).

*Markus, Renate und Konrad Schulte (v.l.) rüsten Sie mit den passenden Gartenhelfern für Herbst- und Winterarbeiten.*

# GARTEN UND GERÄTE WINTERFEST MACHEN

## Schulte Forst- und Gartentechnik gibt hilfreiche Tipps für eine umsichtige Gartenpflege im Herbst

Der Sommer 2018 war in Deutschland extrem heiß – weshalb die Trockenheit dem Herbst bereits schon jetzt Einzug in unsere Gärten gewährt. Für Hobbygärtner ist es nun vor allem auch an der Zeit, Gerätschaften und Grün winterfest zu machen. Hierzu gibt das hiesige Familienunternehmen Schulte Forst- und Gartentechnik mit Sitz in Borchen ein paar hilfreiche Empfehlungen und Tipps:

1. Nicht nur die Temperaturen fallen - auch das Laub löst sich jetzt von den Bäumen. Um die Laubberge zu beseitigen, sind tüchtige Helfer wie die neuen leistungsstarken und leisen Akku-Laubbläser bei Schulte Forst- und Gartentechnik nötig. Sie pusten die Spuren des Herbstes kurzerhand zusammen und sind zudem noch angenehm leise.

2. Schmutzige Hofflächen und Zufahrten geben ebenfalls kein schönes Bild ab. Je nach Grundstücksgröße können Besen und Rechen hilfreich sein, aber die Arbeit trotzdem sehr beschwerlich. Mit einem entlastenden Kehrgerät vom Betrieb Schulte geht die Gartenarbeit deutlich einfacher von der Hand. Mit diesem lässt sich sogar schwerer und nasser Schmutz kräfte- und rückenschonend zusammenkehren. So leicht kann Gartenpflege sein.

3. Nicht nur Beete, Bäume und Hecken brauchen zum Herbst einige Pflegeeinheiten - auch die Gartenhelfer können vor dem Winterlager noch eine gründliche Überprüfung vertragen oder sogar auf den Winterarbeit-Modus in der hauseigenen Schulte-Werkstatt umgerüstet werden. So wird aus dem Rasenmäher im Handumdrehen ein dienlicher Schneeschieber oder Salzstreuer.

Die Schulte Forst- und Gartentechnik ist über fast sechs Jahrzehnte ständig gewachsen. Inzwischen ist hier die dritte Generation mit Leidenschaft und Erfahrung für starke Motoren am Werk. Neben dem Verkauf, der Wartung und der Reparatur von Anhängern, Aufsitzmähern, Rasentraktoren, Einachsschlepper, Kommunaltraktoren, Motorsägen, Motorsensen, Rasenmäher, Wiesenmäher und Stromerzeuger werden auch Geräte zum Verleih angeboten. Die Profis beraten Sie gern bei der richtigen Auswahl für Ihre Bedürfnisse.

***ÖFFNUNGSZEITEN IN BORCHEN***

01. April - 30. September: Mo-Fr: 8-18 Uhr, Sa: 9-12 Uhr
01.Oktober - 31. März: Mo-Fr: 8-17 Uhr, Sa 9-12 Uhr

SCHULTE FORST & GARTENTECHNIK
www.motorschulte.de

Husqvarna automower EXPERTE

Wir sind zertifiziert QMF Qualifizierter Motorgeräte-Fachhandel

HONDA POWER EQUIPMENT PLATINUM Händler

SCHULTE FORST- & GARTENTECHNIK
Buchenhof 3 - 7 | 33178 Borchen
Tel.: 05251 - 77902-0 | Fax: 05251 - 77902-22
E-Mail: mail@motorschulte.de

IMMER 1. WAHL!

WIR ***LIEBEN*** REGIONAL!

# NEUE PRIORITÄTEN

## Der Trend geht auch bei Fertiggerichten zu Nachhaltigkeit und Regionalität

63 Prozent der Bundesbürger legen beim Thema Nahrungsmittel Wert auf Regionalität, 39 Prozent befürworten eine saisonale Ernährung und 28 Prozent achten beim Lebensmitteleinkauf auf Bio. Das sind die Ergebnisse einer aktuellen Nielsen-Studie zu den Ernährungs- und Einkaufsgewohnheiten der Deutschen, befragt wurden dabei 11.000 Haushalte. Nachhaltigkeit, Ernährung und auch Qualität seien für viele Verbraucher mittlerweile eng miteinander verknüpft und genauso wichtig wie der Geschmack, erklären die Verfasser der Studie. Sie haben die Befragten zudem in sieben Ernährungstypen eingeteilt: Dabei machen die "Engagierten" mit 27 Prozent den größten Anteil aus, gefolgt von den "Pragmatikern" und den "Unbekümmerten".

### NACHHALTIGKEIT HAT NICHTS MIT ZEITAUFWAND ZU TUN

Der Trend zu Nachhaltigkeit und Regionalität hat im Übrigen wenig damit zu tun, wo man seine Lebensmittel einkauft und wie viel Zeit man mit der Zubereitung verbringt. "Das Image von Fertiggerichten etwa hat sich drastisch gewandelt", so Jeannine Frenzel, Quality Manager bei Continental Foods Lübeck, Marke Erasco. Lange Zeit wären Convenience-Produkte nirgends so verpönt gewesen wie in Deutschland: "Nur wenn man frische Zutaten auf dem Markt eingekauft und sich danach stundenlang selbst in die Küche gestellt hat, galt eine Mahlzeit als gesund und hochwertig." Heute ist Zeit im Alltag der meisten Menschen zu einem knappen Gut geworden - auf eine

*Nachhaltigkeit und Qualität der Lebensmittel werden für Verbraucher immer wichtiger. Foto: djd/www.erasco.de/ jackfrog - stock.adobe.com*

ausgewogene Ernährung wollen und müssen sie dennoch nicht verzichten. Der Markt für Fertiggerichte ist vielfältig geworden, die Anbieter legen größten Wert auf die Auswahl der Zutaten.

### SO VIEL FRISCHES GEMÜSE WIE MÖGLICH

Frische Kartoffeln, feine Möhren, grüne Bohnen, zarter Mais, saftige Tomaten oder bunte Paprika - genau wie bei den Verbrauchern kommt auch bei den Herstellern von Fertiggerichten so viel frisches Gemüse wie möglich in die Suppen und Eintöpfe. "Das erntefrische Gemüse beziehen wir direkt von unseren deutschen Vertragsbauern. Und die wertvollen Zutaten werden danach durch moderne, schonende Prozesse geschützt", so Frenzel. Die meisten Produkte kämen mittlerweile ganz ohne Konservierungsmittel laut Gesetz, geschmacksverstärkende Zusatzstoffe oder künstliche Farbstoffe aus: "Um die Suppen und Eintöpfe haltbar zu machen, werden die Zutaten mit ausreichend Flüssigkeit wie etwa Brühe übergossen. Dann wird alles luftdicht verschlossen und das Gericht gleichmäßig so kurz wie möglich, aber so lange wie nötig gegart." (djd).

*Genau wie bei den Verbrauchern kommt auch bei den Herstellern von Fertiggerichten so viel frisches Gemüse wie möglich in die Suppen und Eintöpfe.*
*Foto: djd/www.erasco.de/Getty*

### ENTHALTEN KONSERVEN KEINE VITAMINE?

Unbehandelte Lebensmittel sind keinesfalls immer gesünder oder vitaminreicher als Konserven. "Obst und Gemüse etwa verliert bei Zimmertemperatur und unter dem Einfluss von Licht und Sauerstoff schnell einen Großteil der Vitamine", erklärt Jeannine Frenzel, Quality Manager bei Continental Foods Lübeck, Marke Erasco. Im Gegenzug stimme es nicht, dass Konserven keine Vitamine mehr enthielten: "Wie viele Vitamine noch in einer Konserve enthalten sind, hängt von der Art des Erhitzens ab und vom Vitamingehalt vor der Verarbeitung." Denn nicht jedes Vitamin sei gleichermaßen hitzeempfindlich. Das Zusetzen von Konservierungsstoffen sei bei den modernen Verfahren in der Regel nicht mehr nötig, so Frenzel.

## WERT AUF REGIONALITÄT LEGEN!

WIR
L(I)EBEN
LECKER!

# LAMMKOTELETTS MIT PAPRIKA-TOMATEN-REIS

**Zutaten für 4 Personen**
8 Lammkoteletts
3 Knoblauchzehen
1 Bund Petersilie
125 ml Rapsöl
2 EL Balsamico-Essig
Pfeffer
200 g Reis
2 grüne Paprikaschoten
1 rote Paprikaschote
4 EL Rapsöl
2 Tomaten
1 Chilischote
Salz
Pfeffer
Rosmarin

**Zubereitung**
Lammkoteletts kalt abbrausen, trocken tupfen, eventuell den Fettrand entfernen. Die Knoblauchzehen abziehen und zerdrücken. Die Petersilie kalt abbrausen, gut abtropfen lassen und fein hacken. Aus Öl, Balsamico-Essig, Knoblauch, Petersilie und Pfeffer eine Marinade zubereiten, die Lammkoteletts darin einlegen und mindestens 2 Stunden ziehen lassen. Den Reis nach Packungsanweisung kochen. Inzwischen die Paprikaschoten waschen, halbieren und das Kerngehäuse entfernen. Die rote Paprika fein würfeln, mit den halbierten grünen Paprikaschoten in 2 EL Öl 10 Minuten dünsten. Die Tomaten enthäuten, Fruchtansatz und Kerne entfernen und fein würfeln. Die Chilischote halbieren, die Kerne entfernen und ganz fein hacken. Den Reis abtropfen lassen. Chili, Tomaten- und Paprikawürfel unter den Reis heben und in die grünen Paprikaschoten füllen. Die Lammkoteletts aus der Marinade nehmen, abtropfen lassen und in 2 EL heißem Rapsöl von beiden Seiten 2-3 Minuten braten. Mit den gefüllten Paprikaschoten servieren. Mehr Rezepte gibt es auf www.1000rezepte.de.

# LAMM-KÖFTE MIT MINZ-QUINOA UND JOGHURTSOSSE

**Zutaten für 4 Personen**
für die Köfte
450 g mageres Lammhackfleisch
2 kleine Zwiebeln
2 kleine Knoblauchzehen
2 Zweige Minze
1 EL Kreuzkümmelsamen, 1 EL Zimt
1 kleines Ei, Pfeffer, 1 Prise Salz
8 mittelgroße Holzspieße – für eine Stunde im Wasser gebadet, 2 TL Olivenöl

für die Minz-Quinoa
80 g ungekochte Quinoa (Naturkostladen oder Reformhaus)
170 ml kochendes Wasser
1 Prise Salz
2 Zweige Minze
1 Zweig Koriander
1 kleine Knoblauchzehe
40 g Frühlingszwiebeln
50 g Salatgurke
2 TL Olivenöl
Pfeffer, Saft einer Limette

für die Joghurtsoße
100 g griechischer Joghurt
70 g Salatgurke, entkernt, geschält, gerieben
1 Knoblauchzehe, fein gehackt
1 Zweig frischer Dill, gehackt
Pfeffer, Salz, Zitronensaft zum Abschmecken

**Zubereitung**
Zwiebeln und Knoblauchzehen abziehen und hacken. Die Zwiebeln in einer Küchenmaschine zerkleinern, den Knoblauch fein hacken. Minze, Kreuzkümmel, Zimt, Pfeffer und Salz hinzufügen und alles vermengen. Hackfleisch und Knoblauch zugeben und weitere 30 Sekunden mischen. Zuletzt das Ei unterrühren. Wenn die Mischung zu feucht ist, etwas Paniermehl hinzufügen, so dass sich die Masse leichter formen lässt. Das Hackfleisch in 8 gleich große Portionen aufteilen und diese länglich rollen. Jeweils einen der angefeuchteten Spieße in das Hackfleischröllchen stecken und das Fleisch nochmals andrücken. Die Spieße zunächst eine Stunde im Kühlschrank aufbewahren, damit sich die Masse setzen kann. Eine beschichtete Pfanne mit Olivenöl ausstreichen. Die Köfte darin rundherum braun anbraten, anschließend auf ein Backblech legen und im vorgeheizten Backofen bei 200 °C 8-10 Minuten weiter garen, bis sie durch sind. Die Köfte können auch gegrillt werden. Das Quinoa in ein mikrowellengeeignetes Gefäß geben, Salz und Wasser hinzufügen und mit Frischhaltefolie abdecken. Auf höchster Stufe in der Mikrowelle für ca. 6 Minuten erhitzen, aus der Mikrowelle nehmen und umrühren. Weitere 3 Minuten in der Mikrowelle erhitzen und prüfen, ob das Quinoa gar ist. Das gesamte Wasser sollte aufgesogen sein und die Körner sollten aussehen, als ob sie gespalten sind. Abkühlen lassen. Inzwischen die Minze und den Koriander hacken, die Knoblauchzehe abziehen und fein würfeln, die Frühlingszwiebeln fein hacken und die Gurke in kleine Würfel schneiden. Alles mit dem Olivenöl unter das Minz-Quinoa heben und dieses mit Pfeffer, Salz und Limettensaft abschmecken, anschließend im Kühlschrank aufbewahren. Für die Joghurtsauce die Salatgurke schälen, entkernen und fein reiben. Die Knoblauchzehe abziehen und fein hacken, den Dill ebenfalls hacken. Alles mit dem Joghurt mischen und mit Pfeffer, Salz und Zitronensaft abschmecken. Die warmen Köfte mit der Minz-Quinoa und der Joghurtsoße servieren. Mehr Rezepte gibt es im Internet unter www.1000rezepte.de.

*Rezepte und Foto: Wirths PR*

Deftig, würzig und lecker - Bratkartoffeln mag jeder. Insbesondere zur Erntezeit ab September kommen die Knollen dann besonders frisch auf den Tisch.

# NUDELTÖRTCHEN MIT WÜRZIGEM LAMMBÄLLCHEN

**Zutaten für 4 Personen**

**Zutaten Bällchen:**
400 g Lamm Hack
1 TL Raz El Hanout
1 TL klein geschnittene Petersilie
1 kleine, klein geschnittene Zwiebel

**Zutaten Nudel:**
200 g Spaghetti
2 Eier
2 EL Milch
100 g Parmesan

**Zutaten Sauce:**
400 g Dosentomaten
1 kleine klein geschnittene Zwiebel
1 Knoblauchzehe
4 EL alter Balsamico
1 EL Paprika Edelsüß
Salz & Pfeffer

**Zubereitung Bällchen:**
Alle Zutaten sehr gut vermengen. Würzen mit Pfeffer und Salz, danach Bällchen formen.

So geht's weiter:
Nudeln al Dente kochen, dann der Länge nach auf ein Backblech legen und auskühlen lassen.

Die rohen Bällchen mit den Nudeln ummanteln und in Förmchen setzten. Milch, Ei und etwas Parmesan vermengen und über die Nudelnester geben, dann mit etwas Parmesan bestreuen.

Im Backofen bei 180 Grad ca. 20 Minuten backen.

**Zubereitung Sauce:**
Die Zwiebel und den Knoblauch anbraten. Dann die restlichen Zutaten für die Sauce hinzugeben, durchkochen, danach fein pürieren und mit Pfeffer und Salz abschmecken.

*Rezept und Foto: Mirko Reeh*

# BRATKARTOFFELN A LÁ RÖSLE

**Zutaten für 4 Personen**
800 g speckige Kartoffeln
50 g Butterschmalz
2 mittelgroße Zwiebeln
1 Bund Schnittlauch
1 Zweig Thymian
4 EL Rapsöl zum Braten
Salz & Pfeffer

**Zubereitung**
Die ungeschälten Kartoffeln in gesalzenes Wasser geben und 20–30 Minuten kochen lassen. Die Kartoffeln dürfen nicht zu weich sein, da sie beim Braten sonst zerfallen. Wenn die Kartoffeln abgekühlt sind, in dünne Scheiben schneiden. Die Scheiben in das erhitzte Öl der Pfanne geben und regelmäßig schwenken. Wenn die Bratkartoffeln leicht Farbe bekommen haben, den Thymianzweig dazugeben. Währenddessen die Zwiebel schälen, in dünne Streifen schneiden und anschließend in die Pfanne geben. Die Bratkartoffeln solange im Ofen lassen bis sie eine schöne goldgelbe Farbe haben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Zum Servieren Schnittlauch darüber streuen.

*Rezept und Foto: Rösle*

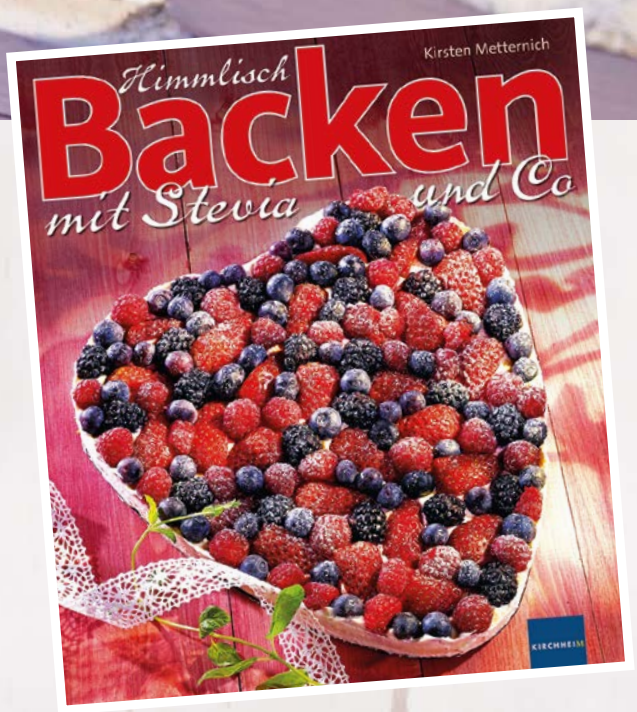
WIR L(I)EBEN LECKER!

# PFLAUMEN-CRUMBLE

**Zutaten für 4 Tassen:**
200 g Pflaumen
10 – 12 g Stevia-Granulat
1/2 Tl Zimt, gemahlen
100 g Weizenmehl, Type 550
80 g kalte Halbfettbutter
1/2 Fläschchen Buttervanillearoma
50 g gemahlene Mandeln

**Außerdem:**
4 feuerfeste Tassen oder
Mini-Tortenformen/
Minigläser

**So wird's gemacht:**
Den Backofen auf 180°C vorheizen. Pflaumen waschen, entsteinen und fein würfeln. Mit 5 g Stevia-Granulat und Zimt in einer Schüssel mischen. Mehl, restliches Stevia-Granulat, Halbfettbutter, Vanillearoma und Mandeln mischen, zu einem geschmeidigen Streuselteig kneten. Pflaumenwürfel auf die vier Tassen verteilen. Die Streuselmasse gleichmäßig darüberstreuen. Auf der mittleren Einschubleiste in 15 bis 20 Minuten backen, bis die Streusel leicht gebräunt sind. Das Crumble schmeckt lauwarm besonders köstlich.




**Rezept aus:**
**Himmlisch Backen mit Stevia und Co**
von Kirsten Metternich
1. Auflage 2013, 118 Seiten,
23 x 26,5 cm, Softcover
ISBN 978-3-87409-548-8
17,90 Euro / 30,80 sFr

**www.kirchheim-shop.de**

# BEGLEITETES FAHREN

*Mit 17 sicher hinterm Steuer*

*Wer seinen Führerschein mit 17 macht und ein Jahr begleitetes Fahren unfallfrei hinter sich bringt, kann bei der Kfz-Versicherung sparen. Foto: xixinxing/ Fotolia/Barmenia*

Abschied vom „Mama-Taxi" und selbst hinters Steuer. Immer mehr Jugendliche nutzen die Möglichkeit, schon mit 17 Jahren den Führerschein zu machen. Nach erfolgreicher Fahrprüfung dürfen die Teilnehmer mit einer eingetragenen Begleitperson Auto fahren. Doch wer sich dafür anmeldet, muss einiges beachten - und sollte sich auch frühzeitig über die richtige Kfz-Versicherung informieren.

Grundsätzlich gilt: Eine Anmeldung in der Fahrschule ist bereits mit 16,5 Jahren möglich. Nach bestandener Prüfung wird mit 17 die sogenannte Prüfungsbescheinigung ausgehändigt, in der auch die begleitenden Beifahrer eingetragen werden. Sie müssen mindestens 30 Jahre alt sein, seit fünf Jahren ohne Unterbrechung den Führerschein Klasse B besitzen und dürfen nicht mehr als einen Punkt im Fahreignungsregister bzw. drei Punkte im Verkehrszentralregister haben. Aber was passiert, wenn es trotz Begleitperson zu einem Verkehrsunfall kommt? „Im Schadensfall wird der minderjährige Fahranfänger haftungsrechtlich wie ein volljähriger Fahrer behandelt", erklärt Michael Groß von den Barmenia Versicherungen. Die Begleitung ist nicht verantwortlich - solange sie als möglicher Erziehungsberechtigter die Aufsichtspflicht nicht verletzt und nicht aktiv ins Fahrgeschehen eingreift, etwa durch einen Griff ins Lenkrad. Ungeachtet davon ist es erforderlich, der Kfz-Versicherung die Teilnahme am begleiteten Fahren (BF17) mitzuteilen und die bestehende Police möglicherweise anzupassen.
Gut zu wissen: Einige Kfz-Versicherer schließen 17-jährige Fahrer während der Zeit des begleiteten Fahrens kostenlos in den bestehenden Vertrag der Eltern ein. Außerdem kann sich das BF17 auszahlen, wenn Anfänger das Auto der Eltern ab 18 weiter mitnutzen möchten. Denn einzelne Anbieter honorieren die gesammelte Fahrpraxis mit einem günstigeren Beitrag. Es empfiehlt sich, dies bereits im Vorfeld mit dem Versicherer abzuklären. Weitere Informationen unter www.barmenia.de. txn

# SICHERHEIT GEHT VOR - IM EIGENEN INTERESSE

*Spezielle Kurse wie das ADAC Schräglagentraining helfen Motorradfahrern, Extremsituationen zu meistern. Gutscheine für derartige Kurse sind das ideale Geschenk zur bestandenen Führerscheinprüfung. Foto: jochen-schweizer.de*

Ist ein Motorradfahrer an einem Unfall beteiligt, geht das viel zu oft nicht gut aus. Biker werden schneller übersehen, überschätzen sich selbst oder können in Extremsituationen die Maschine nicht mehr kontrollieren. Der Spaß am Zweiradfahren ist daher immer auch eine Frage der Sicherheit, für die Können, Konzentration und Beobachtungsgabe die wichtigsten Voraussetzungen sind.

Um diese Elemente zu schulen, sollten Motorradfahrer in regelmäßigen Abständen an speziellen Motorrad-Sicherheitstrainings teilnehmen. In zahlreichen Übungen wird dabei die Einschätzung von Gefahrensituationen geprobt und am fahrerischen Feinschliff gearbeitet. Erfahrene Instruktoren zeigen und erklären den Teilnehmern, welche Notmanöver zur Entschärfung beitragen. Genau richtig, um nach einer langen Fahrpause wieder oder zu Beginn der Motorradkarriere richtig fit auf dem Krad zu werden.

Entsprechende Kurse finden sich im Internet (z.B. www.jochen-schweizer.de). Neben allgemeinen Sicherheitstrainings gibt es auch spezialisierte Schräglagen- oder Offroadtrainings. txn-p

MANN OH MANN

*Einen sommerlich-leichten Look verspricht eine weiße Jeans in Kombination mit einem weißen Hemd, Weste und blau gemustertem Jackett - wie hier von Roy Robson*

*Fotos: Roy Robson*

# TRENDFARBE BLAU FÜR FREIZEIT UND BUSINESS

## Die neue *MODE* für den *MANN* bietet viele Kombinationsmöglichkeiten

**Auf den Fashion Weeks schickten die Designer die Models im Blaumann über den Catwalk. Bestimmt wird dies 2018 nicht für jedermann das Lieblingsoutfit werden, aber dennoch gilt: Im Sommer spielt Blau eine wichtige Rolle.**

### KOMPLETTLOOK IN BLAUTÖNEN DARF SEIN

Die Farbrange reicht dabei von ausgewaschenen Bleus über Königsblau bis hin zu Indigo und Navy. Ein Komplettlook in Blautönen ist ebenso angesagt wie das Aufpeppen mit einzelnen Farbakzenten - etwa einem Sommerpulli in Orange. Denn auch diese Knallfarbe gehört in diesem Jahr zu den angesagten Trendtönen. Wer sich ganz auf Blau einstellt, sollte darauf achten, dass verschiedene Schattierungen gesetzt werden - die vielen Blautöne machen dies problemlos möglich. Und auch beim All-Denim-Look sollte man verschiedene Farben und Waschungen aus der Denim-Farbpalette kombinieren. Stoffe in der gleichen Waschung wirken schnell langweilig. Wer ein hellblaues Hemd obenrum wählt, greift zu dunkler Jeans.

### MODEMUTIGE KOMBINIEREN BLAU MIT ROSÉ

Einen sommerlich-leichten Look verspricht eine weiße oder türkisfarbene Jeans in Kombination mit einem weißen Hemd und blau gemusterten Jackett. Blaue Schuhe mit weißer Sohle und ein Gürtel in der gleichen Farbe vervollkommnen den sportlichen Style. Sehr modisch wirken blaue Anzüge in abgestimmtem Karomuster und passender Weste mit einem blau-weißen Hemd in Rautenmuster. Modemutige Männer, die Lust auf mehr Farbe haben, kombinieren in dieser Saison Blaues mit Beerenfarben oder Rosé. Wer einen blauen Anzug mit braunen Schuhen tragen möchte, sollte darauf achten, dass diese entsprechend elegant sind. Ein Double-Monk aus Velourleder oder Glattleder ist bei Business-Casual sehr gut tragbar. Wer Stil beweisen will, trägt die farblich zum Schuh passende Krawatte beziehungsweise Einstecktuch oder Schal. Auch der Gürtel darf im gleichen Braunton sein. (dtd).

# FIRST CLASS

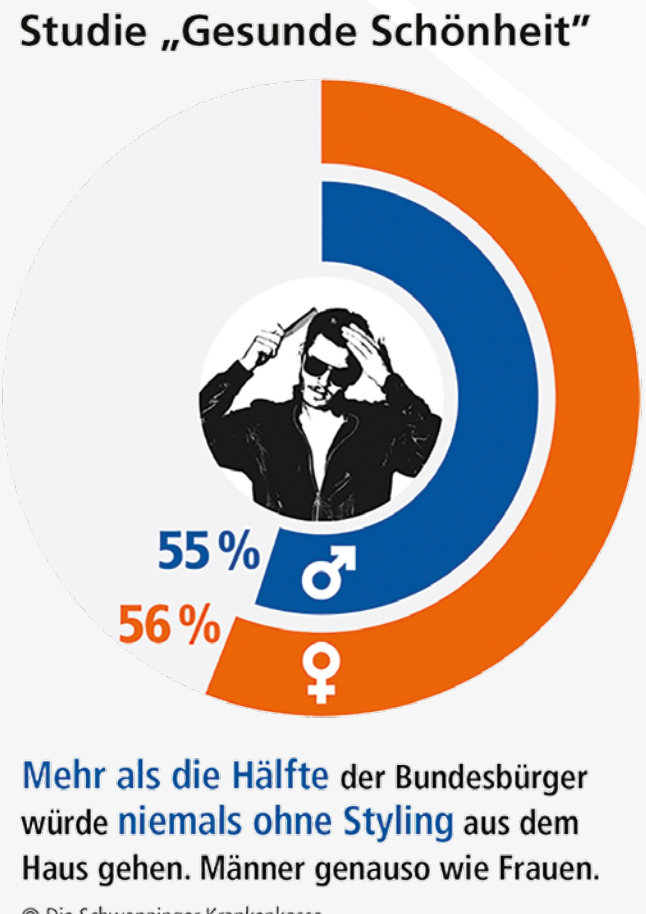
## EXECUTIVE

THE NEW FRAGRANCE FOR HIM

# STUDIE: MEHRHEIT DER MÄNNER GEHT NIE OHNE STYLING AUS DEM HAUS

## Schöne Haut ist mehr als reine Kosmetik

Deutschlands Männer legen mittlerweile fast genauso viel Wert auf gutes Aussehen wie Frauen. So geben 55 Prozent der Männer an, dass sie „niemals ohne Styling aus dem Haus gehen". Bei den Frauen liegt die Quote mit 56 Prozent nur minimal höher. Auch in Sachen Eitelkeit herrscht weitgehend Einigkeit: So sagen 87 Prozent der Frauen, dass Männer mittlerweile „genauso eitel sind wie Frauen". Bei den Männern sind immerhin noch 74 Prozent dieser Ansicht. Das sind die Kernergebnisse der repräsentativen Studie „Gesunde Schönheit" der Schwenninger Krankenkasse. Befragt wurden dafür 1.000 Bundesbürger ab 18 Jahren.




Um schön zu sein, setzen Männer und Frauen vor allem auf die Pflege ihrer Gesichtshaut. Wie sie dabei konkret vorgehen, unterscheidet sich allerdings deutlich: Während mehr als die Hälfte der Frauen auf Gesichtsmasken, Make-up und Peelings schwört, sind Männer deutlich weniger aktiv.

Wenn überhaupt, verzichten sie auf bestimmte Lebensmittel (24 %), meiden die Sonne (21 %) oder verwenden Anti-Falten-Cremes (16 %). Lediglich in einem Punkt stimmen beide Geschlechter überein: Mehr als 80 Prozent bemühen sich, ausreichend zu trinken, um ihre Haut schön zu halten.

Vor allem jüngere Menschen reduzieren das Thema gepflegte Haut jedoch oft auf „Schönheit aus der Tube". So geben fast 40 Prozent der 18- bis 34-jährigen offen zu, dass sie „mehr Geld für Schönheitsprodukte ausgeben als für gesunde Ernährung". „Viele Jüngere denken bei schöner Haut nur an Kosmetik", sagt Thies-Benedict Lüdtke, Ernährungsexperte der Schwenninger Krankenkasse. „Mindestens ebenso wichtig ist aber eine gesunde, ausgewogene Ernährung. Dadurch führen wir unserer Haut eine Vielzahl an Schönheits-Baustoffen zu."

Fehlen dem Körper zum Beispiel bestimmte Vitamine, kann sich das an der Haut bemerkbar machen. Zu wenig Vitamin E kann zu trockener Haut führen, zu wenig Vitamin B2 Hautrisse begünstigen und zu wenig Vitamin C sogar Hautentzündungen verursachen. Was viele nicht wissen: In den Griff bekommen lassen sich Hautentzündungen auch durch die ausreichende Aufnahme von Omega-3-Fettsäuren. Diese hemmen nämlich Entzündungen und kommen zum Beispiel in Rapsöl und fettem Seefisch wie Hering vor. Das Problem: Unser Körper verarbeitet die „guten" Omega-3-Fettsäuren auf demselben Stoffwechselweg wie die „schlechten" Omega-6-Fettsäuren. Diese können Entzündungen fördern statt hemmen und sind in vielen fettreichen Wurstsorten enthalten. Es kommt also auf das richtige Verhältnis an. „Ich empfehle deshalb, ein bis zweimal pro Woche Fisch zu essen und gleichzeitig fettreiche Wurstsorten durch magere zu ersetzen", so Thies-Benedict Lüdtke. „Das dankt die Haut."

Wer sein MOTORRAD LIEBT, der schraubt gerne selbst daran herum. Schließlich ist das BIKE viel mehr als nur ein Fortbewegungsmittel - sondern für viele EIN TRAUM, den sie sich nach langer Zeit verwirklichen.

# DARAUF SOLLTEN MOTORRAD-NEULINGE ACHTEN!

Für die meisten ist das erste eigene Motorrad nicht einfach ein Fortbewegungsmittel, sondern ein lang gehegter Traum, der endlich in Erfüllung geht. Ganz gleich ob sich Biker mit Anfang 20 oder erst mit 50 die erste Maschine zulegen, ein unvergessliches Erlebnis ist es in jedem Fall. Gerade Anfänger, egal welchen Alters, sollten es dabei aber nicht übertreiben: Zu Beginn reicht ein Bike mit durchschnittlicher Leistung, um die ersten Fahrerfahrungen zu sammeln. Empfehlenswert ist es allemal, sich dabei für ein gebrauchtes Modell zu entscheiden. Kleine Kratzer und ähnliches fallen hier nicht so schwer ins Gewicht wie bei einer neuen Maschine, die schon durch leichte Blessuren erheblich an Wert verlieren kann.

## GEBRAUCHT, ABER SICHER

Das Prädikat "gebraucht" bedeutet allerdings nicht, an der Sicherheit zu sparen. Bremsen, Licht, Bereifung sollten natürlich auch bei Bikes aus zweiter und dritter Hand einwandfrei funktionieren - oder zumindest vor der ersten Ausfahrt instandgesetzt werden. "Finanziell kann es oft interessant sein, bei einem Gebrauchtbike mit leichten Mängeln den Preis nach unten zu verhandeln und die Ersparnis in frische Teile sowie einen hochwertigen Helm und eine gute Kombi zu investieren", rät Zweirad-Experte Oliver Pflaum von MotorradreifenDirekt.de. Viele Biker würden leidenschaftlich gerne an ihrem Motorrad herumschrauben oder sie kennen zumindest jemanden, der die Technik beherrscht. So lasse sich mit Eigenleistung auch eine ältere Maschine wieder flottbekommen.

## Kleine **CHECKLISTE** für den **MOTORRADKAUF**

Die Experten von MotorradreifenDirekt.de haben wichtige Punkte zusammengefasst, die man bei Kauf eines Gebrauchtbikes überprüfen sollte:

- Sind die Reifen in einem ordentlichen Zustand, mit genügend Profil, ohne sichtbare Schäden?
- Funktionieren Bremse, Bremslicht, Scheinwerfer und Blinker einwandfrei?
- Sind vielleicht Unfallspuren sichtbar? Auch auf Kratzer an den Griffen achten.
- Handelt es sich um Originalteile? Falls nicht, sind Änderungen in den Papieren eingetragen?
- Tritt irgendwo Flüssigkeit aus?
- Sind Rostspuren sichtbar?
- Lassen sich die Bowdenzüge leicht bedienen?
- Sitzt die Kette stramm oder lässt sie sich nach hinten wegziehen? (djd).

## PROFIL SORGT FÜR GUTEN GRIP

Keine Kompromisse sind bei der Bereifung erlaubt. Eine Profiltiefe von mindestens 1,6 Millimetern schreibt der Gesetzgeber vor, besser ist es jedoch, die Reifen nicht zum Limit abzufahren. Gerade für Fahrneulinge empfehlen sich frische Reifen. Unter www.motorradreifendirekt.de etwa sind Modelle aller namhaften Hersteller - passend für nahezu alle Motorräder - direkt ab Lager verfügbar. Ebenso wichtig wie die Profiltiefe ist es, den Fülldruck regelmäßig zu kontrollieren und die Reifen von Zeit zu Zeit auf mögliche Schäden zu überprüfen. Ansonsten gilt für Motorrad-Neulinge: Behutsam anfangen, sich nicht überschätzen, gerade bei Kurvenfahrten lieber einen Gang zurückschalten. Denn so mancher Biker-Neuling schätzt zu Beginn seine Fertigkeiten und die physikalischen Grenzen falsch ein. Etwas langsamer kommt man aber umso sicherer ans Ziel. Empfehlenswert ist es, das Höchsttempo, die Kurvengeschwindigkeiten und auch die Länge einer Tagestour erst kontinuierlich zu steigern. Ebenso sollten Motorrad-Neulinge beachten, frische Reifen auf den ersten 100 Kilometer behutsam einzufahren. Denn im Motorradsattel gilt: Übung macht den Meister. (djd).

# „SYMBOL FÜR DIE PARTNERSCHAFT“

## Den Stein ins Rollen gebracht: Kreise Paderborn und Teltow-Fläming setzen ein sichtbares Zeichen ihrer langjährigen Partnerschaft

**Kreis Paderborn** (krpb). Nach 27 Jahren gelungener Partnerschaft setzten die Kreise Paderborn und Teltow-Fläming ein sichtbares Zeichen ihrer Verbindung: Ein Findling aus der Region Glashütte hat seinen Platz vor dem Kreishaus in Luckenwalde gefunden. Zwei Gedenktafeln mit den Wappen der Partnerkreise zieren den steinernen Zeitzeugen. Die Landrätin des Kreises Teltow-Fläming, Kornelia Wehlan, begrüßte zur offiziellen Einweihung Mitglieder des Vereins ehemaliger Kreistagsabgeordneter aus Paderborn sowie den langjährigen Kreisdirektor a.D., Heinz Köhler, die auf Einladung des Freundeskreises Teltow-Fläming die Partnerregion besuchten.

Der Standort des Steins ist kein Zufall: Nach der Wende halfen die Städte, Gemeinden und Kreise der alten Bundesländer beim Aufbau einer demokratisch verwalteten Gebietskörperschaft. Der Innenminister des Landes NRW hatte per Runderlass im Juni 1990 die Organisation der Hilfe beim Aufbau einer Verwaltung für das Land Brandenburg festgelegt. Beschäftigte der Paderborner Kreisverwaltung unterstützten den damaligen Kreis Zossen, heute Teltow-Fläming, beim Aufbau einer Kommunalverwaltung. Nachwuchskräfte aus Zossen wurden in Paderborn ausgebildet. Aus der ehemals verordneten Arbeits- bzw. Verwaltungsbeziehung entwickelte sich eine Partnerschaft, die seitdem auf vielen Ebenen und durch gegenseitige Besuche gepflegt wird. Landrätin Kornelia Wehlan würdigte bei der offiziellen Enthüllung des Gedenksteins die Verdienste der damaligen Beschäftigten der Paderborner Kreisverwaltung und betonte dann auch, dass diese Partnerschaft weiter über das Verwaltungshandeln hinausgehe. Der Austausch reiche von den Kreismusikschulen bis hin zu Schützenverbänden.

**HINTERGRUND:**
Nach der Wiedervereinigung der beiden deutschen Staaten wurden Partnerschaften zwischen den brandenburgischen und nordrhein-westfälischen Kreisen gebildet. Westdeutsche Verwaltungsfachkräfte sollten beim Aufbau der Kommunalverwaltungen in den neuen Bundesländern helfen, die bislang nur die zentralistisch geführte Staatsverwaltung der DDR kannten. Am 22. Oktober 1990 beschloss der Kreistag des Landkreises Zossen, mit dem Kreis Paderborn eine Partnerschaft einzugehen. Der Paderborner Kreistag gab am 8. November 1990 grünes Licht. Beim Neujahrsempfang des Kreistages am 11. Januar wurden im Burgsaal der Wewelsburg die Partnerschaftsurkunden unterschrieben und ausgetauscht. Auch nach der 1993 im Land Brandenburg durchgeführten Gebietsreform zum neugebildeten Landkreis Teltow-Fläming setzten beide Partnerkreise ihre langjährige Verbindung fort.

*Ein Symbol für die Partnerschaft: Kornelia Wehlan, Landrätin des Kreises Teltow-Fläming, (links im Bild) und Kreisdirektor a.D., Heinz Köhler (rechts im Bild) und die Paderborner Delegation bei der offiziellen Gedenksteinenthüllung*

*Bildnachweis: © Landkreis Teltow-Fläming*

LEBEN ***** im Paderborner Land

# IMPRESSUM


**HERAUSGEBER**

© **HEGGEMANN**MEDIEN
Burgstraße 2 | 33175 Bad Lippspringe

**REDAKTION**

Monika Heggemann (verantw.)
Mark Heinemann
Rowena Hinzmann
Dennis Roger

**ANZEIGEN**

Stefanie Bensmain
Doris Clasbrummel
Heike Knop
Susanne Rößler-Garbe
Anastasia Rößler

**GRAFIK**

Jeanette Riedel
Tanja Rodloff
Janine Rogalla

**DRUCK**

**OFFSET + DIGITAL** Druck Point
Burgstraße 2 | 33175 Bad Lippspringe

**KONTAKT**

Burgstraße 2 | 33175 Bad Lippspringe
Tel. 05252 9653-0 | Fax 05252 9653-19
E-Mail: info@heggemannmedien.de
**www.heggemannmedien.de**



Die Verwertung des Textes und der Fotos, auch auszugsweise, bedarf der Genehmigung des Verlages. Dies gilt auch für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und für die Verarbeitung mit elektronischen Systemen. Die Gesamtherstellung der Druckauflage erfolgte gründlich und nach bestem Wissen, jedoch ohne Gewähr. Für eventuelle Fehler oder Differenzen wird keine Haftung übernommen.


# IN DER NÄCHSTEN AUSGABE...

**GESUND DURCH DEN HERBST!**

**DIE JAGDSAISON IST ERÖFFNET**

**PILZSAISON**

SAISONALE LECKEREIEN LOCKEN IN DIE HEIMISCHEN LOKALE

Yummi
Yummi

Der TOD gehört zum LEBEN dazu

UND VIELES MEHR ...

FOREVER FASTER PUMA.

# Cara Mia

MEINE LIEBE GEHÖRT DIR