

LEBEN

Juli/August 2021
Ausgabe 36

im Paderborner Land

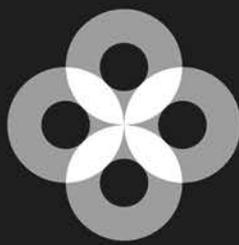


LIBORI 2021
PATRONATSFEST

HELLO SUMMER
FREIZEIT TIPPS

BAUEN **WOHNEN** LIFESTYLE

WIR L(I)EBEN LECKER



elements

BAD / HEIZUNG / ENERGIE

DER EINFACHSTE WEG ZUM NEUEN BAD



DIE BADAUSSTELLUNG IN IHRER NÄHE.

SENEFELDER STRAÙE 28 / 33100 PADERBORN / T +49 5251 7769-0

✦ ELEMENTS-SHOW.DE



LIBORI FEST

LIEBE LESERIN,
LIEBER LESER,

der Sommer ist da! Nach den vielen Monaten mit hohen Inzidenzzahlen, schreiten die Impfmaßnahmen gegen das Corona-Virus nun gut voran. Rund die Hälfte der Erwachsenen sind geimpft und nun freuen sich alle auf Sonne und schöne Stunden, die nun endlich wieder in geselliger Runde möglich sind.

Aus der großen geplanten 500 Jahre Libori-Veranstaltung ist ein Libori light geworden, mit einem interessanten alternativen Programm, das für Jung und Alt schöne Stunden verspricht. Dazu gehören neben den kirchlichen Aktivitäten ein etwas anderer Pottmarkt, Picknickkonzerte und ein temporärer Freizeitpark, der mit 44 Geschäften für Kirmesvergnügen sorgt. Mehr dazu erfahren Sie auf den Sonderseiten in unserem Magazin, das Sie gerade in Ihren Händen halten.

Natürlich berichten wir auch über die vielen Freizeitmöglichkeiten vor der Haustür: angefangen mit den sportlichen Angeboten der umliegenden Seen bis hin zu den Freibädern. In der Bad Lippspringer Gartenschau freut man sich nach den Sandwelten im August auf das große Waldleuchten. Diese Lichtinszenierung der besonderen Art lässt den Alltag garantiert ein paar Stunden vergessen. Das ist natürlich nur eine kleine Auswahl an tollen Angeboten in der Region.

Unter dem Motto „Wir l(i)eben lecker“ finden Sie frische Rezepte, passend zur Saison. Und auch nach aktuellen Wohntrends haben wir uns umgeschaut. Nun wünschen wir Ihnen viel Vergnügen beim Lesen dieser Ausgabe und natürlich einen tollen Sommer im schönen Paderborner Land!

Ihr Team vom
„LEBEN – im Paderborner Land“

HEGGEMANN MEDIEN GmbH

03 | EDITORIAL

05 | KULTURELLER STADTRUNDGANG FAND GROSSEN ANKLANG

Denkma(h)l Büren - ein perfekter Tag der Lust auf mehr macht

07 | WILLKOMMEN IM ZAUBERWALD VON BAD LIPPSPRINGE

Sparkassen-Waldleuchten in der Gartenschau



Foto: Stadt Paderborn

08 | LIBORI 2021 - PATRONATSFEST IN PADERBORN

PATRONATSFEST IN PADERBORN 2021

Das Erzbistum feiert „Grenzenlos Libori“

LIBORITV GEHT WIEDER AUF SENDUNG

Übertragung der Vesper in der Gaukirche

LIBORI CHARITY-BOXEN HELFEN WELTWEIT

Paderborner vermissen den Missionsgarten

PADERBORN FEIERT LIBORI-LIGHT STATT LIBORI 300

Jubiläums-Libori in den Zeiten von Corona

KIRMESTRUBEL AUF DEM MASPERNPLATZ

Spaß und Stimmung vor der Paderhalle

PICKNICK-KONZERTE IM PADERQUELLGEBIET UND KLEINKUNST AN MEHREREN ORTEN

POTTMARKT IM HAXTHAUSENPARK UND AN DEN QUELLEN

Bummeln, schauen, stöbern und staunen

DER BIERBRUNNEN KÜHLT DIE TROCKENEN KEHLEN

Libori-Biergläser und Krüge erhältlich

20 | MIT KREATIVITÄT IN DIE SCHÜTZENSAISON 2.0

Drei Vereine werden für soziale Engagement ausgezeichnet

21 | WETTBEWERB BILDKOMMUNIKATION: BESTE BAUERN-BILDER PRÄMIERT

Sonderpreis geht in den Kreis Paderborn
Güllenstern: „Landwirtschaft wird umweltschonender und nachhaltiger“

22 | HELLO SUMMER - FREIZEITTIPPS

Sicherer Freizeitspaß am Lippesee
Rad-Treff Borchen trotz der Corona-Pandemie
Freizeitspaß im Paderborner Land
Freibäder im Paderborner Land
Jetzt doch noch - Sachen packen und ab zum Edersee!
Echter „Westfalo-Western“ aus der Region
Tipp für die Sommerferien: Jede Menge Kultur entdecken

32 | TUS SENNELAGER SPIELT BUNDESLIGA-TENNIS IN HÖVELHOF

Team Hämmerling mit Spitzensport in der Senne

33 | DER SC PADERBORN 07 IST BEREIT FÜR DIE SAISON 2021/22

Neuzugänge und Stammspieler in neuen Trikots

34 | HÖFE, ÄCKER, WIESEN UND WEIDEN-LEBENSRAUM FÜR VIELE TIERE

Feld- und Hofsafari: Was kreucht und fleucht denn da?

35 | NATUR ERLEBNIS

36 | GEWINNERINNEN UND GEWINNER DES FACHARBEITSPREISES 2021 AUSGEZEICHNET

Zwei Schülerinnen des Theodorianums Paderborn und ein Schüler des Geschwister-Scholl-Gymnasiums Winterberg erhalten Preise für ihre Facharbeiten

37 | FÜHRUNGSWECHSEL IN DER KREISSPORTJUGEND PADERBORN

Yannis Viele übernimmt das Amt des scheidenden Marc Zander

38 | REGIONAL MEINE 1. WAHL

Melone - Sommerlich leicht
Mit Kartoffeln fit in den Sommer

40 | WIR L(I)EBEN LECKER

Risoni Bowl
Avocado-Bohnen-Dip mit Grillkartoffeln
Vegane Grilles Cheese Sandwiches
Sommerliches Apfelbrat

44 | RESTAURANT-TIPP

Zorbas - Ambiente, Genuss und Urlaubsfeeling
Café Central - International, gemütlich und herzlich

46 | PBSV SPENDET 2.500 EURO AN PADERBORNER KINDERKLINIK

47 | KITA SCHWANNEY FREUT SICH ÜBER NEUES AUSSENGELÄNDE!

Gemeinsam in Corona-Zeiten Positives geschaffen

48 | BAUEN - WOHNEN - LIFESTYLE

Die Terrasse wird zur Privatlounge
Neuer Wohntrend Wabi-Sabi schwappt aus Japan rüber

52 | STADT DELBRÜCK RADELT ERNEUT FÜR EIN GUTES KLIMA!

Klima-Bündnis-Kampagne STADTRADELN geht in die nächste Runde
- Radel-Star gesucht! -

53 | PFLEGESCHULE AN DER BILDUNGS-CAMPUS ST. JOHANNISSTIFT GMBH ERMÖGLICHT AUSBILDUNG FÜR ELTERN

Teilzeitausbildung in der Pflegefachassistenten

54 | LEBEN & WOHNEN IM ALTER

Fensterkonzerte zum 10-jährigen Jubiläum des ambulanten Hospizdienstes Tobit
Noch freie Plätze für AWO-Seniorenreisen Ende August
AOK Nordwest rät: Am besten sofort anmelden
Unterzuckerung vermeiden
Endlich geht's wieder los!
Sommer, Sonne, Kreislaufbeschwerden
Rentenversicherung: Besuch der Auskunfts- und Beratungsstelle nur mit Terminbuchung

62 | NEUE, FRISCHE IMPULSE UND EIN ABSCHIED

Dr. Frank Becker übergibt Amtsleitung an Jessica Schütte



Foto: djd/www.4seasonsoutdoor.de



Antje Huismann alias Else Mögesie genießt Kultur in kleinen Häppchen beim neuen Kulturformat DenkMa(h)l Büren. Foto: Stadt Büren

KULTURELLER STADTRUNDGANG FAND GROSSEN ANKLANG

Denkma(h)l Büren – ein perfekter Tag, der Lust auf mehr macht

Büren. Das neue Bürener Kulturformat DenkMa(h)l Büren erfreut sich großen Zuspruchs der Besucherinnen und Besucher von Nah und Fern. Kulturgeschichtliche Kurzportraits Bürener Kleinodien, kleine Gaumenfreuden, Musik und Kabarett standen auf dem kurzweiligen Programm, das vom Wetter wohlwollen begleitet wurde und Lust auf „mehr“ machte.

Humorvoll und anschaulich gab das Duo Antje Huismann (Else Mögesie)/Gregor Lemm (Heimatverein Büren) einen Einblick in die Geschichte und die Bedeutung von Mittelmühle und Bohrmühle. Eine spannende Historie zur Entstehung (Karin Schürholz) und engelsgleicher Gesang (Juliane Götz/Jochen Haneke) faszinierte die Besucher(innen) der Sakramentskapelle, die leider nur selten zugänglich ist. Orgelklänge lockten in die Jesuitenkirche, dem barocken, Stadtbild prägenden Bürener Kleinod. Das kulturgeschichtliche Kurzportrait (Agnes Ising und Angela Thieleke) und der Musikbeitrag von Carla Scharfen (Gesang) und Stefan Wenzel (Orgel und Piano) lud ein zum genussvollen Verweilen. Schlusspunkt des Stadtrundgangs war die Niedermühle. Karla Jürgens (Kulturinitiative Niedermühle) hielt auch hier ein geschichtliches „Häppchen“ bereit.

Kulinarische Häppchen gab es aller Orten - Grüße aus den Küchen

von Lenniger Leckerbissen, Hotel Kretzer, Hotel Ackfeld und Café Stilbruch.

Das musikalische Highlight zum Schluss präsentierte, Open Air an der Niedermühle, die Band Anderersaits, ein sympathisches Quartett, das die Zuhörerinnen und Zuhörer sofort in ihren Bann zog. Englische und deutsche Popsongs, lyrische und rhythmische Kostbarkeiten, Musik, wie gemacht für laue Sommernächte präsentiert von Anja Jacob (Gesang), Andreas Franke (Gitarre, Ukulele, Gesang) Michael Klevorn (Bass, E-Bass, Mandoline) und Raimund Hensel (Perkussion, Gesang).

Am Anfang stand die gemeinsame Idee, einen kulturellen Re-Start vor dem Hintergrund der aktuellen Coronaschutzmaßnahmen zu wagen. Gemeinsam sind die Stadt Büren, die Touristikgemeinschaft, der Heimatverein und die Kulturinitiative Niedermühle diese Aufgabe angegangen. Die Umsetzung ist möglich gemacht worden durch das Förderprogramm Neustart Kultur/Kultursommer 2021 der Beauftragten der Bundesregierung für Kultur und Medien (BKM). „Ein hervorragendes Format!“, bestätigt die begeisterte Besucherin Mechthild Schütte. „Auf einer Skala von 1-10 vergebe ich eine 10 plus Sternchen für dieses attraktive Konzept.“

LETZTE RUHE UNTER DEN BÄUMEN DES WALDES

FriedWald Borchten-Nonnenbusch spendet Trost beim Abschied

Schon zu Lebzeiten ist der Wald ein Ort, an dem Menschen zur Ruhe kommen, wo sich ihre Anspannung löst. Doch auch bei der Bewältigung eines Verlustes spielt der Wald eine immer größere Rolle. Im FriedWald Borchten-Nonnenbusch ist der Wald zugleich letzte Ruhestelle der Verstorbenen und Tröster für die Hinterbliebenen. In ihm wird der ewige Kreislauf von Werden und Vergehen besonders deutlich: Im Herbst ziehen die Bäume ihre Lebensenergie aus den Blättern zurück, lassen sie als Laub auf den Boden fallen, um im Frühling wieder mit neuer Kraft auszutreiben.

BESTATTUNGEN IM WALD IMMER BELIEBTER

Wieder Teil des natürlichen Kreislaufs zu werden, ist ein tröstlicher Gedanke. Immer mehr Menschen wählen daher die Beisetzung in biologisch abbaubaren Urnen unter Bäumen. Seit der Eröffnung in 2017 hat es im FriedWald Borchten-Nonnenbusch schon mehr als 300 Beisetzungen gegeben. Viele Menschen sorgen bereits zu Lebzeiten vor. Insgesamt haben sich schon über 1.000 Personen für einen Baum oder einen Platz im FriedWald Borchten-Nonnenbusch entschieden.

BESONDERHEIT IM FRIEDWALD BORCHTEN-NONNENBUSCH: DIE PFLANZFLÄCHE

Einen Baum zu pflanzen ist für viele Menschen ein Sinnbild für das Le-



ben. Ihn wachsen zu sehen und seinen Wandel im Zuge der Jahreszeiten zu beobachten zeigt: Das Leben ist trotz allem Wandel beständig. Im FriedWald Borchten-Nonnenbusch wurde im Herbst 2019 eine 1 Hektar große Pflanzfläche angelegt. Hier können Interessierte ihren eigenen Baum pflanzen. Dafür werden Termine im Frühjahr und Herbst angeboten. Auf der Fläche befindet sich neben den Pflanzplätzen und frisch gepflanzten Bestattungsbäumen auch ein zentraler „Lindenplatz“ – ihn umgeben Winterlinden und Bänke laden zum Verweilen ein.

FRIEDWALD KOSTENLOS KENNENLERNEN

Wer die Atmosphäre des Waldes erleben und gleichzeitig mehr über FriedWald erfahren möchte, kann dies bei einem Waldspaziergang tun. Orientierung im Wald sowie Auskunft über das FriedWald-Konzept gibt die Informationstafel am Waldeingang, an der Waldkarten und eine Preisübersicht zur Mitnahme bereitliegen. Auch eine Führung mit einer FriedWald-Försterin oder einem -Förster ist möglich. Mehr Informationen und Anmeldeöglichkeiten unter www.friedwald.de/borchten oder **06155 848-100**.



FriedWald[®]
Die Bestattung in der Natur

DIE BESTATTUNG IN DER NATUR.

Besuchen Sie uns im FriedWald Borchten-Nonnenbusch.

Lernen Sie bei einer **kostenlosen Waldführung** den FriedWald kennen. Unsere FriedWald-Försterinnen und -Förster zeigen Ihnen den Wald und beantworten alle Fragen rund um Baumbestattung, Vorsorge und Beisetzungsmöglichkeiten.

Jetzt informieren und anmelden:
Tel. **06155 848 -100** oder
www.friedwald.de/borchten

Nächste Termine:

14. August 2021
21. August 2021
04. September 2021
18. September 2021
09. Oktober 2021
23. Oktober 2021

Beginn ist jeweils um **14 Uhr**.



Fotos: Herbert Gruber

WILLKOMMEN IM ZAUBERWALD VON BAD LIPPSPRINGE

Sparkassen-Waldleuchten in der Gartenschau

Bad Lippspringe. Vom 13. bis 29. August ist der Lichtkünstler Wolfgang Flammersfeld von „world of lights“ wieder zu Gast auf dem Gelände der Gartenschau in Bad Lippspringe. Schon in den vergangenen Jahren fanden seine Installationen ein furioses Echo bei den begeisterten Besuchern. Eindrucksvolle Leuchtobjekte bringen sowohl Kinder als auch Erwachsene immer wieder zum Staunen. Fantastische Welten, erzeugt durch hunderte von Lampen, mehr als 20 Leuchtobjekten sowie einer 3D-Videoshow mit Musik an der Niewels-Fontäne, lassen auch diesmal wieder die Augen der Besucher glänzen. Sie strahlen mit den Lichtern um die Wette. Bizarre Baumkulissen, angestrahlt in wechselnden Farben, lassen Erinnerungen an Kino-Fantasy-Welten wach werden.

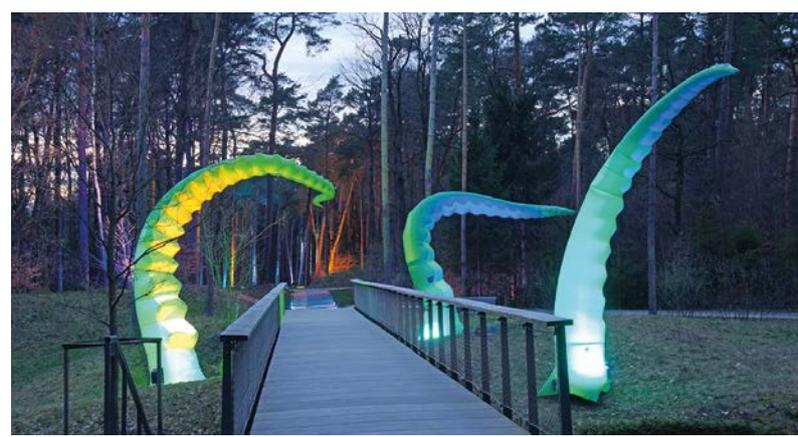
Klar, dass in einem solchen Ambiente viele Foto-Handys gezückt werden und professionelle Fotografinnen und Fotografen mit Kamera und Stativ unterwegs sind. Sie alle sind in der Gartenschau herzlich willkommen und können ihre Bilder per Instagram-Account mit der Gartenschau verlinken.

Die Lichtkünstler von „world of lights“, die das Sparkassen-Waldleuchten in diesem Jahr bereits zum vierten Mal organisieren, haben übrigens den German Design Award 2020 gewonnen. In der Kategorie „Gestaltung von urbanem Raum“ konnten sie die Fachjury nachhaltig überzeugen.

Sollte der August noch einige heiße Sommertage bescheren, ist ein Besuch der kühlen Waldatmosphäre in Bad Lippspringe sicherlich eine gute Empfehlung. Sollte es regnen, werden sich tausende von Lichtern auf den nassen Wegen und Baumstämmen spiegeln. Das Sparkassen-Waldleuchten fasziniert die Besucherinnen und Besucher bei jedem Wetter!

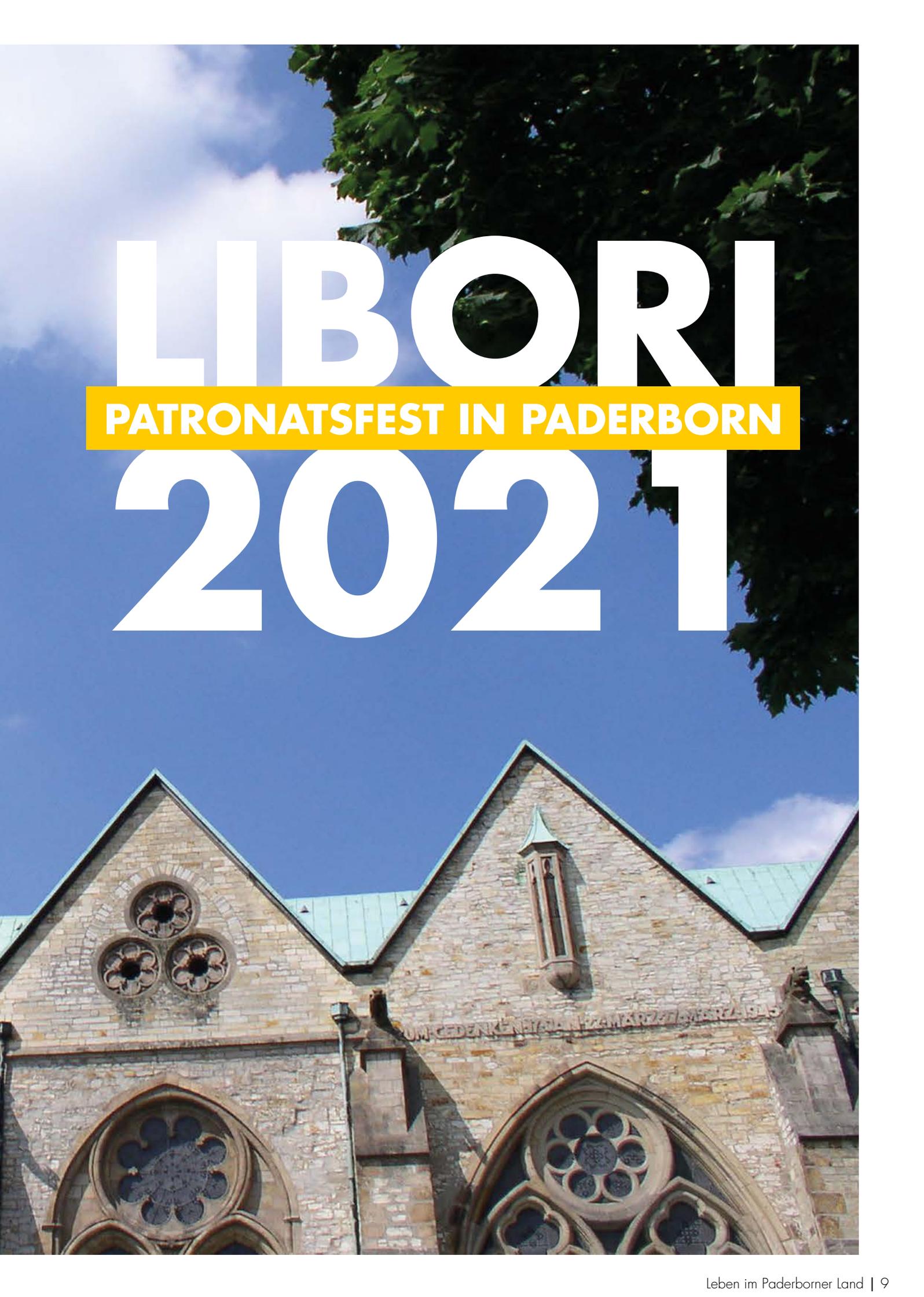
Sparkassen-Waldleuchten, Gartenschau Bad Lippspringe, 13. - 29. August 2021, ab 19:00 Uhr. Eintritt mit Jahreskarte frei! Tagestickets: Jugendliche und Erwachsene 6,00 Euro, Kinder von 3-13 Jahren 3,00 Euro. Es gelten die jeweils aktuellen Corona-Bestimmungen. Ein Mund Nasenschutz ist unbedingt mitzuführen.

www.gartenschau-badlippspringe.de



Auf den festlichen Fahnschmuck des Domes
müssen die Paderborner nicht verzichten.
Foto: Stadt Paderborn





LIBORI

PATRONATSFEST IN PADERBORN

2021



PATRONATSFEST IN PADERBORN 2021

DAS ERZBISTUM FEIERT „GRENZENLOS LIBORI“

Der Hohe Dom steht traditionell im Zentrum aller Feierlichkeiten zu Libori.
Foto: Herbert Gruber



Das Erzbistum Paderborn feiert unter dem Leitwort „grenzenlos Libori“ sein Patronatsfest. Foto: Erzbistum Paderborn



Der Schrein mit den Reliquien des heiligen Liborius wird in diesem Jahr während der ganzen Festwoche über dem Altarraum des Domes ausgestellt. Foto: Erzbistum Paderborn



Paderborn. Vom 24. Juli bis zum 1. August 2021 feiert das Erzbistum Paderborn sein Patronatsfest unter dem Leitwort „grenzenlos Libori“. In der anhaltenden Pandemie setze dieses Leitwort ein „deutliches Ausrufezeichen, dass das Liborifest ein Symbol der weltweiten Verbundenheit ist und bleibt“, so Erzbischof Hans-Josef Becker im Libori-Grußwort. Das Glaubensfundament, auf dem das Fest wurzelt, könne gerade in dieser Krisen-Situation Mut machen.

Im Paderborner Dom wird Libori am Samstag, dem 24. Juli, traditionell um 15 Uhr mit der Vesper und der Erhebung der Reliquien des heiligen Liborius eröffnet. Am Sonntag, 25. Juli, feiert Erzbischof Becker um 10:00 Uhr das Pontifikalamt zum Hochfest des Schutzpatrons von Stadt, Erzbistum und Dom.

Die Prozession mit dem Libori-Schrein durch die Stadt entfällt aufgrund der Pandemie. Der Schrein mit den Reliquien des heiligen Liborius wird jedoch während der gesamten Liboriwoche tagsüber im Altarraum des Paderborner Domes stehen.

Die seit dem 9. Juli 2021 geltende, geänderte Fassung der Corona-Schutzverordnung des Landes NRW ermöglicht für das Feiern der Libori-Gottesdienste einige Änderungen: Sofern es bei der derzeitigen Inzidenzstufe 0 bleibt, dürfen im Hohen Dom jetzt maximal 330 Personen den Gottesdienst feiern. Zu den 170 Plätzen pro Gottesdienst, die bisher über

eine Voranmeldung vergeben wurden, werden nun weitere 160 Plätze freigegeben, die ohne Anmeldung zugänglich sind. Die bereits reservierten Plätze bleiben bestehen. Im Dom wird das Tragen einer Maske und die Beachtung der Abstandsregeln empfohlen. Dies gilt insbesondere für das Singen, das mit einem eigenen Gotteslob gestattet ist. Eine Kontaktdatenerfassung muss nach derzeitigem Kenntnisstand nicht mehr erfolgen.

Unter den besonderen Vorzeichen der Pandemie steht ein Nighfever-Abend, der am Samstag, dem 31. Juli um 18:00 Uhr mit einer Vorabendmesse beginnt und in eine Anbetungszeit übergeht. Das abschließende Pontifikalamt der Festwoche feiert Weihbischof Dr. Dominicus Meier OSB am Sonntag für Pflegekräfte, medizinisches Personal, Ärztinnen und Ärzte, sowie Betreuende. Dabei ist geplant, Menschen aus der Altenhilfe beziehungsweise Angehörige von Menschen mit Behinderung ihre Sorgen vor Gott tragen zu lassen. Voraussichtlich wird Weihbischof Dominicus in der Predigt mit einer Pflegekraft, einer Ärztin oder einem Arzt darüber sprechen, was in der Pandemiezeit stärkend war.

Das Liborifest endet im hohen Dom am Sonntagnachmittag, dem 1. August, mit der Vesper um 17:00 Uhr. Die Reliquien des heiligen Liborius werden dann wieder zurück in die Domkrypta überführt.



Symbolische Fahrzeugübergabe bei Bomba Döner: Sponsoren Erkan Veysal und Mert Veysal, DRK Kreisgeschäftsführer Dr. Stefan Vogel und Projektkoordinatorin Ute Buttermann (v.li.).

DRK JETZT NOCH MOBILER

SPONSOREN ERMÖGLICHEN NEUES FAHRZEUG

Kreis Paderborn. Rund 10.000 Mitglieder zählt das Deutsche Rote Kreuz im Kreis Paderborn. Rund hundert Institutionen, Firmen und Privatpersonen unterstützen das DRK zudem regelmäßig als Sponsoren. Nun hat eine Initiative neuer Sponsoren die Anschaffung eines weiteren Fahrzeuges möglich gemacht. Der nagelneue, 9-sitzige Ford Transit wird unter anderem im Bereich offene Jugendarbeit und Ferienfreizeiten, betreute Seniorenreisen, Hausnotruf und Erste-Hilfe-Kurse eingesetzt.

Zu den Sponsoren gehört auch Erkan Veysal von Bomba-Döner in der Borchener Straße. Der Inhaber des beliebten Imbisses erinnert sich noch an seine erste Zeit in Deutschland. Er kam in seiner Jugend mit seinen Eltern als Flüchtling in die Obhut des DRK und fühlte sich hier gut aufgehoben. Das Sponsoring des neuen DRK-Autos zu unterstützen, ist für ihn deshalb eine Ehrensache. Weitere Unterstützer sind: Salon Michael Younan, Cardia Willi Volmert, Ralf Fiedler Sicherheitstechnik, Bäckerei Lange, proVita Hauskrankenpflege, Wirz Orthopädie Schuh-Technik, Tomas Grill, CMB FZ-Meisterbetrieb Bozkurt, Tischlerei Witte & Lotz, Zimmerei & Holzbau Stamm GmbH, KFZ-Sachverständiger Ludger Fecke, Kotzenberg Textil-Service, Musik AKTIV, Penn-Textile Solutions, Meyer Schuhwerk, Bäckerei Andreas Hermisch, Bäckerei Westermeier, Tierheilpraxis Wuschelwerk sowie Tempton Personaldienstleistungen.

Die Förderer nutzen dieses städteübergreifende, gemeinschaftliche Projekt für die einmalige Möglichkeit, im ganzen Kreisgebiet Paderborn und darüber hinaus, ihr regionales Engagement zum Ausdruck zu bringen.

Stellvertretend für alle weiteren Sponsoren übergab Erkan Veysal ein Playmobil-Auto symbolisch an den Geschäftsführer der DRK-Kreisgeschäftsstelle Dr. Stefan Vogel. Das DRK bedankt sich zudem bei Frau Ute Buttermann, die das Sponsoring des Autos als Projektleiterin ermöglicht hat.

Unter dem Motto „Mitmachen-mithelfen-Gemeinschaft erleben!“ sind Bedürftige und Helfende beim Roten Kreuz jeder Zeit willkommen.



DRK-Kreisgeschäftsstelle Paderborn

Neuhäuser Str. 62-64 | 33102 Paderborn | www.drk-paderborn.de

Öffnungszeiten:

Mo. - Mi.: 08:30 - 15:30 Uhr | Do.: 08:30 - 12:00 Uhr & 14:00 - 18:00 Uhr
Fr.: 08:30 - 12:00 Uhr



**Deutsches
Rotes
Kreuz**

Kreisverband Paderborn e.V.



LIBORITV

GEHT WIEDER AUF SENDUNG

ÜBERTRAGUNG DER VESPER IN DER GAUKIRCHE

Das beliebte Format LiboriTV ist auch zum Liborifest 2021 wieder auf Sendung. Die erste Ausgabe, die am ersten Libori-Sonntag voraussichtlich im Anschluss an das Pontifikamt gezeigt wird, stellt in rund 30 Minuten das Liborifest und das damit verbundene Thema Freundschaft in den Mittelpunkt. Zuvor wird die Libori-Vesper auch auf Videoleinwand in die Gaukirche übertragen, damit möglichst viele Gläubige an den Feierlichkeiten teilhaben können.

Unter dem Motto Freundschaft besucht LiboriTV auch Pfauen auf einem Tierschutzhof und geht so der Verbindung mit Tieren nach. Vikar Thorsten Hasse spricht über seine ersten Monate als Priester und somit über seine Freundschaft zu Gott. Mit Dom-Organist Tobias Aeling wirft LiboriTV einen Blick hinter die Kulissen der Domorgel, die in diesen Tagen 40 Jahre alt wird. Bei einem Gewinnspiel werden 10 Bücher inklusive einer Libori-Charity-Box verlost.



Das Format LiboriTV präsentiert in seiner Ausgabe zum Liborifest 2021 wieder viele spannende Geschichten. So auch einen neuen „Hidden Place“. Foto: Erzbistum Paderborn

Liboriaktion – Unser Angebot für Sie!



MENSCHEN
ORIENTIERUNG
THEMEN
KULTUR

Das katholische
Magazin
als Digital- und
Print-Ausgabe

Sind Sie neugierig?

Bestellen Sie für **4 Wochen**

Ihr **kostenfreies** Probeexemplar.

Die Lieferung endet automatisch.

LIBORI CHARITY-BOXEN HELFFEN WELTWEIT

PADERBORNER VERMISSEN DEN MISSIONSGARTEN

Um die Einnahmen aus dem Missionsgarten auszugleichen, der pandemiebedingt nicht öffnen kann, wurden auch in diesem Jahr wieder Charity-Boxen angeboten. Diese feierten schon im vergangenen Pandemie-Jahr erfolgreich Premiere.

Auch diesmal hat das Erzbistum die bunt bepackten und auf 1000 Stück limitierten Boxen für den guten Zweck angeboten. Sie waren bereits Ende Juni über den Erzbistums-Shop erhältlich und schon nach kurzer Zeit vergriffen. Mit dem Gewinn aus den Einnahmen wie den Spenden, mit denen die Rechnungssumme freiwillig aufgestockt werden kann, wird diesmal der Bau eines Brunnens in Bemanninga auf Madagaskar und der Aufbau einer Suppenküche für Obdachlose in der brasilianischen Stadt Vitoria unterstützt.

BESTELLUNGEN FÜR PRINT- UND E-PAPER AUCH ONLINE UNTER:
WWW.DERDOM.DE/DER-DOM-ABONNEMENT
ODER PER TELEFON: **05251 / 153 - 204**





Der Verein „Mission im Erzbistum Paderborn“ präsentiert sich voraussichtlich – als Ausgleich für den geschlossenen Missionsgarten – gemeinsam mit dem Bereich Pastorale Dienste des Erzbischöflichen Generalvikariats, im Bistumszelt vor dem Dom.

Wer sich kompakt über Libori 2021 informieren will, wird im großen Themenspezial auf der Homepage des Bistums fündig. Dort sind alle wichtigen Informationen zu Gottesdiensten, Übertragungen, zur Charity-Box, zu LiboriTV und natürlich über den Bistumspatron selbst und sein Fest gebündelt zusammengefasst.

www.erzbistum-paderborn.de/themenspecials/libori-2021

Neben der beliebten Libori-Waffelbackmischung und gekochter Mettwurst in der Dose stecken in den Charity-Boxen auch ein hochwertiges Geschirrtuch mit dem Schriftzug des diesjährigen Libori-Mottos „grenzenlos Libori“, ein Büchlein mit Kirmesrezepten, ein Libori-Ansteckerherz, ein Bierdeckel und ein Postkarten-Set sowie Pfau und Häsin als Kuscheltiere. Schon im vergangenen Jahr wurden die Libori-Charity-Boxen aus Paderborn in die ganze Welt verschickt – ein Zeichen dafür, das Libori wirklich grenzenlos ist.



Planen Sie Ihr Haus zu verkaufen?

Wir sind gerne für Sie da:
Tel: 05251 292 2955
info@s-immobilien-gmbh.de
www.s-immobilien-gmbh.de

Dann lehnen Sie sich entspannt zurück.
Inzwischen suchen wir den passenden Käufer für Ihre Immobilie.

Professionelle Immobilienvermittlung mit uns -
mehr als nur ein Makler!

 Immobilien
...in guten Händen



PADERBORN FEIERT LIBORI-LIGHT STATT LIBORI 500

JUBILÄUMS-LIBORI IN DEN ZEITEN VON CORONA

#LIBORI-LIGHT

Gar nicht
spießig:
Unsere Grill-
Spezialitäten!



SCHARFENBAUM



Gutes aus eigener Schlachtung

Scharfenbaum GmbH
www.scharfenbaum-gmbh.de

WENN SCHON
FLEISCH
DANN
RICHTIG



Der Bad Lippspringer Cartoonist Frank Mertens hat seine Gedanken zu Libori-Light mit dem Zeichenstift zu Papier gebracht. Das Motiv mit seinen Figuren Krümel und Josef ist als Aufkleber erhältlich. Foto: Frank Mertens



FREILICHTBÜHNE
BELLENBERG e.V.

2021

Familien-
stück



MACKE
MACKE Komödie

Jugend-
stück

FLEISCH 

Paderborn. Das fünfhundertste Jubiläum der Überführung der Libori-Reliquien in ihre Domstadt hätten sich die Paderborner sicherlich gerne anders gewünscht. Bedingt durch die Corona-Pandemie war das „große Libori“ schon im Mai abgesagt worden. Und auch wenn die aktuelle Inzidenzstufe 0 in Paderborn gerade erreicht wird, bleibt es bei der im Frühjahr beschlossenen Light-Version. „Anders geht es auch nicht,“ sagt Beigeordneter Carsten Venhorm: „aber wir bieten so viel Libori wie möglich!“

Anstelle des Kirmesrummels auf dem Liboriberg und der Innenstadt, die sonst komplett im Zeichen der fünften Jahreszeit im Hochstift steht, gibt es diesmal acht kleinere, abgegrenzte Bereiche, die zum Teil auch über einen Ticket-Service zugangsbeschränkt sind. Die Tickets können unter libori-light.de oder bei Ticketdirekt erworben werden.

Die Stadt hat ihr Hygienekonzept sicherheitshalber sowohl auf die Inzidenzstufen 0 und 1 ausgelegt. So kann auf veränderte Werte schnell reagiert werden. „Kurzfristig könnte das zu etwas anderen Regeln führen“, erklärt Marketingchef Jens Reinhardt. Deshalb wird empfohlen, sich aktuell unter www.libori-light.de zu informieren. Auf viele, der gewohnten Dinge müssen die Paderborner aber nun doch nicht verzichten. Kirche, Kirmes, Kultur, Pottmarkt und Bierbrunnen – all das gibt es auch im Coronajahr 2021 – nur eben ein wenig anders und kleiner als gewohnt.



www.freilichtbuehne-bellenberg.de





KIRMESTRUBEL AUF DEM MASPERNPLATZ

SPASS UND STIMMUNG VOR DER PADERHALLE



Das Riesenrad 'Movie-Star 1' begeistert auf dem Maspernplatz. Foto: Grieppe

Fahrspaß für junge Besucher im kleinen Auto. Foto: Klaus Peter Semler



Ein absolutes Highlight der diesjährigen Libori-Woche ist der Kirmespark, der für insgesamt neun Tage als temporärer Freizeitpark auf dem Maspernplatz-West vor der Paderhalle steht. Auf einer Grundfläche von rund 10.500 Quadratmetern sorgen in Zusammenarbeit mit dem Schaustellerverein Paderborn e.V. insgesamt 44 Fahrgeschäfte und Buden für Kirmesvergnügen. Es gibt eine bunte Mischung aus Karussellbetrieben, Ausschank- und Imbiss sowie Spiel- und Süßwarenständen. Der Rummel des Liboriberges, mit dem Duft gebrannter Mandeln, dem Johlen und Kreischen der Karussellfahrenden und der sich mischende Sound verschiedener Lautsprecherboxen – er ist in diesem Jahr umgezogen. **Der Park kann vom 24. Juli bis zum 1. August jeden Tag von 11:00 bis 23:00 Uhr besucht werden.**

Ein besonderes Fahrgeschäft des Kirmesparks stellt das Riesenrad 'Movie-Star 1' dar, welches mit 26 Gondeln und 38 Metern Höhe schon auf der Herbstlibori-Kirmes bekannt geworden ist. Zusätzlich bietet der Voodoojumper Spaß für die ganze Familie. In diesem Fahrgeschäft fahren die Besucher in hängenden, sich selbst-drehenden Gondeln im Kreis und erleben durch schnelle Auf- und Abbewegungen einen Freifalleffekt. Der Jetlag, ein schnelles und neuartiges Rundfahrerlebnis, feierte erst 2019 Deutschlandpremiere und ist nun erstmalig in Paderborn zu Gast. Selbstverständlich sind auch die absoluten Kirmesklassiker wie Autoscooter, Musikexpress und Kinderkarussells vor Ort und sorgen für reichlich Abwechslung.



Lebkuchenherzen sorgen für süßes, leibliches Wohl. Foto: Klaus Peter Semler



Schaffen Sie sich Platz!

Mit Ihrer persönlichen Lagerbox von 1 bis 60 Kubikmeter!



www.lager247.de

Deshalb LAGER24|7



Jederzeitiger Zugang zu Ihrer eigenen Lagerbox. 24 Stunden, 7 Tage die Woche!

Elektronische Zugangskontrolle zum Gelände und dem Innenbereich der Anlage.  Zylinderschloss für die Lagerbox.

 Mehr als 30 Kameras zur Videoüberwachung des Außen- und Innenbereichs.

Trocken, sicher und flexibel!

Jetzt Besichtigung vereinbaren:



LAGER24|7
Pamplonastraße 9
33106 Paderborn
05251/ 18 449 18
www.lager247.de



PICKNICK-KONZERTE IM PADERQUELLGEBIET UND KLEINKUNST AN MEHREREN ORTEN



Jon Flemming Olsen spielt im Paderquellgebiet. Foto: Jonny Jonson

Ein ganz neues Veranstaltungsformat zu Libori sind die Picknickkonzerte im Paderquellgebiet, die dort in Zusammenarbeit mit dem Kulturbüro OWL stattfinden. Vom Samstag, 24. Juli bis Donnerstag, 29. Juli finden dort täglich zwei Konzerte, jeweils ab 18:00 und 21:00 Uhr statt. Ein Konzert ab 21:00 Uhr gibt es dann vom 30. Juli bis 1. August. Tickets sind unter libori-light.de oder bei TicketDirekt in der Königsstraße 62 erhältlich. Die Karten kosten 28 Euro und gelten für bis zu vier Personen, die



Erinnerungen an den Deutsch-Pop der 80er Jahre mit Purple Schulz. Foto: Ben Schulz

sich selber eine Picknickdecke und ihre Verpflegung mitbringen können.

Zu den prominentesten Künstlern, die beim Picknickkonzert auftreten gehört Jon Flemming Olsen, den die „Ditsche“-Fans als Imbiss-Ingo mit Toupet kennen. Mit seiner Band „Texas Lightning“ vertrat er Deutschland beim Eurovision Song-Contest und erreichte in Deutschland mit dem Nr.1-Hit „No No Never“ Gold und Platin.

Den Abschluss der Reihe bilden am Freitag, 30. Juli mit Purple Schulz und am Samstag, 31. Juli mit Klaus Lage absolute Deutsch-Pop-Klassiker. Beide treten im Duo mit jeweils einem Partner auf. In seiner melancholischen Hymne „Sehnsucht“ mit dem markerschütternden Schrei „Ich will raus!“ brachte Purple Schulz 1984 ein Lebensgefühl auf den Punkt, das in den heutigen Corona-Zeiten aktueller erscheint als jemals zuvor. Über die Gänsehaut erzeugende Stimme von Klaus Lage muss ohnehin nicht viel gesagt werden. Das sollte man live erleben!

In einen „Platz der kleinen Künste“ wird sich neben dem Franz-Stock-Platz erstmals auch der Platz hinter der Reinekemühle und der Platz hinter den Paderhallen verwandeln. Neun besondere Tage mit einer Mischung aus Akrobatik, Comedy, Theater, Puppenspiel und musikalischer Vielfalt stehen dort an. Das dreistündige Straßentheaterprogramm findet in diesem Jahr täglich in zwei Durchgängen statt. Für die Teilnahme an den Veranstaltungen auf den drei Plätzen ist eine Ticketreservierung erforderlich.

Das Paderborner Puppentheater mit Robert Husmann kommt auf den Platz hinter die Reinekemühle, Mühlenstraße 15. Foto: Stadt Paderborn



Steuererklärung 2020 – Bundesrat stimmt zu! Abgabefrist bis zum 1. November 2021 verlängert

Der Bundesrat hat am 25. Juni 2021 dem Gesetz zur Umsetzung der Anti-Steuervermeidungsrichtlinie zugestimmt. Darin wird die Verlängerung der Abgabefrist für die Steuererklärung des Corona-Jahres 2020 um drei Monate beschlossen.

Für Steuerpflichtige, die sich nicht steuerlich beraten lassen, sondern die Steuererklärung für das Kalenderjahr 2020 auf eigene Faust machen, endet die eigentliche gesetzliche Abgabefrist am 31. Juli 2021. Nunmehr haben sie drei Monate länger Zeit. Da der 31. Oktober in diesem Jahr auf einen Sonntag fällt, verschiebt sich die Frist auf den darauffolgenden Montag. „Bis zum 1. November 2021 muss die Steuererklärung für 2020 beim Finanzamt eingegangen sein. Dies gilt für alle Steuerpflichtigen, die zur Abgabe einer Steuererklärung verpflichtet sind“, erklärt Jana Bauer vom Bundesverband Lohnsteuerhilfevereine (BVL) in Berlin.

Wenden sich Steuerpflichtige an einen Lohnsteuerhilfeverein oder einen Steuerberater, der für sie die Steuererklärung erstellt und beim Finanzamt einreicht, haben sie sogar noch länger Zeit. Der Stichtag für die Einreichung der Steuererklärung 2020 verlängert sich für steuerlich Beratene vom 28. Februar 2022 auf den 31. Mai 2022.

Wichtig: Aufgrund der um drei Monate verlängerten Erklärungsfrist verschiebt sich auch der Zinslauf der Vollverzinsung für den Veranlagungszeitraum 2020 um drei Monate. Sowohl Steuererstattungen als auch Steuernachzahlungen werden erst dann verzinst, wenn die Festsetzung nach dem Juni 2022 folgt.



Arbeitnehmer Lohnsteuerberatung
Lohnsteuerhilfeverein e.V.

Telefon: (0 52 51) 14 889 50

Fax: (0 52 51) 14 889 52

office@arlob.de | www.arlob.de



Wir helfen Ihnen bei Ihrer
Einkommensteuererklärung.*



*Im Rahmen einer Mitgliedschaft gemäß § 4 Abs. 11 StBerG



POTTMARKT IM HAXTHAUSENPARK UND AN DEN QUELLEN

BUMMELN, SCHAUEN, STÖBERN UND STAUNEN



Skurriles und Praktisches gibt es auch in diesem Jahr wieder auf dem Pottmarkt. Foto: Thorsten Hennig

HAVE
FUN!

Der von vielen Liborifans heiß geliebte Pottmarkt bietet in diesem Jahr ein umfangreiches Angebot mit vielen Verkaufsständen. Neu ist die Aufteilung in zwei Märkte. Der erste Teil des Pottmarktes findet im Paderquellgebiet gegenüber dem ehemaligen Kaiser-Karls-Bad (Jenni-Aloni-Weg) statt. Der Zugang erfolgt über die Brücke am alten Hallenbad, der Ausgang erfolgt beim Hotel „Zur Mühle“ Ecke Mühlenstraße. Den anderen Marktteil findet man im Haxthausenpark hinter der Paderhalle. Der Zugang ist an der Reinekemühle möglich.

In beiden Marktteilen bieten insgesamt 42 Verkaufsstände ein vielfältiges Angebot: Steingut, Leder, Gewürze, Textilien, Haushaltsgeräte, Spielzeug, Schneid- und Metallwaren sowie Kunsthandwerk und Geschenkartikel. Getränkeausschank und Imbissbuden wird es in diesem Jahr allerdings nicht geben. Auch Süßwaren werden nicht angeboten.

Die beiden Pottmärkte öffnen ihre Pforten in der Liboriwoche täglich von 11:00 bis 20:30 Uhr.



VIEL ZU
ENTDECKEN
AUF DEM
POTTMARKT



FahrRad **MÖHRING**
custombikes & more

Egal ob E-Bike, Lastenrad, Mountainbike, Rennrad oder Trekkingrad - wir sind ihr richtiger Ansprechpartner!



Wir freuen uns auf Sie!

FahrRad Möhring GmbH
(früher Zweirad Möhring UG)
Rudolf-Diesel-Straße 5
33178 Borchen
Tel.: 05251 - 8701554
www.fahrrad-moehring.de

Öffnungszeiten:

Mo., Di., Do., Fr.:
10:00 - 13:00 Uhr
14:30 - 18:00 Uhr
Mi.: geschlossen
Sa.: 10:00 - 13:00 Uhr



DER BIERBRUNNEN KÜHLT DIE TROCKENEN KEHLEN

LIBORI-BIERGLÄSER UND KRÜGE ERHÄLTlich

Auch die Bierbrunnen-Fans und Bierkrug-Sammler kommen in diesem Jahr wieder auf ihre Kosten. Allerdings müssen das große Holzfass und die Jubelhenne diesmal einen Umzug in Kauf nehmen: vom Platz vor dem historischen Rathaus geht es in den Garten der Dommusik, Domprobsteigasse 1, vor dem Johannes-Hatzfeld-Haus. Dort braucht allerdings niemand zu darben, denn das be-



Die Jubelhenne ziehen in diesem Jahr vom Rathaus in den Garten der Dommusik um. Foto: Stadt Paderborn



Dutschke GmbH

Mulden-Container-Service

Tel.: 0 52 51 - 7 22 35
www.dutschke-container.de

kannte Bierbrunnen-Programm mit Moderation, Interviews, Verlosungen und Musikbeiträgen wird in angenehmer Biergartenatmosphäre stattfinden. Kostenlose Tickets gibt es auf libori.de oder bei Ticketdirekt in der Königsstraße 62. Wichtig: ohne Ticket kein Zutritt!

Die beliebten Krüge und Gläser sind auch in diesem Jahr wieder mit Sondermotiv aufgelegt worden. Die begehrten Libori-Souvenirs sind dem „Erlebnis an den Quellen“ gewidmet. Das Bildmotiv zeigt Dom, Riesenrad und Pottmarkt-buden an der Pader. Während der Liboriwoche sind die Krüge und Gläser zu den Bierbrunnenzeiten erhältlich und zwar **täglich von 19:00 bis 20:30 Uhr.**



Das Motiv der diesjährigen Libori-Gläser und Krüge zeigt Dom, Riesenrad und Pottmarkt-buden an der Pader. Foto: Stadt Paderborn

Rechtsanwalt und Notar Fachanwalt für Familienrecht



Cem Kaba



Warburger Straße 25, 33098 PADERBORN

Tel: 05251/870 83 66, Fax: 05251/870 83 67

www.hausjurist.net • Mail: post@hausjurist.net



Modern ausgestattete Schulungsräume hinter historischen Mauern.



Modernes Ambiente empfängt Schülerinnen und Kunden.

ERSTES PADERBORNER COSMETIC-COLLEGE

Ausbildung zur geprüften Kosmetikerin und mehr



Paderborn. Schon 1981 gründete Christa Elwing die erste Kosmetik-Schule in der Domstadt. Das renommierte Institut ist bis heute das Einzige seiner Art in Paderborn und wird seit Oktober 2020 von Sibylle Frei geführt. Die Kosmetikerin mit Meisterbrief wurde ab dem Jahr 2002 selbst im Hause ausgebildet. Bisher ist Frau Frei die einzige Kosmetikerin in Paderborn mit einem eingetragenen Meisterbetrieb bei der HWK in Bielefeld.

Die Ausbildung zur Kosmetikerin umfasst zwei Semester. Als Zugangsvoraussetzung ist ein Hauptschulabschluss notwendig. Zurzeit sind im Hause elf Schülerinnen in der Ausbildung. „Die meisten unserer Schülerinnen

kommen nicht direkt von der Schulbank, sondern haben zwischenzeitlich auch in andere Berufswelten geschnuppert,“ erklärt Sibylle Frei: „deshalb haben wir hier unter den Schülerinnen einen bunten Altersquerschnitt.“ Die anerkannte Ausbildung ist über BaFöG sowie über den Bildungsscheck NRW förderfähig. Unabhängig von der Kosmetik ist eine Ausbildung zur Fußpflegerin oder zur Visagistin möglich. Frau Frei ist es ein wichtiges Anliegen, von der „Standartkosmetikerin“ weg, hin zu qualifizierten Fachkosmetikerinnen mit einem großen Wissensumfang auszubilden. Ebenso ist ihr sehr wichtig, dass dem Beruf mehr Anerkennung und Wichtigkeit zugesprochen wird. Daher engagiert Frau Frei sich ehrenamtlich sehr im Prüfungsausschuss für die angehenden Kosmetikermeisterinnen der HWK in Bielefeld. Ab Herbst sind Meisterkurse auch in ihrem Betrieb geplant

Viele erfolgreich geprüfte Kosmetikerinnen ergänzen ihren Abschluss im Hause auch durch

einen internationalen Abschluss (CIDESCO-Diplom), der in einem dritten Semester erlangt werden kann. Dieser hat schon manche ehemalige Schülerin hinausgeführt in die große, weite Welt. „Einige unserer Ehemaligen haben zwischenzeitlich auf einem Kreuzfahrtschiff gearbeitet und begeistert von ihren Erlebnissen berichtet,“ erzählt Sibylle Frei: „Unsere Ausbildungsmöglichkeiten in der Wellness- und Gerätekosmetik umfasst unter anderem Anti-Aging, Needling, EMS, Radiofrequenzbehandlung, Narbenbehandlung und Hyaluronbehandlung etc. „Gerade der Einsatz von Gerätekosmetik sollte unbedingt von geschulten Fachkräften durchgeführt werden!“ mahnt die erfahrene Kosmetik-Meisterin.

Die modern eingerichteten Schulungsräume des Ersten Paderborner Cosmetic-Collegs befinden sich im zeitgemäßen Ambiente hinter der historischen Fassade eines klassischen Eckhaus am Le-Mans-Wall 21a, in der Kurve zur Eckstraße. Dort ist das Institut zentral gelegen und gut erreichbar.



Erstes Paderborner Cosmetic-College
Sibylle Frei

Berufe mit Zukunft

- *Kosmetiker/in* (Ausbildung ab September)
- *Kosmetik - Meister/in*
- *Fußpflegekurs*

pcc-s.frei@outlook.de

Fußpflege-Visagisten-Schule
Ergänzungsschule im
ZdK-CIDESCO
Kosmetikermeisterin
Sibylle Frei

Wir **informieren** Sie gerne **kostenlos** und **unverbindlich**. Auf ihr Kommen freut sich Sibylle Frei und Team.

Le Mans Wall 21 a - Paderborn
Telefon (05251) 8 78 76 76

MIT KREATIVITÄT IN DIE SCHÜTZENSAISON 2.0

Drei Vereine werden für soziales Engagement ausgezeichnet

Warstein/Paderborn. Solidarität und Gemeinschaft im Schützenwesen: Von der Schützenhalle als Impfzentrum, über Schützenfestpakete für zu Hause bis hin zur Rückkehr zum historischen Brauchtum – der Ideenpool des Forschungsprojekts „Tradition im Wandel“ und der Warsteiner Brauerei freut sich über mehr als 40 kreative Einsendungen seit Beginn der Aktion. Die Gewinner dürfen sich bis zum Ende der Schützenfestsaison über insgesamt 300 Liter Warsteiner Premium Pilsener freuen.

Ein voller Erfolg zu besonderen Zeiten: Mehr als 40 Schützenvereine haben mit ihren einfallsreichen Ideen ein alternatives Schützenfest für ihre Mitglieder ermöglicht oder sich sozial in ihrer Gemeinde engagiert. „Eine solche Vielzahl und Vielfältigkeit der Einsendungen hätten wir nicht erwartet“, erklärt Benjamin Payer von der Warsteiner Brauerei. „Bereits wenige Minuten nach der Versendung des Newsletters sind bei mir die ersten Einsendungen eingegangen. Ich bin begeistert von den kreativen und sozialen Aktionen, von denen einige mit großer Wahrscheinlichkeit auch in einem regulären Schützenfestjahr ihren Platz finden werden.“ Unter allen Einsendungen wurden die ersten drei von neun Gewinnern bekannt gegeben und mit insgesamt 100 Litern Warsteiner Premium Pilsener prämiert. Über 50 Liter Warsteiner freut sich die St. Johannes Schützenbruderschaft 1653 e. V. Salzkotten mit ihren Einkaufshilfen für Senioren und der Einrichtung der lokalen Speisekammer und dem Impfzentrum in ihrer Schützenhalle. 30 Liter Warsteiner gehen an den Paderborner Bürger-Schützenverein (PBSV), der unter dem Motto „Gib dem PBSV dein Gesicht“ eine große Collage aus insgesamt 400 Porträtbildern seiner Mitglieder anfertigte. Neben weiteren Spendenaktionen – wie zum Beispiel 2.500 Euro an die

Bahnhofsmission – stiftete der PBSV pro eingesendetem Foto fünf Euro für wohltätige Zwecke. Der dritte Gewinner ist der Schützenverein Gleidorf, der sich dank seines „historischen“ Schützenfestpaketes zum 100. Vereinsjubiläum – unter anderem mit einem Brotvogel, ein paar Steinen und einem Andreas-Kreuz-Imitat aus Holz – über 20 Liter Warsteiner Premium Pilsener freuen darf. Hintergrund des Paketes ist die Erinnerung an das erste Schützenfest des Vereins, bei dem der Vogel – ein Brotvogel – mit Steinen vom Andreaskreuz an den Bahngleisen abgeworfen wurde. „Alle Eintragungen in den Ideenpool sind nicht nur für die Schützenfestsaison im zweiten Corona-Jahr, sondern auch für die Zukunft interessant, wenn wir verstehen wollen, wie die Vereine mit der Krise umgegangen sind“, resümiert Jonas Leineweber vom Projekt „Tradition im Wandel“ der Universität Paderborn.

Kreative Schützen dürfen ihre Ideen – gerne auch mit Foto oder Video – noch bis zum 15. September per E-Mail an BPayer@warsteiner.com senden oder sich unter go.upb.de/Ideenpool inspirieren lassen. Alle Vereine, deren Ideen bereits eingesendet sind und noch nicht gezogen wurden, haben weiterhin die Chance im Juli und September als Gewinner gekürt zu werden.

**HORRIDO,
HORRIDO,
HORRIDO**



Foto: Paderborner Bürger-Schützenverein (PBSV)

Junglandwirt Jonas Güllenstern hat mit seinem Foto einen Sonderpreis erzielt. Er glaubt, dass sich die Landwirtschaft in einer Umbruchphase befindet: „Sie hat sich immer verändert und wird sich stetig weiterentwickeln. Die Landwirtschaft wird zukünftig umweltschonender und nachhaltiger.“



WETTBEWERB BILDKOMMUNIKATION: BESTE BAUERN-BILDER PRÄMIERT

Sonderpreis geht in den Kreis Paderborn

Güllenstern: „Landwirtschaft wird umweltschonender und nachhaltiger“

Paderborn/WLV (Re). Die besten Bilder des landwirtschaftlichen Nachwuchses sind prämiert: Einen Sonderpreis des OWL-Wettbewerbs Bildkommunikation 2021 hat Jonas Güllenstern aus Paderborn erzielt. Er ist Studierender der Fachschule für Agrarwirtschaft in Herford. Er hat mit seinem Foto die Jury des gemeinsamen Wettbewerbs der Fachschule und des Landwirtschaftlichen Bezirksverbandes OWL überzeugt. Die Gewinner sind am Donnerstag (1.7.2021) ausgezeichnet worden. Insgesamt neun Bilder und 12 Gewinner und Gewinnerinnen sind gekürt worden. Sie kommen aus ganz Ostwestfalen-Lippe.

HOFALLTAG VOR DER LINSE

Die Bilder des Wettbewerbs präsentieren den Hofalltag vor der Linse. Die Fotos spiegeln das große Spektrum der hiesigen, lokalen Landwirtschaft wieder, vom Tierbetreuer, Kuhversther, Kälberfreund, Landschaftspfleger, über den Bodenkundler, Pflanzenbegutachter bis zur Gesprächspartnerin. Die Fotos zeigen: „Der Beruf des Landwirts ist ein breit gefächertes Lehrberuf, der für manch Außenstehenden leicht aussieht, aber nur von Fachleuten machbar ist“, betont Hubertus Beringmeier, Bauernpräsident und Vorsitzender des Landwirtschaftlichen Kreisverbandes Paderborn. Die Bilder vermitteln: „Wir als Landwirte haben eine Verantwortung für Mensch, Tier, Natur. Dieses wollen und müssen wir noch mehr zeigen.“ So lautete auch das Motto des Wettbewerbs: „Landwirtschaft lokal - vielseitig und verantwortungsbewusst“.

BINDEGLIED ZWISCHEN BAUERN UND BÜRGER

Vorurteile abbauen, Verständnis wecken, Brücken bauen - das möchte der landwirtschaftliche Berufsstand. „Die Preisträger stellen mit ihren Bildern ein Bindeglied zwischen Bauern und Bürger dar“, hebt Beringmeier hervor. „Mit den Fotos möchten wir Aufklärungsarbeit leisten und mehr Bewusstsein für die heimische Landwirtschaft schaffen. „Denn unser Beruf ist ein total schöner, jeder Tag auf's Neue“, so der Landwirtevorsitzende. Dem kann Jonas Güllenstern nur zustimmen. „Wir können uns glücklich schätzen: Wir arbeiten in

einem Umfeld, geprägt von den Jahreszeiten und den Naturkreisläufen.“ Er liebt das Leben mit den Tieren und an der frischen Luft. Vielen sei das nicht vergönnt. Er sehe seinen Beruf und seine Arbeit mit viel Freude, auch wenn die Lage der Bauernfamilien, die Erzeugerpreise, der Auflagendruck sowie die zunehmende Bürokratie große Herausforderungen seien. Er glaubt, dass die Landwirtschaft derzeit in einer Umbruchphase sei und sich verändern werde. Aber sie habe sich immer verändert und stetig weiterentwickelt. „Vieles ist zwar ungewiss, doch die Arbeit in der Natur und mit den Tieren sei ein Geschenk und seit Jahrtausenden im Kern doch immer die gleiche“, unterstreicht der Junglandwirt. Er ist überzeugt: Die Landwirtschaft wird zukünftig umweltschonender und nachhaltiger - auch mit Hilfe von Digitalisierung, Weiterentwicklung und Innovation.“

BESTE BAUERN-BILDER

Neun Siegerfotos und 12 Gewinnerinnen aus ganz OWL

Insgesamt neun Bilder und 12 Gewinner und Gewinnerinnen sind gekürt worden: David Lohöfener aus Werther hat mit seinem Bild den ersten Preis erzielt. Der zweite Preisträger ist Ole Kahre aus Kalletal. Platz drei ist zweimal vergeben worden, einmal an die drei Junglandwirte Alexander Schlüter aus Beverungen, Felix Sander aus Borgentreich und Sascha Winkelhahn aus Höxter. Sie haben ein gemeinsames Foto eingereicht, ebenso Jascha Brune aus Hüllhorst und Jannik Brüggelolte aus Melle. Sonderpreise haben Jonas Bohnenkamp aus Herford, Jonas Güllenstern aus Paderborn, Lisa Schäfer aus Brakel-Bellersen, Finn Schütte aus Rahden und Lennart Heselmeier aus Stemwede erhalten. Aufgerufen waren die Studierenden der Fachschule für Agrarwirtschaft in Herford im Fach Kommunikation, ihren Beruf und ihre Freude an der Arbeit in der Landwirtschaft mittels Fotos darzustellen. „Unterstützt von den Lehrern, in Fotoaufbau, Bildgestaltung sowie mit technischen Hilfestellungen sind hervorragende Ergebnisse herausgekommen“, unterstreicht der Vorsitzende.

Hello



Summer

FREIZEIT TIPPS

ROMANTISCHE ABEND-
STIMMUNG AM SEEUFER

FOTO: HERBERT GRUBER

SICHERER FREIZEITSPASS

AM LIPPESEE

DLRG mit moderner Wasserrettungsstation

Paderborn-Sande. Mit einer Wasserfläche von rund 90 Hektar bietet der Lippesee die umfassendsten Wassersportmöglichkeiten im Paderborner Land. Aus dem ehemaligen Baggersee mit Stauwehr, das 1986 entstand, ist eines der beliebtesten Naherholungsgebiete in Ostwestfalen geworden. Die Angebote sind vielfältig: Segeln, Surfen, Tretbootfahren, Angeln, Schwimmen sowie am benachbarten Nesthauser See auch Wasserski und Wakeboarding. Aber nicht nur Wasserratten haben hier ihre Freude. Der Lippesee ist vollständig von Wegen umrundet, auf denen ganzjährig geradelt und gejoggt oder einfach nur spazieren gegangen wird. Auf den Rundwegen wird es langsam eng, an schönen Sommertagen kann es immer wieder zu Konflikten zwischen unterschiedlichen Freizeitakteuren kommen. Die Stadt Paderborn hat darauf reagiert und es wurde ein landschaftsplanerisches Entwicklungskonzept in

Auftrag gegeben, das in den kommenden Jahren schrittweise umgesetzt werden soll. Der von dem Bad Lippspringer Büro Gasse-Schumacher-Schramm erarbeitete Plan ist ehrgeizig, erscheint aber notwendig. Denn auch die Parkplätze am Lippesee sind knapp und der Naturgenuss soll den Besuchern auch in Zukunft nachhaltig ermöglicht werden. Wie man hört, plant auch der Betreiber der Wasserkiseilbahn eine Erweiterung seiner Anlage. Das Planungskonzept der Stadt sieht zudem eine bessere Anbindung des Nesthauser Sees an den Lippesee vor, die beiden Gewässer sind durch die stark befahrene Bundesstraße 64 zurzeit voneinander nahezu abgeriegelt.

Zu einem Highlight am Lippesee hat sich am Südufer das „Gut Lippesee“ entwickelt. Der zum See gelegene, fast 200 Jahre alte

WASSERSKI UND WAKEBOARDING AN EINER MODERNEN SEILANLAGE BIETEN EINEN HOHEN SPASSFAKTOR

FOTO: WASSERSKI-PADERBORN



LIEGEWIESE MIT BADEFREUDEN AM NESTHAUSER SEE

FOTO: WASSERSKI-PADERBORN



Wassmannshof stand einst in Delbrück. Seit der Eröffnung einer Gastronomie finden hier auf der Deele rund 100 Gäste Platz. Für größere Veranstaltungen mit bis zu 300 Gästen ist der 1735 erbaute ehemalige Schafstall des Holthofs mit seiner 29 Meter langen Deele geeignet. Wassmannshof und Holthof sind durch einen modernen Mittelgang verbunden und bilden eine bauliche Einheit. Ein großer Biergarten mit Blick auf den Lippeesee lädt im Sommer zur gemütlichen Rast ein.

NEUE SONDERAUSSTELLUNG

im Museum im Schloss

mit Grafiken von Francisco de Goya

Sonderausstellung „Die Schrecken des Krieges“ im Museum im Schloss Bad Pyrmont bis zum 29. August 2021

Das Museum im Schloss präsentiert eine neue Sonderausstellung, die das Herz aller Kunstfreunde höherschlagen lässt. Francisco de Goya (1746–1828) ist einer der faszinierendsten Künstler der Kunstgeschichte: Einerseits gilt er als Wegbereiter der Moderne und Erfinder rätselhafter Bildwelten, andererseits war Goya einer der letzten großen Hofkünstler und Autor eindrücklicher Portraits. 1820 fertigte Goya die Serie „Die Schrecken des Krieges“, in denen er die napoleonische Besetzung in Spanien und deren verhängnisvolle und blutige Folgen festhielt. In seinen Bildern ergreift er keine Partei, sondern veranschaulicht die menschliche Brutalität in archetypischer Form. Somit stehen diese existenziellen Szenen stellvertretend für alle Kriege und erscheinen in ihrer darstellerischen Kraft nahezu zeitlos und beklemmend aktuell. Sie zeigen abgründige Verhaltensmuster menschlichen Handelns in extremen Situationen. Neben dem kompletten Satz der Serie werden exemplarische Radierungen aus den „Los Caprichos“ gezeigt. Die gesellschaftskritischen satirischen Stiche gingen dem Zyklus „Die Schrecken des Krieges“ voran. In ihnen verschmelzen Träume, Fantasien und Realitätsbezüge. Eine Ausstellung in Zusammenarbeit



mit dem Wilhelm-Fabry-Museum Hilden. Begleitend zu Ihrem Museumsbesuch erhalten Sie eine kostenlose Broschüre mit den wichtigsten Details zu den ausgestellten Bildern. Aktuelle Informationen zum Museumsbesuch erfahren Sie auf der Homepage www.museum-pyrmont.de oder telefonisch unter 05281 606771.

Museum im Schloss Bad Pyrmont

Schloßstraße 13 | 31812 Bad Pyrmont
Telefon (0 52 81) 60 67 71 | Telefax (0 52 81) 96 91 26

E-Mail: info@museum-pyrmont.de | www.museum-pyrmont.de
Folgen Sie uns auch auf Facebook und Instagram

Öffnungszeiten täglich außer montags von 10.00 – 17.00 Uhr

Eintrittspreise

Erwachsene 4 Euro. Kurgäste und Schwerbehinderte 3 Euro.
Schüler, Studenten und Arbeitslose 2 Euro.
Gruppenpreise (ab 10 Personen) pro Person 2,50 Euro. Familienkarte 8 Euro

Hello Summer



FREIZEIT TIPPS

DAS SEGELN GEHÖRT ZU DEN BELIEBTESTEN FREIZEITAKTIVITÄTEN AM LIPPESEE

FOTO: HERBERT GRUBER



DAS BELIEBTE STRANDBAD ERZEUGT URLAUBSFLAIR IN HEIMISCHEN GEFILDEN

FOTO: HERBERT GRUBER

Schon seit dem Jahr 1974, also noch zur Hochzeit der Kiesabgrabungen entstand die Lippesee-Freizeitanlagen GmbH. Sie regelt die gebührenpflichtige Nutzung des Sees für den Wassersport und verpachtet mehrere Gastronomiebetriebe, wie zum Beispiel die Seemöwe und den Eisklang am Salitos Beach. Wassersportvereine, wie der Paderborner Yachtclub oder der Segler-Verein Paderborn haben sich hier angesiedelt.

Ein wichtiger Anker für die Sicherheit am Lippesee ist die Wasserrettungsstation der DLRG (Deutsche Lebensrettungs-Gesellschaft). Die mit einem modernen Rettungsboot ausgestattete Station ist ehrenamtlich besetzt und auch die Einsatztaucher der DLRG Ortsgruppe Paderborn sind hier stationiert. Im Frühjahr diesen Jahres erhielt die Paderborner DLRG aus den Händen von NRW-Staatssekretärin Andrea Milz einen Förderbescheid im Rahmen des Programms „Moderne Sportstätten 2022“. Damit können die Wasserretter am Lippesee auch in Zukunft ihr Domizil gut in Schuss halten. Mit Feuerstelle und Grillplatz bietet die Station auch weitere Möglichkeiten zur Freizeitgestaltung.

STAATSEKRETÄRIN ANDREA MILZ UND LANDTAGSABGEORDNETER BERNHARD HOPPE-BIERMEIER BEI DER ÜBERGABE DES FÖRDERBESCHIDES „MODERNE SPORTSTÄTTEN 2022“ AN DIE PADERBORNER DLRG

FOTO: HERBERT GRUBER



KONTAKTE:

DLRG Ortsgruppe Paderborn e.V.

Am Mühlenteich 12 | 33106 Paderborn | www.paderborn.dlrg.de

Lippesee-Freizeitanlagen GmbH & Co. KG

Sennelagerstraße 66 | 33106 Paderborn-Sande | www.lippe-see-freizeitanlagen.de

Schlosspark und Lippesee Gesellschaft mbH

Im Schloßpark 10 | 33104 Paderborn | www.schlosspark-paderborn.de

Segler-Verein Paderborn e.V.

Sennelagerstraße 58b | 33106 Paderborn | www.svpb.de

Paderborner Yachtclub e.V.

Sennelagerstraße 62 | 33106 Paderborn | www.pbyc.de

Wasserski Paderborn

Sander Straße 160 | 33106 Paderborn | www.wasserski-paderborn.de

SCHECKÜBERGABE FÜR DAS GEWINNERTEAM „TRB SENIOREN“ BEIM WETTBEWERB #TROTZDEMSPORT: MONIKA UND REINHARD SCHNATMANN, DIETHELM KRAUSE (VIZEPRÄSIDENT FINANZEN LANDESSPORTBUND), UWE STORK (2. VORS. GEMEINDESORTVERBAND BORCHEN), BURKHARD THIELE (1. VORS. RAD-TREFF BORCHEN), CHRISTA UND NORBERT LAGES UND HELLMUTH FISCHER (V.LI.N.RE.). FOTO: RAD-TREFF BORCHEN



RAD-TREFF BORCHEN

TROTZT DER CORONA-PANDEMIE

Zwei Mannschaften bei Landeswettbewerb erfolgreich

Borchen. Unter dem Motto #trotzdemSPORT hatte der Landessportbund NRW einen Wettbewerb für Vereinsgruppen in Nordrhein-Westfalen ausgelobt, bei dem es attraktive Geldpreise zu gewinnen gab. Mitmachen konnten Teams von jeweils bis zu 10 Sportlern in den verschiedensten Sportarten – vom Rudern über das Radfahren bis zum Yoga. Aufgabe der Gruppen war es, vom 15. Dezember 2020 bis zum 31. Januar 2021 – ob drinnen oder draußen – so viel Sport zu treiben, wie unter den Pandemiebedingungen möglich. Gewertet wurde nach zwei Kriterien. Zum einen nach den gesammelten Punkten, die nach einem Umrechnungsschlüssel für die verschiedenen Sportarten vergeben wurden, zum anderen nach der Dauer der sportlichen Aktivität.

Der Rad-Treff Borchen trat gleich mit zwei Mannschaften an. Während das Team „Winterspeck“ mit 9 Rennradlern in der Wertung der 18-60 Jährigen nach Punkten auf einen guten 114. Rang von über 440 teilnehmenden Teams kam, waren die „RTB Senioren“ mit Christa Lages, Monika Schnatmann, Norbert Lages und Hellmuth Fischer in der Wertung der Ü60 Jährigen noch erfolgreicher. In der Zeitwertung kamen die fünf Ausdauersportler mit absolvierten 25.372 Minuten oder über 420 Stunden Radfahren unter die fünf Gewinnerteams und sicherten ihrem Verein, dem Rad-Treff Borchen e.V., ein Preisgeld von 1.000 Euro.

Zur symbolischen Übergabe des Schecks fand der Vizepräsident des Landessportbundes NRW und Vorsitzende des Kreissportbundes Paderborn, Diethelm Krause, passende Worte und sprach von einem tollen Beispiel, was möglich sei, wenn ein gestecktes Ziel im Team umgesetzt werde.

Auch der Radtreff Borchen ist, wie alle Vereine im Paderborner Land, von der Corona-Pandemie und den damit verbundenen Einschränkungen betroffen. Die derzeit günstigeren Inzidenzwerte gestatten jedoch Lockerungen im kontaktfreien Sport,

so dass seit dem 30. Mai wieder ein eingeschränkter Trainingsbetrieb unter besonderen Verhaltensregeln stattfindet. Die für den 19. Juni geplante Radtouren-Fahrt (RTF) wurde auf eine kontaktlose Corona-Radtourenfahrt umgestellt. Eine RTF in Präsenz avisiert der Rad-Treff Borchen für den 25. September. Interessierte werden gebeten, sich aktuell auf der Homepage des Rad-Treffs zu informieren.

www.rad-treff-borchen.de



WEIT ÜBER DIE REGION HINAUS
IST DER RAD-TREFF BORCHEN IM
RADSPORT ERFOLGREICH.

FOTO: HERBERT GRUBER

Hello
Summer

FREIZEITTIPPS

FREIBADSPASS IM

PADERBORNER LAND

Sommer, Sonne, Liegewiese und kühles Nass



ALS EINES DER ERSTEN BÄDER IM HOCHSTIFT ÖFFNETE DAS PADERBORNER ROLANDBAD AM 22. MAI SEINE PFORTEN

FOTO: STADT PADERBORN

DAS WALDSCHWIMMBAD BAD WÜNNENBERG IST WEGEN SEINER IDYLLISCHEN LAGE BEI SCHWIMMERN UND SONNENANBETERN BELIEB. FOTO: STADT BAD WÜNNENBERG



BADEN OHNE CHLOR GARANTIERT DAS NATURBAD ALTENAUTAL IN ATTELN BEI LICHTENAU

FOTO: STADT LICHTENAU



Leonardo da Vinci

Das letzte Abendmahl

11. Mai bis 21. November 2021
Die Bilderwelt des Leonardo
im Kloster Dalheim

Kreis Paderborn. In Zeiten von Corona, mit eingeschränkten Reisemöglichkeiten kommt den Freizeitmöglichkeiten in heimischen Gefilden eine besondere Bedeutung zu. Insbesondere Schülerinnen und Schüler genießen in den Ferien die Tage in der „Badse“. Gleichzeitig wissen die Eltern, dass ihre Kinder hier gut aufgehoben sind. Zum Anfang der Saison war es jedoch ein banges Zittern, ob die Badeanstalten im Hochstift angesichts einer verschärften Lage überhaupt öffnen dürfen. Sinkende Inzidenzzahlen brachten im Mai schließlich Erleichterung. Das Paderborner Rolandsbad und die Sälzer Lagune machten den Anfang und öffneten ihre Pforten am 22. des Monats. Andere Bäder zogen nach und so sind inzwischen fast alle Freibäder, mit Ausnahme des Thermalfreibades in Bad lippspringe, das renoviert oder neu gebaut werden muss, wieder offen. Die Eintrittspreise sind im Vergleich zum Vorjahr stabil geblieben. **Leben im Paderborner Land** hat sich umgeschaut, welche Bäder zu welchen Zeiten geöffnet sind. In den meisten Badeanstalten muss derzeit bei Inzidenzstufe null kein aktueller Test mehr vorgelegt werden. Es empfiehlt sich jedoch, sich vor dem Schwimmbadbesuch zu erkundigen.

HAVE
FUN!



Stiftung Kloster Dalheim
LWL-Landesmuseum für Klosterkultur

LWL

Für die Menschen.
Für Westfalen-Lippe.

FREIBÄDER IM PADERBORNER LAND

ROLANDBAD PADERBORN

Stolbergallee 20
33102 Paderborn
Tel. 05251 / 33327

wieder geöffnet seit dem 22. Mai.
Mo. - Fr.: 6:00 - 20:00 Uhr
Sa.: 7:00 - 20:00 Uhr
So. + FT.: 8:00 - 20:00 Uhr
Einzelkarte Erw.: 3,50 Euro
Saison bis 12. September 2021

WALDSCHWIMMBAD BAD WÜNNENBERG

In den Erlen 31
33181 Bad Wünnenberg
Tel. 02953 / 340

wieder geöffnet seit dem 25. Mai.
Di. + Do. Frühschwimmen: ab 6:00 Uhr
Familienbad tägl.: 10:00 - 14:00 Uhr &
15:00 - 19:00 Uhr.
Einzelkarte Erw.: 3,00 Euro

WALDBAD SCHLOSS NEUHAUS

Hermann-Löns-Str. 129
33104 Paderborn-Schloß Neuhaus
Tel. 05254 / 2308

wieder geöffnet seit dem 1. Juni.
Mo. - Fr.: 6:00 - 20:00 Uhr
Sa.: 7:00 - 20:00 Uhr
So. + FT.: 8:00 - 20:00 Uhr
Einzelkarte Erw.: 3,50 Euro
Saison bis 12. September 2021

STÄDTISCHES FREIBAD BÜREN

Jühengrund 1a | 33142 Büren
Tel. 02951 / 5260

wieder geöffnet seit dem 20. Juni.
Mo. - Fr. Frühschwimmen:
6:00 - 9:00 Uhr
Mo. - So./FT.: 10:00 - 17:00 Uhr
18:00 - 20:00 Uhr
Einzelkarte Erw.: 3,00 Euro

FREIBAD HARTH

Kirchweg 18
33142 Büren
Tel. 02958 / 340

wieder geöffnet seit dem 4. Juni.
Mo. - So.: 13:00 - 19:00 Uhr
Einzelkarte Erw.: 3,00 Euro

NATURBAD ALTENAUAL

Dr.-Schmücker-Straße 30
33165 Lichtenau
Tel. 05292 / 932176

wieder geöffnet seit dem 3. Juni.
Mo. - Fr.: 14:00 - 19:00 Uhr
(mit Dauerkarte ab 13:00 Uhr)
Sa. - So.: 10:30 - 20:00 Uhr.
Einzelkarte Erw.: 3,50 Euro

FREIBAD LICHTENAU

Driburger Straße 36
33165 Lichtenau
Tel. 05295 / 266696

wieder geöffnet seit dem 3. Juni.
Mo. - Fr.: 13:00 - 19:00 Uhr
Sa. - So.: 10:30 - 19:00 Uhr
Ferien tägl.: 10:30 - 19:00 Uhr.
Einzelkarte Erw.: 3,00 Euro

SÄLZER LAGUNE

Alte Bleiche 10
33154 Salzkotten
Tel. 05258 / 21962

wieder geöffnet seit dem 22. Mai.
Mo. - Fr.: 6:00 - 20:00 Uhr
Sa. - So.: 7:00 - 19:00 Uhr.
Einzelkarte Erw.: 3,00 Euro

EVA M WÄSCHETRÄUME IN ELSÉN

Seit fast 22 Jahren bereichert Eva M Wäscheträume, das Wäschefachgeschäft in Elsen, mit tollen Produkten und jeder Menge Fachwissen das Angebot im Paderborner Land. Das kleine Geschäft steht für gute Beratung und große Auswahl schöner Dessous und Bademoden, sowie Wäsche für Tag und Nacht. Über 100 Größen sind hier ständig vorrätig, verschiedene Formen und Farben kommen in der Auswahl noch dazu. Ein liebevoll ausgesuchtes Sortiment lässt das Frauenherz höher schlagen. Viele Frauen tragen die falsche Größe bei Dessous, und Sie? Jede Frau hat andere Formen und alle sollten sich wohlfühlen in Ihrer Figur und mit der richtigen Wäsche die persönliche Schönheit unterstreichen. Das schönste Kleid sieht nicht aus, wenn die Wäsche darunter nicht sitzt. Optimale Dessous lassen die Kleidung wirken. Bei Eva M finden Sie für jeden Anlass etwas. Im Sommer den trägerlosen BH, T Shirt, SportBHs, wie auch Miederwaren, Bodys und Korsagen mit Funktion. Bikinis als Mix und Match ebenso wie Badeanzüge oder Tankinis, die gerade jetzt in großer Auswahl zum Sortiment gehören. Passend dazu natürlich auch Strandkleider und Freizeitmode. Loungewear, die oft schon ausgehtauglich ist. Qualität und Passform stehen traditionell an erster Stelle bei Eva M Wäscheträume. Regelmäßige Schulungen und Messebesuche, soweit wieder möglich, sorgen für ein liebevoll verlesenes Sortiment. Hochwertige Markenfirmen wie Marie Joe, Prima Donna, Anita, Calida, Nina v. C, Pastunette, Charmline und Lidea bereichern die Auswahl. In Homeoffice-Zeiten ist Bequemlichkeit angesagt und Sie finden hier ein entsprechend großes Sortiment bügelloser BHs vorrätig.

Fragen Sie gerne nach Ihrem Wunschtermin zur Beratung und Anprobe, alles unter Corona Bedingungen, das ist selbstverständlich. Das Team von Eva M freut sich über die ständig wachsende Zahl zufriedener Kunden und über jede Menge „Mund zu Mund Propaganda“, denn das ist die beste Werbung. Viele Kunden schätzen die umfangreiche Auswahl und den hervorragenden Service so sehr, dass sie auch weite Entfernungen nicht scheuen, um diese in Anspruch zu nehmen. Überzeugen Sie sich selbst bei einem Besuch!



Dezent & so...

...schön! **EVA M.** Wäscheträume

Modellbeispiel



Das Model „Nathy“ von Marie Jo überzeugt auf ganzer Linie durch schlichte Muster und elegante Farben.

MARIE JO
—HAUTE LINGERIE—

Einmalig
in Ihrer Nähe!

Eva M. Wäscheträume
Gesselner Straße 1
33106 Paderborn-Elsen
tel.: 0 52 54-95 33 77
www.eva-m-waesche.de



Hello



Summer

FREIZEIT TIPPS



FREUEN SICH AUF INTERESSIERTE JUGENDLICHE FÜR DIE FERIENFREIZEIT AM EDERSEE: ANNIKA KOEPE UND FABIAN SCHUMANN (V.L.I.)

FOTO: MULTICULT/BERNADETT EWERS

JETZT DOCH NOCH –

SACHEN PACKEN UND

AB ZUM EDERSEE!

Ferienfreizeit im August

Paderborn. In Rahmen der Ferienspiele 2021 bietet das Jugendkulturzentrum MultiCult vom 7. bis 9. August eine spontane Ferienreise zum Feriencenter „Albert Schweitzer“ am Edersee an. Es wartet ein abwechslungsreiches Programm - unter anderem mit einer Kanutour und einer Alpakawanderung - auf interessierte Jugendliche zwischen 12 bis 15 Jahren.

Im Herzen des Naturparks Kellerwald-Edersee liegt der wunderschöne Campingplatz mit zahlreichen Freizeitmöglichkeiten (bei-

spielsweise Beachvolleyball, Fußball etc.). Die Übernachtung erfolgt in einem Gruppenhaus. Begleitet wird die Freizeitreise durch zwei Sozialarbeitende des MultiCults der Stadt Paderborn.

Anmelden können sich insgesamt 10 Jugendliche. Die Kosten für die Fahrt beträgt 70 Euro. Anmelden können sich alle Interessierten ab sofort bis zum 30. Juli online unter ferienspiele.paderborn.de

Alle weiteren Informationen zum Programm gibt es im MultiCult (Telefon: 05251/280950, Mail.: multicult@paderborn.de).

Die Organisatoren freuen sich auf ein tolles Wochenende am Edersee!

SOMMER, SONNE, SONNEN- SCHEIN...



May Dog

– Professionelle Hundeschule und Hundepension mit Herz

Die Hundepension und Hundeschule May Dog in Leiberg feiert ihr 12-jähriges Jubiläum. Hans May und Astrid Schauder begannen im Dezember 2005 mit dem Bau der Hundepension, die schließlich im Jahr 2006 eröffnet wurde.

In den zwölf Jahren ihres Bestehens hat sich die Hundeschule mit großem Erfolg etabliert, und auch die Hundepension erfreut sich seither großer Beliebtheit unter den zahlreichen Hundebesitzern im Raum Paderborn. Für die vielen großen und kleinen Hunde steht bei May Dog eine Fläche von 14.000 qm zur Verfügung. Das riesige Gelände bietet zwei geräumige Pensionshäuser, in denen jeder Hund sein eigenes vollklimatisiertes, 15 qm großes Zimmer (keine Zwinger) inklusive zusätzlichem, überdachtem Auslauf bewohnt, eine Trainingshalle, in der bei schlechtem Wetter sowie in den Wintermonaten das Hundetraining stattfindet und eine 6.000 qm große Spiel- und Freizeitfläche unter freiem Himmel, auf der sich die Vierbeiner nach Herzenslust gemeinsam mit den Betreuern und Hundetrainern austoben können.

Sie können Ihre Hunde ohne Bedenken in die vertrauensvollen und erfahrenen Hände von Hans May, Astrid Schauder und ihrem 12 Mitarbeitern, darunter tiererfahrene Azubis und professionelle Hundetrainer, geben. Ganz gleich, ob Sie wegen Krankheit nicht für Ihren Hund sorgen können, ob am Wochenende eine Familienfeier ansteht oder ob Sie in Urlaub fahren und Ihren Hund nicht mitnehmen können, ihr Hund ist bei May Dog auf jeden Fall bestens aufgehoben, denn für das Team um Hans May und Astrid Schauder ist die Arbeit mit Hunden eine echte Herzensangelegenheit. Neben der artgerechten und komfortablen Unterbringung für den besten Freund des Menschen bekommt Ihr Hund bei May Dog natürlich auch viel Pflege und Zuwendung. Dazu gehö-

ren auch tägliche Mahlzeiten, Leckereien für zwischendurch, verschiedene Beschäftigungen, Bewegung und Spaziergänge. Auf Ihren Wunsch hin erhält Ihr Hund sogar Entspannungsmassagen von einer Diplom-Physiotherapeutin und wird getrimmt oder geschoren. Eine tierärztliche Versorgung ist selbstverständlich auch gewährleistet. May Dog bietet somit Vollpension mit echter Wohlfühlatmosphäre für Ihren Hund. In der Hundeschule May Dog wird eine professionelle Hundeausbildung angeboten, bei der die Hunde entweder im Einzelunterricht trainiert oder für das Training in Gruppen aufgeteilt werden. Es gibt verschiedene Kurse für Junghundgruppen, Gruppen für pubertierende Hunde zwischen dem 9. und 12. Lebensmonat und Erwachsenengruppen. Das Hundetraining, an dem auch die jeweiligen Hundebesitzer teilnehmen, findet immer montags bis freitags zwischen 17 und 20 Uhr statt. Außerdem findet immer am Samstagnachmittag das Welpenspiel statt, bei dem die kleinen Vierbeiner zwischen der 8. und 16. Lebenswoche verschiedene Umwelterfahrungen sammeln und die ersten Grundkenntnisse des Gehorsams erlernen. Samstags findet zudem auch das Umwelt- und Außentraining mit den Hunden statt, bei dem die Betreuer und Hundetrainer mit den Hunden Ausflüge in der näheren Umgebung unternehmen. Ziele des Hundetrainings bei May Dog sind zum einen die Ausbildung des Hundes zum persönlichen Begleiter des jeweiligen Hundebesitzers, wobei sich der Hund im sozialen Umfeld neutral verhalten sollte, und zum anderen auch der richtige Umgang des Hundebesitzers mit seinem Hund in verschiedenen Situationen. Die gesamte Hundeausbildung ist nach dem wissenschaftlich erforschten Lernverhalten von Hunden ausgerichtet. Zusätzlich gibt das Team von May Dog auch gerne individuelle Tipps bezüglich Fütterung oder erteilt Ratschläge beim Kauf eines Welpen oder Hundes.

Wenn auch Sie den richtigen Umgang mit Ihrem Hund erlernen und ihn zu Ihrem persönlichen Begleiter ausbilden wollen oder wenn Sie eine zuverlässige, artgerechte Unterkunft samt tiererfahrener, professioneller Betreuung für Ihren Vierbeiner suchen, dann ist die mit viel Herz geführte Hundeschule und Hundepension May Dog genau das Richtige für Sie und Ihren Hund.



www.maydog.de

May Dog

Auf der Hödde 9

33181 Bad Wünnenberg-Leiberg

Telefon: 0173 - 4747420

E-Mail: maydog@gmx.de

Öffnungszeiten

Mo. - Fr. 9-13 Uhr · 15-18 Uhr

Sa. 9-15 Uhr · nach Vereinbarung



Hello Summer

Fotos: Dave Lubek / Peter Schanz

FREIZEIT TIPPS



ECHTER „WESTFALO-WESTERN“

AUS DER REGION

„Corona-Cowboys“ auf der Kinoleinwand

OWL/Bad Lippspringe. „Corona-Cowboys – Povern statt versauern“ heißt der neueste Streifen des Bad Lippspringer Filmemachers Peter Schanz, der zurzeit bei der Wiedereröffnung der Lichtspielhäuser in der Region ganz vorne mit dabei ist. Nach der erfolgreichen Premiere im Paderborner „Pollux by Cineplex“ wurde der Westfalo-Western Anfang Juli auch im Kino Brakel, im Matinee Kino Bad Driburg, im Cineplex Warburg und in Bad Sassendorf gezeigt. Aber auch wer diese Termine verpasst hat, bekommt noch eine Chance auf die rauchenden Colts in OWL:

Am 6. und 11. August feiert Odins-Kino in Bad Lippspringe, jeweils um 19:30 Uhr seine Wiedereröffnung nach Corona mit dem heimischen Filmemacher.

Aus heimischen Gefilden stammt auch der Soundtrack zu dem Film und selbstverständlich kommen auch die zahlreichen Laienschauspieler von hier. „Corona-Cowboys“, das ist Show-down statt Lockdown! Der Marshall, alias Thomas Fischer und der Galgenvogel, alias Volker Behrens, schwitzen im Sennesand statt im Death Valley, wo es

momentan ohnehin wohl keiner aushalten könnte. Peter Schanz kennt sich aus in der Region und findet immer wieder Stellen, die für eine Westernkulisse passen: als Beaver-Creek müssen Strothbach und Lippeufer erhalten. Ein Steinbruch auf der Hochfläche wird zum Canyon und die Wisente von Hardehausen gehen glatt als Indianerbüffel durch.

Apropos Indianer: Auf der Suche nach professionell eingekleideten Darstellern wurde Peter Schanz in Bad Sassendorf fündig. Da musste gar nicht mehr großartig ausgestattet werden, denn die berittene Truppe betreibt das Indianerdasein als ständiges Hobby. Weitere Kostüme kamen aus der Nähmaschine von Gattin Anke Schanz, die zusammen mit Nachbarin Fatma Karaca so manchen Abend an der Nähmaschine verbracht hat. Ein Low-Budget-Film eben, den der Filmemacher aus eigener Tasche, unterstützt von seinen ehrenamtlichen Darstellern, produziert hat. „Corona-Cowboys“ samt Covid-19-Blues ist eine Hommage an die professionellen Schauspieler-Kollegen, die zum Nichtstun verdonnert derzeit in die Röhre gucken. Und bedingt durch die öfters mal verschärften Vorschriften und Lockdowns hat sich auch der Filmdreh für die „Corona-Cowboys“ in die Länge gezogen. Die Aktiven aber haben sich davon nicht unterkriegen lassen, denn was lange währt wird oftmals gut. So reitet dann auch der letzte Cowboy aus OWL am Ende des Films einsam in den Sonnenuntergang.

TERMIN:

Odins Kino · Arminiuspark 7 · 33175 Bad Lippspringe:
6. August, 19:30 Uhr und 11. August, 19:30 Uhr.

DVD-Bestellung und weitere Tourdaten: www.blautann-film.de



TIPP FÜR DIE SOMMERFERIEN:

Jede Menge Kultur entdecken



DIE KRÄUTERBEETE VOR DER KULISSE DER WEWELSBURG.
FOTO: KREISMUSEUM WEWELSBURG

Freier Eintritt in der Wewelsburg: In den NRW-Sommerferien können Familien von dienstags bis freitags kostenlos ins Kreismuseum

Kreis Paderborn (krpb). Jede Menge Kultur entdecken: In den NRW-Sommerferien können Familien von dienstags bis freitags das Kreismuseum Wewelsburg mit seinen zwei großen Abteilungen in der Wewelsburg kostenlos besuchen. Besichtigt werden können das Historische Museum des Hochstifts Paderborn und die Erinnerungs- und Gedenkstätte Wewelsburg 1933 – 1945. Zusätzlich laden zwei Sonderausstellungen dazu ein, sich mit der Zeit des Nationalsozialismus zu befassen. Zu einer Familie zählen bis zu zwei Erwachsene mit Kindern unter 18 Jahren.

„Im Historischen Museum stehen Entdeckermappen zur Verfügung. Darüber hinaus bieten wir dort eine tolle Mitmachaktion für unsere großen und kleinen Gäste an, bei der man auch etwas gewinnen kann, so Museumsleiterin Kirsten John-Stucke.

In der Sonderausstellung „Germanenmythos und Kriegspropaganda. Der Illustrator Wilhelm Petersen (1900–1987)“ wird das Leben und Werk des NS-Künstlers erstmals wissenschaftlich-kritisch beleuchtet. In einer weiteren Ausstellung hat das Kreismuseum Botschaften zum Gedenken und Erinnern an die Opfer des KZ Niederhagen anlässlich des 76. Jahrestages der Befreiung am

2. April 2021 zusammengetragen. Darunter sind Beiträge von Angehörigen der Opfer sowie von Schülerinnen und Schülern einiger Partnerschulen des Kreismuseums, von Mitgliedern des Vereins Gedenktag 2. April, von Mitarbeitenden der Gedenkstätte und der Kommunen.

Da aktuell noch keine öffentlichen Führungen angeboten werden, stehen an den Wochenenden in beiden Museumsabteilungen Museumspädagoginnen und -pädagogen für Rückfragen zur Verfügung.

Im Burggarten der Wewelsburg können jene Kräuterbeete erkundet werden, die nach Pflanzlisten der Jesuiten angelegt wurden.

Öffnungszeiten des Kreismuseums Wewelsburg:

Das Kreismuseum Wewelsburg ist dienstags bis freitags von 10 – 17 Uhr und samstags, sonntags und an Feiertagen von 10 – 18 Uhr geöffnet.

Mehr Informationen unter www.wewelsburg.de oder Instagram @kreismuseum_wewelsburg



Matthias Wittig (Vorsitzender Tennisabteilung TuS Sennelager), Ralf Hämmerling (Hauptsponsor), Michael Berens (Bürgermeister Hövelhof), Daniel Didier (Vorsitzender Hövelhofer TC Blau-Weiß) und Teamchef Marc Renner (v.l.) in Vorfreude auf die noch junge Spielzeit. Foto: Herbert Gruber

TUS SENNELAGER SPIELT BUNDESLIGA-TENNIS IN HÖVELHOF

Team Hämmerling mit Spitzensport in der Senne

Hövelhof/Sennelager. Es ist eine Sache, mit der kaum jemand gerechnet hat. Nach dem überraschenden Aufstieg ins Tennis-Oberhaus konnte das Team-Hämmerling den TuS Sennelager in 2019 in der Tennis-Bundesliga halten. Nach dem Ausfall der Spielzeit 2020 soll das kleine Wunder nun auch in 2021 gelingen. Dabei ist die Entscheidung in diesem Jahr erneut mitzuspielen, beim TuS Sennelager nicht leichtgefallen. Denn wegen des verzögerten Saisonstarts standen die Spielstätten in Paderborn nicht mehr zur Verfügung. Doch der Hövelhofer TC Blau-Weiß sprang ein und machte seine Plätze mit engagierten, ehrenamtlichen Einsätzen seiner Mitglieder bundesligafähig. Hövelhofs Bürgermeister Michael Berens zeigte sich sichtlich stolz und sprach von einem großen Imagegewinn für seine Gemeinde. Teamsponsor Ralf Hämmerling ist überzeugt: „Wir werden viel Spaß haben, obwohl wir sicherlich von vielen als Abstiegskandidat Nummer 1 gehandelt werden.“

Die Spielzeit startete mittlerweile mit Hindernissen. Nachdem der Beginn erneut verschoben wurde, gab es am Freitag, dem 9. Juli endlich das Debüt auf der fein hergerichteten Anlage in Hövelhof gegen den Badwerk Gladbacher HTC. Und erneut drohte der Spielstart im wahrsten Sinne des Wortes ins Wasser zu fallen. Es regnete in Strömen. Doch die Hövelhofer Gastgeber gaben nicht auf und eine große Schar engagierter Helfer sorgte dafür, dass



Spitzenspieler Zdenek Kolar vom Team Hämmerling bei der Auftaktbegegnung in Hövelhof im Einsatz. Fotos: HTC Blau-Weiß

die Debütveranstaltung mit rund 400 Zuschauern starten konnte. Das Match endete mit einem 5:1 für die Gäste vom Niederrhein. Teamchef Marc Renner bleibt trotzdem zuversichtlich, denn alle Partien zeigten sich sehr ausgeglichen. Am Ende habe lediglich das Quäntchen Glück gefehlt. Anders sah es da schon bei der ersten Auswärtsbegegnung gegen Grün-Weiss Mannheim aus. Gegen das Top-Team gab man sich keiner Illusion hin. Am Ende gab es aber dann doch einen Silberstreifen: Im Doppel besiegten Daniel Cukiermann und Daniel de Jonge das höher gesetzte Mannheimer Duo Julian Lenz und Kevin Krawietz mit 6:6, 6:4, und 10:6. Insgesamt ein 1:6 beim Bundesliga-Titelverteidiger. Alle weiteren Begegnungen sowie die gemeldeten Spieler des Team Hämmerling sind auf der Homepage des TuS-Sennelager/Team Hämmerling unter www.tennis-bundesliga-paderborn.de immer aktuell abrufbar. Die Saison endet planmäßig am 15. August mit einem Auswärtsspiel beim Rochusclub Düsseldorf. Bis dahin heißt es: Daumen drücken!



Foto: SC Paderborn 07

DER SC PADERBORN 07 IST BEREIT FÜR DIE SAISON 2021/22

Neuzugänge und Stammspieler in neuen Trikots

Paderborn. Zahlreiche, verbliebene Spieler, mehrere Rückkehrer und neun externe Neuzugänge bilden den Kader des SC Paderborn für die Spielzeit der 2. Bundesliga 2021/2022. Neu ist auch Cheftrainer Lukas Kwasniok, der vom 1.FC Saarbrücken nach Paderborn gewechselt ist. Der neue Mann an der Seitenlinie tritt als Nachfolger von Steffen Baumgart, der jetzt den 1. FC Köln trainiert, in große Fußstapfen. Doch dem Neuen traut man an der Pader viel zu. Er gilt als emotional wie sein Vorgänger und in Saarbrücken verschaffte er sich erstklassige Referenzen. Mit der Mannschaft von der Saar erreichte er den Aufstieg in die dritte Liga und sorgte mit dem Erreichen des Halbfinals im DFB-Pokal für einen Achtungserfolg.

Nach mehreren erfolgreichen Testspielen geht es für den SC Paderborn 07 pünktlich zu Libori in die Hinrunde der 2. Liga. Diese startet am 24. Juli mit einem Auswärtsspiel gegen den 1. FC Heidenheim. Das erste Heimspiel in der Benteler-Arena bestreitet der SC Paderborn dann am 30. Juli gegen die „Clubberer“ vom 1. FC Nürnberg. Im DFB-Pokal trifft Paderborn am 6. August auf Dynamo Dresden. Bundesliga-Absteiger Werder Bremen empfängt den SC Paderborn am 15. August im Weserstadion.

Wegen der sehr dynamischen Pandemie-Entwicklung in Zeiten von Corona will der SC Paderborn, ähnlich wie in der vergangenen Saison, vorerst keine Dauerkarten für alle 17 Heimspiele anbieten. Geplant ist jedoch der Verkauf einer Rest-Rückrunden-Dauerkarte, welche dann die ausstehenden Heimspiele der kommenden Saison umfassen wird. Sofern es die pandemische Lage zulässt, ist der Verkauf der Rückrunden-Dauerkarten zum Ende des Jahres angedacht. Unabhängig von dieser Entscheidung werden die angestammten Plätze der bisherigen Dauerkarten-Inhaber für die komplette Saison 2021/2022 reserviert. Alles weitere, wie zum Beispiel die jeweils zulässige, maximale Zuschauerzahl, ist abhängig von behördlichen Entscheidungen.

OBERE REIHE: Ron Schallenberg, Jasper van der Werff, Antony Evans, Jannis Heuer, Prince Osei Owusu, Uwe Hünemeier, Marcel Correia, Dennis Srbeny, Felix Platte, Maximilian Thalhammer, Johannes Dörfler.

ZWEITE REIHE: Mannschaftsarzt Dr. Hans Walter Hemmen, Mannschaftsarzt Dr. Lutz Mahlke, Jamilu Collins, Sven Michel, Marco Schuster, Frederic Ananou, John Iredale, Chris Führich, Mannschaftsarzt Dr. Matthias Porsch, Mannschaftsarzt Dr. Karl-Friedrich Schünemann.

DRITTE REIHE: Geschäftsführer Sport Fabian Wohlgemuth, Teammanager Robin Trost, Physiotherapeut Jörg Liebeck, Physiotherapeut Robert Wezorke, Physiotherapeut Jakob Hauerland, Betreuer Michael Heppner, Athletik-Trainer Johannes Thienel, Video-Analyst Eduard Schmidt, Torwart-Trainer Nico Burchert, Co-Trainer Frank Fröhling, Chef-Trainer Lukas Kwasniok.

UNTERE REIHE: Jesse Tugbenyo, Jonas Carls, Julian Justvan, Justus Henke, Moritz Schulze, Leopold Zingerle, Jannik Huth, Luca Marseiler, Fabrice Hartmann, Kai Pröger, Pascal Steinwender.

ES FEHLEN: Adrian Oeynhaus, Marcel Mehlem.



Der neue Trainer Lukas Kwasniok wechselte vom 1. FC Saarbrücken nach Paderborn und tritt als Nachfolger von Steffen Baumgart an. Fotot: SC Paderborn 07

HÖFE, ÄCKER, WIESEN UND WEIDEN-LEBENSRAUM FÜR VIELE TIERE

FELD- UND HOFSAFARI: WAS KREUCHT UND FLEUCHT DENN DA?



Rauchschwalben brüten fast ausschließlich in landwirtschaftlichen Gebäuden, vor allem in Ställen. Fotos: Cornelia Langreck



An der Distel sind drei verschiedene Hummeln zu sehen: Acker-, Erd-, Wiesenhummel.



Weidezaunpfähle dienen Insekten wie der Holzbiene als Refugium. Totholz ist für Insekten wertvoll.



Paderborn/WLV (Re). Viele Menschen genießen derzeit Natur und Landschaft. Es gibt Vieles zum Entdecken. In Feld und Flur, in Wiesen und Weiden, leben jede Menge Tiere – groß und winzig klein. „Auch auf unseren Bauernhöfen findet viel Getier Heimat und Nahrung - neben Kühen, Schweinen oder Hühnern“, so Bauernpräsident und Vorsitzender des Landwirtschaftlichen Kreisverbandes Paderborn Hubertus Beringmeier. Auf den Feldern sieht man Rehe oder Hasen, es flattern Vögel und Insekten. Im Boden leben ganz viele kleine Bodenlebewesen, vom Regenwurm bis zur Assel. „Auch unsere Höfe bieten viel Platz für viele Tiere, sie finden hier Lebensraum, Nistmöglichkeiten und Nahrung“, erklärt Beringmeier.

Was krecht und fleucht denn da? „Was so nahe liegt, wird oft nicht so beachtet“, weiß der Vorsitzende. Wie wäre es mit einer kleinen Safari?

SCHWALBEN

Beispielsweise ziehen Schwalben und viele andere Vögel auf den Höfen ihre Jungen auf. „Die Rauchschwalbe ist hauptsächlich im ländlichen Raum zu finden“, erzählt der Vorsitzende. „Sie brütet fast ausschließlich in landwirtschaftlichen Gebäuden, vor allem in Ställen. Hier finden sie ausreichend Nahrung und einen Nistplatz. Was tun Landwirte um den Rauchschwalben zu helfen? Leider gibt es immer weniger Bauernhöfe und deshalb wird es für die Rauchschwalben nicht leichter. „Auf den verbleibenden Höfen wenden wir häufig ein paar alte Tricks an, um den Schwalben zu helfen“, berichtet der Vorsitzende. „Da Rauchschwalben ihre Nester im Stall oder anderen Gebäuden bauen, müssen sie immer rein und raus fliegen können.“ Deshalb sei durchgehend ein Fenster im Sommerhalbjahr geöffnet. Schwalbennester aus dem Vorjahr erhalten die Landwirte zudem über den Winter. Sie werden dann im Frühjahr von den Tieren ausgebessert und wieder neu genutzt. Weiter brauchen Schwalben Lehm für den Nestbau. „Sollte es während der Zeit des Nestbaus zu trocken sein, hilft es, einen Eimer Wasser in eine ausgetrocknete Pfütze zu gießen“, sagt Beringmeier.

FLEDERMÄUSE UND SCHLEIEREULEN

Fledermäuse leben meist auf Dachböden oder am Mauerwerk älterer Gebäude. Schleiereulen finden in Scheunen Unterschlupf und draußen auf dem Land Mäuse sowie andere Beutetiere als Nahrung. Für noch mehr Nistmöglichkeiten hängen Bauernfamilien häufig noch zusätzliche Kästen auf.

ALTE OBSTBÄUME

„Fast überall auf unseren Höfen stehen alte Obstbäume, in denen viele Tiere wie Insekten und Vögel leben“, schildert der Vorsitzende. Hohlräume im Stamm alter Obstbäume nutzen zum Beispiel verschiedene Vogelarten als Nistplatz.

NICHT SOFORT ZU SEHEN ...

„In unseren Böden, also auch auf den Feldern, leben unzählige Lebewesen, von Fadenwürmern, Asseln über Käferlarven bis zu Regenwürmern“, erläutert Beringmeier, „ebenfalls größere wie Maulwürfe.“ Viele dieser Tiere bauen abgestorbenes Pflanzenmaterial zu Humus ab. Regenwürmer seien die bekanntesten unter ihnen. In Deutschland gebe es allein etwa 40 verschiedene Arten. „Und wie alle Tiere brauchen die Bodenlebewesen Nahrung wie Pflanzenreste, die nach der Ernte auf dem Feld bleiben“, betont der Vorsitzende. Um das Bodenleben zu fördern, bauen die Bauern nach der Hauptfrucht im Herbst Zwischenfrüchte an wie Ölrettich oder Senf. „Diese werden im nächsten Frühjahr nicht geerntet, sondern im Boden eingearbeitet“, so Beringmeier. „Da haben Regenwurm und Co. richtig was zu mampfen.“

WAS SURRT DENN DA?

Oberhalb des Bodens finden sich Insekten, Käfer und andere Krabbeltiere. Insekten seien wichtig. „Sie bestäuben beispielsweise die Blüten oder dienen Tieren als Nahrung“, ergänzt Beringmeier. So würden Schwalben zum Beispiel ohne Insekten verhungern. Dem grünen Berufsstand sei es wichtig, die Insekten zu schützen. „Viele Bauern säen zum Beispiel Blühstreifen entlang von Feldern als Nahrungsquelle für Insekten aus“, erklärt Beringmeier. Feld und Flur, Blühflächen, Streuobstwiesen, Zwischenfrüchte, Hecken, Bäume, Scheunen und Ställe bieten unzählige Lebensräume – sie seien wichtig und wertvoll. „Sie schaffen Vielfalt“, unterstreicht Beringmeier. „Viele Insekten, Vogelarten und Kleinsäugetiere finden hier Nahrung und Unterschlupf. Davon profitieren wir alle.“ Deshalb seien die Bauernfamilien mit ihren traditionsreichen Höfen weit mehr als Lebensmittelzeuger.



Stille Wälder, bizarre Felsen und glitzernde Wasserwelten prägen den Oberpfälzer Wald. Durch diese ursprüngliche Landschaft führt eine 500 Kilometer lange Radrunde, die Raum für individuelle Entdeckungen lässt: die „Oberpfälzer Radl-Welt“. Ein hilfreiches Tool für die Planung ist das Radl-Navi unter www.oberpfälzerwald.de, das auch über Sehenswürdigkeiten informiert.

Foto: djd-k/Weltvogelpark Walsrode/M. Dahl



Foto: djd-k/Zweckverband Vogelpark Region



In der Vogelpark-Region in Niedersachsen bieten Wald und Heide Raum für ungestörten Naturgenuss. Museen, Mühlen und Hofläden laden zum Schauen und Shoppen ein. Neu ist das trendige „Waldbaden“, für das sich der schöne Liethwald oder die Eckernworth mit ihren uralten Laubbäumen anbieten – Informationen gibt es unter www.vogelpark-region.de.

Foto: djd-k/Schramberg Tourismus/Joachim Gerstner



Eine Ferienregion, die spannende Erlebnisse verspricht, ist der Kreis Rottweil im mittleren Schwarzwald. Dort können Aktivurlauber durch Naturschutzgebiete und Wälder streifen, entlang von Flüssen und zu tosenden Wasserfällen radeln. 37 Paradiestouren warten auf Wanderfans, einige sind sogar als Premiumweg oder Qualitätsweg Wanderbares Deutschland zertifiziert: www.rad-und-wanderparadies.de.

Natur ERLEBNIS

© TVB Pyhrn Priel/D. Hinterramskogler



Für Genussradfahrer ist der Weg das Ziel. Das gilt besonders für Oberbayern. Nur wenige Regionen bieten neben einem gut ausgebauten Radwegenetz so viel Abwechslung. Diese Vielfalt erschwert aber auch die Planung. Wem die Zeit und Ausdauer fehlen, sich eine komplette Fahrradtour samt Unterkünften selbst zusammenzustellen, kann unter www.velontour.info kompetente Unterstützung finden.



Fotos: djd-k/www.velontour.info/Oberbayern.de

Fotos: djd-k/Alpine Pearls



© Jost Gantler/Velika

In den Mitgliedsorten der Alpine Pearls lässt sich spannender und entspannter Familienurlaub unter nachhaltigen und klimafreundlichen Voraussetzungen verbringen. Der Zusammenschluss besteht aus 19 Alpen-Destinationen in Deutschland, Österreich, Slowenien, Italien und der Schweiz. Infos gibt es unter www.alpine-pearls.com.



Die Gewinnerinnen und Gewinner und die Organisatoren des diesjährigen Facharbeitspreises der Theologischen Fakultät Paderborn: (v.l.) Jannis Niggemann, Gela-Marie Heimann, Rektor Professor Dr. Stefan Kopp, Emanuel Rasche, Edda Reis, Prof. Dr. Dr. Bernd Irlenborn und Dr. Stefan Klug. Foto: ThF-PB



GEWINNERINNEN UND GEWINNER DES FACHARBEITSPREISES 2021 AUSGEZEICHNET

Zwei Schülerinnen des Theodorianums Paderborn und ein Schüler des Geschwister-Scholl-Gymnasiums Winterberg erhalten Preise für ihre Facharbeiten

Paderborn. Im Rahmen einer Feierstunde sind in der Theologischen Fakultät Paderborn am Donnerstag, 1. Juli 2021, zwei Schülerinnen und ein Schüler mit den Preisen des diesjährigen Facharbeitspreises ausgezeichnet worden.

Den ersten Preis und 400 Euro gewann Gela-Marie Heimann vom Gymnasium Theodorium Paderborn für ihre Arbeit „Ein großes ‚Ja‘ zum menschlichen Leben‘ oder nach neuen Heilungsmethoden streben? Eine ethische Auseinandersetzung mit der Forschung an menschlichen Embryonen und der Frage nach der menschlichen Würde am Lebensanfang“. Den zweiten Preis und 300 Euro erhielt Edda Reis – ebenfalls vom Gymnasium Theodorium Paderborn – für ihre Arbeit „Der Monarchianismus der Zeugen Jehovas als Anfrage an die Trinitätslehre der Katholischen Kirche“. Mit dem dritten Preis und 200 Euro ausgezeichnet wurde Jannis Niggemann vom Geschwister-Scholl-Gymnasium Winterberg für seine Arbeit „Ende der Welt oder Beginn der schönen neuen Welt? Endzeitvorstellungen der abrahamitischen Religionen im interreligiösen Vergleich sowie im Diskurs mit der griechisch-römischen Antike und dem postmodernen Materialismus“.

Die Ehrungen nahm Rektor Professor Dr. Stefan Kopp zusammen mit Emanuel Rasche, dem Betreuer des Facharbeitspreises vonseiten der Theologischen Fakultät Paderborn, vor. Professor Kopp hob in seiner Begrüßung das Bestreben der Fakultät hervor, mit der Verleihung der Facharbeitspreise Brücken in die gesellschaftliche Öffentlichkeit und im Besonderen in die Schulen bauen zu wollen. Er lobte die ausge-

zeichneten Arbeiten als eindrucksvolles Zeugnis der ersten Schritte junger Menschen im wissenschaftspropädeutischen Arbeiten und lud sie dazu ein, die Auseinandersetzung mit der Theologie als Wissenschaft weiterzuführen.

Dr. Stefan Klug, der für die Abteilung Religionspädagogik im Erzbischöflichen Generalvikariat an der Feierstunde teilnahm, bedankte sich bei den Preisträgerinnen und dem Preisträger für ihre lesenswerten und faszinierenden Arbeiten, mit denen sie sich wichtigen Themen der Zeit gewidmet hätten. „Im Religionsunterricht werden durchaus gesellschaftlich relevante Themen aufgeworfen und diskutiert“, sagte Dr. Klug und hob hervor: „Die ausgezeichneten Arbeiten zeugen vom Ertrag der religionspädagogischen Arbeit im Unterricht und der Facharbeitspreis ist ein deutliches Zeichen der Anerkennung für dieses schulische und persönliche Engagement.“ Abschließend bedankte er sich wie auch schon Rektor Stefan Kopp bei den betreuenden Lehrkräften für die Bestärkung, Motivation und Unterstützung der Oberstufenschülerinnen und -schüler.

In den Laudationes würdigte Emanuel Rasche die Arbeiten der Preisträgerinnen und des Preisträgers und begründete die Entscheidung der Jury diese Arbeiten auszuzeichnen. Der Jury gehörten in diesem Jahr Prof. Dr. Dr. Bernd Irlenborn, die Wissenschaftlichen Mitarbeiter Emanuel Rasche und Manuel Klashörster sowie Dr. Stefan Klug von der Abteilung Religionspädagogik im Erzbischöflichen Generalvikariat an.

Jannis Niggemeier vom Geschwister-Scholl-Gymnasium Winterberg stellte in seiner Arbeit die Endzeitvorstellungen des Christentums, des Judentums und des Islam denen der griechisch-römischen Mythologie und der modernen Naturwissenschaften gegenüber. Als Gemeinsamkeit aller Vorstellungen arbeitete er die Überzeugung heraus, dass es ein Ende der Welt geben müsse und zog am Ende den überraschenden Schluss, dass die Perspektive des Menschen nur im „Jetzt“ bestehen könne. Überzeugt habe die Jury seine eigenständige Auseinandersetzung mit und sein eigenständiger Vergleich der vielfältigen Endzeitvorstellungen, die Darstellung zahlreicher spannender Befunde zu diesen Vorstellungen und die Ausarbeitung eines persönlichen Erkenntnisgewinns am Ende der Arbeit, so Rasche. Edda Reis vom Gymnasium Theodorianum Paderborn setzte sich in ihrer Arbeit mit den monarchianischen Vorstellungen der Zeugen Jehovas und der Trinitätslehre der katholischen Kirche auseinander, betrachtete vor dem Hintergrund einer These des Dortmunder Theologen Thomas Ruster die hierarchischen Strukturen in der katholischen Kirche kritisch und betonte das Potenzial, das sich in einer ernstgenommenen Trinitätslehre für einen positiven Wandel der Kirche finden ließe. Emanuel Rasche würdigte die Arbeit für ihren klaren, begrifflich sehr präzisen Stil, die ausgiebige Rezeption theologischer Fachliteratur und die differenzierte Darstellung des Monarchianismus in der Theologie der Zeugen Jehovas und in der Theologiegeschichte der katholischen Kirche.

Gela-Marie Heimann – ebenfalls vom Gymnasium Theodorianum Paderborn – beschäftigte sich in ihrer Arbeit mit der zentralen Fragestellung, ob embryonale Stammzellen bereits Menschenwürde zukommt und sich damit ein Instrumentalisierungsverbot, das die Forschung zur Therapie von Krankheiten einschließt, ergibt. Die Jury überzeugte die ausgiebige Auseinandersetzung der Schülerin mit wissenschaftlicher Fachliteratur, die Ausarbeitung der zentralen Argumentationsfiguren der Debatte, der stringente „rote Faden“ der Arbeit und das Ziehen von Zwischenfazit als Boden für die weitere Bearbeitung. Besonders hob Rasche hervor, dass Gela-Marie Heimann im Schlussteil ihrer Arbeit zu einem sehr ausführlichen, differenzierten und eigenständigen Urteil gekommen sei. Als erste Preisträgerin hielt Gela-Marie Heimann im Anschluss an die Laudationes selbst einen sehr fundierten Kurzvortrag zu ihrem Facharbeitsthema.

Einmal im Jahr sind Schülerinnen und Schüler der Oberstufe im Erzbistum Paderborn eingeladen, sich mit ihren Facharbeiten am Facharbeitspreis der Theologischen Fakultät Paderborn zu beteiligen. Bereits zum 9. Mal findet er in Kooperation mit der Abteilung Religionspädagogik im Erzbischöflichen Generalvikariat auch im Jahr 2022 wieder statt. Unterstützt wird der Facharbeitspreis vom Verein der Freunde und Förderer der Theologischen Fakultät Paderborn. Weitere Informationen unter: <https://www.thf-paderborn.de/preise/facharbeitspreis>

FÜHRUNGSWECHSEL IN DER KREISSPORTJUGEND PADERBORN

Yannis Wiele übernimmt das Amt des scheidenden Marc Zander

Paderborn. Die Sportjugend im KreisSportBund Paderborn (KreisSportjugend) hat mit Yannis Wiele einen neuen ersten Vorsitzenden. Das hat der Jugendtag (Mitgliederversammlung der Kreissportjugend) am vergangenen Mittwoch einstimmig entschieden. Darüber hinaus wurde Dominik Brett für weitere zwei Jahre zum stellvertretenden Vorsitzenden der Kreissportjugend Paderborn gewählt.

Yannis Wiele, hauptamtlicher Mini- und Schulsportkoordinator bei den Paderborn Baskets, ist im Paderborner Sport kein Unbekannter. Der 30-Jährige kann bereits auf eine lange und erfolgreiche Laufbahn im führenden Ehrenamt zurückblicken. Sein letztes Amt, im Präsidium der Paderborn Baskets, hatte er sechs Jahre lang inne.

„Ich freue mich auf meine neue Aufgabe. Als Vertreter der Sportjugend im Kreis Paderborn möchte ich zu-

sammen mit meinen Vorstandskollegen neue Impulse für die Vereine und die Kinder und Jugendlichen setzen. Außerdem freue ich mich auf eine gute Zusammenarbeit mit dem Präsidium des KSB. Ich bin mir sicher, dass wir zusammen viel erreichen können“, erzählte Wiele.

Einen besonderen Dank sprach Yannis Wiele seinem Vorgänger Marc Zander aus. Dieser hatte den Vorsitz der Kreissportjugend 2019 übernommen. Aufgrund beruflicher Veränderungen hat sich Marc Zander jedoch nicht zur Wiederwahl stellen lassen. „Ich danke Marc für die tolle Arbeit in den letzten zwei Jahren. Die Sportjugend des KSB Paderborn ist bereits sehr gut aufgestellt. Marc Zander hat gemeinsam mit dem Präsidium gute Strukturen aufgebaut, die mir die Arbeit erleichtern werden“, berichtete Wiele.

Der Jugendtag fand in diesem Jahr erstmals digital statt. Über das Programm „VotesUp“ konnten rechtskonforme Wahlen durchgeführt werden. Neben dem neuen Vorsitzenden sowie seiner Vertretung wurden außerdem die Beisitzer gewählt, sodass der Jugendvorstand sich ausfolgenden Personen zusammensetzt: Yannis Wiele (Vorsitzender), Dominik Brett (stellv. Vorsitzender), Achim Sandmann, Rasmus Jakobsmeier, Christopher Müller, Pia Jürgens, Anne-Kathrin Kemper und Mada Schmiegel (alle samt Beisitzer mit besonderen Aufgaben).

Das Protokoll der Sitzung steht online auf der Internetseite des KreisSportBundes zur Einsicht bereit.



Yannis Wiele (links) übernimmt das Amt von Marc Zander (rechts) und ist somit neuer Vorsitzender der Kreissportjugend Paderborn.



MELONE – SOMMERLICH LEICHT

Wassermelonen überzeugen mit ihrem hohen Wasser- und niedrigen Kaloriengehalt und eignen sich an heißen Sommertagen auch als Durstlöscher. Die süßeren Zuckermelonen sind im Vergleich zu Wassermelonen noch etwas aromatischer. „Beide Melonenarten liefern unterschiedliche Vitamine, zum Beispiel Vitamin C, Beta-Carotin oder die B-Vitamine Folsäure und Pantothensäure, in unterschiedlichen Mengen“, erklärt Dr. Annette Neubert, Ernährungswissenschaftlerin im Nestlé Ernährungsstudio.

ERFRISCHEND UND NUR WENIG KALORIEN

Botanisch gesehen zählen Melonen zu den Kürbisgewächsen. Sie sind daher keine Obstsorte, sondern gelten als Fruchtgemüse. Man unterscheidet zwischen Wassermelonen und Zuckermelonen. Die meist grünschaligen und rotfleischigen Wassermelonen haben einen Wassergehalt von über 90 Prozent. Eine große Portion mit 250 Gramm enthält weniger als 100 Kilokalorien und ist auch für Figurbewusste hervorragend geeignet. Zudem deckt die Portion mehr als die Hälfte der empfohlenen Tageszufuhr an Panthotensäure. Das B-Vitamin spielt eine wichtige Rolle für die mentale Leistungsfähigkeit und den Stoffwechsel im Körper.

Die süßeren Honig-, Netz- und Galia-Melonen zählen zu den Zuckermelonen. Ihr Fruchtfleisch ist gelblich, orange oder auch weiß bis grün. „Ihr Wassergehalt beträgt rund 85 Prozent. Zudem sind die saftig-süßen Früchte reich an Vitamin C und Beta-Carotin und liefert auch das B-Vitamin Folsäure“, sagt Dr. Annette Neubert. „Das Carotinoid Beta-Carotin ist die Vorstufe von Vitamin A. Es besitzt eine zentrale Funktion im Sehprozess und ist ebenso wie Vitamin C wichtig für das Immunsystem.“ Eine große Portion Honigmelone mit 250 Gramm deckt circa 100 Prozent der empfohlenen Tageszufuhr an Vitamin C.

TIPPS FÜR DEN EINKAUF

Vor allem reife Melonen schmecken besonders aromatisch. Es empfiehlt sich, nur reife Früchte zu kaufen und diese möglichst frisch zu

verzehren. Zu erkennen sind reife Früchte an folgenden Kriterien:

- Die Klopfprobe: Mit dem Finger gegen die Schale klopfen. Unreife Früchte klingen kaum, reife Melonen vibrieren, der Klang ist etwas dumpf, aber satt. Überreife Früchte klingen hohl.
- Bei Wassermelonen sollte der Bereich um den Stielansatz kräftig dunkelgrün sein, nur die Stelle am Rumpf, auf der die Melone aufliegt, darf heller sein.
- Bei aufgeschnittenen Wassermelonen ist eine reife Frucht am kräftig roten Fruchtfleisch zu erkennen.
- Reife Zuckermelonen riechen am Stielansatz aromatisch und lassen sich dort leicht eindrücken. Die übrige Schale sollte fest sein. Melonen, die kaum riechen, sind unreif.

Melonen sollten nicht länger als ein bis zwei Wochen gelagert werden. Im Kühlschrank sind einige Sorten zwar länger haltbar, verlieren aber an Aroma, Farbe und Vitaminen. „Kühle Kellerräume mit etwa 8 bis 15 Grad sind ideal zum Lagern. Aufgeschnittene Melonen lassen sich etwa ein bis zwei Tage in Frischhaltefolie eingewickelt aufbewahren. So trocknen sie nicht aus“, empfiehlt Dr. Annette Neubert.

FRISCH, VIELSEITIG, LECKER

Ob in Würfel geschnitten als Zwischenmahlzeit oder als klassische Vorspeise mit dünn geschnittenem Schinken: Melonen lassen sich vielfältig zubereiten und verleihen jedem Gericht eine angenehme Frische. Die Sommerfrucht passt vor allem zu kalten Gerichten. Gewürfelte Melonenstücke ergänzen zum Beispiel Frucht-, Geflügel- oder Krabbensalate. Dekorativ sind kleine Melonen-Bällchen, die sich aus dem Fruchtfleisch mit einem Kugelausstecher herstellen lassen. Eingefrorene Melonen-Kugeln ersetzen Eiswürfel in gekühlten Getränken.

Weitere Informationen und Serviceangebote zum Thema Ernährung unter <https://ernaehrungsstudio.nestle.de>

MIT KARTOFFELN FIT IN DEN SOMMER

Die Arbeit im Homeoffice und die lange geschlossenen Sportstudios haben bei vielen Menschen für Bewegungsmangel, überschüssige Pfunde und eine geschwächte Fitness gesorgt. Mit regelmäßigem Sport und bewusster Ernährung lässt sich die Wohlfühlfigur wieder erreichen. Wie Kartoffel-Energie diesem Vorhaben einen extra Schub verleihen kann, erklärt die Kartoffel-Marketing GmbH.

FITNESS-FOOD KARTOFFEL

Auf dem Weg zu einem fitten und gesunden Körper ist neben Sport die passende Ernährung ein wichtiger Faktor. Hier kommt die Kartoffel ins Spiel, denn unter deren Schale verbirgt sich ein waschechtes Superfood. Dieter Tepel, Geschäftsführer der Kartoffel-Marketing GmbH, erklärt: „Die Kartoffel punktet mit vielen wertvollen Inhaltsstoffen sowie einer geringen Kalorienanzahl. Ein hoher Vitamin C-Gehalt und ein geringer Fettanteil mit 0,1 Gramm Fett auf 100 Gramm machen die gesunde Knolle zum optimalen sommerlichen Fitness-Food.“

MIT DER KNOLLE ZUM TRAININGSZIEL

Weitere wertvolle Inhaltsstoffe der Kartoffel sind vor allem bei Ausdauersportarten wie Joggen, Radfahren und Schwimmen von Vorteil: Die Erdäpfel bestehen aus komplexen Kohlenhydraten. Diese speichert der Körper in Form von Glykogen besonders gut in seinen Muskel- und Leberdepots. Zudem hilft das in der Kartoffel enthaltene Eiweiß beim Muskelaufbau und sorgt gemeinsam mit den Kohlenhydraten für eine lange Sättigung. Dieter Tepel: „Werden Kartoffeln noch mit Proteinen kombiniert, beispielsweise in Form eines leckeren Kräuterquarks, machen sie nicht nur lange satt, sondern fördern zusätzlich den Muskelaufbau und ergeben eine vollwertige und kalorienarme Mahlzeit.“ In dieser Kombination erreicht das in der Knolle enthaltene Eiweiß auch eine besonders hohe biologische Wertigkeit. Das bedeutet, das Eiweiß wird im Körper optimal verwertet und kann somit zu einer gesunden Ernährung beitragen.

OFENKARTOFFEL MAL ANDERS:

QUETSCHKARTOFFELN MIT LACHS UND KRÄUTERQUARK

Wer sich ausgewogen ernähren möchte und Kraft für das nächste Workout benötigt, für den sind Ofenkartoffeln eine gute Wahl. Werden diese als Quetschkartoffeln zubereitet, machen sie nicht nur beim Kochen Spaß, sondern schmecken zudem besonders lecker. Dafür werden die Kartoffeln zunächst mit Schale gekocht und dann, noch warm, mit einem Kartoffelstampfer auf einem Backblech zerdrückt. Die zerquetschten Kartoffeln lassen sich anschließend mit etwas Reibekäse, Frühlingszwiebeln und Lachs belegen und wandern dann bei 220 °C Oberhitze für acht Minuten in den vorgeheizten Ofen.

Für eine leckere Ergänzung können zusätzlich auch noch gehackte Petersilie und Schnittlauch mit dem Saft einer halben Zitrone und einer Portion Quark in einer Schüssel vermengt werden. Danach nur noch mit Salz und Pfeffer würzen, umrühren – fertig ist der leckere Dip, der hervorragend zu den Kartoffeln und einem schmackhaften Auftakt des Sommerworkouts passt.

Tip: Lachs und Frühlingszwiebeln sind hier nur zwei von vielen möglichen Toppings, denn die Variationsmöglichkeiten fallen bei dieser Form der dekonstruierten Ofenkartoffel sehr vielseitig aus. Je nach Trainingsplan und Appetit lassen sich die Quetschkartoffeln abwechslungsreich belegen – egal ob fleischhaltig oder vegetarisch, kalorienarm oder extra üppig.



Foto: KMG/ale-kartoffel.de

Räucherei in der Emsquellaue



FISCHZUCHTANLAGEN ANGELTEICHE · HOFLADEN · IMBISS

Tolle Räucherfisch-Spezialitäten und vieles mehr!

Direktverkauf:

täglich (auch sonntags) 7 bis 17 Uhr

Frischfisch:

- Regenbogenforelle ganz · Filet
- Lachsforelle ganz · Filet
- Saibling ganz · Filet

Räucherware:

- Regenbogenforelle heiß geräuchert
- Lachsforelle heiß & kalt geräuchert
- Saibling heiß geräuchert
- Aal · Heilbutt · Scholle · Makrele
- Spezial: Lachsforellencreme · Bratheringe



Bredemeiersweg 33 · 33161 Hövelhof · Tel 05257 | 940558 · www.raeucherei-ems.de

WIR
L(I)EBEN
LECKER

RISONI BOWL

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN:

- 300 g Risoni
- 400 g Lachs
- 3 EL Honig
- 5 EL Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce
- 1 TL weißer Sesam
- 1 TL schwarzer Sesam
- 1 EL Rapsöl
- 2 Stangen Frühlingslauch
- 100 g Kirschtomaten
- 60 g Rucola
- 2 Zitronen (Saft und Abrieb)
- 100 ml Gemüsebrühe
- 200 g Edamame, fertig

ZUBEREITUNG:

Einen Topf mit Wasser und Salz zum Kochen bringen und die Risoni nach Anleitung darin kochen.

Lachs in Würfel schneiden und mit 2 EL Honig, 2 EL Sojasauce, weißem und schwarzem Sesam sowie Rapsöl marinieren.

Frühlingslauch waschen, trocknen und fein schneiden. Kirschtomaten waschen und beliebig schneiden. Rucola waschen und trocknen. Zitronen waschen, reiben und auspressen.

Zitronenabrieb und -saft in einem Schüsselchen mit 3 EL Sojasauce, 1 EL Honig und Gemüsebrühe verrühren.

Die Lachswürfel in einer Pfanne anbraten.

Risoni auf die Bowls verteilen. Mit Lachs, Frühlingslauch, Kirschtomaten, Rucola und Edamame anrichten.

AVOCADO-BOHNEN-DIP MIT GRILLKARTOFFELN

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN:

- 1 kg Kartoffeln, festkochend
- 3 EL Rapsöl
- 8 EL Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce
- 3 Avocados
- 100 g weiße Bohnen, gekocht
- 180 g Joghurt (10% Fett)
- 1 Limette (Saft)
- 2 EL Olivenöl
- 2 Thymianzweige
- 100 g ganze Mandeln, mit Schale
- 50 g Kürbiskerne
- 2 TL Honig

ZUBEREITUNG:

Kartoffeln waschen und mit Schale in einem Topf mit Wasser und Salz weich kochen. Danach abschütten und kurz auskühlen lassen. Kartoffeln der Länge nach halbieren oder vierteln, mit Rapsöl und 2 EL Sojasauce marinieren und grillen.

In der Zwischenzeit Avocado halbieren, Kern auslösen und mit einem Löffel das Fruchtfleisch entnehmen. Limette auspressen. Beides mit den Bohnen, 4 EL Sojasauce, Joghurt und Olivenöl fein mixen.

Thymian waschen, trocknen und abzupfen. Mandeln und Kürbiskerne in einer Pfanne rösten und mit 2 EL Sojasauce und Honig glasieren.

Avocado-Bohnen-Dip in eine Schüssel füllen. Mit gerösteten Mandeln, Kürbiskernen und Thymian garnieren und zusammen mit den Grillkartoffeln servieren.

WIR
L(I)EBEN
LECKER

VEGANE GRILLED CHEESE SANDWICHES

ZUTATEN FÜR 4 SANDWICHES:

8 Scheiben B:PURE Bio Sauerteigbrot
4 EL veganer Frischkäse
Salz und Pfeffer
60 g getrocknete Tomaten in Öl
1 Handvoll frischer Babyspinat
160 g veganer Reibekäse
1 EL Olivenöl

ZUBEREITUNG:

Zunächst das B:PURE Bio Sauerteigbrot nach Packungsanweisung backen. Anschließend 8 Scheiben abschneiden. Nun den veganen Frischkäse auf 4 Scheiben Brot aufteilen und verstreichen, mit etwas Salz und Pfeffer würzen. Die getrockneten Tomaten abtropfen lassen und auf den Frischkäse legen. Nun etwas Babyspinat und Reibekäse auf die Brote verteilen. Das Olivenöl in einer Grillpfanne erhitzen und die Brote mit Belag nach oben bei mittlerer Hitze hineingeben. Nun den Deckel auf die Pfanne setzen und für 3-5 Minuten anrösten, sodass der Käse schmilzt. Anschließend die letzten 4 Scheiben auf die Brote verteilen, andrücken und die Sandwiches mit einem Pfannenwender wenden. Für weitere 3-5 Minuten mit Deckel bräunen. Anschließend warm servieren.

SOMMERLICHES APFELBROT

ZUTATEN:

750 g Äpfel, säuerlich
100 g Sultaninen
100 g Aprikosen, getrocknet
250 g Zucker
10 g Vanillezucker (1 Pck.)
Saft einer Zitrone
100 g Himbeer-Johannisbeer-Gelee
400 g Süßkirschen, entsteint
100 g Walnüsse
100 g Cashewkerne
15 g Backpulver
10 g Salz
500 g SchapfenMühle Dinkelmehl Type 630

ZUBEREITUNG:

Äpfel schälen, in Würfel schneiden und in eine Schüssel geben. Sultaninen waschen und abtropfen lassen und die Aprikosen klein schneiden. Beide Zutaten zu den Äpfeln geben und den Zucker und den Vanillezucker darüber streuen. Anschließend den Zitronensaft und das Gelee dazugeben. Alle Zutaten mischen und über Nacht im Kühlschrank ziehen lassen. Den Backofen auf 180 °C (Ober- und Unterhitze) vorheizen. Die Süßkirschen, Walnüsse und Cashewkerne zu den kalt gestellten Zutaten geben. Das Backpulver und das Salz unter das Dinkelmehl mischen, zu den Früchten geben und durchmischen, bis die Zutaten gleichmäßig vermengt sind. Die Teigmasse in zwei ca. 20 cm lange, gefettete Sandkuchenformen einfüllen und glatt streichen. Auf der zweiten Schiene von unten ca. 60 Minuten backen.

Rezeptl + Foto: Schapfen Mühle

YUMMI,
YUMMI...

SCHULTE
FEINGEBÄCK
Feinste Auslese
11 leckere, knusprige Sorten!

Werksverkauf

Aktionspreis 2,59 € / 300g

Große Auswahl an Gebäckspezialitäten, Schokoladen- & Knabberartikeln zu Top-Preisen

SCHULTE
11 Sorten = echte Vielfalt!
Meisterhandwerk seit 1894
300g
Feinste Auslese

Conrad Schulte GmbH & Co. KG · Bentelerstr. 9 · 33397 Rietberg
www.schulte-feingebaeck.de

Öffnungszeiten
Mo. - Fr. 8.00 - 18.00 Uhr
Sa. 9.00 - 13.00 Uhr



Restaurant-Tipp

Fast acht Monate lang hatten Kneipen, Restaurants und Cafés geschlossen. Jetzt haben sie wieder geöffnet. Einige Betriebe haben die Zeit des Lockdowns genutzt, um die Einrichtung oder den Außenbereich zu renovieren oder neu zu gestalten. Zwei dieser Restaurants haben wir besucht.

Zorbas

Ambiente, Genuss und Urlaubsfeeling



Wer Lust auf Griechenland und seine kulinarischen Köstlichkeiten verspürt, sollte sich in die Mühlenstraße 7 begeben – denn mehr Griechisch als im Zorbas bekommt man sonst kaum geboten. Seit 1971 gibt es das Zorbas. Es ist das älteste griechische Restaurant der Stadt und die Adresse für griechisches Essen! Die Zeit des Lockdowns haben die Inhaber Isa und Agin Laha für eine umfangreiche Renovierung genutzt. So wurden neben den Fußböden, Wänden und Decken auch die sanitären Anlagen, die Theke und die komplette Einrichtung erneuert. Im Zorbas sind Gruppen genauso willkommen wie verliebte Pärchen. Das geschmackvolle Ambiente bietet reichlich Platz. Die Karte ist umfangreich, neben kalten und warmen Vorspeisen, Salaten und klassischen Gerichten wie Gyros, Bifteki und Souvlaki, gibt es ein tolles Angebot an traditionellen Leckereien. Absolut empfehlenswert sind die Lammgerichte – die absolute Spezialität der Küche. Auch die große Auswahl an Fischgerichten kann sich nicht nur sehen, sondern auch schmecken lassen – Mittelmeer, vor der Haustür! Wir bestellten die Grillplatte „Special of the house“ für zwei Personen. Auf diese Weise bekamen wir eine Auswahl griechischer Fleischspezialitäten. Alle Spezialitäten überzeugten mit feinen Röstaromen, perfekter griechischer Würze und saftigem Biss. Der Reis war mehr als lecker - schön heiß, nicht pampig verkocht, der Salat großzügig portioniert und frisch zubereitet. Im familiengeführten Zorbas stimmt vom Begrüßungs-Ouzo bis zur persönlichen Verabschiedung einfach alles. In den Sommermonaten sitzt man bei griechischem Wein auf der Sonnenterrasse mit Blick auf die Mühlenstraße und guckt dem Treiben auf der Straße zu, während die Sonne langsam hinter den Häusern an der Pader versinkt. Urlaubsfeeling!

Restaurant Zorbas | Mühlenstraße 7 | 33098 Paderborn
Tel. 05251 27475 | www.zorbas-paderborn.de

Café Central

International, gemütlich und herzlich



Auch das Café Central durften wir schon einmal vorstellen. Das Ambiente, das Geselligkeit mit einer ruhigen Atmosphäre kombiniert ist uns schon damals sofort aufgefallen. Die hochwertige Einrichtung im Vintage-Stil, das warme Licht und das harmonische Gesamtkonzept überzeugt auf ganzer Linie. Gastronom Reza Fonooni hat das Lokal einschließlich der sanitären Anlagen und der Küche schon vor der Eröffnung im Mai 2018 umfangreich renoviert. Nun hat er noch eine Schippe draufgelegt und die WCs mit berührungsfreien Armaturen ausgestattet, die komplette Bestuhlung wurde innen und außen erneuert, vom Tischler wurde das Weinregal erweitert und so wurde gleichzeitig mehr Platz an der Theke geschaffen. Die große Markise wurde mit einem neuen Stoff bezogen und neue elektrische Heizstrahler sorgen bei kälteren Temperaturen dafür, dass man gemütlich auf der Terrasse sitzen kann. Auch die Speisekarte wurde optimiert. So wurde zum Beispiel die Auswahl an veganen Gerichten deutlich erweitert. Das Angebot ist ausgewogen und vielfältig. Im Café Central findet wirklich jeder etwas Leckeres. Mit Vorfreude entschieden wir uns für das Bowl Vegan. Eine Quinoa Bowl mit Kichererbsen, rote Bete, Mais, Möhrchen und Avocado - yummy, zumindest schon mal auf dem Papier. Auf dem Teller punktet die Quinoa Bowl durch gesunde und frische Zutaten. Die Quinoa Bowl ist nicht nur optisch ein Hingucker, sie strotzt vor allem vor Aromen und ist ein Freudentanz für den Genießer-Gaumen! Die Zutaten harmonisieren perfekt miteinander und stillen selbst den größten Hunger. Reza Fonooni bewies uns, die pflanzliche Küche ist vielseitig und auf keinen Fall langweilig. Aufgefallen ist uns besonders das exzellente und internationale Frühstücksangebot, das samstags und sonntags serviert wird. Das müssen wir probieren und werden wieder kommen.

Café Central | Rosenstraße 13 – 15 | 33098 Paderborn
Tel: 05251 8733114 | www.cafecentral.de

LEBEN



natürlich
GRATIS!

“LEBEN im Paderborner Land”

Bequem Online lesen -
keine Ausgabe mehr verpassen!

**Sie erhalten für jedes Magazin
einen Link per E-Mail
noch während wir drucken.**

**ICH
LESE
DIGITAL**

im kostenlosen Abo

**AKTUELLER
GEHTS NICHT!**



Teilen Sie uns einfach Ihre E-Mail-Adresse mit -
und gehören Sie schon bei der nächste Ausgabe,
zu den ersten digitalen Lesern!

Bestellen Sie noch heute unser
absolut kostenfreies Heimat-Magazin unter:
www.abo.leben-im-paderborner-land.de





Der PBSV spendet 2.500 Euro für einen neuen Qwiek-Simulator für die Paderborner Kinderklinik. Es freuen sich Feldweibel Christoph Queren, Chefarzt PD Dr. Friedrich Ebinger, Marita Neumann, Pia Lages (Pflegedienstleitung), Hauptmann Peter Disselnmeyer und Bataillonsjungschützenmeister Alexander Mönikes. Foto: Christian Nolden

PBSV SPENDET 2.500 EURO AN PADERBORNER KINDERKLINIK

Paderborn. Der Paderborner-Bürger-Schützenverein von 1831 hat aus den Mitteln seines Unterstützungsvereins 2.500 Euro an die Initiative "Hilfe für das krebs- und schwerstkranken Kind e.V." gespendet. Der Betrag wird eingesetzt für einen neuen Qwiek-Simulator an der Paderborner Klinik für Kinder- und Jugendmedizin St. Louise. "Eine erstklassige medizinische Versorgung unserer jungen Patienten ist uns nicht genug. Unser Ziel ist es, die uns anvertrauten Kinder und ihre Familien in einer kindgerechten Umgebung optimal zu betreuen und wichtige nicht-medizinische Angebote während des Krankenhausaufenthalts anzubieten", begründen Chefarzt PD Dr. Friedrich Ebinger und die Pflegedienstleitung der Kinderklinik, Pia Lages, die Neuschaffung.

„Qwiek“ bedeutet: voller Leben und Energie, lebensfroh, gesund, fit und vital – quicklebendig eben. So ist der Qwiek-Simulator ein spezielles pflegeunterstützendes Hilfsmittel, das ein audiovisuelles Erlebnis für die kognitiv eingeschränkten und (schwerst) mehrfach behinderten kleinen Patienten erzeugt.

Zum Einsatz kommen soll der Simulator bei der stationären und ambulanten Versorgung auf den Stationen der Kinderklinik, auf denen die betroffenen Patienten mit ihren ganz besonderen Bedürfnissen versorgt werden. Der Qwiek-Simulator ist ein mobiles System für den Einsatz in der erlebnisorientierten Pflege, das flexibel eingesetzt werden kann. Mittels Projektionen von Bildern an der Wand und der Decke (auch persönliche Fotos oder Videos lassen sich über den Qwiek-Simulator einstellen) und einer darauf abgestimmten Geräuschkulisse erreicht der Simulator die schwer eingeschränkten jungen Patienten in ihrer ganz eigenen Welt. Durch dieses positive Erlebnis werden die Kinder abgelenkt und beruhigt. Die Kinder entspannen sich merklich, Puls und Atmung beruhigen sich, Therapien können besser durchgeführt werden.

"Im Namen unserer vielen kleinen Patienten bedanken wir uns ganz herzlich für die großartige Unterstützung und die jahrelange Verbundenheit des PBSV mit unserer Initiative", so Marita Neumann, Vorsitzende des Vereins "Hilfe für das krebs- und schwerstkranken Kind".

Neu strukturiert wurde das Gelände von der Rennstrecke oben über den Sandkasten und Kletterturm bis hinunter zum Ponyhof und der Schaukel. Die Flatterbänder markieren die zu Corona Zeiten üblichen Trennbereiche der Gruppen



KITA SCHWANNEY FREUT SICH ÜBER NEUES AUSSENGELÄNDE!

Gemeinsam in Corona-Zeiten Positives geschaffen

Schwaney. Zwei Tage lang hatten sie im Spätherbst gewerkelt, um mitten in Corona-Zeiten etwas Neues zu schaffen. Nun können Kinder und Erzieherinnen des Familienzentrums St. Johannes Baptist die Ergebnisse der Aktion genießen. Aus dem ehemaligen Spielplatz ist ein modernes und ansprechendes Spielgelände geworden, Ponyhof und Rennstrecke inklusive. Alles, was dort neu entstanden ist, haben die Kinder mitgeplant, demokratisch wurde mitbestimmt und abgestimmt.

Rutsche, Kletterturm und Schaukel auf dem bisherigen Spielplatz waren in die Jahre gekommen, der TÜV tat sich mit der Abnahme schwer. Zudem erinnerten sich die heutigen Eltern, dass sie damals als Kinder über unebene Terrassenplatten gestolpert waren. Das ist aber alles vorbei. Denn eine neue Terrasse wurde bereits geplant. Als es nun an das neue Planen ging, wurde durch den Träger der Kita, der Katholischen Kindertageseinrichtungen Hochstift gem. GmbH, ein Komplett-Umbau des Spielplatzbereiches angestrebt. Und so rückte Ende Oktober 2020 eine Gartenbaufirma an. In den Mitarbeiterinnen des Familienzentrums fanden sie zwei Tage lang tatkräftige Hilfe. Alte Steine und Balken wurden entsorgt. „Da haben wir sogar einige Schätze im Boden gefunden“, erinnert sich Kita-Leitung Jutta Finke lachend an die tief im Erdbreich schlummernden für die Ewigkeit einzementierten Holzbalken des alten Sandkastens.

Die Fachfirma hatte Vorschläge für den neuen Spielplatz gemacht, die Eltern hatten Wünsche geäußert, die Erzieherinnen ihre Erfahrung einfließen lassen. Letztlich mitberaten und abgestimmt hatten im Rahmen der Partizipation die Kinder selbst. In Abstimmung mit dem Träger wurde es anschließend konkret. „Wir haben das im Team gemacht und damit gezeigt, dass auch in der Pandemie etwas geht



Die Rennstrecke mit Haltestelle ist der große Renner für die Kinder. Vorne im Bild eine der neuen Doppeltaxis. Text/Fotos: Christian Schlichter

und Positives entstehen kann“, lobt Jutta Finke das ganze Team und alle, die so tatkräftig mit angepackt und mit geplant hatten.

Was nun entstanden ist, ist auf der vorhandenen Fläche optimal verteilt. Die alte Schaukel konnte erhalten werden, sie hat jetzt den „Ponyhof“ zum Nachbarn, ein umzäuntes Karrée mit Holzpferden und Futterhütte. Ein neuer Kletterturm mit Rutsche und Balancierseilen sowie Hangelstrecke lädt die Größeren zur sportlichen Betätigung ein. Der riesig große Sandkasten mit Back- und Kochtheke und Matschstation sowie der Fischerhütte mit dem in den Sand hineinragenden Steg bildet die zentrale Mitte der Anlage. Oberhalb ist eine große Ruheliege aus Holz installiert, die fast eine Gruppenstärke zum Ausruhen aufnehmen kann. Kleine Bananenschaukeln schließen sich an und markieren den Übergang zur Rennstrecke. Die ist das neue Highlight. In einem gepflasterten Rundkurs in Form einer Acht können die Jungen und Mädchen nun Bobbycars, Roller, Dreiräder oder sogenannte Doppeltaxis bewegen. Der Parcours ist der große Renner, für die Rundstrecke gibt es jetzt extra eine Haltestelle mit Halteschild, Bank und Wartehäuschen.

„Wir sind so glücklich über das neue Gelände“, freut sich Kita-Leiterin Jutta Finke mit dem ganzen Team. Ihr Dank gilt auch den Jungschützen, die die Doppeltaxis, also die Dreiräder mit Fahrersitz und Doppelsitzbank, spendierten, sowie natürlich den Eltern für die tatkräftige Unterstützung und den Kindern für das Mitplanen. Wer die Freude der Kinder beim Herumtoben sieht, erkennt, dass jeder Cent genau richtig investiert wurde.

DER PASSENDE RAHMEN FÜR VIELE GEMÜTLICHE STUNDEN. MIT EINER HOCHWERTIGEN MÖBLIERUNG WIRD DIE TERRASSE ZUM OUTDOOR-ESSZIMMER.

FOTOS: DJD / WWW.4SEASONSOUTDOOR.DE



DIE TERRASSE WIRD ZUR PRIVATLOUNGE

Auch bei Outdoormöbeln auf hochwertige Designs und langlebige Materialien achten

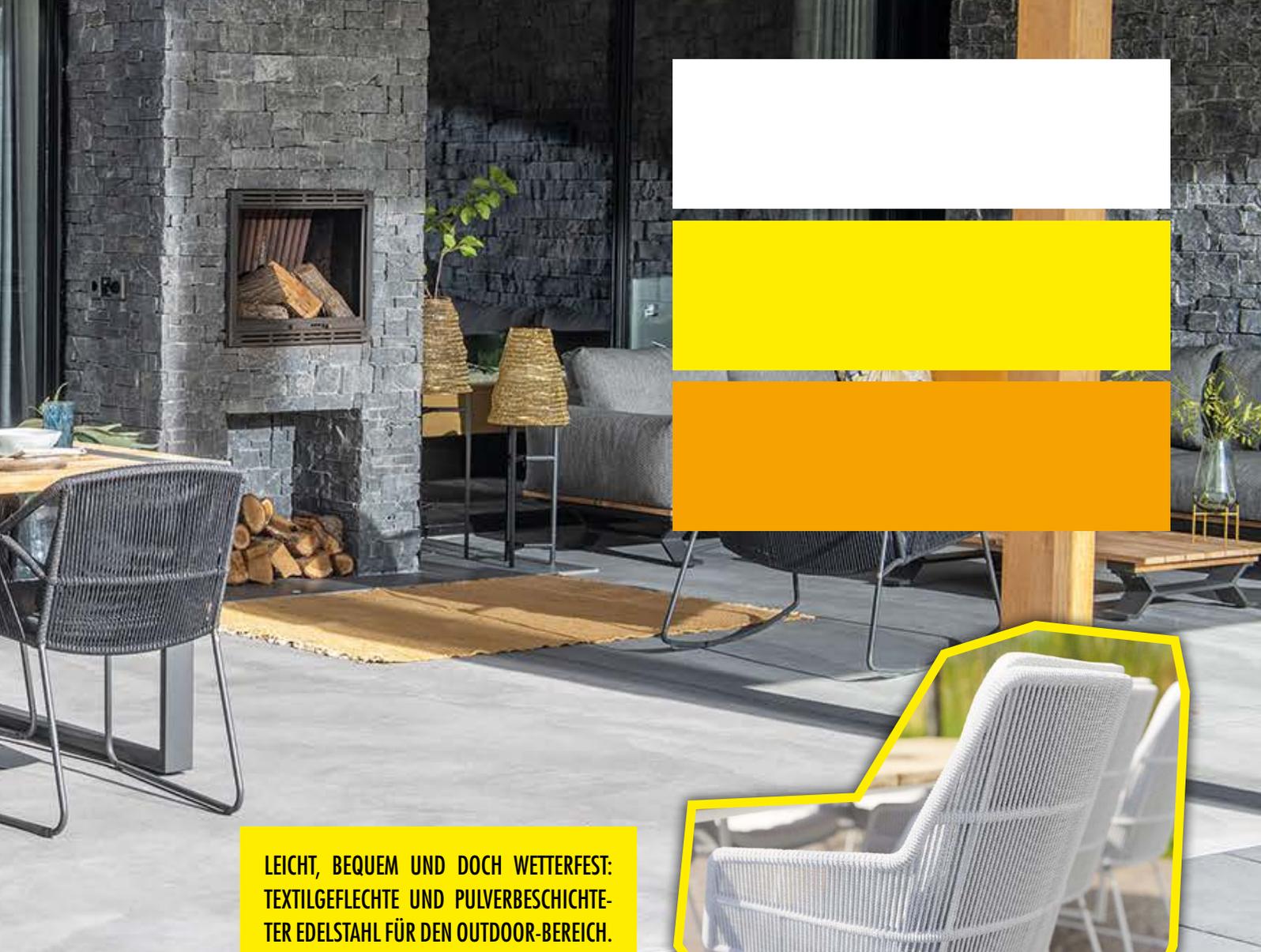
Klapprige Kunststoffstühle, die schon nach einer Sommersaison nicht mehr ansprechend aussehen: Damit wollen sich viele Gartenbesitzer heute nicht länger zufriedengeben. Als privater Rückzugsort haben Terrasse und Wintergarten nochmals stark an Bedeutung gewonnen, ob für die Freizeit

oder den Urlaub zu Hause. Damit sind gleichzeitig die Ansprüche an eine hochwertige und langlebige Möblierung gestiegen.

GEMÜTLICHKEIT IM TRENDIGEN LOOK

Einrichtungstrends, die den Look des Wohnzimmers prägen, wandern zunehmend auch nach draußen. "Großzügige und bequeme Loungemöbel mit extradicken Kissen sind für die neue Gartensaison ebenso beliebt wie dazu passend gestaltete, niedrige Beistelltische", berichtet Jörg Sommer von 4 Seasons Outdoor. Gleichzeitig gehe der Trend immer mehr zu hochwertigen Materialien. "Aluminium bleibt in, ebenso wie Edelstahl, das es neu auch in pulverbeschichteter Ausführung gibt. Damit können die Profile bei voller Stabilität schlanker ausgeführt werden." Bei Kissen und Geflechten rät





LEICHT, BEQUEM UND DOCH WETTERFEST: TEXTILGEFLECHTE UND PULVERBESCHICHTETER EDELSTAHL FÜR DEN OUTDOOR-BEREICH.

der Fachmann dazu, auf wetterbeständige, langlebige Materialien zu achten. Spezial-Synthetikgewebe für außen lassen sich einfach reinigen, sind UV-beständig und trocknen schnell wieder nach einem Regenguss. Spezielle Bezüge und Anti-Schimmel-Schaumstoffe sorgen bei Sitzkissen dafür, dass sie lange chic bleiben. Ein festes Dach über der Terrasse kann die Möblierung zusätzlich schützen, außerdem empfehlen sich für die kalte Jahreszeit Planen für die Möbel und Aufbewahrungsboxen für die Kissen. Wenn sich Gartenbesitzer von vornherein für solide Materialien entscheiden, ist das nachhaltig und umweltfreundlich. Denn gute Qualitäten sind langlebig und müssen nicht nach ein oder zwei Jahren bereits wieder ausgetauscht werden.

FESTLICH TAFELN UNTER FREIEM HIMMEL

Neben Loungemöbeln geht ein zweiter Trend für Terrasse und Wintergarten in Richtung Outdoor-Esszimmer: Große Tafeln mit gemütlichen Essstühlen laden zum Genuss unter freiem Himmel nicht nur beim Grillen ein. Unter www.4seasonsoutdoor.de gibt es mehr Inspirationen und einen Überblick über die aktuell 60 Kollektionen für behagliche, stimmungsvolle Loungebereiche im Freien. Der aus den Niederlanden stammende Hersteller hat sich seit mehreren Jahrzehnten auf wetterfeste Außenmöbel aus Poly-Rattan, Edelstahl, Teak und Textilien konzentriert. Für Beratung und Verkauf steht der bundesweite Fachhandel bereit, auf der Webseite findet man Ansprechpartner aus der eigenen Region. (djd.)

Metallbau Spieker
GmbH & Co KG

HANDWERKSBEREIB
SEIT 1873



Telefon: 0 52 51 - 57 2 51
www.metallbau-spieker.de

Otto-Stadler-Straße 13
33100 Paderborn





NEUER WOHTREND WABI-SABI SCHWAPPT AUS JAPAN RÜBER

Ein Einrichtungstrend aus Japan erobert die deutschen Wohnzimmer: Wabi-Sabi. Seine Botschaft: Ausmisten und sich auf das Wesentliche konzentrieren! So kommen mehr Ruhe und Übersicht in die Wohnung. Die tief im Zen-Buddhismus verwurzelte Lebensphilosophie legt außerdem viel Wert auf Authentizität, Natürlichkeit und Nachhaltigkeit. Helles Holz, Wolle oder Filz gehören zur Grundausstattung des fernöstlichen Wohnens. Möbel und andere Einrichtungsgegenstände dürfen altern und gerne kleine Makel bzw. Gebrauchsspuren aufweisen. Ein naturbelassener Holzboden mit Astlöchern oder lebendigen Maserungen harmoniert deshalb prächtig mit dem Wabi-Sabi-Konzept. Nachhaltig und wohngesund sollten auch alle eingesetzten Werkstoffe sein. Man erkennt sie am Ecode-Siegel.

Wabi-Sabi ist ein jahrhundealtes japanisches Konzept der Ästhetik, eng verbunden mit dem Zen-Buddhismus. Es steht für die Schönheit unvollkommener, vergänglicher und unvollständiger Dinge. Für Extravaganz und verspielte Dekoartikel gibt es hier keinen Platz. Anhänger des Wabi-Sabi beschränken ihre Wohnungseinrichtung auf Dinge, die ihnen wirklich am Herzen liegen. Einzelstücke aus organischen oder natürlichen Materialien, am besten handgefertigt. Das kann ein geerbtes Möbelstück oder eine selbstgeöpferte Vase sein. In seiner Schlichtheit und Geradlinigkeit ist der neue Schick aus Fernost unserem Purismus bzw. Minimalismus sehr ähnlich. Er muss aber nicht ungemütlich sein. Mit natürlichen und dezenten Farben bringt Wabi-Sabi auch eine gewisse Wärme und Behaglichkeit ins Haus. Präferiert werden Creme, Beige, Grau sowie gedeckte Grün- und Blautöne und Pastellfarben. Über große Fenster und Glasüren strömt viel Licht ins Innere. Wichtig für das Wohnen im Wabi-Sabi-Stil sind außerdem Naturmaterialien wie Holz, Wolle, Leinen und Bambus.

Dabei muss die Innenausstattung nicht perfekt sein. So dürfen die Möbel eine Patina haben, die Lieblingstasse kann ruhig etwas schief sein und die abgewetzte Stelle in der Ledercouch gehört einfach dazu. Mit anderen Worten: Nicht der schöne Schein zählt nach der Lehre des Wabi-Sabi sondern die Authentizität. Außerdem sollen die verwendeten Produkte möglichst langlebig sein. Damit zeigt sich die Lebensphilosophie aus dem Land der Morgenröte als Gegenentwurf zur seelenlosen Konsum- und Wegwerfgesellschaft.

Der neue Wohntrend schlägt sich auch am Boden nieder. Statt makellosem Hochglanzparkett sind hier naturbelassene Parkettböden mit lebendigen Maserungen und kleinen Schönheitsfehlern wie Astlöchern oder Rissen gefragt. Der Einsatz des nachwachsenden und langlebigen Rohstoffs Holz ist zudem gelebter Umweltschutz und praktizierte Nachhaltigkeit. Tipp vom Fachmann: Den Belag stets vollflächig auf den Untergrund kleben. Dann bleibt er immer stabil und an seinem Platz. Parkett kann auch mehrfach renoviert werden. Auf diese Weise wird der Echtholzboden zu einem wohltuenden Wohnbegleiter, an dem die Familie und auch deren Nachfahren noch lange ihre Freude haben. Das entspricht ganz dem Wabi-Sabi-Wohnkonzept!

Ob Klebstoffe zur Verlegung, Spachtelmassen zum Bodenausgleich oder Grundierungen: Sämtliche Bau- und Verlegewerkstoffe sollten wohngesund sein! Steht das europaweit anerkannte Öko-Label Ecode auf der Verpackung, sind Verbraucher auf der sicheren Seite. Seit über 20 Jahren prüft der Ecode nachhaltige sowie umwelt- und gesundheitsverträgliche Baustoffe und zertifiziert sie mit dem EC1-Siegel. Unabhängige Fachlabore sichern mittels regelmäßiger Stichprobenkontrollen die Qualität.

E-BIKE UND E-AUTO

EINFACH ZUHAUSE LADEN

Innovative Haustechnik aus dem Hochstift

Ganz gleich, ob E-Bike oder E-Auto – für einen nachhaltigen Lebensstil, der auf ressourcenschonende Technologien setzt, ist E-Mobilität ein wesentlicher Bestandteil. Das zeigt sich auch beim modernen Zuhause, wo mittlerweile eine eigene Ladestruktur und Wallbox nicht mehr fehlen dürfen.

Förderanträge übernimmt PETERS.

Der in vierter Generation geführte Familienbetrieb PETERS aus Bad Lippspringe bietet auch für Photovoltaik- und Batterieanlagen die besten Leistungen und Lösungen, die eine schnelle Inbetriebnahme und einen reibungslosen Betrieb garantieren. Bei der individuellen Planung werden bereits alle Fördermöglichkeiten aufgezeigt und bei Bedarf die gesamte Antragstellung für den Kunden übernommen.

Traumhafte Badgestaltung für Neu- und Altbauten.

Neben der innovativen, intelligenten Haustechnik bietet PETERS auch für die kreative Badgestaltung die passenden Konzepte. Ganz unabhängig davon, ob Neubau, Teil- oder Komplettsanierung – die Möglichkeiten reichen von der eigenen Wellness-Oase bis zum komfortablen, barrierefreien Bad. Die individuelle Badgestaltung lässt sich im eigenen 3D-Badkino

in Bad Lippspringe vorab erleben. Eine saubere und schnelle Ausführung erfolgt im Anschluss gemeinsam mit unseren langjährigen Partnern innerhalb von nur wenigen Wochen. Das erfahrene Familienunternehmen bietet für die innovative und nachhaltige Gestaltung von Haustechnik, Bad, Heizung und Elektroinstallationen zudem alles aus einer Hand. PETERS hat für jede Idee und jedes Projekt eine individuelle Lösung, die das Zuhause noch ein wenig smarter, schöner und komfortabler macht.

Informationen finden Sie unter www.peters-heizung.de oder rufen Sie uns gerne direkt an: 0 52 52 / 42 52.



Mit einer modernen Photovoltaikanlage lässt sich Eigenstrom für die Wärmepumpe und die E-Mobilität erzeugen. Foto: Marc_Osborne

**GUT FÜR DAS KLIMA UND
GUT FÜR IHREN GELDBEUTEL.
JETZT BIS ZU 45% FÖRDERMITTEL
FÜR IHRE NEUE HEIZUNG SICHERN.**

(v. l.) Klimamanagerin Heike Paesel und Ricarda Steiling (Stabsstelle Öffentlichkeitsarbeit/Marketing/Wirtschaftsförderung Stadt Delbrück) freuen sich auf zahlreiche Teilnehmer*innen



STADT DELBRÜCK RADELT

ERNEUT FÜR EIN GUTES KLIMA!

Klima-Bündnis-Kampagne STADTRADELN geht in die nächste Runde - Radel-Star gesucht! -

Delbrück. 2021 heißt es wieder „Stadtradeln – radeln für ein gutes Klima“ in Delbrück. Im letzten Jahr haben sich bereits viele Delbrücker Bürgerinnen und Bürger an der Aktion beteiligt und durch fleißiges Radeln einen aktiven Beitrag zum Klimaschutz geleistet. Die Stadt ist vom 05. bis 25. September 2021 gemeinsam mit acht anderen Kommunen des Kreises Paderborn erneut mit von der Partie. In diesem Zeitraum können alle, die in Delbrück leben, arbeiten, einem Verein angehören oder eine (Hoch-/Fach-)Schule besuchen bei der Kampagne STADTRADELN des Klima-Bündnis mitmachen und möglichst viele Radkilometer sammeln. Anmelden können sich Interessierte schon jetzt unter stadtradeln.de/delbrueck.

„Durch das Zweirad entgeht man der Enge öffentlicher Verkehrsmittel und lästiger Parkplatzsuche, leistet aktive Gesundheitsvorsorge und genießt neben der frischen Luft auch ein kleines Stück Freiheit im Delbrücker Radlerparadies. Diese positiven Nebeneffekte sind enorm wertvoll für Leib, Seele und Wohlbefinden. Es bedurfte somit keiner langen Überlegung, als Kommune erneut an der Aktion STADTRADELN teilzunehmen“, so Bürgermeister Werner Peitz.

Beim Wettbewerb STADTRADELN geht es um Spaß am Fahrradfahren und tolle Preise, aber vor allem darum, „möglichst viele Menschen für das Umsteigen auf das Fahrrad im Alltag zu gewinnen und dadurch einen Beitrag zum Klimaschutz zu leisten.“

Etwa ein Fünftel der klimaschädlichen Kohlendioxid-Emissionen in Deutschland entstehen im Verkehr, sogar ein Viertel der CO₂-Emissionen des gesamten Verkehrs verursacht der Innerortsverkehr. Wenn

circa 30 Prozent der Kurzstrecken bis sechs Kilometer in den Innenstädten mit dem Fahrrad statt mit dem Auto gefahren würden, ließen sich etwa 7,5 Millionen Tonnen CO₂ vermeiden.

Jede*r kann ein STADTRADELN-Team gründen bzw. einem beitreten, um beim Wettbewerb teilzunehmen. Dabei sollten die Radelnden so oft wie möglich das Fahrrad nutzen.

DIE PREISE IM ÜBERBLICK:

Preis für das Team mit den meisten Kilometern pro Kopf:

Gutschein für eine Brauereiführung inkl. kleinem Tasting bei der Havarie Braumanufaktur

Preis für die Radfahraktivste Belegschaft:

Erlebniscoupon für den Swin & Soccer Park Westenholz

Preis für die Radfahraktivste Familie:

Alpaka-Wanderung mit den emsigen Alpakas am Steinhorster Becken

Preis für die Einzelperson mit den meisten Kilometern:

Gutschein vom Fachgeschäft B.Strunz

Preis für die radfahraktivste Schulklasse:

Erlebniscoupon „Rekersjans – Ponys und Natur erleben auf dem Venn“

Bürgermeister Werner Peitz hofft auf eine rege Teilnahme vieler Bürger*innen, Stadtratsmitglieder und Interessierten beim STADTRADELN, um dadurch aktiv ein Zeichen für mehr Klimaschutz und mehr Radverkehrsförderung zu setzen.

STADTRADEL-STAR GESUCHT

Werde „Stadtradel-Star“ im Rahmen der Aktion vom 05. bis 25. September in Delbrück! Gesucht werden begeisterte Radfahrer*innen, die der Kampagne ein Gesicht geben und eine Vorreiterrolle übernehmen. Ein solcher Star kann werden, wer sich bereit erklärt, drei Wochen ausschließlich mit dem Fahrrad und öffentlichen Verkehrsmitteln unterwegs zu sein und diese Erfahrung dann auch noch anderen Mitmenschen mitteilen möchte.

Konkret bedeutet dies, schon zu Beginn der Aktion, ein kurzes Statement und ein Foto von sich zur Veröffentlichung zur Verfügung zu stellen und anschließend einmal pro Woche – gerne aber auch häufiger - über die eigenen Erfahrungen im Blog zu berichten.

Bewerbungen sind ab sofort möglich. Interessierte melden sich bitte bis zum 20. Juli bei der Stadt Delbrück, Stabsstelle Öffentlichkeitsarbeit/Marketing/Wirtschaftsförderung, Julia Arens, julia.aren@delbrueck.de, 05250 996-115.

STADTRADELN ist eine internationale Kampagne des Klima-Bündnis und wird von den Partnern Ortlieb, ABUS, Busch + Müller, Stevens Bikes, MYBIKE, Paul Lange & Co., WSM und Schwalbe unterstützt.

Mehr Informationen unter
stadtradeln.de
facebook.com/stadtradeln
twitter.com/stadtradeln
instagram.com/stadtradeln

HINTERGRUNDINFORMATIONEN

DAS STADTRADELN

Der internationale Wettbewerb STADTRADELN des Klima-Bündnis lädt alle Mitglieder der Kommunalparlamente ein, als Vorbild für den Klimaschutz in die Pedale zu treten und sich für eine verstärkte Radverkehrsförderung einzusetzen. Im Team mit Bürger*innen sollen sie möglichst viele Fahrradkilometer für ihre Kommune sammeln. Die Kampagne will Bürger*innen für das Radfahren im Alltag sensibilisieren sowie die Themen Fahrradnutzung und Radverkehrsplanung stärker in die kommunalen Parlamente einbringen. Seit 2017 können auch Städte, Gemeinden und Landkreise außerhalb Deutschlands die Kampagne an 21 zusammenhängenden Tagen zwischen Mai und September durchführen. Es gibt Auszeichnungen und hochwertige Preise zu gewinnen – vor allem aber eine lebenswerte Umwelt mit weniger Verkehrsbelastungen, weniger Abgasen und weniger Lärm. stadtradeln.de

Das Klima-Bündnis e.V.

Seit mehr als 25 Jahren setzen sich die Mitgliedskommunen des Klima-Bündnis mit ihren indigenen Partnern der Regenwälder für das Weltklima ein. Mit rund 1.700 Mitglieder in über 25 Ländern ist das Klima-Bündnis das weltweit größte Städtenetzwerk, das sich dem Klimaschutz widmet, und das einzige, das konkrete Ziele setzt: Jede Klima-Bündnis-Kommune hat sich verpflichtet, ihre Treibhausgasemissionen alle fünf Jahre um zehn Prozent zu reduzieren. Da sich unser Lebensstil direkt auf besonders bedrohte Völker und Orte dieser Erde auswirkt, verbindet das Klima-Bündnis lokales Handeln mit globaler Verantwortung. klimabuendnis.org



PFLEGESCHULE AN DER BILDUNGS-CAMPUS ST. JOHANNISSTIFT GMBH ERMÖGLICHT AUSBILDUNG FÜR ELTERN

Teilzeitausbildung in der Pflegefachassistenz

Paderborn. Die Bildungscampus für Gesundheits- und Sozialberufe St. Johannisstift GmbH bietet ab November die neue Ausbildung in der Pflegefachassistenz in Teilzeit an. Damit möchte die Pflegeschule Menschen mit familiären oder persönlichen Verpflichtungen mit einem angepassten Ausbildungsangebot unterstützen. Neben einem Abschluss in einem staatlich anerkannten Pflegeberuf ermöglicht die Ausbildung auch den Übergang in die dreijährige Pflegefachausbildung.

„Eine Vollzeitausbildung und eine Familie in Einklang zu bringen, ist eine große Herausforderung. Um Entlastung und mehr Flexibilität zu schaffen, haben wir uns dazu entschieden, die Teilzeitausbildung anzubieten“, erklärt Jürgen Grosser, Geschäftsführer der Bildungscampus St. Johannisstift GmbH die Entscheidung.

Am 1. November 2021 startet die Maßnahme und dauert 18 Monate. Die Ausbildung gliedert sich in theoretische und praktische Abschnitte. Die Verlängerung der Ausbildungszeit ermöglicht es, dass der Unterricht ausschließlich in einer 5-Tage-Woche am Vormittag stattfindet. Für die Praxisphasen in den Einrichtungen wird eine ebenso familienfreundliche Regelung angestrebt. Das Modell soll die Vereinbarkeit von Familie und Ausbildung gewährleisten.

Die Ausbildung in der Pflegefachassistenz an der Bildungscampus St. Johannisstift GmbH ist zur Förderung durch die Arbeitsagenturen oder Jobcenter zugelassen. Eine Förderung der Kosten ist mit Bildungsgutschein der Arbeitsagentur oder des Jobcenter möglich.

Fragen oder Bewerbungen können direkt an die Bildungscampus St. Johannisstift GmbH, (05251) 401-480 oder bildungscampus@johannisstift.de gerichtet werden.



LEBEN & WOHNEN IM ALTER

FENSTERKONZERTE ZUM 10-JÄHRIGEN JUBILÄUM DES AMBULANTEN HOSPIZDIENSTES TOBIT

Paderborn. Die Musikgruppe „Gugelhupf“ spielte als Geschenk an den Ambulanten Hospizdienstes tobit sommerliche Musik vor dem Seniorenzentrum Mallinckrodt-Hof in Borcheln und im Garten des Haus St. Antonius in Paderborn.

Als im Innenhof des Seniorenzentrums mittelalterliche Klänge von Flöten, einer Rahmentrommel, Glöckchen, einer Harfe und Gesang erschallten, freuten sich die Senioren über die Darbietung der Musiker Andrea Kampelmann und Niels Nolte. Es wurde mitgesummt und geklatscht.

Alten Menschen eine Freude zu bereiten entspricht dem Hospizgedanken: „Das Leben auch in der letzten Lebensphase zu feiern und die Lebensqualität zu unterstützen, ist enorm wichtig“, sagt Ulrike Heinzen, Koordinatorin des Ambulanten Hospizdienstes tobit.



Zum Jubiläum des Hospizvereins tobit gaben Andrea Kampelmann und Niels Nolte ein Fensterkonzert. Foto: Brüderkrankenhaus St. Josef Paderborn

Der Ambulante Hospizdienst tobit wurde 2011 gegründet, gemeinsam vom Caritasverband Paderborn und dem Brüderkrankenhaus St. Josef Paderborn. Inzwischen sind fast 100 ehrenamtliche Mitarbeitende für die Begleitung von schwerkranken und sterbenden Menschen und ihrer Zugehörigen ausgebildet worden. Davon sind derzeit 43 Mitarbeiter im Einsatz. Sie begleiten etwa 50 Patienten pro Jahr.

Qualifizierungskurse zum Hospizmitarbeiter finden laufend statt. Weitere Informationen haben die Koordinatorinnen Brigitte Badke und Ulrike Heinzen, info@hospizdienst-tobit.de, Tel. 05251/16195-7370.

NOCH FREIE PLÄTZE FÜR AWO-SENIORENREISE ENDE AUGUST URLAUBSZIEL DEUTSCHLAND

Paderborn. Für die Seniorenreisen vom 20. August bis 1. September nach Ruhpolding hat die AWO noch freie Plätze. Ruhpolding mit seiner Drei-Seen-Landschaft, Bergen und dem „Zauberwald“ Wald bietet den Teilnehmern einmalige Naturerlebnisse und weites Wegenetz zum Wandern oder Radfahren.

„Durch unsere Seniorenreisen haben auch alleinstehende ältere Menschen die Möglichkeit, in netter Gesellschaft sicher Urlaub zu machen“, erklärt AWO-Reisekoordinatorin Birgit Frische. „Denn auf jeder AWO-Reise steht eine ehrenamtliche Reisebegleitung den Teilnehmern als Ansprechpartner zur Verfügung und organisiert gemeinsame Aktivitäten.“ Buchungen wochentags ab 13.00 Uhr unter 05251/290 66-12. Der kostenlose Katalog 2021 kann unter dieser Rufnummer oder über b.frische@awo-paderborn.de angefordert werden.

Häusliche Alten- & Krankenpflege GmbH

RUND UM DIE UHR
FÜR SIE ERREICHBAR

 05254 - 66410



33106 Paderborn-Elsen • Von-Ketteler-Str. 53

LEBEN & WOHNEN IM ALTER



Wenn Krebs frühzeitig erkannt wird, bestehen gute Heilungschancen. Daher sollte die Chance der frühen Diagnostik im Kreis Paderborn unbedingt genutzt werden. Foto: AOK/hfr.

AOK NORDWEST RÄT: AM BESTEN SOFORT ANMELDEN DARMKREBS-FRÜHERKENNUNG WIRD ZU WENIG GENUTZT

Kreis Paderborn. Die ärztlichen Untersuchungen und Beratungen zur Darmkrebs-Früherkennung werden auch im Kreis Paderborn viel zu wenig in Anspruch genommen. Das belegt eine aktuelle Auswertung der AOK NordWest. Danach nutzten in Westfalen-Lippe im Jahr 2019 nur 12.077 AOK-Versicherte und damit nur 1,5 Prozent der anspruchsberechtigten AOK-Versicherten die Möglichkeit einer Darmspiegelung (Koloskopie) zur Vorsorge. „Die Darmspiegelung ist die sicherste Methode, um Darmkrebs frühzeitig zu erkennen oder vorzubeugen. Daher sollten sowohl Frauen als auch Männer die kostenfreien Früherkennungsuntersuchungen der gesetzlichen Krankenkassen besser nutzen“, sagt AOK-Serviceregionsleiter Matthias Wehmhöner.

Darmkrebs ist derzeit die zweithäufigste Tumorerkrankung bei Frauen und die dritthäufigste Tumorerkrankung bei Männern in Deutschland. Er entsteht meist aus Darmpolypen, die häufig klein und harmlos bleiben. Manche wachsen aber und einige werden bösartig. Das macht deutlich wie wichtig es ist, möglichst frühzeitig zur Vorsorgeuntersuchung zu gehen.

„Den Kern der Darmkrebs-Früherkennung stellen die Koloskopien dar. Mit der Darmspiegelung lassen sich schon Vorstufen von Darm-

krebs erkennen und überwiegend bereits während der Untersuchung entfernen“, so Wehmhöner. Findet der Arzt bei der Untersuchung Polypen, entfernt er diese sofort, da sich auch aus gutartigen Wucherungen bösartige Tumore entwickeln können.

„Wir laden unsere Versicherten schriftlich zur Darmkrebsfrüherkennung ein und informieren sie zum Ablauf sowie über Nutzen, Risiken und Grenzen von Stuhltest und Darmspiegelung“, so Wehmhöner. Diese Information soll die Entscheidung über eine Teilnahme an der Darmkrebsfrüherkennung erleichtern.

DARMKREBSVORSORGE BEI MÄNNERN

Zur Darmkrebsvorsorge können sowohl Tests auf nicht sichtbares Blut im Stuhl als auch Darmspiegelungen in Anspruch genommen werden. Da wissenschaftliche Daten zeigen, dass Männer im Vergleich zu Frauen ein höheres Risiko haben, an Darmkrebs zu erkranken, wird Männern bereits ab einem Alter von 50 eine Darmspiegelung auf Kosten ihrer gesetzlichen Krankenkasse angeboten. Nach Ablauf von neun Kalenderjahren ist eine erneute Darmspiegelung möglich. Wahlweise kann jährlich ein Schnelltest auf verborgenes Blut im Stuhl vorgenommen werden, ab 55 Jahren alle zwei Jahre.

DARMKREBSVORSORGE BEI FRAUEN

Bei Frauen wird ab dem 50. Lebensjahr einmal jährlich ein Schnelltest auf verborgenes Blut im Stuhl angeboten, ab 55 Jahren alle zwei Jahre. Eine Darmspiegelung ist alternativ ab dem Alter von 55 Jahren möglich. Nach Ablauf von neun Kalenderjahren kann eine neue Vorsorge-Darmspiegelung durchgeführt werden. Männer und Frauen können maximal zwei Darmspiegelungen als Früherkennungsmethode in Anspruch nehmen. Ab dem Alter von 65 Jahren kann nur eine Darmspiegelung als Früherkennungsmethode in Anspruch genommen werden. Mehr Informationen zum Thema Darmkrebsfrüherkennung gibt es im Internet unter www.aok.de/nw, Rubrik Leistungen & Services.



HAUSHALTSHILFE

KONFLIKTBEWÄLTIGUNG

FAMILIENHILFE

SENIORENBETREUUNG

Monas Familienservice

Langestraße 38 · 33129 Delbrück

Telefon: 05250/9934861

buer@monasfamilienservice.de

www.monasfamilienservice.de

Diese Dienstleistungen sind auch für Privatzahler möglich!

DIE ARBEIT ALS

PFLEGEKRAFT IST

ERFÜLLEND UND

SCHAFFT GROSSE

BEFRIEDIGUNG



Ambulante Pflege - Ein Beruf mit sehr viel Menschlichkeit, Nähe und Wärme

Seit 29 Jahren ist der ambulante Pflegedienst Flick in Bad Lippspringe ansässig. Täglich unterstützen und helfen die Mitarbeiter mit Herz und Hand Senioren in ihren eigenen vier Wänden bei alltäglichen Dingen. Und die Nachfrage steigt. Ganz anders hingegen ist die Situation im Personalbereich. Es mangelt an Mitarbeitern; es mangelt an Nachwuchs; es mangelt an Kapazitäten. Und das bei einem Beruf, der durch die alternde Gesellschaft eine sichere Zukunft genießt. Dabei ist der Beruf alles andere als mangelhaft, weiß Flick-Geschäftsführer Lothar Flick.

„Herr Flick, Sie arbeiten seit über 35 Jahren in der Pflegebranche. Warum haben Sie sich damals für diesen Berufszweig entschieden?“

„Pflegerisch tätig zu sein und dabei Menschen helfen zu können, gab mir schon immer sehr viel Befriedigung und Erfüllung. Dieser Beruf schenkt einem sehr viel Menschlichkeit, Nähe und Wärme. Für mich persönlich hat die Würde des Menschen und besonders derjenigen, die wegen ihres Alters im Alltag Hilfe benötigen, einen sehr hohen Stellenwert. Denn wir alle wollen doch so lange wie möglich eigenständig und unabhängig leben können.“

„Ist Pflege mehr als die Patienten zu waschen und anzuziehen?“

„Definitiv ja. Unser Beruf umfasst das volle soziale Programm und viel Verantwortung: Wir besuchen unsere Patienten in ihren eigenen vier Wänden und betreten damit ihre Privatsphäre. Nicht jeder mag das oder ist das gewohnt, weshalb eine große Portion Einfühlungsvermögen ebenfalls zum Beruf gehört. Unter anderem. Unsere Hilfe für die Senioren ist nicht nur pflegerisch und betreuend, sie umfasst auch die hauswirtschaftliche Unterstützung und wirkt ebenso beratend. Wir werden häufig zu wichtigen Bezugspersonen für unsere Patienten, weil wir sie auf mehreren Ebenen des Lebens unterstützen. Damit tragen wir viel Verantwortung, manchmal sogar für Leben und Tod. Wir müssen viel erkennen und beobachten können und dementsprechend handeln – und das 365 Tage im Jahr. Dabei ist man viel selbstständig unterwegs, muss sich selbst organisieren und eigenverantwortlich arbeiten. Der Beruf der Kranken- und Altenpflege gleicht von der Bedeutung her häufig dem eines Polizisten: Man ist Freund und Helfer in einer Person.“

Wovon profitiert man in dem Job als Pflegekraft?

„Es ist eine Tätigkeit, die nicht nur befriedigt, sondern auch Sinn hat. Dafür aber nichts, womit man finanziell reich werden kann.“

Der Beruf lebt von seiner Tiefe, die wir Pflegekräfte durch viel Dankbarkeit jeden Tag zu spüren bekommen. Manchmal ist es nur ein Händedruck, manchmal auch nur ein Lächeln dafür, dass ihnen Sorgen und Hürden des Alltags genommen werden. Ein jeder hat das mit Sicherheit schon mal in seinem Familien- oder Bekanntenkreis erlebt und zu spüren bekommen. Dieses Gefühl ist einfach unbezahlbar und wertvoll. Wir erhalten quasi kostenlos eine andere Sichtweise auf das Leben, weil uns die Endlichkeit bewusster ist als in anderen Berufen. Davon profitieren sie in der Pflege. Der Reiz dieses Berufes liegt nicht im Materiellen und leider auch nicht im Finanziellen, sondern einen sinnvollen und tiefgründigen Job auszuüben, dem Wunsch zu Helfen nachgehen zu können und viel Nächstenliebe zu geben und zu erhalten.“

Ist es auch möglich in der Pflegebranche weiterzukommen oder gar Karriere zu machen?

„Auch hier ein ganz klares Ja. Für den Beruf der Pflegekraft bieten wir viele wichtige soziale Leistungen, wie eine Private Krankenversicherung, Unfallversicherung, regelmäßige Fort- und Weiterbildungen, einen Dienstwagen (auch für den privaten Gebrauch) und vor allem eine flache Hierarchie. Dazu wird man als Pflegekraft heutzutage nicht mehr arbeitslos und hat eine sichere Stelle. Dazu gibt es die Möglichkeit, aufzusteigen und beispielsweise Leitungen zu übernehmen. Auch an der Universität gibt es viele Studiengänge im Bereich der Pflege. Man kann also aufsteigen wie ein Drache im Wind.“



PFLEGETEAM FLICK

CARDIA PFLEGETEAM FLICK GmbH

Greifswalder Str. 9 | 33106 Paderborn | Tel. 05251 873797
Arminiusstr. 22a | 33175 Bad Lippspringe | Tel. 05252 930707
info@cardia.de | www.cardia.de



LEBEN & WOHNEN IM ALTER



Bei einer intensivierten Insulintherapie sollten ältere Menschen mit Typ-2-Diabetes vor jeder Mahlzeit und dem Schlafengehen ihren Blutzucker messen.

Foto: djd/Accu-Chek/Shutterstock/New Africa

UNTERZUCKERUNG VERMEIDEN

Typ-2-DIABETES BEI ÄLTEREN MENSCHEN: ANTWORTEN AUF DIE VIER WICHTIGSTEN FRAGEN

Für Senioren mit Typ-2-Diabetes ist es wichtig, ein sicheres und spannendes Gefühl im täglichen Umgang mit der Stoffwechselerkrankung zu entwickeln. Dazu beitragen können beispielsweise Schulungen, die in vielen Praxen mit Diabetesschwerpunkt regelmäßig angeboten werden. Hier erfährt man etwa, wie die richtige Ernährung im Alter aussieht. Zudem sollten ältere Patienten ihre Angehörigen frühzeitig in die Diabetestherapie mit einbeziehen. So hat man bei möglichen Schwierigkeiten nicht das Gefühl, alleine zu sein. Angehörige können moralische Unterstützung geben, aber auch konkret helfen, wenn Dinge wie das Stechen in die Fingerkuppe einmal nicht klappen wollen. Was sollten ältere Menschen ansonsten in ihrem Alltag mit Diabetes beachten? Hier sind Antworten auf die vier wichtigsten Fragen:

1. WARUM SOLLTEN GERADE ÄLTERE MENSCHEN UNTERZUCKERUNGEN VERMEIDEN?

Das exakte Einhalten von eng gesteckten Blutzuckerwerten ist bei älteren Menschen im Einzelfall nicht so entscheidend wie bei jüngeren. Worauf sie jedoch genau achten sollten, ist das Vermeiden von Unterzuckerungen. Denn diese können besonders im Alter zu Stürzen führen, das Gehirn schädigen und die Entstehung einer Demenz fördern.

2. WARUM IST ES WICHTIG, REGELMÄSSIG DEN BLUTZUCKER ZU MESSEN?

Wie oft man seinen Blutzucker messen sollte, wird vom behandelnden Arzt individuell festgelegt und beim Termin in der Praxis oder Telefon-/Videosprechstunde besprochen. Als Faustregel gilt hier, bei einer intensivierten Insulintherapie vor jeder Mahlzeit und dem Schlafengehen zu messen. "Wer jeden Tag zu den gleichen Uhrzeiten isst und misst, hat seine Werte immer gut im Blick und vergisst auch keine Mahlzeit, was bei älteren Menschen immer wieder zu Unterzuckerungen führen kann", erklärt Dr. Oliver Schubert-Olesen, Leiter einer diabetologischen Schwerpunktpraxis in

Hamburg. Außerdem sollte man auf Symptome wie Schwindel und Herzklopfen achten, die Warnzeichen für eine drohende Unterzuckerung sein können.

3. WIE KANN MAN KOMFORTABEL DEN BLUTZUCKER MESSEN?

Viele ältere Menschen tun sich im Umgang mit elektronischen Geräten schwer. Ein einfach zu bedienendes Messgerät ist etwa Accu-Chek Instant. Es besitzt ein großes beleuchtetes Display und eine Farbskala, mit der man die angezeigten Werte leichter verstehen kann. Mehr Infos gibt es unter www.accu-chek.de. Zudem liefert das Gerät auch dann genaue Messwerte, wenn die Betroffenen mehrere Medikamente einnehmen müssen.

4. WAS TUN, WENN DIE ANGEZEIGTEN BLUTZUCKERWERTE ZU NIEDRIG SIND?

"Mit einem Stück Traubenzucker oder einem Schluck Cola lässt sich schnell gegensteuern", rät Diabetesexperte Dr. Oliver Schubert-Olesen. (djd.)

ENDLICH GEHT'S WIEDER LOS!

Paderborn. Das DRK Paderborn veranstaltet zusammen mit Joamar Reisen Borchon Ihre begleiteten Senioren/innen-Reisen mit Kofferservice. Da bereits einige Anmeldungen vorliegen, bieten wir jetzt teils nur noch wenige Restplätze an.

Entscheiden Sie sich schnell für
Bingen (09.08. - 19.08.2021),
Bad Lauterberg (22.08. - 01.09.2021),
Mallorca (16.09. - 30.09.2021),
Cuxhaven-Duhnen (10.10. - 19.10.2021)
oder Rhodos (10.10. - 24.10.2021).
Informieren Sie sich gern: 05251 6879990 (Joamar-Reisen).

LEBENSFREUDE TROTZ PANDEMIE IN

DER SENIORENRESIDENZ SALZKOTTEN

Im Juli 2014 haben wir die Seniorenresidenz Salzotten, in der Trägerschaft der Mediko Pflege- und Gesundheitszentren GmbH mit Sitz in Winsen/Aller, eröffnet. Damals hat sich niemand vorstellen können, dass unser Leben irgendwann durch eine weltweite Pandemie beeinflusst würde. Im „verfluchten 7. Jahr“ war es für uns, wie für alle Pflegeeinrichtungen, eine besondere Herausforderung mit der Corona-Pandemie umzugehen. Plötzlich wurden alle Pflegeeinrichtungen für Besucher gesperrt bzw. sehr stark eingeschränkt. Wir haben unseren Bewohner*innen jede Möglichkeit der Kontaktaufnahme zu ihren Angehörigen geboten, sei es über Skype, Telefon, am Fenster, über den Gartenzaun oder mit frisch geschossenen Fotos und postalischem Gruß. Unser Betreuungsteam ließ sich einiges einfallen, um den Bewohner*innen auch unter den notwendigen Hygienemaßnahmen Abwechslung und Ablenkung zu bieten. Auch das Angebot unserer Tagespflege stand den Gästen phasenweise nicht zur Verfügung oder durfte nur eine stark reduzierte Anzahl an Gästen aufnehmen. Auch hier war es wesentlich, dass die Hygienevorgaben eingehalten wurden und weiterhin eingehalten werden.

Alle Mitarbeiter*innen der Seniorenresidenz Salzotten freuen sich daher sehr, dass wir seit Beginn der Pandemie bereits zum 3. Male einen 100. Geburtstag feiern können! Es ist besonders schön, dass alle drei Geburtstagskinder noch relativ gut zu Fuß sind und den ein oder anderen witzigen Spruch zu unserer Erheiterung beitragen. Feiern in Pandemiezeiten ist nicht einfach, aber inzwischen sind auch die Bewohner*innen sehr kompetent in den AHA-Regeln.

Nun, da sich die Lage etwas entspannt, dürfen wir wieder vorsichtig kleine Feiern planen, um den Bewohner*innen und Mitarbeiter*innen etwas Abwechslung vom Alltag zu bieten. Gestartet sind wir schon mit einem gemeinsamen Grillen. Beim kleinen Sportfest im Juli gibt es musikalische Unterhaltung, denn Bewegung wird bei uns großgeschrieben. Das Wettstreifen um den ersten Platz spornt viele Bewohner*innen zu Höchstleistungen an. Ebenso wird ein bunter Liedernachmittag und im September ein mobiler Streichelzoo für unsere Bewohner stattfinden. Auch Rehasport und regelmäßige Bewegungsangebote werden gern wahrgenommen.

Musste im letzten Jahr unser Sommerfest ausfallen, so sind wir optimistisch, dass wir im August dieses Jahres ein kleines Fest gemeinsam mit den engsten Angehörigen veranstalten dürfen. Die Planung läuft bereits auf Hochtouren und unsere ausgezeichnete Küche wird wieder einige Leckereien zaubern.

Aktuell sind auch Gottesdienste wieder möglich. Während des Lockdowns haben unsere Betreuungskräfte die seelsorgerische Begleitung übernommen und unseren Bewohner*innen entsprechende Angebote unterbreitet. Zu unserem großen Bedauern ist Herr Diakon Schleyer, der uns all die Jahre regelmäßig Gottes Segen ins Haus brachte plötzlich verstorben.

Ebenfalls in Planung ist ein Tag der offenen Tür, ein Bewerbungstag für alle die Interesse an der Pflegeausbildung haben, und ein Treffen für unsere Azubis. Ebenso ist angedacht, dass sich der Kreis der pflegenden Angehörigen wieder regelmäßig trifft, um sich über die Erfahrungen in der häuslichen Versorgung auszutauschen.

Unsere Mitarbeiter*innen leisten in diesen anspruchsvollen Zeiten Großartiges. Durch Ihren Einsatz, und den privaten Verzicht auf Kontakte, ist es uns gelungen, die

Seniorenresidenz Salzotten infektionsfrei zu halten. Dafür sind wir unendlich dankbar, sagt Beate Grewe, die Einrichtungsleitung. Im Januar und Februar haben sich fast alle Bewohner*innen und Mitarbeiter*innen unserer Seniorenresidenz impfen lassen und wir sind sehr stolz, dass die Impfbereitschaft außerordentlich hoch war. Viele Angehörige brachten den Pflegekräften „Nervennahrung“, um sich für ihren hohen Einsatz zu bedanken. Manche schrieben Briefe oder Karten. Das hat uns in der angespannten Zeit sehr geholfen und zur Motivation aller beigetragen. Für die Mitarbeiter*innen, bieten wir regelmäßig ein Mitarbeiterfrühstück und auch Sachgutscheine für besondere Einsätze. Dieses sind nur kleine Gesten, aber sie kommen von Herzen. Uns Leitungskräften ist es besonders wichtig, eng bei den Mitarbeiter*innen zu sein, sich Zeit für ihre Sorgen und Nöte zu nehmen und gemeinsam Lösungen zu finden. Denn alle Mitarbeiter*innen haben auch ein Privatleben, das ebenfalls von der Pandemie beeinflusst ist.

Zusammenfassend können wir sagen, dass langsam etwas Normalität auch in unserer Seniorenresidenz Salzotten eintritt, wir aber weiterhin sehr sensibel mit den erforderlichen Schutzmaßnahmen umgehen, da wir nicht ausschließen können, dass die Fallzahlen wieder steigen werden.

Informationen zur Seniorenresidenz finden Sie unter

www.salzkotten-seniorenresidenz.de

Seniorenresidenz
Salzkotten

SIND SIE
UNSER FEHLENDES
PUZZLETEIL?

Wir suchen Pflegefachkräfte für unser Team!

WIR BIETEN IHNEN...

- Unbefristete Arbeitsverträge
- Überdurchschnittliche Gehälter
- Ergänzende Zulagen für WBL, Praxisanleiter etc.
- Jährliche Prämien
- Gutscheine für besondere Leistungen
- Regelmäßige Fort- und Weiterbildungen, inkl. individueller Karriereplanung
- EDV-Pflegedokumentation, moderne und pflegefreundliche Ausstattung
- Betriebliche Altersvorsorge, Berufsunfähigkeitsversicherung
- Mögliche Zusatzleistungen:
 - Zuschuss zur Kinderbetreuung
 - Fahrtkostenzuschuss
 - Bonus für Betriebszugehörigkeit



Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung!

Seniorenresidenz Salzotten
Paderborner Straße 42, 33154 Salzotten
info@salzkotten-seniorenresidenz.de
www.salzkotten-seniorenresidenz.de
Tel. 05258 97 73 - 0



LEBEN & WOHNEN IM ALTER



Schießt die Anzeige des Thermometers in den heißen Monaten in die Höhe, bedeutet das eine erhebliche Zusatzleistung für das Herz-Kreislauf-System. Menschen, die sensibel auf diese Temperaturen reagieren, klagen oftmals über Augenflimmern, Schwindel, Kopfschmerzen oder Übelkeit. Im schlimmsten Fall kommt es zu einem Hitzschlag, der lebensbedrohlich werden kann. Warum hohe Temperaturen auf den Kreislauf gehen und welche Sofortmaßnahmen helfen, weiß Dr. Sebastian Grünig, Facharzt für Innere Medizin und Kardiologie von radprax Wuppertal, und gibt darüber hinaus wertvolle Tipps – auch für Herzpatienten –, um die warme Jahreszeit unbeschadet zu überstehen.

WARUM KOMMT ES VOR ALLEM IM SOMMER ZU KREISLAUFPROBLEMEN?

„Um die körpereigene Wärme besser abzugeben, weiten sich bei steigenden Außentemperaturen die Blutgefäße. Dadurch versackt allerdings sauerstoffreiches Blut in den Arterien, worunter vor allem lebenswichtige Organe wie beispielsweise das Gehirn, das von einer kontinuierlichen Blutversorgung abhängt, leiden. Eine Gegenregulation der Beinvenen hebt das Problem bei gesunden Personen binnen weniger Sekunden wieder auf. Für Menschen mit einem niedrigen Blutdruck, auch Hypotonie genannt, wird die Hitze jedoch schnell zur Belastungsprobe. In seltenen Fällen verbergen sich hinter Kreislaufproblemen schwerwiegende Erkrankungen.“

WELCHE SOFORTMASSNAHMEN HELFEN?

„Wem ‚schwarz vor Augen‘ wird oder wer sich schwindelig fühlt, sollte sich am besten hinlegen und die Beine hochlagern. Auf diese Weise fließt das Blut zurück in die Körpermitte und hilft dem Kreislauf in Schwung zu kommen. Daneben gilt: Sofort etwas trinken und die Stirn mit einem kalten oder nassen Lappen kühlen.“

WIE BEUGEN BETROFFENE KREISLAUFPROBLEMEN VOR?

„Grundsätzlich sollten Betroffene viel Wasser, unge-süßte Tees oder Fruchtschorlen trinken. Auf Alkohol gilt es zu verzichten, da dieser die Blutgefäße zusätzlich weitet. Wer auf eine salzarme Ernährung mit maximal

SOMMER, SONNE, KREISLAUFBESCHWERDEN FÜNF FRAGEN AN DEN KARDIOLOGEN

sechs Gramm Salz pro Tag achtet und bei Hitze mehrere kleinere Mahlzeiten statt einer großen zu sich nimmt, kann Kreislaufbeschwerden zusätzlich vorbeugen. Auch durch regelmäßigen Sport lernt das Herz-Kreislauf-System mit Blutdruckschwankungen besser umzugehen.“

WARUM IST HITZE FÜR HERZPATIENTEN GEFÄHRLICH?

„Erweiterte Gefäße und eine erhöhte Schweißproduktion, die sich wunderbar als körpereigenes Kühlsystem eignen, sorgen für die nötige Wärmeabgabe. Für diese physiologischen Prozesse muss das Herz jedoch eine höhere Pumpleistung erbringen, was bei herzschwachen Menschen oftmals nur unzureichend funktioniert. Steigt die Körperkerntemperatur auf bedrohliche 40 Grad an, kann es zu einem lebensbedrohlichen Hitzschlag kommen. Verschärft wird die Situation bei älteren Personen durch das verminderte Durstgefühl. Ohne genügend Flüssigkeit und durch den Verlust notwendiger Mineralstoffe über den Schweiß misslingt die Versorgung wichtiger Organe wie des Gehirns. Infolgedessen wirken dehydrierte Menschen oftmals geistesabwesend oder sogar verwirrt, weisen Sprachstörungen sowie Gangunsicherheiten auf.“

WORAUF MÜSSEN HERZPATIENTEN BEI HOHEN TEMPERATUREN ACHTEN?

„Idealerweise meiden sie die Mittagshitze und verlegen ihre Aktivitäten in die kühleren Morgen- oder Abendstunden. Dazu gehört es auch, den Mut aufzubringen, eine lang geplante Fahrradtour mit Freunden abzusagen, wenn die Temperaturen empfindlich steigen. Zudem sollten Betroffene ausreichend Flüssigkeit wie Mineralwasser zu sich nehmen und darauf achten, dass sich der Bedarf mit den körperlichen Aktivitäten und steigenden Temperaturen erhöht. Wer sich in kühlen Räumen aufhält, luftige Kleidung trägt und gelegentlich den Körper oder bestimmte Bereiche wie Nacken, Arme sowie Beine kühl abtuscht, entlastet sein Herz-Kreislauf-System und kann auch im Sommer das schöne Wetter genießen.“

RENTENVERSICHERUNG: BESUCH DER AUSKUNFTS- UND BERATUNGS- STELLE NUR MIT TERMINBUCHUNG

Paderborn. Die Deutsche Rentenversicherung (DRV) Westfalen bietet in ihrer Auskunfts- und Beratungsstelle in Paderborn, Kamp 31, angesichts der aktuellen Corona-Lage auch wieder persönliche Beratungsgespräche an. Dazu ist jedoch unbedingt eine Terminbuchung erforderlich, die ausschließlich über das kostenlose Servicetelefon 0800 1000 480 11 erfolgen kann. Besucher ohne Termin können leider nicht in die Auskunfts- und Beratungsstelle kommen. Ihnen steht jedoch der gleiche Service an Beratung und Hilfestellung am kostenlosen Servicetelefon zur Verfügung. Sogar Anträge können dort gestellt werden. Auch bietet die Rentenversicherung unter www.drw-westfalen.de einen vielfältigen Online-Service an.

DIAGNOSE: MAKULADEGENERATION

Die Zahl der bedrohlichen und im schlimmsten Fall zur Erblindung führenden Augenerkrankungen hat bundesweit stark zugenommen. Dazu gehören beispielsweise die Makuladegeneration (feuchte und trockene), Glaukom (Grüner Star), Katarakt (Grauer Star), Diabetische Retinopathie, Störungen des Sehnervs und andere schwere Augenerkrankungen. Die OCUSANIS – das Zentrum für ganzheitliche Augenheilkunde – mit Ihrem Hauptsitz in Bünde und in Paderborn/Salzotten hat sich als Aufgabe gestellt, da anzusetzen, wo die Schulmedizin an Ihre Grenzen stößt. Die Gründung der OCUSANIS, unter der medizinischen Leitung des Heilpraktikers Andreas Haeusler, entspringt einer langjährigen therapeutischen Arbeit und einer Vielzahl von Erfahrungen aus dem naturheilkundlichen Bereich und hier im Speziellen dem Fachbereich der alternativen Augenheilkunde. Aber was ist das Besondere? Die ganzheitliche Diagnostik spielt im Zentrum eine große Rolle. Zum einen durch die ganzheitliche Labordiagnostik und zum anderen die Computergesteuerte Diagnostik der energetischen Regulation des Gesamtorganismus sowie des optischen Systems. Diese Ansätze liefern den Therapeuten, zusätzlich zur bestehenden schulmedizinischen



**WIR FREUEN
UNS AUF SIE!**

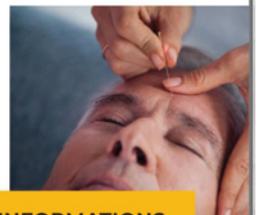
Diagnose, Informationen über kausale Zusammenhänge zwischen Auge und Gesamtorganismus und wertvolle Hinweise für eine individuelle und tiefgreifende Therapie. Dem OCUSANIS Team ist es dabei immer wichtig, dass die Patienten in augenärztlicher Betreuung bleiben und parallel dazu durch kompetente, alternative Therapien betreut werden. Im Mittelpunkt des therapeutischen Konzeptes steht eine neue und bewährte Form der Akupunktur, welche sich grundlegend von der chinesischen Variante unterscheidet. Diese einzigartige Therapie entwickelte sich aus der gezielten Anwendung verschiedener Akupunkturformen, zu denen als wichtige Bestandteile, die Akupunktur 2000/AcuNova des Prof. Boel aus Dänemark, die Stirnakupunktur, die A.R.T. nach A. Nieswandt sowie auch die ECIWO Akupunktur gehören. Diese Spezialverfahren haben Ihnen immer größer werdenden Bekanntheitsgrad in erster Linie den positiven Ergebnissen bei Augenerkrankungen zu verdanken. Weiterhin kann eine breite Palette bewährter naturheilkundlicher Methoden wie bspw. die Magnet-Feld-Licht-Therapie ergänzend eingesetzt werden. Viele der bekannten Erkrankungen können so ganzheitlich behandelt werden.

MAKULADEGENERATION – BESSERUNG IN SICHT!

Alternative Therapien werden zunehmend erfolgreicher.

Mit dem Alter lässt bei vielen Menschen das Sehvermögen nach. Eine der häufigsten Erkrankung ist die **Makuladegeneration**, eine Stoffwechsel- und Durchblutungsstörung der Netzhaut des Auges. Es gibt zwei unterschiedliche Arten von **Makuladegeneration**: die sehr häufige trockene und die seltenere aber aggressivere feuchte. Sie belassen die Patienten oft im Gefühl der Handlungsunfähigkeit, da die Erkrankung schnell fortschreiten und zu massiven Einschränkungen des Sehvermögens führen kann. Wenn Augenärzte nicht mehr helfen können, bietet sich eine Therapie im OCUSANIS Zentrum für Augenheilkunde in Bünde und Salzotten an. Die erfahrenen Spezialisten setzen sich bereits seit über 20 Jahren naturheilkundlich mit der Krankheit auseinander. Über die Behandlung seiner Erkrankung durch das Team des OCUSANIS Zentrums in Bünde zeigt sich ein 76-jähriger Patient aus

Bielefeld (Name liegt der Redaktion vor) begeistert. Er lobt neben der fachlichen Kompetenz des Therapeutenteams vor allem, dass im Vorfeld der Therapie der Körper genau untersucht wird: „Meine aktuelle, dritte Behandlung in der OCUSANIS läuft seit etwa fünf Monaten. Das Makulaödem beeinträchtigt meine Sehkraft zwar nicht – diese liegt nach einer kurzzeitigen Erblindung wieder bei 100 Prozent – aber die erste ärztliche Kontrolluntersuchung hat ergeben, dass das Ödem deutlich kleiner geworden ist. Ich habe meinem Augenarzt mitgeteilt, dass ich mich bei der OCUSANIS in guten Händen sehe und er hat mir dazu geraten, die Behandlung fortzuführen. Die Therapie hier kann ich jedem Patienten sehr ans Herz legen, denn sie ist auf einer guten Diagnostik aufgebaut und die Therapeuten wissen genau, was sie tun“, betont er.



INFORMATIONSV- VERANSTALTUNG

in den Praxen in
Bünde & Salzotten
am 27. Juli 2021.

Anmeldungen bitte
telefonisch in der
jeweiligen Praxis.

Vergabe von Einzel-
terminen ab 14 Uhr.



Unsere Einsatzgebiete:

Makuladegeneration | Glaukom
(Grüner Star) | Katarakt (Grauer Star)
Diabetische Retinopathie
Durchblutungsstörungen
Trockene Augen (Sicca Syndrom)
und andere Erkrankungen

OCUSANIS



Zentrum für ganzheitliche
Augenheilkunde

Praxis Bünde
Bahnhofstr. 53B
32257 Bünde
Tel.: 05223. 15747

www.ocusanis.de
info@ocusanis.de

Praxis Salzotten
An der Burg 3
33154 Salzotten
Tel.: 05258. 938380

Med. Leitung: HP
Andreas Haeusler

IMPRESSUM

HERAUSGEBER

© HEGGEMANNMEDIEN GmbH
Burgstraße 2 | 33175 Bad Lippspringe
Tel.: 0 52 52 / 96 53-0
Fax: 0 52 52 / 96 53-19
www.heggemannmedien.de
info@heggemannmedien.de
Geschäftsführender Gesellschafter:
Heinz Georg Heggemann
Sitz der Gesellschaft: Bad Lippspringe
Registergericht: AG Paderborn, HRB14064
St.-Nr.: 339/5820/2829

REDAKTION

Monika Heggemann (verantw.)
Herbert Gruber
Dennis Roger

ANZEIGEN

Stefanie Bensmain
Doris Clasbrummel
Heike Knop
Silvia Schiller
Petra Steuter

GRAFIK

Tanja Rodloff | Janine Rogalla | Silvia Rüsing

DRUCK

Media Grafik + Druck
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



Kostenlose
ABO-Bestellungen

Die Verwertung des Textes und der Fotos, auch aus-
zugsweise, bedarf der Genehmigung des Verlages.
Dies gilt auch für Vervielfältigungen, Übersetzungen,
Mikroverfilmungen und für die Verarbeitung mit elek-
tronischen Systemen. Die Gesamtherstellung der Druck-
auflage erfolgte gründlich und nach bestem Wissen,
jedoch ohne Gewähr. Für eventuelle Fehler oder Diffe-
renzen wird keine Haftung übernommen.



Dr. Frank Becker übergibt die Leitung des Amtes für Umweltschutz und Grünflä-
chen an Jessica Schütte. Bildrechte: Stadt Paderborn, Fotograf: Joanna Becker

NEUE, FRISCHE IMPULSE UND EIN ABSCHIED

Dr. Frank Becker übergibt Amtsleitung an Jessica Schütte

„Ich habe meine Aufgabe bei der Stadt Paderborn vor allem darin gesehen, einen Bei-
trag für ein umweltgerechtes, nachhaltiges und zukunftsfähiges Stadtleben in Paderborn zu
leisten“, berichtet Dr. Frank Becker, der Ende Juni in den wohlverdienten Ruhestand gehen
wird. Der Amtsleiter für Umweltschutz und Grünflächen begann sein Studium der Agrarbio-
logie 1978 in Hohenheim, an welches sich eine Promotion an der Hochschule München
Freising anschloss. Er promovierte erfolgreich auf dem Gebiet der ökologischen Chemie
und arbeitete zudem als wissenschaftlicher Mitarbeiter am gleichnamigen Institut.

Nachdem seine Frau bereits eine Anstellung in Salzkotten gefunden hatte, bewarb er sich
1987 auf eine ausgeschriebene Stelle als Umweltbeauftragter der Stadt Paderborn, die er
noch im selben Jahr antrat. Als Umweltbeauftragter arbeitete er zunächst alleine auf dem
Gebiet in der Stadtverwaltung. Durch Übernahme weiterer Umweltaufgaben wurde suk-
zessive ein Umweltreferat mit mehreren Mitarbeitenden geschaffen. 1996 wurde dann das
Umweltreferat mit dem Garten-, Forst- und Friedhofsamt zusammengelegt und in das heuti-
ge Amt für Umweltschutz und Grünflächen umbenannt, dessen Amtsleiter Dr. Becker wurde.

„Die Stelle des Leiters von Stadtamt 67 ist eine Position, die durch die Wahrnehmung von
umwelt- und grünordnerischen Belangen die Möglichkeit eröffnet, sich substanziell an einer
umweltgerechten und nachhaltigen Stadtentwicklung einbringen zu können“, blickt er auf
seine Jahre im Amt zurück. Übernehmen wird diese Aufgabe Jessica Schütte, die seit Juni
in Teilzeit eingearbeitet wird und ab Oktober 2021 in Vollzeit das Amt leiten wird. 1997
begannte die Landschaftsarchitektin und Raumplanerin ihr Studium an der heutigen Techni-
schen Hochschule Ostwestfalen Lippe in Höxter und schloss dieses mit einem Diplom ab.
Anschließend absolvierte sie ihren Master an der Technischen Universität Dortmund, bevor
sie von 2010 bis 2016 als wissenschaftliche Mitarbeiterin an die Hochschule Höxter
zurückkehrte.

Seit 2017 ist sie als Partnerin im Landschaftsarchitekturbüro Gruppe Freiraumplanung in
Langenhagen bei Hannover tätig, bevor sie im Herbst Vollzeit als Leiterin des Amtes 67
in der Stadtverwaltung arbeitet. „Es ist ein Segen, dass ich die Möglichkeit hatte, einen
Monat von Frank Becker in die Aufgabe eingearbeitet zu werden. Ich freue mich vor allem
darauf, Projekte längerfristig zu betreuen und diese wachsen zu sehen. Die Möglichkeit
hatte ich als Landschaftsarchitektin leider nicht in diesem Umfang“, erzählt Jessica Schütte.
„Die essentielle Mitwirkung an Umwelt und Grünflächen und die Verbindung der beiden
Bereiche machen die Arbeit im Amt aus“, freut sich die Landschaftsarchitektin.

Frank Becker möchte seinen Ruhestand vor allem dazu nutzen, sich mehr Familie und Freun-
den widmen zu können und die neue Freiheit für seine Hobbys zu nutzen. Darüber hinaus
freut er sich auf lange Fahrradtouren und möchte das Bogenschießen erlernen. „Ich freue
mich sehr, dass mit Jessica Schütte frische, neue Impulse in das Amt für Umweltschutz und
Grünflächen einziehen“, äußert er zum Abschluss.



Dieter Sauerbier und Karin Engelbracht betreuen die Trauernden in Bad Lippspringe.

Karin Engelbracht präsentiert eine große Auswahl an Urnen.

BESTATTUNGSHAUS SAUERBIER FÜHRT TRADITION FORT

Übernahme des Instituts Klaus Thiele in Bad Lippspringe

Kreis Paderborn/Bad Lippspringe. Das im Hochstift renommierte Bestattungshaus Sauerbier hat im März dieses Jahres das Bestattungsinstitut Klaus Thiele in Bad Lippspringe übernommen. Nach dem plötzlichen Tod des im Kurort sehr geschätzten Inhabers legt Dieter Sauerbier großen Wert darauf, das Haus im Sinne von Klaus Thiele weiterzuführen. „Wir waren seit 25 Jahren partnerschaftlich verbunden,“ sagt Dieter Sauerbier.

Am Standort in der Raiffeisenstraße 13 in Bad Lippspringe steht Mitarbeiterin Karin Engelbracht weiterhin den Trauernden zur Seite und hilft mit, die Tradition des Hauses fortzusetzen. Denn Bad Lippspringe hat gewisse Besonderheiten. Die Verbundenheit mit dem örtlichen Waldfriedhof ist groß. So sind traditionelle Erdbestattungen in dem Kurort noch sehr gefragt. Während anderswo die Feuerbestattung einen Anteil von 70 Prozent hat, finden in Bad Lippspringe noch gut die Hälfte aller Verstorbenen im Sarg ihre letzte Ruhe. Aber auch die Feuerbestattung hat hier mitunter eine sehr lokale Prägung. So gibt es Urnen zur Auswahl, die mit dem Abbild der Friedenskapelle im Kurwald oder mit der Bad Lippspringer Burg geschmückt sind.



des Bestattungshauses die Möglichkeit, in geschmackvoll gestalteten Räumen, familiärer Atmosphäre und ohne Zeitdruck Abschied nehmen zu können. Dies gilt nach wie vor auch für das Bestattungshaus Thiele. Ein besonderes Anliegen von Dieter Sauerbier ist das Thema Vorsorge. Zusätzlich zu seiner langen Erfahrung auf diesem Gebiet bildet er sich regelmäßig und intensiv hierzu weiter. Für Interessierte gibt es daher Beratungstermine, um kostenfrei und unverbindlich alle Fragen rund um die Themen Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung, finanzielle Absicherung und Bestattungsvorsorge zu klären.

„Viele Menschen haben Berührungsängste mit diesen Themen und viele Fragen. Hier stehen wir gerne beratend zur Seite.“ Die umfassende Homepage des Hauses enthält neben Einblicken in das Unternehmen auch einen Bestattungskostenrechner, ein Gedenkportal, sowie detaillierte Informationen zur Bestattungsvorsorge.

Auch die Fortführung der bisherigen Zusammenarbeit mit lokalen Betrieben wie Floristen und Steinmetzen in Bad Lippspringe ist Dieter Sauerbier wichtig. Besonders Wert auf Regionalität und Nachhaltigkeit legt Dieter Sauerbier bei den Särgen, die er überwiegend von einem Sarghersteller aus Hamm bezieht. Die meisten einfachen Särge, die heute verkauft werden, stammen aus Osteuropa. Diese verwendet er ungern.

Deshalb arbeitet Dieter Sauerbier zurzeit mit Nachdruck an einem speziellen Einäscherungssarg aus heimischem Fichtenholz. Das wichtigste Thema bei jeder Bestattung ist jedoch die Betreuung der Trauernden. Hier ist die jahrzehntelange Erfahrung des Hauses eine wichtige Basis. „Wir geben Ihrer Trauer Raum“, das ist der Leitsatz des Unternehmens. Daher haben Trauernde an jedem Standort



Bestattungshaus Thiele

Raiffeisenstr. 13 (Stammhaus) Telefon: 05252/44 22
33175 Bad Lippspringe

Bielefelder Str. 29
33175 Bad Lippspringe

www.bestattungen-thiele.de

Busdorfwall 16
33098 Paderborn

Telefon: 05251/688 89 40

Dr.-Rörig-Damm 92a
33102 Paderborn

Telefon: 05251/69 94 55
www.sauerbier-bestattungen.de

Endlich raus in die Stadt

und auf zum Autohaus Niggemeier.

Jetzt günstig leasen:
ab **185 €¹** mtl.

Volkswagen T-Cross Style 1.0 | TSI OPF, 81 kW (110 PS), Euro 6 AP, 6-Gang-Schaltgetriebe, Farbe: Ascotgrau

Ausstattung: Automatische Distanzregelung ACC, Licht-und-Sichtpaket, Radio „Ready 2 Discover“, Vordersitze beheizbar, Einparkhilfe, „Air Care Climatronic“, LED-Scheinwerfer, Leichtmetallräder „Chesterfield“ 17 Zoll u. v. m.

Volkswagen T-Cross Style Kraftstoffverbrauch* (NEFZ) in l/100 km: innerorts 5,8; außerorts 4,3; kombiniert: 4,8; CO₂-Emissionen kombiniert 110 g/km. Effizienzklasse B.



Unser Leasingangebot ¹ zuzüglich Zulassungskosten (159,00 €):	185,00 €
Monatliche Leasingrate ¹ :	27.155,00 €
Fahrzeugpreis ab Werk:	21.809,32 €
Nettodarlehensbetrag:	1.000,00 €
Sonderzahlung (z. B. „Young Driver“ Prämie ²):	2,51 %
Sollzinssatz (gebunden) p.a.:	2,51 %
Effektiver Jahreszins p.a.:	48 Monate
Laufzeit:	10.000 km
Jährliche Fahrleistung:	9.880,00 €
Gesamtbetrag:	

Volkswagen T-Roc Sport 1.5 | TSI OPF, 110 kW (150 PS), Euro 6 AP, 6-Gang-Schaltgetriebe, Farbe: Uranograu

Ausstattung: Fahrerassistenzpaket Plus, Blind Spot-Sensor, Lane Assist, Außenspiegel elektrisch anklappbar, Automatische Distanzregelung ACC, LED-Scheinwerfer, Sportsitze vorn, Leichtmetallräder „Kulmbach“ 17 Zoll, Vorbereitung Navigationsfunktion „Discover Media“, Klimaanlage u. v. m.

Volkswagen T-Roc Sport Kraftstoffverbrauch* (NEFZ) in l/100 km: innerorts 6,2; außerorts 4,7; kombiniert: 5,3; CO₂-Emissionen kombiniert 120 g/km. Effizienzklasse B.



Unser Leasingangebot ¹ zuzüglich Zulassungskosten (159,00 €):	215,00 €
Monatliche Leasingrate ¹ :	29.485,00 €
Fahrzeugpreis ab Werk:	23.835,62 €
Nettodarlehensbetrag:	1.000,00 €
Sonderzahlung (z. B. „Young Driver“ Prämie ²):	2,51 %
Sollzinssatz (gebunden) p.a.:	2,51 %
Effektiver Jahreszins p.a.:	48 Monate
Laufzeit:	10.000 km
Jährliche Fahrleistung:	11.320,00 €
Gesamtbetrag:	

* Die angegebenen Verbrauchs- und Emissionswerte wurden nach den gesetzlich vorgeschriebenen Messverfahren ermittelt. Seit dem 1. September 2017 werden bestimmte Neuwagen bereits nach dem weltweit harmonisierten Prüfverfahren für Personenkraftwagen und leichte Nutzfahrzeuge (Worldwide Harmonized Light Vehicles Test Procedure, WLTP), einem realistischeren Prüfverfahren zur Messung des Kraftstoffverbrauchs und der CO₂-Emissionen, typgenehmigt. Ab dem 1. September 2018 wird der WLTP schrittweise den neuen europäischen Fahrzyklus (NEFZ) ersetzen. Wegen der realistischeren Prüfbedingungen sind die nach dem WLTP gemessenen Kraftstoffverbrauchs- und CO₂-Emissionswerte in vielen Fällen höher als die nach dem NEFZ gemessenen. Dadurch können sich ab 1. September 2018 bei der Fahrzeugbesteuerung entsprechende Änderungen ergeben. Weitere Informationen zu den Unterschieden zwischen WLTP und NEFZ finden Sie unter <https://www.volkswagen.de/wltp>. Aktuell sind noch die NEFZ-Werte verpflichtend zu kommunizieren. Soweit es sich um Neuwagen handelt, die nach WLTP typgenehmigt sind, werden die NEFZ-Werte von den WLTP-Werten abgeleitet. Die zusätzliche Angabe der WLTP-Werte kann bis zu deren verpflichtender Verwendung freiwillig erfolgen. Soweit die NEFZ-Werte als Spannen angegeben werden, beziehen sie sich nicht auf ein einzelnes, individuelles Fahrzeug und sind nicht Bestandteil des Angebotes. Sie dienen allein Vergleichszwecken zwischen den verschiedenen Fahrzeugtypen. Zusatzausstattungen und Zubehör (Anbauteile, Reifenformat, usw.) können relevante Fahrzeugparameter, wie z. B. Gewicht, Rollwiderstand und Aerodynamik verändern und neben Witterungs- und Verkehrsbedingungen sowie dem individuellen Fahrverhalten den Kraftstoffverbrauch, den Stromverbrauch, die CO₂-Emissionen und die Fahrleistungswerte eines Fahrzeuges beeinflussen. Weitere Informationen zum offiziellen Kraftstoffverbrauch und den offiziellen, spezifischen CO₂-Emissionen neuer Personenkraftwagen können dem Leitfaden über den Kraftstoffverbrauch, die CO₂-Emissionen neuer Personenkraftwagen entnommen werden, der an allen Verkaufsstellen und bei der DAT Deutsche Automobil Treuhand GmbH, Hellmuth-Hirth-Str. 1, 73760 Ostfildern-Scharnhausen <https://www.dat.de/co2-1/> unentgeltlich erhältlich ist.

¹ Ein Angebot der Volkswagen Leasing GmbH, Gifhorner Straße 57, 38112 Braunschweig, für die wir als ungebundener Vermittler gemeinsam mit dem Kunden die für den Abschluss des Leasingvertrags nötigen Vertragsunterlagen zusammenstellen. Bonität vorausgesetzt. Angebot nur gültig für private Einzelkunden und/oder „Young Driver“, inklusive gesetzlicher Mehrwertsteuer und Selbstabholung (499,00 €) in der Autostadt. Angebote nur in Verbindung mit einem im Besitz befindlichen Volkswagen PKW, Volkswagen Nutzfahrzeug oder Fremdfabrikat, ausgeschlossen davon sind die Marken SEAT, CUPRA, ŠKODA, Audi und Porsche, des Käufers oder einer anderen Person mit gleicher Adresse gültig. Eine Anzahlungnahme oder Stilllegung des Fahrzeuges ist nicht erforderlich. Zum Zeitpunkt der Bestellung des Neufahrzeuges, muss das Gebrauchtfahrzeug mindestens 4 Monate auf den Neuwagenbesteller zugelassen sein oder ein Nachweis eines Leasingvertrages auf den Neuwagenbesteller (Einzelperson oder Firma) erbracht werden. Eine Durchgängigkeit der viermonatigen Haltedauer ist nicht erforderlich. Das Gebrauchtfahrzeug muss eine PKW-Zulassung (M1, M1G lt. Zulassungsbescheinigung Teil I Zeile „J“) haben/gehabt haben. Kunden, die die Fördermaßnahme „Young Driver“ in Anspruch nehmen, müssen kein Fahrzeugbesitz nachweisen. Alle Leasingangebote basieren auf einer jährlichen Fahrleistung von 10.000 km. Andere Laufzeiten und Fahrleistungen möglich. Wird die vereinbarte Gesamtfahrleistung um mehr als 2.500 km über- bzw. unterschritten, so werden für jeden Mehrkilometer 7,97 ct./km berechnet, beziehungsweise für jeden Minderkilometer 3,21 ct./km vergütet.

² „Young Driver“ erhalten bei Kauf eines Neufahrzeuges eine 1.000,00 € (brutto) Aktionsprämie, wenn die Fahrzeugbestellung spätestens am 21. Geburtstag des „Young Driver“ erfolgt. Folgende Konstellationen sind möglich: Zulassung auf den „Young Driver“, beziehungsweise einer volljährigen Person unter derselben Adresse, beziehungsweise einen Elternteil des „Young Driver“. Die verbindliche Bestellung muss nicht zwingend auf den „Young Driver“ lauten. Der Antrag auf Ausnahmegenehmigung Leasing ist daher nicht mehr erforderlich. „Young Driver“ sind junge Leute, die am Tag der Bestellung zwischen 16 und 21 Jahre alt sind. Stichtag für den Ablauf der Aktionsberechtigung ist damit der 21. Geburtstag. Die Prämie ist im oben genannten Angebot einkalkuliert.

Abbildungen zeigen Sonderausstattung gegen Mehrpreis. Angebot gültig bis 30.09.2021 oder solange der Vorrat reicht. Änderungen und Irrtümer vorbehalten.



NIGGEMEIER
Ihr Autohaus in Salzkotten

Ihr Volkswagen Partner
Autohaus Niggemeier GmbH & Co. KG
Geseker Straße 41, 33154 Salzkotten
Telefon 05258 9865-0
www.niggemeier.de