

LEBEN

Oktober 2021
Ausgabe 37

im Paderborner Land



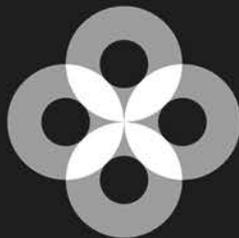
**KÜRBISFESTIVAL
BEGEISTERT BESUCHER**
FREIZEIT TIPPS

HERBSTLIBORI 2021
PATRONATSFEST



HERBSTPUTZ IM GARTEN
TIPPS FÜR DIE LETZTEN
HANDGRIFFE DER SAISON

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



HALLO HERBST!

**LIEBE LESERIN,
LIEBER LESER,**

freuen Sie sich auch auf den goldenen Herbst? Schöne Tage versprechen im Wandermonat Oktober perfekte Voraussetzungen für einen Ausflug in die Natur, wenn die Sonne das Laub in einer unglaublichen Farbenpracht zum Leuchten bringt. Alternativ kann man diese Kulisse natürlich auch vom Rad genießen. Lassen Sie sich von den aktuellen Angeboten der Region inspirieren. Ein Besuch des Kürbisfestivals in der Gartenschau Bad Lippspringe ist ein Highlight für Jung und Alt!

Ende Oktober wird es nach langen Monaten mit vielen Einschränkungen auch wieder ein HerbstLibori geben. Ein weiterer Schritt in die Normalität.

Freuen Sie sich auf die kulinarischen Köstlichkeiten dieser Jahreszeit, die traditionellen Wildgerichte, die jetzt auf den saisonalen Speisekarten zu finden sind. Deftige Braten, hausgemachte Klöße, Pilze, und jede Menge Kürbis-Spezialitäten gehören zum Herbst.

In der Wohnung wird es jetzt wieder gemütlich. Kerzen, und Kaminfeuer sorgen für einen entspannten Feierabend.

Wir wünschen Ihnen einen schönen Herbst und viel Vergnügen beim Lesen dieser Ausgabe!

Ihr Team vom

„LEBEN – im Paderborner Land“

HEGGEMANN MEDIEN GmbH

HERB LIBORI

03 | EDITORIAL

05 | BRÜDERKRANKENHAUS BAUT NEUE PFLEGESCHULE FÜR 500 AUSZUBILDENDE

06 | BUNDESFINALE DMM:

AK 16-Mädchen-Team des GC Paderborner Land in den Top Ten Deutschlands



07 | LAGE DER SCHWEINEHALTER ANGESPANNT

Beringmeier: „Landwirte brauchen Perspektiven!“

08 | HÖCHSTE SICHERHEIT FÜR SENSIBLE PATIENTENDATEN AUF DER INTENSIVSTATION

10 | LEONARDO BLEIBT IN DALHEIM

Beliebte Ausstellung zum letzten Abendmahl bis 02. Januar 2022 verlängert

12 | VORBEREITUNG IST ALLES - WANDERN, ABER SICHER

14 | TIERFIGUREN AUS PANZERBEEREN IM ZAUBERWALD

Kürbisfestival begeistert Besucher der Gartenschau

16 | FÜR EINE INTAKTE NATUR VOR DER HAUSTÜR

Jubiläumsfeier des Wasserverbandes Obere Lippe am Airport Paderborn-Lippstadt: 50 Jahre Hochwasserschutz in der Region

18 | IM FOKUS: FIRMEN AUS DER REGION

Raphael Risse - Bauen mit Holz
 Zaun-Kreisel GmbH
 Orthopädie-Schuhtechnik Lohmeier
 Sebastian Tofall - Gartenbau Tofall
 Stadtwerke Paderborn
 Claudia Heimann - Physio-Therapie & Cell-Re-Active-Training
 Dr. Ralf Köster Lippfisch
 proVITA - Ambulante Hauskrankenpflege
 Symann Hörgeräte
 Orthopädie-Schuhtechnik Vosen
 Bruno Kleine GmbH & Co. KG
 Altenpflegeheim St. Josef
 Optitherm Sander GmbH
 Leo Riske Immobilien
 Zahnsperre & More - Facharztpraxis für Kieferorthopädie

34 | SCHRITT FÜR SCHRITT GUTES TUN!

35 | „DEN MENSCHEN MIT RESPEKT UND RÜCKSICHTNAHME BEGEGNEN“

Tag der offenen Tür bei der Aidshilfe Paderborn

36 | GÜNSTIG, GESUND UND KLIMAFREUNDLICH: REGIONALE SUPERFOODS

38 | WIR L(I)EBEN LECKER

Nudelsalat mit Nusskern Mischung
 Selbstgemachtes Kräuter-baguette mit Haselnüssen
 Herzhafter Kaiserschmarrn
 Sweet Potato Peanut Soup

42 | RESTAURANT-TIPP

Italienische Rundreise Paderborn – Teil 1

44 | INDIAN SUMMER – DIE SCHÖNSTEN HERBSTFARBEN FÜRS ZUHAUSE

46 | JAHRES-SCHLUSSAKKORD IM GARTEN

Tipps für die letzten Handgriffe der Saison
 Herbstputz im Garten - Mit praktischen Tipps die Spuren des Sommers schnell beseitigen

52 | RENATURIERUNG DER LIPPE BEI PADERBORN-SANDE

53 | ERSTE SCHRITTE RICHTUNG ZUKUNFT

20 Paderborner Jugendliche starten mit Unterstützung der Heinz Nixdorf Stiftung in das Förderprogramm Studienkompass

54 | HERBSTLIBORI IN PADERBORN

56 | AUTOHERBST

Die Gefahr für Wildunfälle steigt wieder: Kfz-Versicherung springt in der Regel ein
 Den Reifenwechsel nicht verschlafen
 Bremsen, Reifen, Klimaanlage und Co.
 Gute Fahrt mit guter Sicht

60 | STIHL TIMBERSPORTS® DEUTSCHE MEISTERSCHAFT 2021

62 | KD-BANK-STIFTUNG FÖRdert DAS PROJEKT

„Gründung eines Gesundheitsfonds“ mit 3.000 Euro



Foto: zenturio1st/stock.adobe.com/Gothaer AG/akzo



BRÜDERKRANKENHAUS BAUT NEUE PFLEGESCHULE FÜR 500 AUSZUBILDENDE

Stefan Michel, stellv. Technischer Leiter des Brüderkrankenhauses, Architekt Tom Naujak, die Geschäftsführer der Schule für Pflege und Gesundheit Jörg Meyer (IN VIA Akademie Paderborn) und Christoph Robrecht (BBT-Gruppe), sowie die Schulleiter Vivian Seidensticker und Matthias Hansjürgens (v.l.) freuen sich über den Neubau.

Im zukünftigen Bildungsquartier an der Lise-Meitner Straße in der Nähe des Stadions setzte das Brüderkrankenhaus St. Josef Paderborn (BBT-Gruppe) den ersten Spatenstich für einen dreigeschossigen Neubau auf 2795 Quadratmetern. Einziehen wird die Schule für Pflege und Gesundheit Paderborn, die das Brüderkrankenhaus gemeinsam mit der IN VIA Akademie Paderborn betreibt.

Seitdem 2020 bundesweit die generalistische Pflegeausbildung eingeführt wurde, die Kranken-, Alten- und Kinderkrankenpflege in einer Ausbildung zusammenfasst, ist die Schule auf dem Campus des Brüderkrankenhauses St. Josef Paderborn kontinuierlich gewachsen. Während in der Vergangenheit „nur“ die eigenen 125 Pflegeschüler untergebracht werden mussten, bietet die 2019 in Kooperation mit der IN VIA Akademie Paderborn gegründete Schule ab 2022 rund 500 Ausbildungsplätze an.

6,3 Mio. Euro investiert die BBT-Gruppe in den Neubau. „Als im Mai 2020 eine Einzelförderung im Rahmen des Krankenhausgestaltungsgesetzes NRW für die Schaffung von Ausbildungsplätzen aus dem bundesweiten Krankenhauszukunftsfonds ausgelobt wurde, haben wir diese Chance sofort ergriffen und uns beworben“, berichtet BBT-Regionalleiter und Geschäftsführer der Schule für Pflege und Gesundheit Christoph Robrecht.

„Als klar war, dass wir die 5.508.000 Euro aus dem Fördertopf für die Schulerweiterung bekommen und neu bauen können, kam uns die Stadt Paderborn bei der Suche nach einem passenden Grundstück sehr entgegen und verkaufte der BBT-Gruppe das Grundstück in der Nähe des Stadions.“ An der Lise-Meitner Straße /Stedener Feld soll nämlich nach dem Wunsch der Stadtplaner zukünftig ein Bildungs- und Gesundheitsquartier mit Verpflegungs- und Erholungsmöglichkeiten entstehen. Die Schule in unmittelbarer Nähe der Haltestelle Stedener Feld wird

somit mit öffentlichen Verkehrsmitteln und dem Rad gut erreichbar sein.

„Uns liegt besonders am Herzen, ideale Lernbedingungen für unsere Auszubildenden zu schaffen“, versichert Schulleiter Matthias Hansjürgens, der gemeinsam mit seiner Kollegin Vivian Seidensticker eng in die Planungen einbezogen wurde. Das Konzept für den großzügigen Neubau, der vom Architekturbüro Naujack.Rind.Hof entworfen wurde, sieht neben rund 80 Quadratmeter großen Klassenräumen auch sogenannte Lerninseln und Kreativräume mit flexibler Möblierung vor, die das soziale Miteinander und die Gemeinschaft fördern. Auch in der zum Flur hin geöffneten Bibliothek und in den Gruppenräumen und Teeküchen steht das Miteinander im Vordergrund. „Transparenz und Offenheit als gelebte Werte im Schulalltag spiegeln sich in den innenarchitektonischen Details wider“, erklärt Vivian Seidensticker.

Wenn alles nach Plan läuft, ziehen im Herbst 2023 die Auszubildenden und das 30-köpfige Lehrerteam ein. Als Mieter wird auch die IN VIA Akademie das Gebäude für verschiedene Bildungsangebote nutzen.

Christoph Robrecht: „Wir begreifen diesen Neubau auch als Chance für die Zukunft, wir wollen unseren Beitrag dazu leisten, dem Fachkräftemangel in unserer Region entgegenzuwirken. Ich kann gesundheitsinteressierte junge Menschen nur ermutigen, den Weg in die Pflege zu wählen. Ein krisensicherer, flexibler Job mit vielen Karrierechancen.“

Die Schule für Pflege und Gesundheit Paderborn mit 495 Schulplätzen bietet für 60 Ausbildungsbetriebe im Kreis Paderborn, dem Altkreis Warburg und dem Hochsauerlandkreis die dreijährige theoretische Ausbildung zur Pflegefachfrau bzw. zum Pflegefachmann und die einjährige Ausbildung in der Pflegeassistenz an. Beide Ausbildungen sind sowohl in Voll- als auch in Teilzeit möglich.

Nähere Informationen unter www.pflegeschule-paderborn.de



Annette Reus, Elisabeth Fecke, Lilly Speer, Lisa Wittmann, Theresa Fecke, Madeleine Theissing, Roger Gallagher

BUNDESFINALE DMM:

AK 16-Mädchen-Team des GC Paderborner Land in den Top Ten Deutschlands

Salzkotten-Thüle. Das AK 16-Mädchen-Team des Golf Clubs Paderborner Land hat am Bundesfinale der Deutschen Mannschaftsmeisterschaften (DMM) teilgenommen – und das erfolgreich. Nach der überraschenden Vizemeister-Leistung beim Regionalfinale in Bochum folgte jetzt der herausragende achte Platz in Peine-Edemissen. Damit gehört die Mannschaft zu den Top Ten Deutschlands in ihrer Altersklasse.

Zum Team zählen die Spielerinnen Theresa Fecke, Elisabeth Fecke, Lilly Speer, Lisa Wittmann und als Ersatzspielerin Madeleine Theissing sowie Annette Reus, Betreuerin, und Roger Gallagher, Kapitän und Professional. Insgesamt hatten sich 15 Mannschaften qualifiziert.

Am ersten Spieltag stand das Spielformat „Foursome“ (mit zwei Teams) auf dem Programm. Lilly Speer und Theresa Fecke erzielten ein Ergebnis von 84 Schlägen, 12 über Par, Lisa Wittmann und Elisabeth Fecke verzeichneten 100 Schläge, 28 über Par. Das Highlight an diesem Tag war ein Birdie von Theresa Fecke: aus 55 Metern Entfernung direkt ins Loch 16.

Die Ergebnisse des zweiten Spieltages: Theresa Fecke 77 (+6), Lisa Wittmann 81 (+9), Elisabeth Fecke 87 (+15) und Lilly Speer 91 (+19). Am Ende konnten die Paderborner Mädels mit 61 über Par den achten Platz erobern – mit acht Schlägen Vorsprung vor dem Golf Club Hardenberg. Den ersten Platz belegte der Golf Club St. Leon-Rot (+3).

Roger Gallagher lobt die „konzentrierte Performance“ der Mannschaft auf dem herausfordernden Golfplatz in Peine-Edemissen. „Dieser flache Platz mit vielen ungeraden Bahnen und anspruchsvoll platzierten Seen und Bunkern muss sehr strategisch gespielt werden“, erklärt der Kapitän und Professional. Dabei habe den Mädchen nicht zuletzt die sorgfältige Vorbereitung durch die Proberunde am Vortag geholfen.

„Dass unsere AK 16-Mannschaft bundesweit so leistungsstark auftreten konnte, ist eine schöne Bestätigung unserer intensiven Jugendarbeit“, freut sich Sport-Vorstand Hartmut Knappe. Die umfassende Förderung der jungen Spielergeneration trage „erheblich zur Zukunftsorientierung und positiven Dynamik des Golf Clubs Paderborner Land bei“.

LAGE DER SCHWEINEHALTER

ANGESPANNT

Beringmeier: „Landwirte brauchen Perspektiven!“

Paderborn. Die Lage der Schweinebauern ist derzeit angeschlagen. „Die Erzeugerpreise liegen am Boden und ständig kommen neue Auflagen von Handel und Politik dazu“, erklärt Hubertus Beringmeier, Bauernpräsident und Vorsitzender des Landwirtschaftlichen Kreisverbandes Paderborn. „Die Landwirte kennen den Markt mit seinen Höhen und Tiefen seit Jahrzehnten.“ Doch dieses Preistal sei anders. Neben niedrigen Preisen würden gestiegene Kosten, die Afrikanische Schweinepest (die für den Menschen ungefährlich ist) in Deutschland, wegbrechende Märkte und vor allem fehlende Rahmenbedingungen hinzukommen.

Der Erzeugerpreis liegt aktuell bei nur 1,30 € für ein Kilogramm Schweinefleisch. „Die Kosten für die Erzeugung - wie höhere Futtermittelpreise - übersteigen deutlich die Erlöse“, verdeutlicht Beringmeier. Dazu komme eine extreme Verschiebung der Weltmärkte. „Das Problem liegt nicht in Deutschland, hier ist die Menge an Schweinefleisch seit Monaten rückläufig“, so der Vorsitzende. „Doch ausländische Ware drängt durch das Verschieben der globalen Märkte auf unseren deutschen Markt.“

Rund 390 Schweinehalter gibt es im Kreis Paderborn, davon rund 100 Sauenhalter. „Vor allem die Höfe, die Sauen halten, sind besonders stark betroffen“, sagt Beringmeier. Sie würden nicht nur unter einer stockenden Abnahme und niedrigen Preisen leiden. Ihnen

stehen zudem hohe Investitionen für gesetzliche Umbauten in den Ställen bevor.

Der Landwirtevorsitzende untermauert die Bereitschaft der Bauern für eine Weiterentwicklung in der Tierhaltung. Doch vieles könnten die Familien auf den Höfen nicht gleich von heute auf morgen stemmen. „Entscheidungen und Investitionen haben immer eine lange Tragweite“, betont Sauenhalter Josef Scholand aus Bad Wünnenberg Bleiwäsche. „Höhere Ansprüche an die Landwirtschaft kosten nun mal mehr Geld, für uns höheren finanziellen und bürokratischen Aufwand.“ Doch hohe Standards und Preise auf Weltmarktniveau passten nicht zusammen. Hinzu komme: Die heimischen Landwirte geraten im internationalen Vergleich wirtschaftlich eindeutig ins Hintertreffen.

„Uns fehlen verlässliche Rahmenbedingungen“, sagt Josef Scholand. Oft handele es sich um politische Scheinlösungen. So seien zum Beispiel Umwelt- und Tierschutz in Deutschland ein Zielkonflikt, mit dem die Bauern allein gelassen würden. Der Berufsstand fordert deshalb ein entschlossenes Handeln und Unterstützung und zwar auf allen Ebenen von Handel, Verarbeiter, Politik und Gesellschaft. „Wir brauchen das Bekenntnis des Handels zum hochwertigen deutschen Produkt“, untermauert Beringmeier, „das gilt für Milch- und Fleischprodukte gleichermaßen.“

Die Lage der Schweinebauern ist angespannt. Rund 390 Schweinehalter gibt es im Kreis Paderborn, davon rund 100 Sauenhalter. Besonders die Höfe, die Sauen halten, sind stark gebeutelt. Foto: Landwirtschaftsverband (WLIV)





Das Projektteam, das die trägerweite Plattform für sensible Intensivdaten an den Start gebracht hat: (von links) Andreas Heuser, PDMS-Beauftragter Katholisches Klinikum Koblenz-Montabaur, Jörg Lohmann, Projektleiter Philips, Markus Illigens Kaufmännischer Leiter Brüderkrankenhaus St. Josef Paderborn, PD Dr. med. Thorsten Meier, Chefarzt der Klinik für Anästhesiologie im Brüderkrankenhaus St. Josef Paderborn, Matthias Thömmes, PDMS Projektleiter Servicedienst BBT, Sascha Miks, Intensivpfleger und PDMS-Beauftragter Brüderkrankenhaus St. Josef Paderborn. Es fehlt: Thomas Dörr, PDMS-Beauftragter Krankenhaus der Barmherzigen Brüder Trier

HÖCHSTE SICHERHEIT FÜR SENSIBLE PATIENTENDATEN AUF DER INTENSIVSTATION

Ein digitales Patientendatenmanagementsystem auf einer neu geschaffenen trägerweiten Datenplattform sorgt für höchste Sicherheit und Transparenz auf der Intensivstation des Brüderkrankenhauses St. Josef Paderborn.

Alles begann mit einem Klick. Als Intensivpfleger Sascha Miks am 30. August um 6 Uhr morgens den „goldenen Knopf“ drückte, um sämtliche Daten, die von den Geräten an den 20 Betten der Intensivstation gesendet werden, auf die neue trägerweite Datenplattform der BBT-Gruppe umzuleiten, „ging ihm schon ein wenig die Duse“, wie er sagt. Doch die Nervosität war unbegründet. Alles lief wie am Schnürchen, völlig geräuschlos und im Hintergrund, unbemerkt von Ärzten und Pflegern auf der Intensivstation. So ist es häufig bei IT-Systemumstellungen. Es läuft gut, wenn niemand etwas bemerkt. Und doch ist das, was da im Hintergrund passiert, durchaus bemerkenswert. Nach rund 1,5 Jahren Vorbereitung durch Sascha Miks und seinen Kollegen aus der trägerweiten Projektgruppe ging ICCA in der neuen Systemumgebung an den Start. ICCA ist ein elektronisches Patientendatenmanagementsystem der Medizinproduktesparte von Philips und steht für „IntelliSpace Critical Care and Anesthesia“. Mit ICCA dokumentieren „Ärzte, Pflegende und Therapeuten auf der Intensivstation des Brüderkrankenhauses bereits seit April 2018. Sämtliche Vitalparameter, Überwachungsdaten und sonstige Werte werden direkt von den Geräten am Patientenbett, wie z.B. Infusomaten, Perfusoren und Beatmungsgeräten, an das System gesendet. Über weitere Schnittstellen werden Patientenstammdaten und Laborwerte übernommen. Das System generiert daraus Berichte, Reports für das Controlling und automatisierte Daten für die hochkomplexe Abrechnung mit den Krankenkassen.

Hinter der neuen Version, die jetzt im Brüderkrankenhaus an den Start ging, steckt jedoch noch mehr. Die Daten liegen nunmehr auf den zentralen hochgesicherten Servern des Krankenhausträgers, der BBT-Gruppe, genauer gesagt im Rechenzentrum Bad Mergentheim. Alle Krankenhäuser der BBT arbeiten demnächst auf derselben har-

monisierten Oberfläche, die von Sascha Miks und seinen Kollegen im Trägerverbund konfiguriert wurde.

Die Installation aus Trier, wo die Kollegen schon seit 2005 mit ICCA arbeiten, bildete die Basis für diese neue weiterentwickelte Variante. Das Paderborner Brüderkrankenhaus ist das erste Krankenhaus, das Ende August an das neue System angeschlossen wurde. Im März 2022 soll das Katholische Klinikum Koblenz-Montabaur folgen, anschließend alle weiteren Krankenhäuser der BBT-Gruppe.

Der Vorteil der BBT-weiten Installation und Anbindung an die Datendrehscheibe liegt zum einen in der Möglichkeit, die Dokumentation zu harmonisieren und Ressourcen zu bündeln, da sich die Oberfläche einfach auf andere Einrichtungen übertragen lässt. Zum anderen können die digitalen Patientenkurven automatisiert archiviert werden. So ist sichergestellt, dass die sensiblen Daten, für die der Gesetzgeber ja eine 30-jährige Aufbewahrungspflicht vorsieht, schnell und einfach abrufbar bleiben. „Wir sind froh, dass wir hier gruppenweit unsere Ressourcen bündeln können. Für ein einzelnes Krankenhaus ist es ein enormer finanzieller und organisatorischer Kraftakt, allen gesetzlichen Anforderungen zu sensiblen Patientendaten gerecht zu werden“, meint Markus Illigens, Kaufmännischer Leiter des Brüderkrankenhauses.

Mehrwert liegt in der Patientensicherheit

„Der größte Mehrwert des Systems liegt in der Patientensicherheit“, betont PD. Dr. med. Thorsten Meier, Chefarzt der Klinik für Anästhesiologie. Durch die exakte Aufzeichnung aller Parameter sei die Behandlung des Patienten absolut transparent und jederzeit nachvollziehbar. Wird ein Patient von der Intensivstation auf Normalstation verlegt, lässt sich ein Verlegungsbericht generieren, der direkt an das Krankenhausinformationssystem übermittelt wird, so dass alle weiterbehandelnden Ärzte und die Pflegenden sich sofort einen Überblick verschaffen können. Das System soll im nächsten Schritt auf die Anästhesie und den Aufwachraum erweitert werden.

SICHER IST ES ZU HAUSE AM SCHÖNSTEN

...das finden wohl die meisten Menschen, vor allem Ältere und Pflegebedürftige. Ihre gewohnte Umgebung ist ihnen in langen Jahren ans Herz gewachsen. Es ist daher nicht verwunderlich, dass ca. 95 Prozent der über 65-Jährigen zu Hause wohnen und nur fünf Prozent in Heimen leben.

In Gesprächen mit Seniorinnen und Senioren wird allerdings immer wieder deutlich, dass sich viele von ihnen im eigenen Heim nicht mehr sicher fühlen: Sie sorgen sich, weil sie aus gesundheitlichen Gründen auf Unterstützung angewiesen sind und befürchten, im Notfall keine Hilfe erreichen zu können. Der Gedanke, sich trotz aller Bindungen an die eigenen vier Wände in die Obhut einer Pflegeeinrichtung zu begeben, liegt dann nicht mehr fern.

Dabei gibt es eine Alternative, die ein unabhängiges Leben zu Hause möglich macht: Ein Hausnotrufsystem bringt die nötige Sicherheit! Rechtzeitig eingesetzt kann es verhindern, dass an

sich harmlose Stürze schwerwiegende Folgen haben. Außerdem garantiert es, dass im Notfall unverzüglich Hilfe kommt.

Was vielen nicht bekannt ist: Das Hausnotrufsystem ist ein anerkanntes Pflegehilfsmittel! Bei Pflegebedürftigkeit kann unabhängig vom jeweiligen Pflegegrad ein Antrag auf Kostenübernahme gestellt werden. Bei Antragsgenehmigung wird die monatliche Miete direkt mit der Pflegekasse abgerechnet. Aber auch Selbstzahler können ein Hausnotrufsystem für eine monatliche Miete von 25,50 EUR bekommen.

Das Vitakt-Basis-System kann mit allen derzeit am Markt befindlichen Telekommunikationsanschlüssen verbunden werden, die von den verschiedenen Telekommunikationsunternehmen angeboten werden. Neben dem klassischen Festnetz funktioniert es auch mit VoIP- oder Kabelanschluss. Das Vitakt-Vario-System benötigt lediglich eine Stromversorgung. Da es mit GSM-Technik arbeitet, funktioniert es unabhängig vom Telefonschluss.



Vitakt[®]
Hausnotruf

SCHÖN ZU WISSEN DASS JEMAND DA IST

Rückhalt und Hilfe auf Knopfdruck, wenn Sie es wünschen! Vitakt Hausnotruf steht für Verbundenheit und gibt Ihnen Sicherheit – **für ein selbstbestimmtes Leben zu Hause.**

- monatliche Miete 25,50 €, zum Monatsende kündbar
- Kostenübernahme durch die Pflegekasse möglich

GERNE BERATEN WIR SIE
KOSTENLOS UND UNVERBINDLICH:
0 59 71 - 93 43 53 ODER
info@vitakt.com

KULTUR- UND FREIZEITIPPS



*In der eindrucksvollen Atmosphäre der ehemaligen Klosterkirche setzt die Dalheimer Ausstellung "Leonardo. Das letzte Abendmahl" das weltberühmte Wandbild aus dem Kloster Santa Maria delle Grazie Mailand originalgetreu in Szene.
Foto: LWL/Katharina Kruck*

LEONARDO BLEIBT IN DALHEIM

Beliebte Ausstellung zum letzten Abendmahl
bis 02. Januar 2022 verlängert

Lichtenau-Dalheim (Iwl). Wer einen Blick auf ein Meisterwerk der Kunstgeschichte werfen möchte, hat dazu im ehemaligen Kloster Dalheim in Lichtenau (Kreis Paderborn) noch bis zum 2. Januar Gelegenheit. Das LWL-Landesmuseum für Klosterkultur, Stiftung Kloster Dalheim verlängert seine erfolgreiche Ausstellung "Leonardo da Vinci. Das letzte Abendmahl" in der mittelalterlichen Klosterkirche. Die Wandmalerei, die seit 1980 zum UNESCO-Weltkulturerbe gehört, kam als großformatige Reproduktion in Originalgröße nach Dalheim. Ursprünglich war die Ausstellung bis zum 21. November geplant.

Das letzte gemeinsame Mahl Jesu im Kreis seiner Jünger - auf einer Größe von 9 x 4,2 Metern hielt das Universalgenie Leonardo (1452-1519) diesen Augenblick in Mailand fest. Die aufwendig gefertigte Reproduktion nimmt die gesamte Westwandbreite der Dalheimer Klosterkirche ein. Auf 360 Quadratmetern Ausstellungsfläche führt die Schau durch die Entstehungsgeschichte, Komposition und Rezeption eines Schlüsselwerks der Kunstgeschichte und zeigt, warum es noch heute

zu den bekanntesten Gemälden der Welt zählt. "Diese Bilderwelt bietet unserem Publikum die einmalige Gelegenheit, die herausragende Darstellung dieses hochdramatischen Moments aus nächster Nähe auf sich wirken zu lassen", erläutert Museumsdirektor Dr. Ingo Grabowsky den Reiz der Ausstellung. "Während das Original in Mailand aus konservatorischen Gründen nur für fünfzehn Minuten besichtigt werden kann, können die Menschen hier in Ruhe und mit Muße in die Welt Leonardos eintauchen und die zahlreichen Details des Gemäldes erkunden." Maßgeblich für das Gesamtkonzept der Schau sei der Ausstellungsort, sagt Grabowsky: "Wir haben das große Glück, Leonardos Meisterwerk in der besonderen Atmosphäre der Klosterkirche präsentieren zu können. So wird auch der klösterliche Kontext des letzten Abendmahls spürbar." Ein kostenloser Audio-Guide sowie eine ausführliche Begleitbroschüre bieten umfassende Informationen zur Ausstellung. Beide sind im Museumsfoyer erhältlich. Öffentliche Führungen finden an Sonn- und Feier-



Mit dem Rallye-Büchlein gehen kleine Museums-gäste den Geheimnissen der Bilderwelt "Leonardo da Vinci. Das letzte Abendmahl" auf die Spur. Foto: LWL/ Katharina Kruck

tagen um 16.30 Uhr statt und dauern zirka 30 Minuten. Eine Anmeldung ist am jeweiligen Veranstaltungstag im Museum möglich. Die Kosten betragen 2 Euro pro Person. Gruppen können im Vorfeld ihres Besuchs ebenfalls eine Kurzführung (zirka 30 Minuten) für 20 Euro buchen.

Mit einer Rallye zur Sonderausstellung nehmen Familien "Das letzte Abendmahl" unter die Lupe: Ausgestattet mit einem Entdeckerbüchlein im Wert von vier Euro lösen Kinder im Alter von sechs bis zehn Jahren auf eigene Faust kleine Rätsel, entdecken falsche Räume, echte Typen, eine Diskussion ohne Worte und entlarven den Verräter im Freundeskreis Jesu. Die Rallye dauert ungefähr eine Stunde. "Wir freuen uns, die Bilderwelt Leonardos noch länger präsentieren zu können", erläutert Grabowsky. "Jetzt, wo das kulturelle Leben wieder Fahrt aufnimmt, möchten wir den Menschen im Kloster Dalheim die Möglichkeit eines einzigartigen Kunstgenusses geben."

Museumsbesuch in Zeiten von Corona

Angesichts der Corona-Pandemie setzen Landschaftsverband Westfalen-Lippe (LWL) und Stiftung Kloster Dalheim Sicherheits- und Hygienemaßnahmen um: Für den Besuch des Museums und des Klosterwirthauses ist der

Nachweis eines der "3 Gs" (geimpft, genesen, getestet) verpflichtend. Bei schulpflichtigen Kindern und Jugendlichen reicht das Vorlegen ihres Schülerscheins. In den Innenräumen muss ein Mund-Nasenschutz (OP-Masken oder Masken des Standards FFP2) getragen werden. Eine Voranmeldung sowie die Verpflichtung zur Angabe von Daten für die Rückverfolgbarkeit ist nicht erforderlich. Beim Führungsangebot gilt ebenfalls der Nachweis der "3 Gs". Die aktuell zulässige Gruppengröße liegt bei 19 Personen plus Museumsführer. Geimpfte und Genesene werden mitgezählt, Kinder unter 14 Jahren werden nicht gezählt.

Neue Laufzeit der Ausstellung

11.05.2021 bis 02.01.2022

Öffnungszeiten

dienstags bis sonntags sowie feiertags
10 bis 18 Uhr - montags geschlossen



Fahrrad MÖHRING
custombikes & more

Egal ob E-Bike, Lastenrad, Mountainbike 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



Abgesichert zum Gipfel: Die neue Lust am Wandern (Quelle: mauritius images / Westend61 RF / Uwe Umstädte)

KULTUR- UND FREIZEITIPPS

Wandern liegt voll im Trend, immer mehr Menschen zieht es raus in die Natur. So fand der Deutsche Wanderverband heraus, dass 90 Prozent der Wanderwege 2020 deutlich stärker frequentiert wurden. Gerade beim Wandern sind eine optimale Vorbereitung und Absicherung wichtig. Die Deutsche Vermögensberatung AG (DVAG) gibt Tipps, worauf Sie bei der nächsten Wanderung achten sollten und wie Sie sich absichern, falls doch etwas passiert.

VORBEREITUNG IST ALLES - WANDERN, ABER SICHER

Die richtige Planung

Jede Tour sollte im Vorfeld sorgfältig geplant und zeitlich abgeschätzt werden. Falls Sie allein auf Wanderung gehen, sollten Sie vorher jemandem Bescheid geben. Ebenso unverzichtbar ist ein Blick in die Wetter-App. Denn klar ist auch: Je länger und je höher es geht, desto eher schlägt das Wetter um und es wird mehr benötigt. Am wichtigsten ist das Schuhwerk: Wer länger unterwegs ist, für den sind Wanderschuhe unverzichtbar. Achten Sie außerdem darauf, passende Kleidung zu tragen und immer genügend Proviant, vor allem aber genügend zu trinken, einzupacken.

Wandern - am besten abgesichert:

Auch wenn es niemand hofft: Unfälle können immer geschehen. Um im Fall der Fälle abgesichert zu sein, empfehlen sich deshalb vor allem die folgenden Versicherungen:

Private Haftpflichtversicherung

Wer beim Wandern einen Unfall verursacht, haftet dabei für die Sach- oder Personenschäden anderer. Auch für Steinschläge oder Lawinen, die selbst ausgelöst wurden, können Wanderer haftbar gemacht werden. Eine private Haftpflichtversicherung sollten deshalb alle Wanderer in der Tasche haben.

Private Unfallversicherung

Da die gesetzliche Unfallversicherung in der Regel keinen Schutz für Freizeitunfälle bietet, sollte vor einer größeren Wandertour auf jeden Fall eine private Unfallversicherung abgeschlossen werden. Äußerste Vorsicht gilt bei Bergtouren. „Der Rettungseinsatz im Gebirge kann mit extremen Kosten verbunden sein, besonders wenn ein Hubschrauber ins Spiel kommt“, so die Experten der DVAG. „Die Leistungen sollten deshalb mit einer möglichst hohen Grenze versichert sein“. Bei einer guten Versicherung liegt diese bei mindestens 50.000 Euro.

Auslandsreisekrankenversicherung

Innerhalb Europas haben die gesetzlichen Krankenversicherungen eine Leistungspflicht. Da diese Pflicht jedoch nicht für Suche, Rettung, Bergung und Krankentransport gilt, können länderspezifische Mehrkosten bei Unglücken auf Wanderer zukommen. Die Experten der DVAG raten deshalb: „Leistungen, die über den gesetzlichen Umfang hinaus gehen, sollten mit einer privaten Auslandsreisekrankenversicherung geschützt werden.“ Ungeplante Krankenhausbehandlungen sind in den 27 EU-Staaten sowie Island, Liechtenstein, Norwegen und der Schweiz generell durch die Vorlage der Europäischen Krankenversicherungskarte sichergestellt. Für das außereuropäische Ausland ist eine zusätzliche private Auslandsreisekrankenversicherung ohnehin in jedem Fall sinnvoll.

Mit ausgedehnten Wäldern und vielen Seen, Teichen und Flüssen ist der Oberpfälzer Wald entlang der Grenze zwischen Bayern und Tschechien ein ideales Ausflugsziel für alle, die beim Wandern in traumhafter Kulisse ihren individuellen Lieblingsplatz entdecken wollen. Das digitale Natur-Navi unter www.oberpfälzerwald.de/naturnavi erleichtert die Touren-Planung.



Fotos: djd-k/Stadt Oberharz am Brocken/Jan Reichel



In und um das Biosphärengebiet Schwäbische Alb lockt eine markante Kulturlandschaft, die von alten Hangbuchenwäldern, mystischen Felsformationen und Kalkmagerrasen geprägt ist. Die malerisch gelegene Ruine Hohenneuffen mit ihrem Aussichtsrestaurant wurde bereits ab dem 15. Jahrhundert zur württembergischen Landesfestung ausgebaut. Beim Spaziergang auf den historischen Pfaden genießt man beeindruckende Rundumblicke. Und die leckeren schwäbischen Spezialitäten tragen zu einem rundherum genussvollen Aufenthalt bei. Tourentipps und Einkehrmöglichkeiten gibt es unter www.hochgehberge.de.

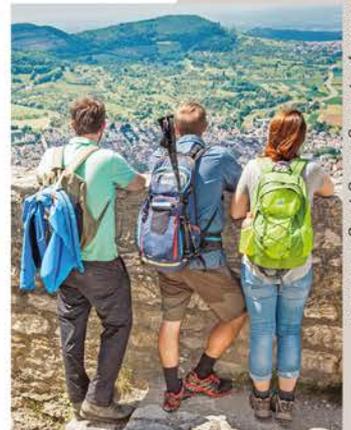


Foto: djd-k/hochgehberge/Angela Hammer

Die besten Tipps für kleine „Wandermuffel“ hat die Region Oberharz am Brocken zusammengestellt. In der Urlaubsregion in Sachsen-Anhalt warten erlebnisreiche Touren mit spannenden Etappenzielen. Mit elf Stempeln im Wanderpass werden Kinder zum Wanderprinzen und zur Wanderprinzessin gekrönt. Mehr Informationen sind unter www.oberharzinfo.de zu finden.



Wanderlust

Foto: djd-k/Schramberg Tourismus/Chris Keller



Foto: djd-k/Kraichgau Stromberg Tourismus/Fotostate/J. Bürgermeister



Ein außergewöhnliches Urlaubsziel: Der Naturpark Stromberg-Heuchelberg ist einer der kleinsten Naturparks in Baden-Württemberg und liegt mitten im Land der 1.000 Hügel. Die Landschaft mit ihren bunten Streuobstwiesen, tiefen Wäldern, idyllischen Weinbergen, Flüssen und Seen bietet Aktiven ein fabelhaftes Wanderterrain.

37 Paradiestouren warten im Kreis Rottweil im mittleren Schwarzwald auf Wanderfans. Einige der abwechslungsreichen Rundtouren sind als Premiumweg oder Qualitätsweg Wanderbares Deutschland zertifiziert. So auch die Tour Eschachtal Rottweil, auf der Wanderer das malerische Eschachtal mit seinen seltenen Pflanzen, Vögeln und Schmetterlingen kennenlernen. Da kommen auch die Kleinsten auf ihre Kosten. Viele Infos und Tourentipps gibt es unter www.rad-und-wanderparadies.de.



Andrea Mertens aus Marienloh (li.) und Wendelin Jelowik aus Bad Lippspringe haben die Kürbisse auf ihren Feldern angebaut und für die Gartenschau geliefert. Gartenschau-Geschäftsführerin Rihanna Rühmann (re.) freut sich über viele begeisterte Besucher. Fotos: Herbert Gruber.

TIERFIGUREN AUS PANZERBEEREN IM ZAUBERWALD

Kürbisfestival begeistert Besucher der Gartenschau

Bad Lippspringe. Auch in diesem Jahr startet die Gartenschau Bad Lippspringe mit einem farbenfrohen Kürbisfestival in den Herbst. Noch bis zum 31. Oktober strahlen zehn Groß-Skulpturen von heimischen Wildtieren, die aus Kürbissen zusammengefügt sind, mit dem Herbstlaub der Bäume um die Wette. Eichhörnchen, Hirsch, Specht, Eule, Hirschkäfer, Luchs & Co. wurden aus über 40.000 Kürbissen künstlerisch arrangiert. Infotafeln erklären insbesondere Kindern die Tiere. „Alle hier verwendeten Kürbisse sind essbar“, sagt Andrea Mertens aus Marienloh. Gemeinsam mit dem Obsthof Jelowik aus Bad Lippspringe hat sie den größten Teil der leckeren Riesenbeeren auf Feldern rund um Bad Lippspringe und Marienloh angebaut, geerntet und geliefert. Auch der kulinarische Aspekt der zunehmend beliebten Riesenbeeren kommt nicht zu kurz. An einem Verkaufsstand im Eingangsbereich können die besten Sorten erworben werden und es werden Tipps für leckere Rezepte gegeben. Gartenschau-Geschäftsführerin Rihanna Rühmann möchte mit dem diesjährigen Kürbisfestival an den großen Erfolg der Premiere im vergangenen Jahr anknüpfen. Die zum ersten Kürbisfestival gezeigten Dinosaurier-Figuren lockten rund 50.000 Besucher in die Ausstellung. Die in diesem Jahr aufgebauten Waldtier-Skulpturen stehen ihren prähistorischen Vorgängern jedenfalls nicht nach! Gartenfreunde und Feinschmecker holen sich auch in diesem Jahr wieder Tipps im Düental, wo eine Sortenausstellung mit rund 250 verschiedenen, teils skurrilen Kürbissen aus aller Welt mit ihrer Vielfalt begeistert. Wer es ganz genau wissen will, kann sich einer der

spannenden Führungen mit Andrea Mertens anschließen. Die Kürbis-Bäuerin kennt sich mit der Kultur und Verwendung der Panzerbeeren bestens aus.

Das Kürbisfestival wird auch in diesem Jahr von einer opulenten Veranstaltungsreihe begleitet: Suppenspektakel, Kürbis-Wiegemesterschaften, Kinder-Führungen, Rinderwurstessen, Kürbis-Schnitzen und eine furioses Halloween-Event sorgen dafür, dass keine Langeweile aufkommt.

Termine zum Kürbisfestival:

Sa, 09.10.2021 von 15:00-16:00 Uhr Kürbisführung
 So, 10.10.2021 ab 11:00 Uhr Rinderwurstessen
 Sa, 16.10.2021 von 15:00-16:00 Uhr Kürbisführung
 Sa, 23.10.2021 von 15:00-16:00 Uhr Kürbisführung
 So, 24.10.2021 ab 11:00 Uhr Schnitzmeisterschaft
 So, 31.10.2021 ab 14:00 Uhr Halloween

Öffnungszeiten

10. September bis 31. Oktober 2021 tägl. von 9:00 – 19:00 Uhr
 Eintritt Erwachsene (Einzelticket): 9,50 Euro, Kinder von 3 bis 17 Jahre:
 1 Euro

Familienticket: 10/15 Euro (mit ein/zwei Erwachsenen + eigenen Kindern oder Enkeln). Für Jahreskarteninhaber kostenfrei!

Weitere Informationen: www.gartenschau-badlippspringe.de

KULTUR- UND FREIZEITIPPS



Auch eine riesige Schnecke kriecht behäbig durch die Gartenschau.



Überall an den Wegen findet man stilvolle Kürbis-Arrangements.

Roms fließende Grenzen – Grenzüberschreitung am Limes

Archäologische Landesausstellung
Nordrhein-Westfalen

Unter dem Titel „Roms fließende Grenzen“ sind an fünf Standorten verschiedene Themenausstellungen zum Niedergermanischen Limes zu sehen. Im lippischen Landesmuseum Detmold wird die Entwicklung des Limes und dessen Auswirkung auf jene Bevölkerung gezeigt, die von den Römern als „Germanen“ bezeichnet wurde. Spannende Geschichten erzählen von grenzüberschreitenden Kontakten mit der römischen Provinz, der Konfrontation mit neuen Kulturelementen und gesellschaftlichen Veränderungen. Archäologische Funde aus allen Teilen Nordrhein-Westfalens, mit denen sogar kommuniziert werden kann, lassen eine neue Perspektive auf die jenseits der römischen Grenze lebenden Menschen zu.

24. SEPTEMBER 2021 BIS 27. FEBRUAR 2022

Lippisches Landesmuseum Detmold

Ameide 4 | 32756 Detmold

Dienstag bis Freitag 10.00 - 18.00 Uhr

Samstag, Sonntag und Feiertag 11.00 - 18.00 Uhr

www.lippisches-landesmuseum.de



ARCHÄOLOGISCHE LANDESAUSSTELLUNG NORDRHEIN-WESTFALEN

ROMS FLIESENDE GRENZEN

GRENZ- ÜBERSCHREITUNG AM LIMES

24.09.2021 –
27.02.2022

LIPPISCHES
LANDES-
MUSEUM
DETMOLD

www.roemer.nrw



LANDES
VERBAND
LIPPE

LWKULTUR
STIFTUNG

Ministerium für Heimat, Kommunen,
Bau und Gleichstellung
des Landes Nordrhein-Westfalen





50 Jahre Wasserverband Obere Lippe – von links nach rechts Volker Karthaus, Geschäftsführer des WOL, Christian Hesse, Verwaltungsleiter und kaufmännischer stellvertretender Geschäftsführer, Verbandsvorsteher des WOL, Landrat Christoph Rüter, Martin Hübner, technischer Dezernent des Kreises Paderborn und Vorstandsmitglied, Eva Irgang, Landrätin des Kreises Soest und stellvertretende Verbandsvorsteherin, Dr.-Ing. Frank Roland vom Dezernat „Oberflächengewässer“ der Bezirksregierung Detmold, Martin Lehmann, Betriebsleiter, technischer stellvertretender Geschäftsführer des WOL wollen gemeinsam die hier lebenden Menschen vor Hochwasser schützen und eine intakte Natur bieten Bildnachweis: Presse- und Öffentlichkeitsarbeit, Kreis Paderborn, Michaela Pitz

FÜR EINE INTAKTE NATUR VOR DER HAUSTÜR

*Jubiläumsfeier des Wasserverbandes Obere Lippe am Airport
Paderborn-Lippstadt: 50 Jahre Hochwasserschutz in der Region*

Kreis Paderborn (krpb). Als „Heinrichsflut“ ging die bislang schlimmste Hochwasserkatastrophe vom 16. Juli 1965 in die Geschichte des Paderborner Landes ein. 11 Menschen verloren ihr Leben, viele wurden verletzt, zahlreiche Existenzen vernichtet. Für die Region war diese furchtbare Erfahrung eine Initialzündung für die Erstellung und Umsetzung eines Hochwasserschutzkonzeptes. Für dessen Umsetzung wurde am 1. Februar 1971 der Wasserverband Obere Lippe (WOL) von den damaligen Kreisen Büren, Paderborn und Lippstadt gegründet, der in diesem Jahr seinen 50. Geburtstag feiert. Seine heutigen Mitglieder sind die Kreise Paderborn (75 %) und Soest (25 %). Der Verbandsvorsteher des WOL, Landrat Christoph Rüter konnte im Airport Forum am heimischen Flughafen Paderborn/Lippstadt viele Geburtstagsgäste und Wegbegleiter begrüßen, um gemeinsam 50 Jahre Hochwasserschutz in der Region Revue passieren zu lassen und gleichzeitig nach vorn zu schauen. Niemand habe bei der Planung des Jubiläums ahnen kön-

nen, wie brandaktuell das Thema Hochwasserschutz angesichts der verheerenden Hochwasserkatastrophe in NRW und Rheinland-Pfalz am 14. Juli werden würde, sagte der Landrat zu Beginn der Veranstaltung und rief zu einer Schweigeminute für die betroffenen Menschen auf. Rüter dankte allen im Kreis Paderborn für die „überwältigende Hilfsbereitschaft“, nicht nur in Form von Spenden. Unzählige Helferinnen und Helfer hätten vor Ort Hilfe geleistet und „Solidarität und Zusammenhalt“ bewiesen. Und nur zusammen könne es auch in Zukunft gelingen, in enger Kooperation mit allen Akteuren und den Kommunen, Leben, Hab und Gut der Menschen so gut wie möglich vor Hochwasserfluten zu schützen.

Der Paderborner Landrat bezeichnete die Entscheidung, den WOL zu gründen und dabei das gesamte Einzugsgebiet der oberen Lippe und später auch der Ems als Einheit zu betrachten, als klug und vorausschauend. Denn Hochwasser mache nicht an Kreisgrenzen

Hali. 1972 wurde mit dem Bau des ersten Hochwasserrückhaltebeckens „Krumme Grund“ in Paderborn begonnen. Mittlerweile betreibt der WOL 14 eigene Hochwasserrückhaltebecken und weitere 13 im Auftrag des Kreises Soest, der Stadt Paderborn und der Gemeinde Hövelhof. Insgesamt steht damit ein Hochwasserrückhaltevolumen von über 20 Mio m³ zur Verfügung, die von der Hochwasserzentrale in Büren im Verbund gesteuert werden. Bei Hochwasser werden die Wassermassen zunächst in den Becken gestaut und fließen dann kontrolliert wieder ab. Ziel sei es, alle Ortslagen vor einem so genannten hundertjährigen Hochwasser zu schützen, betonte Rüther. Fest stehe jedoch auch, dass man den „absoluten“ Schutz der Bevölkerung vor noch größeren Hochwasserereignissen nicht sicherstellen könne. Erst Recht nicht, wenn zu überschwemmten Flüssen noch urbane Sturzfluten dazu kämen. „Aber wir können die Menschen sensibilisieren, informieren und warnen, besonders in den gefährdeten Gebieten“, so Rüther. Dazu liefere der WOL den Krisenstäben und Leitstellen der Feuerwehren wichtige Niederschlags- und Pegelraten, die Entscheidungsgrundlage für die zu ergreifenden Hochwasserschutzmaßnahmen dienen.

Weitere Aufgaben des WOL sind die Unterhaltung und Renaturierung von 61 Bächen und Flüssen auf einer Länge von 510 km. Wenn Flüsse und Bäche sich wieder natürlich durch die Landschaft winden können und bei Hochwasser überschwemmen, binden sie nicht nur das Wasser in der Fläche, sondern entwickeln sich wieder zu einem Zuhause für die heimische Tier- und Pflanzenwelt. Rechtlich verbindliches Ziel der in 2000 in Kraft getretenen Europäischen Wasserrahmenrichtlinie ist es zudem, alle Gewässer in einen guten ökologischen Zustand zu versetzen. All diese verantwortungsvollen Aufgaben würden vom 14-köpfigen Team des WOL unter der Geschäftsführung von Volker Karthaus geleistet, betonte der Landrat: „Sie alle schützen die Menschen und unsere Natur. Dafür gebührt Ihnen unser herzlicher Dank“. Rüther dankte ausdrücklich auch der Bezirksregierung. Viele Projekte, wie zum Beispiel die Auenrenaturierung der Sauer im Hochwasserrückhaltebecken Sudheim, die Lippeauenrenaturierung am Tallehof, die Trotzbachrenaturierungen in Horn und Benninghausen, und nicht zuletzt die Herstellung der ökologischen Durchgängigkeit am Hochwasserrückhaltebecken Husen Dalheim inklusive Renaturierung der Altenau hätten nicht ohne die Fördergelder des Landes realisiert werden können, die von der Bezirksregierung zur Verfügung gestellt werden.

Der Paderborn Landrat lobte zudem die gute Zusammenarbeit mit dem Kreis Soest, die nicht nur in puncto Flughafen sondern auch Hochwasserschutz sehr gut funktioniere. Eva Irrgang, Landrätin des Kreises Soest und stellvertretende Verbandsvorsteherin des WOL, bekräftigte, dass hier ein Netzwerk mit Akteuren aus allen Fachdisziplinen entstanden sei, welches Probleme erkenne und Hand in Hand an Lösungen arbeite. Die Renaturierungsprojekte, auch wenn sie zu Beginn an „einen Truppenübungsplatz erinnern“, zeigten, was man erreiche, wenn man dem Wasser die Geschwindigkeit nehme. Das Ergebnis sei nicht nur schön anzusehen, sondern auch zweckmäßig und effektiv.

Dr. Frank Roland vom Dezernat Oberflächengewässer der Bezirksregierung Detmold resümierte, dass in den 50 Jahre WOL tatsächlich 50 Millionen Euro an Fördergeldern in den Hochwasserschutz und die Gewässerrenaturierung geflossen seien. Die Bezirksregie-

rung habe den WOL in all den Jahren als zuverlässigen Partner erlebt, dessen Planungen Hand und Fuß hätten. Er habe deshalb das Land gebeten, vorsorglich pro Jahr eine Million Euro zu reservieren, sagte er augenzwinkernd. Roland betonte, dass der bestehende Zusammenhalt und die gute Zusammenarbeit auch künftig gebraucht würden, um so ein essenziell wichtiges Thema wie den Klimaschutz gemeinsam voran zu bringen und „den hier lebenden Menschen eine intakte Heimat zu bieten“.

„Wir haben schon viel getan, und es gibt noch viel zu tun“, betonte Paderborns Landrat Christoph Rüther abschließend. Im Verbandsgebiet des WOL gebe es 510 km Flüsse und Bäche, davon 88 km in Ortslagen. Jeden Ort werde man sich regelmäßig ansehen, versicherte der Landrat. Genau wie der Hochwasserschutz sei auch die Renaturierung ein Langstreckenlauf, der schon einmal zu einem Marathon werden könne. Alle Beteiligten seien fest entschlossen, das alles tatkräftig anzugehen. Bereits einen Tag nach der Jubiläumsfeier findet ein Fachsymposium statt, um Arbeitsergebnisse der unterschiedlichen Fachdisziplinen zu diskutieren und sich weiter gemeinsam auf den Weg zu machen.

Weitere Infos inklusive einer Bildergalerie:
kreis-paderborn.de.

HOCHWASSERSCHUTZ UND RENATURIERUNG



Im Fokus:

FIRMEN AUS DER REGION

ERFOLGREICH & INNOVATIV

Heimische Betriebe rücken wieder mehr in den Fokus der Menschen, nicht zuletzt beim Thema Nachhaltigkeit. Häufig werden eine starke Firmenkultur und ein hohes regionales Verantwortungsgefühl mit diesen Betrieben verbunden. Auch im Paderborner Land finden Sie einen breit gefächerten Branchenmix an Unternehmen. Wir waren unterwegs und möchten Ihnen auf den folgenden Seiten einige vorstellen.

Darunter natürlich auch Familienunternehmen, deren Image sich in den letzten Jahren deutlich verändert hat, es gilt längst nicht mehr als angestaubt. Tradition und verantwortliches Handeln werden inzwischen als ein Ergebnis authentischen, nachhaltigen Planens wahrgenommen, das Stabilität und Qualität bringt. Familienunternehmen zeichnen sich häufig durch gelebte Nachhaltigkeit und ein faires, respektvolles Miteinander aus.

Übrigens: Laut einer Studie des Zentrums für Europäische Wirtschaftsforschung (ZEW) sind 93 Prozent aller Unternehmen in Deutschland eigentümergeführte Familienunternehmen. Rund 57 Prozent aller Arbeitnehmer sind hier beschäftigt und erzielen fast die Hälfte des Umsatzes aller Unternehmen.



RAPHAEL RISSE – BAUEN MIT HOLZ

EFFIZIENT UND NACHHALTIG IN DIE ZUKUNFT

Borchen. Der Erfahrungsschatz eines familiengeführten Unternehmens ist bei Raphael Risse Garantie für Qualität. Beste Handwerksleistungen, Termintreue und ein vertrauensvolles Verhältnis zu den Kunden stehen seit vielen Jahren für seinen guten Ruf, wenn es um alle Arbeiten mit dem Werkstoff Holz geht. Klassische Zimmerarbeiten wie Dachstühle, Dachgauben, Carports, Vordächer und Terrassenbeläge aber auch Dachdeckerarbeiten, Fassadengestaltungen und energetische Gebäudesanierungen gehören ins Portfolio des 12-köpfigen Teams aus Borchen. Der Ausbildungsbetrieb beschäftigt zurzeit auch drei Azubis.

Die Leidenschaft für das Holz wurde Raphael Risse in die Wiege gelegt. Schon als Kind erlebte er den Betrieb seiner Großeltern, den bekannten Holzbau Lippegaus. Im Jahr 2010 übernahm er das Unternehmen und führt es seitdem unter seinem Namen weiter.

Der große Trumpf im Hause Risse sind die mittlerweile reichhaltigen Erfahrungen im Holzrahmenbau. Auf diese Weise entstehen ganze Ein- und Mehrfamilienhäuser aus vorproduzierten Wandelementen. Die Vorabfertigung in der Halle garantiert schnellen und trockenen Aufbau sowie hohe Präzision. Für die Bauteile liegen alle bauphysikalisch notwendigen Berechnungen und statischen Nachweise bereits vor. Zudem garantiert der Holzrahmenbau ein hohes energetisches Niveau. Für die Effizienzhaus-Standards KWF 55 und KWF 40 können bei der KfW-Bank Fördergelder beantragt werden. Der nachwachsende Rohstoff Holz garantiert angenehmes Raumklima bei gleichzeitig exzellenter Dämmung. Raphael Risse bezieht fast ausschließlich Holzwerkstoffe von Holz aus heimischen Wäldern unter Vermeidung langer Transportwege. Somit hat jedes Haus, das in Holzrahmenbauweise entsteht, einen positiven, ökologischen Fußabdruck.

Wer sich für ein Haus in Holzrahmenbauweise von Raphael Risse entscheidet, hat die Wahl zwischen schlüsselfertiger Bauweise oder einem Ausbauhaus. Der flexible Werkstoff Holz erlaubt es nämlich vielen Bauherren, auch selber Hand anzulegen und durch Eigenleistungen den Gesamtpreis niedrig zu halten. Für das Ausbauhaus bietet Raphael Risse ein Basis-Paket an. Es enthält Planung, Entwurf, Statik und Bauantrag, das Fundament und den Keller, den Rohbau in Rahmenbauweise, die Fassadengestaltung – wahlweise in Putz, Klinker oder Holz sowie alle Außenfenster und Türen und das komplett eingedeckte Dach.

Zur Unterstützung der Eigenleistung übernimmt Raphael Risse die weitere Baubetreuung, den Rohbauabschluss sowie die Lieferung von Baumaterialien wie Dämmung, Rigips oder Holz direkt in das jeweilige Geschoss. Im neuen Bürogebäude in der Bachstraße 55 in Borchen, direkt am Betriebsgelände, werden interessierte Kunden individuell beraten. Egal ob schlüsselfertig oder Ausbauhaus - Raphael Risse bietet die passende Lösung für das neue Eigenheim.

RAPHAEL RISSE – BAUEN MIT HOLZ

Raphael Risse – Bauen mit Holz
Bachstraße 55 | 33178 Borchen
Tel.: 05251 1478402
E-Mail: info@raphaelrisse.de
www.raphaelrisse.de





SIE WOLLEN IHR GRUNDSTÜCK VOR UNERLAUBTEN EINTRITT BEWAHREN ODER DAFÜR SORGEN, DASS IHRE HAUSTIERE DEN GARTEN NICHT VERLASSEN KÖNNEN? DANN IST EINE EINFRIEDUNG DIE RICHTIGE WAHL.

ZAUN-KREISEL GMBH IN BAD LIPPSPRINGE

Profis für Zäune, Toranlagen, Carports & Co.

Bad Lippspringe. Echte Handwerksarbeit, professionelle Verarbeitung, und Langlebigkeit kann man von den Produkten von Zaun-Kreisel erwarten. Die Zaun-Kreisel GmbH ist Fachbetrieb für die individuelle Anfertigung von Zierzäunen, Toranlagen, Sichtschutz und Carports. Der Meisterbetrieb garantiert hochwertige Qualität sowie umfangreichen Service rund um Montage, Wartung und Reparatur. Schon im Jahr 1965 entstand Zaun-Kreisel als inhabergeführtes Unternehmen. Seit 1995 ist Zaun-Kreisel eine GmbH mit 50 erfahrenen Mitarbeitern.

DER WUNSCH NACH SICHERHEIT IST HÄUFIG GRUND FÜR EINE EINFRIEDUNG. Sie kann das Grundstück vor unerlaubtem Zutritt bewahren oder dafür sorgen, dass die eigenen Haustiere nicht auf

die Straße laufen. Zaun-Kreisel ist der richtige Partner und stellt verschiedenste Varianten von Einfriedungen zur Auswahl. Doppelstabzäune oder Zierzäune können auch mit Gabionen oder Sichtschutzelementen aus Aluminium oder Kunststoff verknüpft werden. Idealerweise ergänzt man eine professionelle Einfriedung mit einer elektrischen Toranlage. Die geschmackvolle Einfahrt und der Zugang zum Haus sind schließlich die erste Visitenkarte eines Grundstücks. Große, zweiflügelige Toranlagen werden vor allem bei Hof- und Grundstückszufahrten eingesetzt. Sie können zusätzlich mit einer integrierten Videoüberwachung und Gegensprechanlage ausgestattet werden. Neueste Version ist die Kopplung an ein modernes Smart Home System. Beleuchtungen und Schließsysteme können dann auch per Smartphone gesteuert werden.

WER AUF TERRASSE UND BALKON VOR NEUGIERIGEN BLICKEN GESCHÜTZT SEIN WILL, kann seinen Zaun auch nachträglich in einen Sichtschutz verwandeln lassen. Zaun-Kreisel bietet hierzu Aluminium-Profilsysteme, Sichtschutzzäune mit Kunststoffstreifen, Holz-Sichtschutzzäune oder Gabionen an. Für das Auto baut und montiert

Zaun-Kreisel Carports nach individuellen Wünschen. Unter den flexibel aufstellbaren Überdachungen finden neben Autos auch Zweiräder oder Gartengeräte einen sicheren Abstellplatz. Dabei bieten sich zahlreiche Gestaltungsmöglichkeiten. Zum Sortiment von Zaun-Kreisel gehören sowohl Varianten aus Stahl oder aus Holz. Soll der Carport an ein Haus angepasst werden, kann er zudem mit den gleichen Dachpfannen eingedeckt werden. Haus und Grundstück können von Zaun-Kreisel zu einem geschmackvollen, äußeren Erscheinungsbild gestaltet werden.



**ZAUN
KREISEL**
Zäune aller Art

www.zaun-kreisel.de



ORTHOPÄDIE-SCHUHTECHNIK-LOHMEIER

Wirksame Medizinische Systemeintragen

Bad Lippspringe. Im Oktober 1991, also vor 30 Jahren, eröffnete Stephan Lohmeier sein erstes Geschäft mit Werkstatt für Orthopädie-Schuhtechnik in Bad Lippspringe. Schnell war der damalige Standort in der Waldstraße zu klein und das Unternehmen zog in die Arminiusstraße 18-20 um. Seitdem wird es an diesem Standort in der Fußgängerzone am Rathaus als Fachgeschäft für Orthopädie-schuhstechnik geführt.

Orthopädische Schuhe werden hier individuell nach den Maßen des Fußes gefertigt und je nach Krankheitsbild werden in diese Schuhe die erforderlichen Hilfsmaßnahmen eingebaut. Neben der Fußbettung sind dies stützende oder entlastende Einbauteile. Dabei können orthopädische Schuhe, je nach Krankheitsbild, durchaus modisch aussehen. Viele Kunden haben angeborene Fußschäden, Fußprobleme können aber auch durch eine Verletzung oder durch Diabetes entstehen. Bei bestimmten Krankheitsbildern können Schuherichtungen an konfektionierten Schuhen durchgeführt werden.

Ein wichtiger Tätigkeitsbereich von Orthopädie-Schuhtechnik-Lohmeier sind Einlagen. Neben Kunststoff-Leder-Einlagen, Kork-Leder-Einlagen oder Weichpolster-Einlagen, die vor Ort handwerklich hergestellt werden, sind Jurtin-Systemeinlagen eine Spezialität im Hause Lohmeier. Im Umkreis von 50 Kilometer ist diese zukunftsweisende Einlagentechnik in OWL bei Orthopädie-Schuhtechnik-Lohmeier exklusiv im Angebot. Diese Einlagen werden am unbelasteten und korrigierten Fuß in Vaccumtechnik hergestellt. Ziel der Jurtin-Medical-Einlage ist es, dem ganzen Körper zu helfen. Der Fuß soll in seiner natürlich koordinierten Bewegung stabilisiert und unterstützt werden. Somit werden die Schuhe der Biomechanik des Fußes gerecht und sorgen für ein allgemein gesteigertes Wohlbefinden. Wichtig dabei ist die aktive Stand- und Abrollphase, aus ihr resultiert eine Stressreduktion im gesamten Bewegungsapparat. Neueste Erkenntnisse haben ergeben, dass Fußprobleme und die daraus resultierenden Auswirkungen häufig durch eine Fehlstellung des Fersenbeins verursacht werden. Durch Fehlstellung von Ferse und Sprunggelenk gerät dann die Körperstatik in Dysbalance. Die Jurtin-Medical-Systemeinlage richtet die Ferse auf und bringt so

den Körper wieder ins Lot. Als Absolvent der Bundesfachschule für Orthopädie-Schuhtechnik in Hannover hat sich Stephan Lohmeier stets weitgebildet. Er ist Inhaber des Zertifikates des Bundesinnungsverbandes zur Versorgung des diabetischen Fußes.

Zudem ist er Spezialist für Propriozeption in der Einlagenversorgung und besitzt Zertifikate für die orthopädische Zurichtung am konfektionierten Sicherheitsschuh der Firma Solor. Auch für die Anfertigung von Jurtin-System-Einlagen wurde ein Speziallehrgang absolviert.

Füße sind bei Stephan Lohmeier in besten Händen.



Foto: Jurtin-Medical



Orthopädie-Schuhtechnik-Lohmeier

Arminiusstr. 18-20
33175 Bad Lippspringe

Mo-Di und Do-Fr 9:00-13:00 Uhr und 14:30-18:00 Uhr
Mi nach Vereinbarung. Tel. 05252/53842



BLÜTENPRACHT FÜR VASE, BEET UND BALKON

Tofall's Blumenecke verwöhnt mit floralen Arrangements

In der Gartenschau-Stadt Bad Lippspringe ist Tofall's Blumenecke längst eine Institution. Denn schon 1954 gab es „Blumen Tofall“ in der Bielefelder Straße 15 an der Ecke zur Grüne Straße. Das im Jahr 2011 umgebaute und erweiterte Blumen-geschäft bietet seitdem unter neuem dem Namen „Tofall's Blumenecke“ geschmack-volle Floristik und Blumen-Arrangements für viele Zwecke. Ob als farbenfrohes Ge-schenk, Brautstrauß oder Trauerfloristik.

Blumen und Floristik mit Tradition

Am 1. Mai 1939 eröffnete das heute in dritter Generation von Sebastian Tofall geführte Unternehmen zunächst am Bad Lippspringer Marktplatz. Ab 1947 startete der Eigenanbau von Blumen und Gemüse in der Gärtnerei am Richtweg 18. Und diese Adresse ist bis heute bei Gartenfreunden mehr als ein Geheimtipp. Nach eigenen Wünschen kann man sich hier zum Beispiel seine Balkonkästen gestalten lassen und direkt mit dem Auto abholen. Selbstverständlich wird auch geliefert. Feierlichen Anlässen verpassen die Bad Lippspringer Floristen zudem den geschmack-vollen, feierlichen Rahmen. Hierzu werden Pflanzen auch verliehen. Ob Jubiläum, Geburtstag oder Hochzeit: das Team um Sebastian Tofall sorgt für die passende Dekoration.

Der Verkauf in der Blumenecke bietet den Kunden jahraus und jahrein eine Auswahl an Grünpflanzen sowie auch Orchideen und verschiedenste Zimmerpflanzen. Dazu gibt es ein großes Sortiment an Übertöpfen und Deko-Artikeln. Eine kleine, erlesene Weinauswahl komplettiert schließlich jedes Geschenk. Die zur Saison jeweils geeigneten Stauden, Beet- und Balkonpflanzen stammen größtenteils aus der eigener Anzucht von der Gärtnerei am Richtweg.

Garten- und Grabpflege vom Profi

Auch bei der Pflege des eigenen Gartens oder bei der grünen Visitenkarte von Firmen-Entrés gibt es Unterstützung: von der Rasenpflege bis zum Heckenschnitt. Bei der Um- und Neugestaltung von Gärten gehört selbstverständlich auch die Rasen-aussaat oder das Verlegen von Rollrasen und dessen Anwuchspflege dazu.

Trauerfloristik und Grabpflege sind seit vielen Jahren ein professionelles und viel geschätztes Angebot bei Tofall's Blumenecke. Individuell bedruckte Trauerschleifen für Kränze und Gestecke werden in warmen Farbtönen auf das jeweils ausgewähl-te Blumenarrangement abgestimmt. Fachlich qualifizierte Friedhofsgärtner kümmern sich um die Erstbepflanzung, Überholung oder Neuanlage von Einzel-, Doppel oder Urnengräbern sowie deren Dauerpflege.



Fotos: Herbert Gruber



Foto: Tofall's Blumenecke

Das aktuelle, floristische Angebot in den bunten Farben des Herbstes ist bestimmt durch Heidekraut und bunten Früchten von Beerensträuchern oder Zierkürbissen. Ab dem zweiten Adventswochenende startet an der Gärtnerei am Richtweg der Weihnachtsbaumverkauf.

Das beliebte Blumengeschäft in der Bielefelder Straße ist ein farbiger Blickfang. Schon von der gegenüberliegenden Straßenseite fallen die blühenden Auslagen ins Auge. Tofall's Blumenecke gewann in 2012 den Fas-sadenwettbewerb der Stadt Bad Lippspringe und ist für den Kurort bis heute eine geschätzte, florale Visitenkarte.

Tofall's Blumenecke
Floristik | Dienstleistungen
Gartenpflege | Grabpflege

Bielefelder Straße 15, 33175 Bad Lippspringe
Tel. 05252/4213
Mo.-Fr. 8:30-18:00 Uhr, Sa. 8:30-14:00 Uhr
Gärtnerei: Richtweg 18, Mo.-Fr. 9:00-17:00 Uhr
www.tofalls-blumenecke.de

ELEKTRISCH MOBIL IN DIE ZUKUNFT

Stadtwerke Paderborn sind optimaler Partner

Bild rechts: Der Elektrosmart ist für die Stadtwerke seit vier Jahren unterwegs und hat seine Tankstelle auf dem Firmengelände.

Foto rechts: Herbert Gruber

Paderborn. Elektroautos finden zunehmend neue Interessenten. Das spüren auch die Stadtwerke Paderborn, wenn es um die Nachfrage für Beratungen in Sachen e-Mobilität geht. „Noch vor einem halben Jahr hatten wir rund drei Beratungstermine pro Woche,“ resümiert Geschäftsführer Christian Müller: „heute kommen drei Leute an einem Tag!“ Und das Interesse steigt weiter. Um auf der Basis eigener Erfahrungen beraten zu können, haben die Stadtwerke Paderborn schon vor vier Jahren einen vollelektrischen Smart angeschafft, der seitdem als Dienstfahrzeug für das Unternehmen zuverlässig unterwegs ist. In Kürze bekommt der kleine Stromflitzer Gesellschaft: ein neuer HondaE steht auf der Beschaffungsliste. Die eigene Ladesäule auf dem Hof gibt es übrigens seit 2019.

Wer sich ein vollelektrisches Auto anschaffen möchte, benötigt eine sogenannte Wallbox. Denn das Aufladen mit dem 220-Volt Schuko-Stecker ist für ein Elektroauto allenfalls eine Notlösung. Der Ladevorgang dauert zu lange und belastet die Steckdose. Auch in Verbindung mit einer eigenen Solaranlage gelangt der Strom üblicherweise via Wallbox in den Auto-Akku. Als Alternative kann jedoch auch eine Steele montiert werden, wenn man zum Beispiel eine Wandisolierung nicht durchbohren will oder wenn das Auto nicht in der Garage, sondern auf dem Hof oder in einem Carport steht. Die Ladesäulen mit Edelstahlteilen werden übrigens in Paderborn gefertigt und tragen das Drei-Hasen-Logo. In Zusammenarbeit mit hiesigen Fachfirmen werden Wallboxen und Ladesäulen bei den Kunden montiert.

„Wann sich ein Elektroauto rentiert und wie es sich rechnet, dazu haben wir für die Kunden ein Tool entwickelt,“ erklärt Christian Müller. Unabhängig vom üblichen Stromtarif gibt es von den Stadtwerken Paderborn einen günstigeren Ladestromtarif. Dieser wird über einen getrennten Zähler abgerechnet und kann auch mit einer Wärmepumpe gekoppelt werden. Die Tarife für Wärmepumpe und Ladestrom sind identisch. Viele Wallboxen sind über die KfW-Bank förderbar. Ladestrom von den Stadtwerken Paderborn ist zu 100 Prozent Ökostrom.

Die Anschaffung seines E-Autos sollte man gut vorbereiten. Insbesondere, wer schon eine Photovoltaik-Anlage betreibt und noch keine Wallbox hat, muss bedenken, dass diese zurzeit längere Lieferzeiten haben. Oft steht dann das neue Auto schon in der Garage und kann

mangels Wallbox nicht vernünftig geladen werden. Doch auch in diesem Fall schaffen die Stadtwerke Paderborn mit Leihgeräten Abhilfe.

Ist man mit dem Elektroauto unterwegs, bekommt man bei den Stadtwerken Paderborn einen Ladeschlüssel. Damit kann man in Europas größtem Ladenetzwerk sein Auto an den Ladestationen der großen Anbieter auftanken. Ohne monatliche Grundgebühr oder Vertragsbindung. Bezahlt wird lediglich der Ladevorgang. Mit dem Ladeschlüssel kann man übrigens auch an Ladestationen auftanken, die das Laden per APP nicht unterstützen.



stadtwerke paderborn

Stadtwerke Paderborn

Rolandsweg 80
33102 Paderborn

Tel. 05251/185480
www.stadtwerke-pb.de

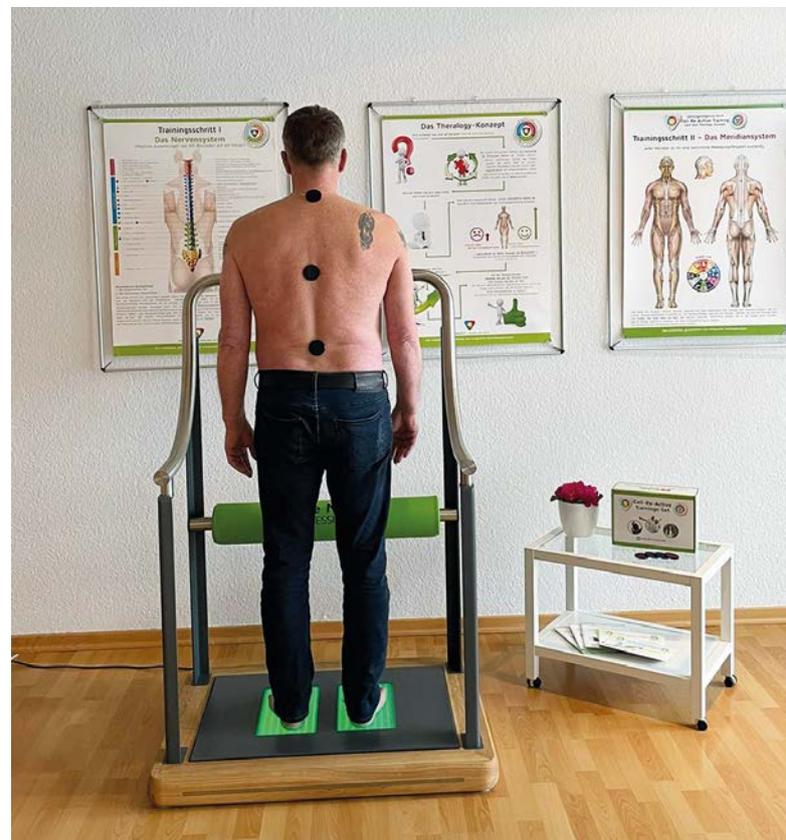
Claudia Heimann und Detlev Husemann
vor ihrer Praxis in Bad Lippspringe. Foto:
Herbert Gruber

CLAUDIA HEIMANN – PRAXIS FÜR GESUNDHEIT

Physio-Therapie und Cell-Re-Active-Training

Bad Lippspringe. Schon seit 20 Jahren arbeitet Physio-Therapeutin Claudia Heimann mit ihrem Praxis-Team in Bad Lippspringe. In zentraler Lage, am Marktplatz 7, garantieren perfekt ausgestattete Räume gute, barrierefreie Erreichbarkeit. Im Praxis-Team arbeiten zurzeit vier Therapeutinnen und Therapeuten zum Wohl der Patienten. Zwei weitere Fachkräfte kümmern sich um die Termine und den Empfang. Neben der klassischen Physio-Therapie, die durch Bewegungstraining, Massagen, Lymphdrainage und äußere Anwendungen die Bewegungs- und Funktionsfähigkeit des menschlichen Körpers wiederherstellt, verbessert und erhält, bietet Claudia Heimann auch ein neues Gesundheitstraining an. Die von dem bekannten Physio-Therapeuten und Forscher David Overbeck entwickelte Methode zielt darauf ab, auch bei chronischen Erkrankungen sowie akuten Traumen, z. Bsp. auch beim LongCovid Syndrom, die Gesundheit wieder herzustellen. Dabei steht die Reaktivierung inaktiver, traumatisierter Körperzellen im Fokus. „Gesunde Körperzellen arbeiten synchron zusammen und je besser diese Zusammenarbeit harmonisiert, desto stabiler sind die Körperfunktionen,“ erklärt Claudia Heimann: „Die Zusammenarbeit der Zellen kann nachhaltig gestört werden, wenn diese während ihrer aktiven Phase zum Beispiel einen mechanischen Schlag durch einen Unfall bekommen. Auch chemische Schläge durch Giftstoffe und emotionale Schläge, beispielsweise durch einen Schock, sind denkbar.“

Die geschädigten Zellen befinden sich nach dem jeweiligen Schlag in einer Art inaktivem Trance-Zustand. Das Cell-Re-Active-Training zielt darauf ab, die inaktiven Zellen zu finden, zu reaktivieren und durch gezieltes Training wieder nachhaltig in den Zellverbund zu integrieren. Denn der Leistungsverlust der traumatisierten Zellen muss von anderen Zellen kompensiert werden, was zu spürbaren Missempfindungen, Funktionsstörungen oder sogar zu Schmerzen führen kann. Neben akuten Traumen können mit dem Cell-Re-Active-Training aber auch chronische Erkrankungen, wie zum Beispiel Rheuma, Arthrose, Schlaganfall-Folgen, Multiple Sklerose oder Allergien erfolgreich behandelt werden. „Da nicht alle Zellen zugleich erreicht werden können, gehen wir Schritt für Schritt vor,“ erläutert Claudia Heimann: „häufig spüren die Patienten aber schon beim ersten Cell-Re-Active-Training, wie die Zellen wieder anfangen zu arbeiten. Je mehr Zellen des Körpers physiologisch reaktiviert werden, desto aktiver und gesünder fühlen sich die Patienten.“ Umfassende Informationen zum Cell-Re-Active-Training findet man im Internet unter: www.mehr-gesundheit-punktgenau.de



Die Zellbereiche des Körpers reagieren auf unterschiedliche Schwingungen. Der Move-Maker kann auf diese Unterschiede abgestimmt werden und die Zellen stabilisieren. Foto: Praxis Claudia Heimann



Claudia Heimann
Praxis für Gesundheit
Physio-Therapie &
Cell-Re-Active-Training

Marktplatz 7
33175 Bad Lippspringe
Fon 05252 930429
Fax 05252 931716

praxis-heimann@gmx.de
www.praxis-heimann.de

www.mehr-gesundheit-punktgenau.de



Familienbetrieb: Uta und Dr. Ralf Köster mit Sohn Leon an den Teichen in Bad Lippspringe



www.lippefisch.de



Frisch geräucherte Lachsforellen

Frische Forellen von Lippefisch Klares Wasser garantiert Qualität

Bad Lippspringe. Über 40 Jahre war Forellen-Müller im Kurort eine Institution. Deshalb waren viele Fischgourmets aus der Region traurig, als Reinhard Müller für seine Fischzucht zunächst keinen Nachfolger fand. Dr. Ralf Köster erfuhr aus der Zeitung von dem Problem und zögerte nicht. Im Juni 2019 begann der Schlänger, sich in die Sache einzuarbeiten, um dann ab Mitte 2020 mit regelmäßigen Öffnungszeiten in den Forellenverkauf einzusteigen. Aus Forellen-Müller wurde Lippefisch. Und das in doppelter Weise, denn der überzeugte Lipper hat seinem Logo die Lippische Rose hinzugefügt. Das klare Wasser, das in die Teiche der rund 1,5 Hektar großen Anlage fließt, bürgt für Qualität. Denn auf dem kurzen Weg von der Lippequelle bis zur Fischzucht gibt es noch keine Verunreinigungen. Und Forellen sind bekanntermaßen empfindlich, wenn es um die Wasserqualität geht. Kerngeschäft von Lippefisch sind fangfrische Regenbogenforellen und Lachsforellen. Die Regenbogenforellen werden mit einem Gewicht um die 350 g gefangen. Lachsforellen können es auf über drei Kilogramm pro Tier bringen. Beide werden auch geräuchert angeboten. Nicht nur Grillfreunde haben die Lachsforelle für sich entdeckt, denn die großen Fische machen richtig was her. **Regelmäßig werden auch die Bad Lippspringer Spitzenhotels damit beliefert.** Auch bei der Fleischerei Schröder in Schlangen findet man die Fische in der Auslage. Geräuchert wird immer mittwochs. Dann kann man die noch warmen Fische auch an den Teichen Auf der Mersch in Bad Lippspringe erwerben. Vakuumiert halten filetierte Räucherforellen ohne Probleme im Kühlschrank bis zu drei Wochen. Ohne die Unterstützung seiner Familie könnte Dr. Ralf Köster seine neue, fordernde Aufgabe sicherlich nicht wahrnehmen. Regelmäßig

sind Uta Köster und Sohn Leon mit auf der Anlage und der dreizehnjährige Junior scheint schon sehr genau zu wissen, was er später einmal werden will. Teiche und Fische sind „sein Ding“. Mit zum Team gehören auch Mitarbeiter Marc Kreft und Hund Jonny. Beide waren schon zu Forellen-Müllers Zeiten dabei. Kösters Lippefische werden behutsam gefüttert. „Manche Turbo-Züchter würden die Regenbogenforellen sicherlich auch in einem halben Jahr schlachtreif füttern,“ sagt Dr. Ralf Köster. Er gibt seinen Fischen mehr Zeit. Die fangfrischen Regenbogenforellen sind etwa ein Jahr alt, große Lachsforellen brauchen drei Jahre. Reifezeit, die man schmecken kann!

LIPPEFISCH :



Der LIPPESPRINGER

LIPPEFISCH
Auf der Mersch 29-31, 33175 Bad Lippspringe
Verkaufszeiten:
Mi-Sa 9:00-12:00 Uhr. Mi+Fr 14:00-17:00 Uhr

Anja Berners und ihre Mitarbeiterinnen sind mit acht Dienstfahrzeugen in Bad Lippspringe und Umgebung unterwegs. Foto: Herbert Gruber



PROVITA – AMBULANTE HAUSKRANKENPFLEGE

QUALITÄT UND MENSCHLICHKEIT

Bad Lippspringe. Im Oktober 1995 gründete Anja Berners die „ambulante Hauskrankenpflege proVITA“. Die examinierte Krankenschwester versorgt seitdem mit ihrem Pflegedienst kranke und pflegebedürftige Menschen in deren häuslicher Umgebung. Ziel ist es, diesen Menschen so lange wie möglich ein selbstbestimmtes Leben in ihren eigenen vier Wänden zu ermöglichen.

Das aus mittlerweile 20 Mitarbeiterinnen bestehende Pflegeteam setzt sich ausschließlich aus entsprechend qualifizierten Kräften zusammen. Mit einer Flotte von acht Dienstfahrzeugen sind Krankenschwestern, Altenpflegerinnen und Arzthelferinnen zu den Betreuten unterwegs. In Bad Lippspringe und Umgebung gehören die weißen pro-Vita-Flitzer mit dem grün-blauen LOGO längst zum Stadtbild.

„Die Nachfrage nach Pflegeleistungen ist groß!“ sagt Hubert Berners und lässt durchblicken, dass proVita an weiteren, engagierten Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern Interesse hat. ProVita ist Ausbildungsbetrieb. Zusammen mit den Fachseminaren für Altenpflege bekommen Menschen die Möglichkeit, sich für den Beruf in der Altenpflege zu qualifizieren. Anja Berners und ihr Team arbeiten eng mit Hausärzten, Krankenhäusern, sozialen Einrichtungen und allen Krankenkassen zusammen. Mit mehreren Partnern wurden Kooperationsverträge geschlossen, um den Kunden ein hohes Maß an Kompetenz und Leistungsvermögen zu sichern.

Zu den Betreuungsleistungen gehören zum Beispiel die hauswirtschaftliche Versorgung, Qualitätssicherungsbesuche, Urlaubs- und Verhinderungspflege, Grundpflege, Behandlungspflege und Pflegeberatung. In Zusammenarbeit mit dem Roten Kreuz bietet proVITA zudem einen Hausnotruf an. Per Knopfdruck können die Teilnehmer Sprechkontakt zur Notrufzentrale des DRK herstellen, wo geschulte Mitarbeiter sofort die erforderlichen Maßnahmen einleiten und nötigenfalls Arzt, Pflegedienst und Angehörige verständigen.

Alle von ProVITA angebotenen Leistungen können grundsätzlich von den Kranken- und Pflegekassen übernommen werden. In einigen Bereichen gibt es Höchstgrenzen oder es müssen gesonderte Genehmigungen beantragt werden. ProVITA hilft dabei mit einer detaillierten Kostenplanung und Beratung.

Seit einigen Jahren gehört auch die Arminius-Residenz in zentraler Lage von Bad Lippspringe zum Service. Das ehemalige Hotel stellt 18 Apartments zum betreuten Wohnen in einer Größe von 26 bis 44 Quadratmeter zur Verfügung. Die Mitarbeiter des Pflegedienstes sind dort an Werktagen mindestens vier Stunden im Haus. Hausmeister und Reinigungskräfte stehen zur Verfügung. Darüber hinaus gibt es hausinterne Freizeitangebote.



Die Arminiusresidenz bietet in zentraler Lage nahe der Fußgängerzone und der Gartenschau betreute Wohnapartments. Foto: Herbert Gruber



ProVITA –
Ambulante Hauskrankenpflege
Arminiusstraße 39
33175 Bad Lippspringe
Tel. 05252/940992
www.provita.org

arminiusRESIDENZ –
Leben mit Service
Arminiusstraße 39
33175 Bad Lippspringe
Tel. 05252/940842
www.arminiusresidenz.de



Das Team in Bad Lippspringe mit Jennifer Brandt, Martina Stümmeler, Ingrid Friedrich und Marion Meier (v.li.)

SYMANN HÖRGERÄTE IN BAD LIPPSRINGE

AUDIOTHERAPIE UND 3-D-LABOR

Bad Lippspringe. Seit 25 Jahren gibt es Symann Hörgeräte im Kurort. Weitere Standorte des 1993 in Lippstadt von Irmgard Symann gegründeten Unternehmens befinden sich in Bad Sassendorf und Rüthen. Das Bad Lippspringer Team mit Martina Stümmeler, Ingrid Friedrich, Marion Meier, Markus Wurm und Jennifer Brandt betreut Erwachsene und Kinder jeden Alters mit einer Hörschädigung oder Tinnitus und versorgt die Kunden mit dem jeweils geeigneten Hörsystem oder Gehörschutz.

Neuestes Mitglied im Hause Symann Bad Lippspringe ist Jennifer Brandt. Sie hat im Juni ihre Gesellenprüfung zur Hörakustikerin in Hamm erfolgreich abgelegt und verstärkt seitdem den Kader in der Arminiusstraße 13.

EINE BESONDERHEIT IST BEI SYMANN HÖRGERÄTE DIE EIGENE FERTIGUNG VON OHRPASSTÜCKEN, SOGENANNTER OTOPLASTIKEN. Diese werden mit einer innovativen 3D-Druck-Technologie hergestellt und ermöglichen die Berücksichtigung individueller Kundenwünsche. Die Otoplastiken sorgen für einen perfekten Sitz im Ohr und sehen zudem gut aus. „Ein Ohrstück darf auch ein Schmuckstück sein,“ sagt Martina Stümmeler. Die Hörgeräte-Akustikerin hat sich seit 2019 in die neue Technologie eingearbeitet und ermöglicht mit viel Freude, was Standardlabore nicht leisten können. Persönliche Verzierungen und sogar Schmucksteine können an der Otoplastik angebracht werden.

Manchmal reichen aber selbst gute Hörsysteme allein nicht aus; zum Beispiel wenn Sprechende in einer größeren Gesellschaft schlecht verstanden werden. Hier bietet Symann Hörgeräte Unterstützung durch Audiotherapie. „Dieses Alleinstellungsmerkmal wird in der Hörgeräteakustik leider viel zu wenig genutzt,“ sagt Ingrid Friedrich: „Mit der Audiotherapie, die man auch als Physiotherapie für die Ohren bezeichnen könnte, stellen wir die Verbindung zwischen Mensch und Technik her.“ Die Audiotherapie ermöglicht es den hörgeschädigten Menschen, die Vielzahl der Möglichkeiten, die das Hörsystem bietet, auch tatsächlich zu nutzen. Dabei gehen



Jennifer Brandt arbeitet seit Juni 2021 im Hause Symann



3D-Otoplastiken werden in einem modernen, eigenen Labor hergestellt.

die Therapeuten ganz individuell auf die verschiedensten Hör- und Verstehprobleme ein. Zum Gesamtpaket gehören bei Hörgeräte Symann aber auch Tinnitusbewältigung, Hörtaktik, Kommunikationstraining sowie Konzentrationsfähigkeit und Gedächtnisleistung. Auch Geräuschüberempfindlichkeiten können mit Hilfe der Audiotherapie bewältigt werden.

Hörgeräte Symann bietet ein Gesamtpaket, das es Hörgeschädigten ermöglicht, mit Freude am gesellschaftlichen Leben teilzuhaben.

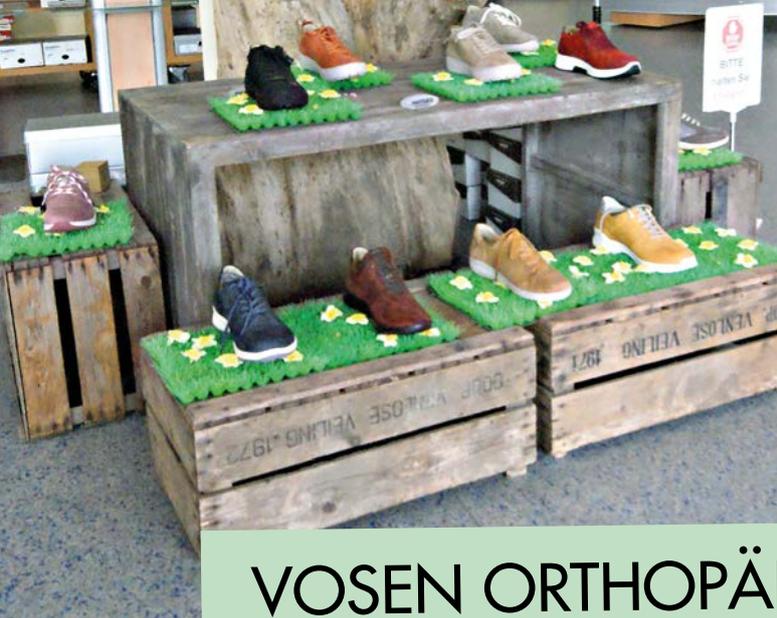
Wir sind für Sie da:

Montag - Freitag
09.00 - 13.00 Uhr und 14.00 - 18.00 Uhr

Hausbesuche nach Vereinbarung

Symann Hörgeräte
Arminiusstraße 13 • 33175 Bad Lippspringe
Telefon: 0 52 52 • 93 09 68

www.hoergeraete-symann.de



VOSEN ORTHOPÄDIE-SCHUHTECHNIK

Fachkompetenz für gesunde Füße

Paderborn. „Alles geht gut“ lautet das Motto bei VOSEN Orthopädie Schuhtechnik in Paderborn. In dem markanten Gebäude in der Widukindstraße 50 / Ecke Borchener Straße findet man auf 380 Quadratmeter ein Zentrum der Fußgesundheit. Seit dem Jahr

2001 ist der Betrieb hier ansässig, seit 2011 unter der Leitung von Jochen Runge. Handwerklich angefertigte, orthopädische Schuhe werden mit ansprechenden Designs und leichten Materialien verbunden. Man findet Schuhe, die nicht nur gesund und bequem sind sondern auch gut aussehen. Als Lieferant aller Kassen fertigt VOSEN Orthopädie Schuhtechnik in der eigenen Meisterwerkstatt moderne, orthopädische Maßschuhe und orthopädische Einlagen. Zudem werden jegliche Schuhreparaturen angeboten. Somit ist lange Freude an guten Schuhen garantiert.

Bei VOSEN Orthopädie Schuhtechnik nimmt man sich für gesundheitliche Fußprobleme Zeit. Auf Basis einer computergestützten Druckmes-

sung und der Analyse eines Beratungsgesprächs werden optimale Lösungen entwickelt. Diese Lösungen können maßangefertigte Schuhe, Einlagen oder Schuhzurichtungen sein, die individuell auf den Körper abgestimmt werden. „Nur wer aktiv wird, kann die Linderung seiner Probleme erfahren,“ sagt Jochen Runge.

Gerade Diabetiker können oftmals Überbelastungen und Druckstellen an den Füßen nicht spüren, weil die Schmerzempfindung herabgesetzt ist. Mit einer elektronischen Messsohle können diese Druckpunkte unter dem Fuß jedoch exakt bestimmt werden. Dieses Verfahren

nennt man Pedographie. Durch eine gezielte Druckentlastung der gefährdeten Stellen mit einer diabetesadaptierten Fußbettung kann eine Gefährdung der Füße erkannt und das Risiko der gefürchteten Druckläsionen gesenkt werden. VOSEN Orthopädie Schuhtechnik ist zertifizierter Betrieb des Bundesinventionsverbandes der Orthopädie-Schuhtechnik zur Versorgung des diabetischen Fußes.

Auch der Bewegungsapparat von Sportlern ist häufig Belastungen ausgesetzt, die auf Dauer zu Schäden führen. Typische Folgen können Achillessehnen und Knieprobleme sein. Die computergestützte Laufanalyse im Hause VOSEN Orthopädie Schuhtechnik bietet eine Auswertung des individuellen Laufverhaltens und wird mittels Videoaufzeichnung erfasst. Bei Fehlern im Bewegungsablauf kann eine Therapie gezielt und wirkungsvoll eingesetzt werden. So ist es mit neuester Computertechnik möglich, den richtigen Laufschuh zu finden. Die spezielle Software motionQuest erhebt zudem Daten wie Fußform, Beinstellung, Gang, Dehnfähigkeit, Kniestabilität und Gewicht und erstellt ein persönlich zugeschnittenes Dehn- und Kräftigungsprogramm, mit dem muskuläre Defizite abgebaut werden können. Eine Beurteilung des Laufstils hilft bei der Auswahl der richtigen Schuhe, die bei VOSEN Orthopädie Schuhtechnik in großer Auswahl zur Verfügung stehen.



Orthopädie-Schuhtechnik

VOSEN

...alles geht gut.

Borchenerstr./Ecke Widukindstr.50
33098 Paderborn

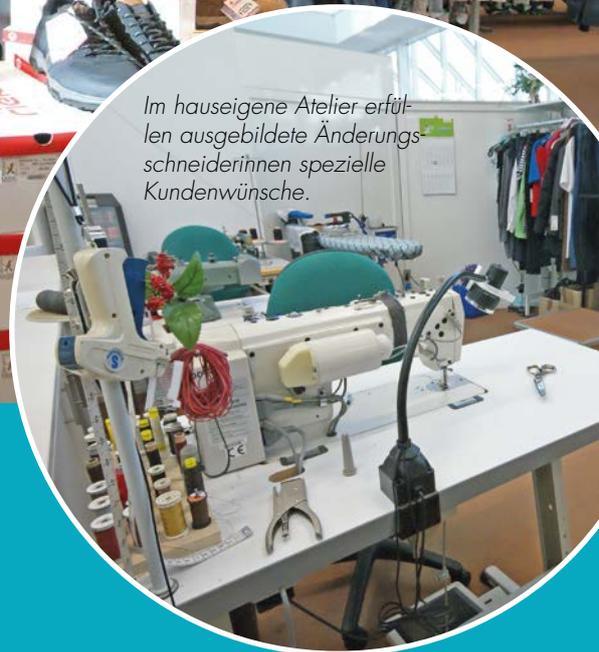
Fotos: Hermann Gruber



www.allesgehtgut.de



Über 1700 Quadratmeter ebenerdige Verkaufsfläche mit mehr als 50.000 Artikeln bieten eine Riesenauswahl für den barrierefreien Einkauf. Fotos: Herbert Gruber



Im hauseigenen Atelier erfüllen ausgebildete Änderungsschneiderinnen spezielle Kundenwünsche.

EINKAUFSERLEBNISSE BEI BRUNO KLEINE

MODE IN RIESIGER AUSWAHL

Paderborn. Seit 25 Jahren gibt es das Modehaus Bruno Kleine am Frankfurter Weg. Das markante, weithin sichtbare Gebäude umfasst 1700 Quadratmeter Verkaufsfläche und bietet ganzjährig preisgünstige und trotzdem wertige Kleidung für die ganze Familie. Paderborn ist eines von 15 Bruno-Kleine-Häusern in Nordrhein-Westfalen und Niedersachsen. Schon 1976 wurde das Unternehmen in Marienfeld bei Harsewinkel gegründet. Auf Studienreisen in die USA ließen sich die beiden Unternehmensgründer Bruno Kleine und Hans-Josef Leewe von den Glaspalästen Amerikas inspirieren. Das Unternehmen Bruno Kleine beschäftigt heute rund 480 qualifizierte Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Ein großes Angebot an Eigenmarken und bekannten Labels, wie Tom Taylor, Street One, Olsen und Rabe erfüllt Modewünsche jeglicher Art für Damen, Herren und Kinder. Auch Schuhe gehören zum Sortiment. Über 200 kostenfreie Parkplätze rund ums Haus und das im Gebäude ebenfalls ansässige Kinder-Indoor-Spielparadies „Pader-Bini-Land“ garantieren entspanntes Einkaufen genauso wie klimatisierte Räume, Barrierefreiheit und geräumige, abschließbare Anproben. Allein im Paderborner Modehaus stehen mindestens 50.000 Kleidungsstücke zur Auswahl. Sollte deshalb die Anprobe mal etwas länger dauern, gibt es für wartende Partner eine Ruhezone mit kostenlosen Zeitungen. Herrenanzüge können übrigens im Baukastensystem zusammengestellt

werden. Hose und Jackett in unterschiedlichen Größen oder in verschiedenen Designs können kombiniert werden. Alle Sortimente decken ein breites Größenspektrum ab. So gibt es Damenblusen bis Größe 54, Oberhemden bis Kragenweite 50, Anzüge in Kurzgrößen von 24 bis 32, Normalgrößen von 44 bis 64 und Langgrößen von 88 bis 114. Dies alles ohne Übergrößenzuschlag bei Damen und Herren. Was trotzdem nicht perfekt passt, wird bei Bruno Kleine passend gemacht! Ein hauseigenes Änderungsatelier erfüllt mit ausgebildeten Fachkräften Kundenwünsche. Einfache Änderungen wie zum Beispiel das Kürzen von Hosen oder das Ändern der Bundweite wird oftmals noch am gleichen Tag erledigt. Die Bruno-Kleine-Modehäuser sind Ausbildungsbetriebe. Berufe wie Änderungsschneider/-in, Verkäufer/-in, Kaufmann/Kauffrau für Büromanagement und Einzelhandelskaufleute werden hier ausgebildet. So können auch in Zukunft alle Kunden garantiert stets fachgerecht beraten und betreut werden.

Herren-Anzüge können nach dem Baukastensystem zusammengestellt werden und natürlich gibt es dazu auch den passenden Schlips.



BRUNO KLEINE GMBH & CO. KG

Frankfurter Weg 11 | 33106 Paderborn

Tel.: 05251 750355 | Fax: 05251 750356

Mail: info@bruno-kleine.de

www.bruno-kleine.de

Mo - Fr: 9:30 - 18:30 Uhr, Sa 9:00 - 16:00 Uhr



ALTENPFLEGEHEIM SANKT JOSEF

Ganz nah in Bad Lippspringe

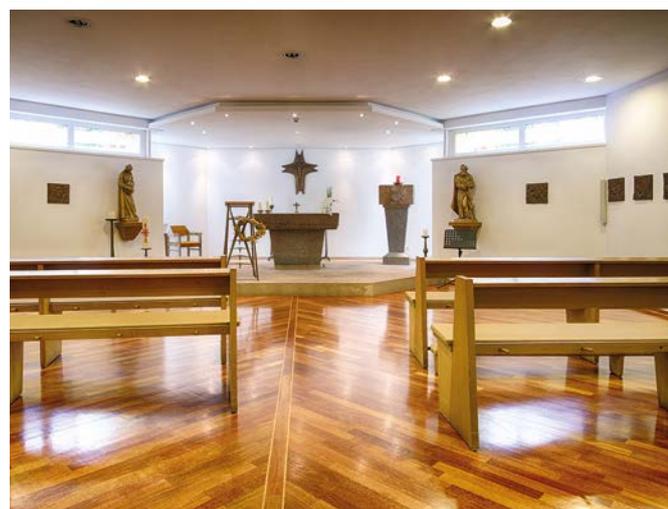
Bad Lippspringe. Das Altenpflegeheim Sankt Josef bietet seinen Bewohnern in ruhiger Lage gemütliche Räume für Gespräche und gesellige Mußbestunden. Das Anwesen von rund einem Hektar Größe umfasst einen herrlichen Park zum spazieren gehen und träumen. Eigene Hühner und eine Vogelvoliere mit Nymphensittichen und Wellensittichen laden zum Beobachten der Tiere ein. Die 80 Wohnplätze des Hauses verteilen sich auf zwei Wohnbereiche. Sie liegen an Wegen, deren Namen man auch aus dem Bad Lippspringer Stadtplan kennt: Nelkenweg, Rosenweg, Veilchenweg, Tulpenweg oder Amselweg, Drosselweg, Starenweg und Finkenweg. Man darf sich hier zu Hause fühlen.

Die Einrichtung im Verbund des VKA, dem Verein katholischer Altenhilfeeinrichtungen im Erzbistum Paderborn e.V. befindet sich im Eigentum der katholischen Kirchengemeinde Sankt Martin in Bad Lippspringe. Kirche und Pfarrbüro liegen in unmittelbarer Nähe. „Das Leben und Wohnen soll auch im hohen Alter so normal wie möglich sein!“ sagt Einrichtungsleiterin Claudia Wendt: „Um sich eine private und wohnliche Atmosphäre zu schaffen, können unsere Bewohner eigene Kleinmöbel und liebgewonnene Einrichtungsgegenstände mitbringen und deren Platzierung nach eigenen Wünschen bestimmen.“

Orientiert am ökumenischen, christlichen Menschenbild, bietet das Altenheim Sankt Josef seinen Bewohnern eine Vielzahl von Veranstaltungen und Beschäftigungsmöglichkeiten an. Aktive Gruppenstunden, Ausflüge, Spaziergänge, Projektstage, Feste im Jahreskreis, persönliche Feiern, Konzerte, Kurparkbesuche oder die Teilnahme am Seniorentanz. Die Kirchengemeinde Sankt Martin engagiert sich zudem mit Seniorennachmittagen, Seniorenfreizeiten oder Kirchenkonzerten beim Pfarrfest.

Sämtliche Zimmer des Hauses sind mit Notrufanlagen, alten- und behindertengerechten Bädern und Pflegebetten ausgestattet. Sie sind zwischen 14 und 16 Quadratmeter groß. Wer die ärztliche Betreuung übernehmen soll, bestimmen die Heimbewohner jeweils selbst. Senioren, die aus der Region kommen, können somit ihrem Hausarzt treu bleiben. Für die Heimversorgung mit Medikamenten gibt es einen Vertrag mit einer ortsansässigen Apotheke.

Im Wohnbereich des Altenpflegeheims befindet sich ein Frisörsalon. Alle Mitarbeiterinnen, Angehörige, Betreuer und Ärzte, Gäste und Lieferanten stehen in einem freundschaftlichen Verhältnis und in guter Kommunikation zu den Bewohnern. Junge Menschen, die das Team des Altenpflegeheims St. Josef in der Pflege, Betreuung, Hauswirtschaft oder Verwaltung verstärken möchten, sind herzlich eingeladen, sich um einen Ausbildungsplatz zu bewerben. Trotz ruhiger Lage erreicht man, vom Altenheim kommend, schon nach 200 Metern Fußweg die Pfarrkirche Sankt Martin und das Pfarrheim. Nur 400 Meter sind es bis zum Marktplatz und zum Kurpark. Hier beginnt auch die Fußgängerzone mit ihren Geschäften und Cafés.



 **Altenpflegeheim**
St. Josef *Bad Lippspringe*

Altenpflegeheim St. Josef
Josefstr. 1, 33175 Bad Lippspringe
Tel. 05252 / 96640

www.Altenpflegeheim-St-Josef.de

Fotos: Altenpflegeheim St. Josef



OPTITHERM SANDER GMBH

WELTEN AUS GLAS UND METALL

Borchen. Liebhaber moderner und funktioneller Designs aus Glas finden bei OPTITHERM Sander im Gewerbepark Borchen den richtigen Partner. Das Unternehmen hat sich auf innovative Lösungen im Glasbereich und im Leichtmetallbau spezialisiert. Fenster und Ganzglastüren, transparente Treppengeländer oder ganze Wände aus Glas lassen Räume groß erscheinen. Die Spezialisten für Flachglas erweitern den Wohnbereich auch durch mondäne Wintergärten. Bei schlechtem Wetter gefühlt im Garten zu sitzen bringt Lebensgefühl und auch aus energetischer Sicht sind Wintergärten eine sinnvolle Anschaffung. Ganzglas-Duschkabinen nehmen auch kleinen Badezimmern die Enge. In vielen Bereichen steigert Glas das räumliche Empfinden.

Ein Besuch der 180 Quadratmeter großen Ausstellung im Borchener Gewerbepark zeigt neueste Trends im Glasdesign und die dazu passenden Beschlagsmuster wie Türgriffe, Scharniere oder Zierbeschläge. Die Kompetenz des Teams mit rund 50 Mitarbeitern zeigt sich jedoch nicht nur bei Neubauten. Auch Glasreparaturen werden schnell und fachgerecht ausgeführt. Dabei ist der Werkstoff Glas heute ausgesprochen strapazierfähig. Der Austausch älterer Einfach- oder Doppelverglasungen durch besser dämmende Isoliergläser hilft zudem beim Energie sparen.

Bei Glasbruch bietet OPTITHERM Sander zudem einen 24 Stunden Notdienst an. So sorgt eine neue Verglasung schnell wieder für den nötigen Durchblick – vor allem bei defekten Schaufensterscheiben ist zügiger Service besonders wichtig.

OPTITHERM Sander plant und baut auch Vordächer, Carports, Terrassen- und Innenhofüberdachungen. So kann man jederzeit dem Wetter ein Schnippchen schlagen!

Neu im Angebot sind bei OPTITHERM Sander Trinkhalme aus Glas made in Borchen. Denn Umweltschützer schlagen Alarm: schon jetzt belasten 150 Millionen Tonnen Plastikmüll unsere Weltmeere. Mit Glastrinkhalmen by OPTITHERM entscheidet man sich bewusst für einen ökologischen Weg und eine umweltbewusste Zukunft. OPTITHERM-Glastrinkhalme sind nicht nur wiederverwendbar, sondern auch recycelbar und lassen sich über den Hausmüll entsorgen. OPTITHERM-Glastrinkhalme haben einen optimalen, ökologischen Fußabdruck: sie reisen nicht mit dem Schiff aus Ostasien nach Deutschland, sondern sie sind Made in Borchen. Für die notwendige Hygiene bei der Wiederverwendung gibt es übrigens praktische Reinigungskörbe für die Spülmaschine. Dies wissen vor allem auch Gastronomen zu schätzen. Die transparenten Glastrinkhalme gibt es in farblosem, klarem Design sowie in ansprechenden Farben. Mehr dazu findet man unter www.glastrinkhalme.de und im Onlineshop unter www.glastrinkhalme.shop

Fotos: Optitherm



Innovativ in Glas + Metall

OPTITHERM SANDER GMBH

Robert-Bosch-Straße 12-18 | 33178 Borchen
Tel.: 05251 691880-0 | Fax: 05251 691880-9
Mail: info@optitherm.de
www.optitherm.de





Häuser und Wohnungen im Großraum Paderborn

Leo Riske Immobilien berät mit 20-jähriger Tradition

Bad Lippspringe. Eine Immobilie zu verkaufen oder zu kaufen ist eines der größten Geschäfte im Leben der meisten Menschen. „Wir wollen unsere Kunden so beraten, dass sie sich nach einem Termin mit uns besser fühlen als vorher!“ sagt Stephan Fast. Als Inhaber von Leo Riske Immobilien führt dieser das Unternehmen hinter den historischen Mauern des alten Postamtes in Bad Lippspringe. Die Suche nach einer geeigneten Immobilie oder deren Verkauf ist oft mit Emotionen verbunden. Deshalb erscheint die fachliche Begleitung von Immobiliengeschäften durch einen professionellen Makler sinnvoll, auch wenn es um die Bewertung des Objektes geht. Sowohl der Markt für Wohnungen als auch der für Häuser und Grundstücke ist angespannt. „Gute Objekte vermitteln wir oft schon, bevor wir sie überhaupt im Internet oder anderswo beworben haben,“ stellt Stephan Fast fest. Das Team von Leo Riske Immobilien, bestehend aus Stephan Fast, Liane Friesen und Mirko Insolia garantiert auf diesem rasend schnellen Markt hohe Flexibilität sowie individuelle Beratung.

AUCH BEI SCHWIERIGEN IMMOBILIENVERKÄUFEN, Z.B. IM SCHEIDUNGSFALL ODER BEI ERBANGELEGENHEITEN UNTERSTÜTZT LEO RISKE IMMOBILIEN DIE KUNDEN zudem in einer aufreibenden Lebensphase. Insbesondere Erbengemeinschaften kommen ohne die vermittelnde und beratende Tätigkeit eines Profis meist gar nicht voran. Oft kommt es auch vor, dass man sich im Alter verkleinern möchte. „Das ist absolut nachvollziehbar, wenn Senioren die Fitness zum Instandhalten einer großen Wohnung fehlt oder der schöne, große Garten einfach nicht mehr gepflegt und genossen werden kann.“ Mit langjähriger Erfahrung helfen Stephan Fast und sein Team, das Passende zu finden, damit sich die Kunden auch in den neuen vier Wänden wohl fühlen können.



Stephan Fast
Inhaber



Liane Friesen
Vermietung,
Finanzierung



Mirko Insolia
Verkauf, Vermietung, Finanzierung

Auch bei der Immobilienfinanzierung kann das Team auf ein großes Netzwerk zurückgreifen und dadurch den Käufer gut beraten sowie den gesamten Verkaufsprozess beschleunigen. „Je mehr Punkte wir im Verkaufsprozess durch unser internes Netzwerk abdecken können desto unkomplizierter wird das Geschäft für alle Beteiligten.“ Selbstverständlich gehören Gewerbeobjekte ebenfalls zum Portfolio im Hause. Das Hauptaugenmerk liegt derzeit aber ganz klar auf dem Wohnungsmarkt und bei den Einfamilienhäusern. Dabei sind die Ansprüche der Kunden in den letzten Jahren stetig gestiegen. Bei Leo Riske wird man diesen Anforderungen gerecht.



Leo Riske
Immobilien

Inh. Stephan Fast

Detmolder Straße 119 · 33175 Bad Lippspringe
 Telefon 05252 - 5448098 · Mobil 0173 - 2773349
 Mo-So 8:00-23:00 Uhr

www.immobiliengentur24.com

ZAHNSPANGE & MORE



Die geprüfte Praxismanagerin Inna Brossart (l.) und die Zahnmedizinische Fachangestellte Myriam Luong bilden ein freundliches und fröhliches Team. Fotos: Unica Marketing

ZAHNSPANGE & MORE IN PADERBORN

KIEFERORTHOPÄDIE MIT KOMPETENZ UND LEIDENSCHAFT

Paderborn. In seiner neuen, digitalisierten Praxis bietet Dr. Christian Fode, Fachzahnarzt für Kieferorthopädie, umfassende Beratung und individuelle Behandlung. Dabei kommt modernste Digitaltechnik zum Einsatz.

Dr. Christian Fode ist schon seit mehreren Jahren in Paderborn tätig. Mit seiner eigenen Praxis in der Gertrud-Gröninger-Straße hat er im Sommer diesen Jahres den Sprung in die Selbstständigkeit gewagt. Seine zentral gelegene Facharztpraxis mit kostenfreien Parkmöglichkeiten am Marktkauf liegt in der Nähe bedeutender Schulen, wie den Gymnasien Reismann und Pelizaeus oder dem Sankt Michael. **JUNGE PATIENTEN HABEN SOMIT KURZE WEGE IN DIE PRAXIS**, wenn sie eine dieser bekannten Schulen besuchen. Aber auch Erwachsene legen zunehmend Wert auf ihre Zahnästhetik. Oft äußern sich die Folgen von Fehlstellungen erst im Erwachsenenalter, beispielsweise durch Kiefergelenkschmerzen oder Migräne. Ein großer Pluspunkt für die Erwachsenenbehandlung sind bei Dr. Fode deshalb einzelne Behandlungszimmer.

So strahlt seine 474 Quadratmeter große Praxis schon beim Betreten eine ruhige Wohlfühlatmosphäre aus. Alle Behandlungsräume sind großzügig zugeschnitten und entsprechen dem neuesten Stand der Technik.

Die Behandlungsmethodik umfasst sowohl herausnehmbare als auch festsitzende Zahnschienen. Bei Jugendlichen und Erwachsenen kommen zunehmend auch Aligner, also transparente Zahnschienen,

oder innenliegende, festsitzende Zahnschienen zum Einsatz. Die Aligner-Technologie umfasst in der Praxis von Dr. Fode die komplette 3D-Planung und die Herstellung der Schienen in der eigenen Praxis.



Fotos: Unica Marketing



ZAHNSPANGE - & - MORE

www.zahnspace-kfo.de

ZAHNSPANGE & MORE

Fachzahnarztpraxis für Kieferorthopädie
Dr. Christian Fode
Gertrud-Gröninger-Straße 12 | 33102 Paderborn
Tel.: 05251 5452230
Mail: info@zahnspace-kfo.de
www.zahnspace-kfo.de

Mo - Do: 8:00 - 12:30 Uhr, 13:30 - 18:00 Uhr
Fr: 8:00 - 12:30 Uhr, 13:30 - 17:30 Uhr

Ladies' Circle Paderborn veranstaltet Charity-Wandern „SCHRITT FÜR SCHRITT GUTES TUN!“



Von links: Pia Bakker, Karolina Egeler (beide Ladies' Circle Paderborn), Nicole Wiggers (KIM-Soziale Arbeit e.V.), Peter Disselnmeyer (Heide-Kompanie), Christiane Muhs (KIM-Soziale Arbeit e.V.), Yvonne Pawlak (Ladies' Circle Paderborn), Kevin Pawlak und Philip Wessel (Jugendfeuerwehr Stadtmitte), Tanja Pawlak (Präsidentin Ladies' Circle) und Jan Pöhler (Jugendfeuerwehr Stadtmitte)

Paderborn. Am 26. September 2021 hieß es „Schritt für Schritt Gutes tun!“ Der Ladies' Circle Paderborn veranstaltete sein erstes Charity-Wandern. Als Resultat darf sich der Verein „KIM – Soziale Arbeit e.V.“ in Paderborn über eine Spendensumme von 1000 Euro freuen.

An dem Sonntag hatten alle Teilnehmer die Wahl zwischen einer etwa 3 oder 7 Kilometer langen Strecke, die im eigenen Tempo erwandert werden konnte. Unterwegs haben die Ladies kleine Botschaften und auch Spiele für die jungen Wanderer gemalt. Doch nicht nur der Erlös aus der Startgebühr wurde gespendet. Alle Ladies und Freunde haben verschiedenste leckere Kuchen gebacken, die neben Kaffee und anderen Getränken verkauft wurden. Darum gilt allen Teilnehmern ein herzlicher Dank für ihre Teilnahme. Doch auch ein paar weitere Unterstützer haben

es möglich gemacht, diesen Tag gelingen zu lassen. Die Heide-Kompanie im PBSV hat ihre Baude zur Verfügung gestellt, als Start- und Zielpunkt, der Rewe Getränkemarkt in der Stadtheide, die Firma Lödige und Westfalen-Weser haben Sach- und Geldspenden übergeben. Und damit der Familiennachmittag für die Kleinen neben den Spielmöglichkeiten noch abgerundet werden konnte, war die Jugendfeuerwehr Stadtmitte sofort bereit, mit einem Einsatzfahrzeug und ihrem Spritzenhäuschen vor Ort zu sein.

Die Ladies waren motiviert und sehr dankbar, nach so vielen Monaten endlich wieder ein großes Event für den guten Zweck planen und umsetzen zu können. Sie hoffen auf die Adventsmärkte, um wieder ihre selbstgemachten Liköre und die Ladies' bag verkaufen zu können.



Tag der offenen Tür bei der Aidshilfe Paderborn – von links nach rechts: Johanna Leifeld vom Vorstand Aidshilfe Paderborn, Franjo Henze (SPD), Bianca Schröder, Mitarbeiterin Aidshilfe Paderborn, Martina Gramlich (CDU), Lena Arndt, Mitarbeiterin Aidshilfe Paderborn, Petra Tebbe (Grüne), Thorsten Driller, Mitarbeiter Aidshilfe Paderborn, Sabine Kramm, stellvertretende Bürgermeisterin der Stadt Paderborn sowie Hans-Bernd Janzen, stellvertretender Landrat des Kreises Paderborn

„DEN MENSCHEN MIT RESPEKT UND RÜCKSICHTNAHME BEGEGNEN“

Tag der offenen Tür bei der Aidshilfe Paderborn

Kreis Paderborn (krpb). Auf dem Tisch stehen frische Blumen, die Räume sind hell und lichtdurchflutet, mittendrin steht ein gemütliches Sofa: Das neue Zuhause der Aidshilfe in der Riemekstraße 12 in Paderborn mit seinen sorgfältig ausgewählten Farbakzenten wirkt einladend, und genau das möchte die Aidshilfe Paderborn: Betroffene einladen zum Gespräch, einladen, den Alltag trotz oder gerade wegen der Diagnose Aids anzunehmen. „Neue Räumlichkeiten haben immer etwas von Aufbruchstimmung und Optimismus. Diese Aufbruchstimmung und den Optimismus geben sie den vielen Menschen, die sich an Sie wenden weiter“, betonte der stellvertretende Landrat des Kreises Paderborn, Hans-Bernd Janzen beim Tag der offenen Tür. Janzen dankte allen, die sich dafür eingesetzt und den Umzug möglich gemacht hätten. „Hier ist ein Umfeld entstanden, in dem man sich wohl fühlt, in dem Menschen mit Respekt und Rücksichtnahme begegnet werden kann“, so Janzen, der dem Verein auch in der Zukunft die Unterstützung des Kreises zusicherte.

Zwar liegt der Umzug in die neuen Räume in der Riemekstraße 12 schon eine Weile zurück, und eigentlich sollte das alles im großen Rahmen vorgestellt werden, doch dann kam Corona. Der Tag der offenen Tür fand zwar unter Corona-Bedingungen statt, aber immerhin in Präsenz und mit persönlichen Begegnungen.

Infektionen mit dem HIV-Virus gibt es auch in Deutschland. Nach Angaben des Robert Koch-Instituts wissen etwa 12 % der Betroffenen nicht, dass sie den Erreger in sich tragen. Unbehandelt kann das Virus Aids auslösen; eine Krankheit, die in den 80er Jahren einem Todesurteil gleichkam. Seitdem hat die Medizin große Fortschritte gemacht. Wer sich testen lässt, beendet nicht nur die oftmals quälende Ungewissheit. Ist das Ergebnis tatsächlich positiv, kann die Betroffene oder der Betroffene dank moderner Medikamente ein ganz normales Leben führen und das Virus nicht weitertragen. Hier genau setzt die Aidshilfe Paderborn an, die am 2. April 1987 ins Leben gerufen worden ist. Seit seinem Bestehen leitet ein ehrenamtlicher Vorstand den Verein. Zu den Aufgaben des Vereins zählen die Präventionsarbeit zur Verhinderung von HIV-Infektionen sowie die psychosoziale Begleitung und Betreuung HIV-positiver und an Aids erkrankter Menschen. Im Rahmen des digitalen Neujahrsempfangs im Januar dieses Jahres hatte Landrat Christoph Rütter den Verein für sein ehrenamtliches Engagement mit dem Ehrnamtspreis des Kreises Paderborn ausgezeichnet. „Ich habe großen Respekt vor ihrer Arbeit. Bitte machen Sie weiter“, sagte der Landrat bei der Preisübergabe. Und genau das geschieht in neuen Räumen.

Mehr Infos inklusive Öffnungszeiten: www.paderborn.aidshilfe.de



GÜNSTIG, GESUND UND KLIMAFREUNDLICH: REGIONALE SUPERFOODS

Sogenannte „Superfoods“ liegen im Trend: Exotische Lebensmittel wie Goji- und Acai-Beeren oder Chia-Samen gelten als besonders nährstoffreich und gesund. Aber auch Gemüse, Obst und Getreide aus Deutschland und Europa haben viele wertvolle Inhaltsstoffe und sind dabei klimaschonender und oft günstiger. Zu gut für die Tonne! stellt sie vor und gibt Tipps zur Zubereitung, Lagerung und Resteverwertung.

Im Internationalen Jahr für Obst und Gemüse 2021 richtet Zu gut für die Tonne! den Fokus immer wieder auf einzelne Obst- und Gemüsesorten. Oft handelt es sich dabei um exotische getrocknete Früchte, Samen oder Algen. Weite Transportwege sorgen für eine

schlechte Klimabilanz. Doch warum in die Ferne schweifen? Viele heimische Lebensmittel schneiden laut dem Bundeszentrum für Ernährung (BZfE) hinsichtlich ihrer Inhaltsstoffe ebenso gut ab, so zum Beispiel heimische Beeren, Äpfel, Grünkohl, Rote Beete oder auch Karotten und Zwiebeln.

Die Vorteile von regionalem Superfood sind zahlreich: Der Kauf von heimischem Obst und Gemüse stärkt die regionale Wirtschaft und erhält die umliegenden Kulturlandschaften. Saisonal geerntet sind die Lebensmittel frischer und meist preiswerter als die importierten Superfoods. Außerdem sind sie klimafreundlicher, da ein weiterer Transport wegfällt.



SO BLEIBEN SÜSSE SUPERFOODS FRISCH



Beeren und Äpfel: So bleiben süße Superfoods frisch

Alternativ zu nach Deutschland importierten exotischen Säften oder getrockneten Goji- und Acai-Beeren, die ursprünglich aus China beziehungsweise dem südamerikanischen Amazonasgebiet stammen, sind regionale und saisonal angebaute Heidel- oder Johannisbeeren die fürs Klima bessere Wahl. Gekühlt halten sie in der Regel zwei bis drei Tage. Um die recht empfindlichen Beeren möglichst frisch zu halten und vor Druck zu schützen, lagern sie am besten in flachen Schalen im Gemüsefach des Kühlschranks. Mehr Tipps zum Umgang mit Beeren finden sich auf der Zu gut für die Tonne! – Website.

Auch das Lieblingsobst der Deutschen, der Apfel, hat mit rund dreißig verschiedenen Vitaminen und etlichen Mineral- und Ballaststoffen das Zeug zum Superfood. Der Vorteil: Im Gegensatz zu Beeren sind Äpfel deutlich robuster und halten länger. Sie sollten jedoch aufgrund von Druckempfindlichkeit nach Möglichkeit nicht gestapelt lagern. Bei kurzer Lagerung empfiehlt sich der Kühlschrank. Wer Äpfel langfristig lagert, legt sie am besten an einen kühlen, gut belüfteten Ort. Äpfel sondern das Reifegas Ethylen ab, dadurch reift anderes Obst und Gemüse, das in der Nähe liegt, schneller. Daher lagern Äpfel am besten separat.

Vitamine im Gemüse schonen

Kohl gilt allgemein eher als Herbst- oder Wintergemüse. Dabei haben einige Sorten mitten im Sommer Hochsaison. So zum Beispiel Brokkoli, der aus heimischem Anbau von Mai bis November erhältlich ist und eine echte Vitaminbombe ist. Die richtige Lagerung ist hier besonders wichtig: Lagert er zu warm, verliert das Gemüse täglich etwa zehn Prozent seines Vitamin-C-Gehalts. Also am besten kühl und dunkel im Gemüsefach des Kühlschranks zwischen null und vier Grad aufbewahren. So hält er sich ein bis zwei Tage frisch.

In Karotten steckt ebenfalls eine Menge: neben Carotinoiden, die Zellen vor Schäden bewahren können und als Schutzfaktoren gegen bestimmte Krebsarten gelten, auch andere wertvolle Nährstoffe wie Kalium, Kalzium und Eisen. Karotten sind das ganze Jahr über aus heimischem Anbau erhältlich. Bei Lagerung im Kühlschrank halten sie sich bis zu acht Tage frisch. Aber Vorsicht: Karotten nicht waschen, bevor sie in den Kühlschrank kommen, sonst werden sie braun. Ältere Möhren, die möglicherweise schon etwas weich geworden sind, lassen sich ganz einfach auffrischen: Am besten mehrere Stunden in ein Gefäß mit Wasser stellen. Die Wurzeln nehmen das Wasser auf und werden wieder knackiger.

Gesunde Fette: Leinsamen statt Chia-Samen

Chia-Samen aus Übersee gelten aufgrund ihrer vielen gesunden Nährstoffe seit Jahren als Superfood und sind vor allem bei Vegetarier:innen und Veganer:innen beliebt für ihren hohen Anteil an wertvollen Omega-3-Fettsäuren, Proteinen, Ballaststoffen und Vitaminen. Was viele nicht wissen: Der in Europa beheimatete Leinsamen steht dem Chia-Samen in nichts nach. Die Konzentration an Omega-3-Fettsäuren ist bei Leinsamen sogar noch höher. Ganze Leinsamen sollten vor dem Verzehr wenige Minuten quellen oder geschrotet verzehrt werden. Leinsamen eignen sich beispielsweise zum Backen, als Bestandteil von Granola im Knuspermüsli oder als Topping im Salat. Sie sollten am besten dunkel und trocken lagern. Geschrotete Leinsamen können nach etwa sechs Monaten ranzig werden, weshalb der Kauf von zu großen Mengen vermieden werden sollte.

Wer hier zum regionalen Superfood greift, schont nicht nur wertvolle Ressourcen und das Klima, sondern auch den Geldbeutel. Beim Kauf empfiehlt es sich jedoch, genau hinzusehen, denn neben Leinsamen aus europäischem Anbau steht häufig Importware aus fernen Ländern wie China im Regal.

Reste kreativ verwerten

Zu viel Superfood zuhause? Dann gibt es einige Wege, Überschüssiges oder Reste kreativ weiterzuverarbeiten. Insbesondere Beeren lassen sich momentan in großen Mengen ernten. Sie machen sich hervorragend im Sorbet, Crumble oder Smoothie. Alternativ lassen sie sich zu Marmelade verarbeiten.

www.zugutfuerdietonne.de/tipps-fuer-zuhause/reste-rezepte



ZU GUT FÜR DIE TONNE!



WIR
L(I)EBEN
LECKER

NUDELSALAT MIT NUSSKERN MISCHUNG

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN:

500 g Nudeln (z.B. Fusilli)
50 g Seeberger getrocknete Tomaten
100 g Rucola
100 g Feta
150 g bunte Cocktailtomaten
50 g schwarze Oliven
Frischer Basilikum
Frische Minze
50 g Seeberger Nusskern-Mischung
1 TL Senf
1 TL Ahornsirup
50 ml Olivenöl
Salz
Pfeffer
½ Bio-Zitrone, davon der Saft

ZUBEREITUNG:

Die Nudeln nach Packungsanweisung in Salzwasser kochen. Aus Senf, Ahornsirup, Zitrone, Salz und Pfeffer ein Dressing rühren. Dann das Olivenöl langsam dazugeben und nochmals gut verrühren.

Die getrockneten Tomaten einige Minuten in Wasser einlegen, dann in feine Streifen schneiden. Den Rucola waschen und verlesen. Ebenso die Cocktailtomaten waschen und halbieren. Die Pasta, den Feta, getrocknete Tomaten, Cocktailtomaten und Oliven vermischen. Basilikum und Minze fein hacken und ebenfalls unter den Nudelsalat mischen. Zum Schluss mit dem Nusskern-Mix toppen.

SELBSTGEMACHTES KRÄUTER- BAGUETTE MIT HASELNÜSSEN

ZUTATEN FÜR 2 BAGUETTES:

500 g Weizenmehl (Typ 405)
 ½ Würfel frische Hefe
 1 TL Salz
 ½ TL Zucker
 350 ml lauwarmes Wasser
 50 g Seeberger Haselnuskerne
 200 g Butter (Zimmertemperatur)
 1 Knoblauchzehe
 Frischer Basilikum
 Frischer Rosmarin
 Frische Blattpetersilie
 1 TL Salz
 Saft einer halben Bio-Zitrone

ZUBEREITUNG:

Etwas lauwarmes Wasser mit der Hefe und dem Zucker vermischen. Dann die Mischung sowie das übrige Wasser und das Salz zum Mehl geben und alles zu einem Teig verkneten. Den Teig mit einem Tuch abdecken und für 60 Minuten an einem warmen Ort gehen lassen. Anschließend die Kräuter waschen und fein hacken. Die Knoblauchzehe fein hacken und mit Salz, Zitronensaft und den Kräutern zur Butter geben. Mit einem Löffel kräftig zu einer gleichmäßigen Masse verrühren. Zwei Stücke Klarsichtfolie bereitlegen. Auf jedem Stück Folie jeweils die Hälfte der Butter zu einem langen, schmalen Streifen ausstreichen und einwickeln. Die Butter für eine Stunde im Kühlschrank lagern, alternativ für 30 Minuten ins Gefrierfach legen. Den Backofen auf 220 Grad Ober- Unterhitze vorheizen. Den Teig aus der Schüssel nehmen und auf einer bemehlten Oberfläche nochmals gut durchkneten. Die Haselnuskerne zum Teig geben und ebenfalls untermischen. Den Teig in zwei Teile schneiden und jedes Teil zu einem Baguette formen. Den Teig der Länge nach einschneiden und in der Spalte die gekühlte Kräuterbutter platzieren. Anschließend den Teig gut verschließen und das Baguette verzwirbeln, damit keine Butter austritt. Ein kleine Schale Wasser in den Backofen stellen, damit das Baguette eine knackige Kruste erhält. Die Baguettes 18-20 Minuten im Ofen goldbraun backen und heiß genießen.



Räucherei
 in der Emsquellaue



FISCHZUCHTANLAGEN
 ANGELTEICHE · HOFLADEN

Tolle Räucherfisch-Spezialitäten
 und vieles mehr!

Direktverkauf:
 täglich (auch sonntags) 8 bis 16 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



WIR
L(I)EBEN
LECKER



HERZHAFTER KAISERSCHMARRN

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN:

- 70 g Sultaninen
- 30 g Fruchtsaft
- 5 Eier (M)
- 1 Prise Salz
- 75 g Zucker
- 10 g Vanillezucker (1 Pck.)
- 10 g Wasser, lauwarm
- 350 g Milch
- 250 g SchapfenMühle Weizenmehl Type 405
- 50 g Butter zum Ausbacken
- 30 g Puderzucker zum Bestreuen

ZUBEREITUNG:

Sultaninen waschen, abtropfen und im Fruchtsaft ziehen lassen. Eier trennen und das Eiweiß mit einer Prise Salz in eine Rührschüssel geben. Mit dem Handrührgerät zu einem steifen Eischnee schlagen. Eigelb, Zucker, Vanillezucker und lauwarmes Wasser in eine zweite Rührschüssel geben und mit dem Handrührgerät etwa 2 Minuten schaumig schlagen. Milch und Weizenmehl hinzufügen und zu einem glatten Teig rühren, dann den Eischnee unterheben. In einer Bratpfanne 25 g Butter erhitzen, die Hälfte der Teigmasse in die Pfanne geben, 35 g Sultaninen aufstreuen und mit einem Deckel verschließen. Den Kaiserschmarrn bei mittlerer Hitze backen, bis die Unterseite leicht braun ist und die Oberseite zu stocken beginnt. Danach wenden und auf der anderen Seite ebenso leicht braun backen. Mit zwei Löffeln in Stücke reißen, auf einen Teller geben und warmhalten. Die zweite Hälfte der Masse ebenso backen und zum Schluss die Stücke nochmals gemeinsam erhitzen. Nach Belieben mit Puderzucker bestreuen.

SWEET POTATO PEANUT SOUP

ZUTATEN FÜR 6 PORTIONEN:

- 3 EL Öl
- 1 Zwiebel, fein gehackt
- 1 Knoblauchzehe, zerdrückt
- 2 EL Sojasauce
- 400 g Süßkartoffeln
- 1–2 TL rote Thai-Currypaste
- 800 ml Gemüsebrühe (selbst gekocht oder instant)
- 100 g cremige Erdnussbutter
- 400 ml (Light-)Kokosmilch
- 1 rote Paprikaschote
- 100 g aufgetauter und ausgedrückter tiefgefrorener Spinat
- 1 EL Zitronensaft
- Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
- 1 Prise brauner Zucker
- 200 g Halloumi (salziger Grillkäse)
- 1 EL Sesamkörner (optional)
- Zitronenscheiben, Petersilie und gesalzene Erdnusskerne (optional)

ZUBEREITUNG:

2 EL Öl in einem ausreichend großen Topf erhitzen. Zwiebel und Knoblauch darin glasig anschwitzen. Die Süßkartoffeln schälen und in 1 cm große Würfel schneiden. Zusammen mit Currypaste, Gemüsebrühe, Erdnussbutter und Kokosmilch zur Zwiebelmischung geben. Zugedeckt etwa 15 Minuten garen, bis die Süßkartoffeln weich sind. Die Paprikaschote putzen und in feine Streifen schneiden. In die Suppe geben, ebenso Spinat und Zitronensaft. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken und weitere fünf Minuten köcheln lassen. In der Zwischenzeit den Halloumi in feine Würfel schneiden. Das restliche Öl erhitzen und die Halloumi-Würfel bei mittlerer Temperatur darin rundum anbraten. Mit Sesam bestreuen und auf die Suppe geben. Mit Petersilie, Zitrone und Erdnüssen garnieren.



Rezept und Foto: AMERICAN CHRISTMAS. DIE SCHÖNSTEN REZEPTE UND TRADITIONEN FÜR EINE ECHT AMERIKANISCHE WEIHNACHTSZEIT von Gabriele Frankemölle und Petrina Engelke (Christian Verlag)

YUMMI,
YUMMI...

SCHULTE
FEINGEBÄCK

Werksverkauf
Herbstgenuss

Lindt

- Lindor Kugeln 600g nur 13,50 €
- Gebäckspezialitäten, Schokoladen- und Knabberartikel
- 1.+ 2. Wahl
- Top-Preise

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

Italienische Rundreise Paderborn – Teil 1

Bei uns in Deutschland ist kaum eine andere Küche so beliebt, wie die italienische. Das ist wohl auch in Paderborn und Umgebung so. Sonst gäbe es nicht diese Vielzahl an hervorragenden italienischen Restaurants. Einige der beliebtesten Anbieter italienischer Küche stellen wir in unserer „Italienischen Rundreise Paderborn“, vor.

DOLCE VITA

So lecker wie in Italien!



Das Dolce Vita am Dr. Rörig Damm in Paderborn wird seit Juni 2020 unter neuer Leitung und neuem Namen geführt. Das Team hat sich in kürzester Zeit einen guten Ruf erarbeitet und in Paderborn ist das italienische Restaurant inzwischen kein Geheimtipp mehr.

Im Dolce Vita liegt der Fokus auf mediterranes Flair und unverfälschter italienischer Küche. Der Gasträum ist gemütlich gestaltet und die große Terrasse lädt zum Verweilen ein.

Hier haben frische Zutaten und der freundliche Service oberste Priorität. Die Gerichte werden in wunderschönen und leckeren Variationen angerichtet. Auch Sonderwünsche werden gerne erfüllt. Die Auswahl des passenden Weines gehört selbstverständlich zum guten Service dazu.

Dolce Vita | Rotheweg 2 | 33102 Paderborn

Öffnungszeiten

Mittwoch bis Samstag 17:30 – 22:30 Uhr

Sonntag 12:00 – 14:30 Uhr und 17:30 – 22:00 Uhr

Montag und Dienstag Ruhetag

Zu den Erfolgsfaktoren des Restaurants zählen die Verwendung frischer, regionaler oder direkt aus Italien stammender Zutaten und die Liebe zur mediterranen Küche.

Nach intensivem Studium der Speisekarten bekommen wir einen kleinen Starter zu Beginn gereicht – ein Gruß aus der Küche kommt immer gut.

Wir entschieden uns für die Tortelloni alla Panna mit Spinat-Ricottakäsefüllung in Schinken-Sahne-Sauce und das vorzügliche Saltimbocca alla Romana stellte eine Versuchung dar, der wir nicht widerstehen konnten. Die mit Schinken und Salbei umhüllten Kalbsschnitzel waren wunderbar zart und herrlich aromatisch. Die großen, frischen Tortelloni waren eine wahre Gaumenfreude, die Sauce umschmeichelte die hausgemachte Pasta und hebt den außergewöhnlichen Geschmack hervor.

Mit viel Aufmerksamkeit und hoher Qualität wurden wir im Dolce Vita verwöhnt. Die authentischen, ehrlichen Speisen, lockere, freundliche Herzlichkeit und ein mediterranes Gefühl von Leichtigkeit entführten uns direkt nach Italien. Ins Dolce Vita kehren wir sehr gerne wieder ein.



LES COUTURES

Les Coutures - eine der verspieltsten und maximal personalisierbaren Kollektionen des französischen Schmuckherstellers Les Georgettes. Die Inspirationsquelle der Winterkollektion liegt in der Metamorphose, grafischen Mustern und hypnotisierenden Farbtönen.

Uhren und Armbänder, die mit der Metamorphose spielen. Armbänder mit hochwertigen Ledereinsätzen und verspielten Details - das perfekte Pendant zu den edlen Metallarmreifen und grafischen Mustern.





INDIAN SUMMER –

DIE SCHÖNSTEN HERBSTFARBEN FÜRS ZUHAUSE

Der Sommer neigt sich dem Ende entgegen und die die Natur zeigt sich wieder in den prachtvollsten Herbstfarben – Ahornbäume strahlen in einem wunderschönen Rot, Birken hüllen sich in ein goldgelbes Kleid und Buche und Eiche färben sich bräunlich orange. Gleichzeitig erinnern die bunten Farben aber auch daran, dass nun eine kühlere und regnerische Zeit wartet und man wieder viel Zeit zuhause verbringen wird. Wer die gute Laune, Freude und Energie der bunten Farbpracht noch ein wenig länger erhalten möchte, holt sich die Herbstfarben deshalb am besten direkt in die eigenen vier Wände.

Gelb, Rot und Orange

Diese Farben sind die absolut typischen Herbstfarben. Sie spiegeln sich in der Natur nicht nur im Laub der Bäume wider, auch bei saisonalem Gemüse wie Karotten oder Kürbis finden sich diese Farben. Wer zuhause ein herbstliches Feeling erzeugen möchte, sollte diese Farben also unbedingt einbringen. Sie können vor allem als Highlights eingesetzt werden, sollten aber dennoch sparsam eingesetzt werden. Am leichtesten lassen sich diese Farben über Decken, Kissen, Teppiche oder über einzelne Deko-Teile einbringen.

Naturtöne, Beige und Caramel

Diese Farbtöne eignen sich zwar grundsätzlich für jede Jahreszeit, passen also auch wunderbar zum Herbst und erzeugen in Kombination mit herbstlichen Farben ein warmes Raumklima. Die Farben sind zeitlos und wirken außerdem beruhigend. Um dem Raum möglichst viele Gestaltungsmöglichkeiten zu lassen, kann die Farbe vor allem auf großen Flächen wie einer Wand oder beim Sofa eingesetzt werden. In Kontrast zu knalligeren Farben bringen natürliche Farbtöne Ruhe in den Raum.

Dunkelgrün und Braun

Diese ebenfalls sehr naturnahen Farben dürfen in einer herbstlichen Wohnung nicht fehlen. Braun wirkt besonders gemütlich, wenn es in Form von natürlichen Materialien wie Holz oder Stein eingesetzt wird. Grün hat eine belebende und harmonisierende Wirkung, außerdem sorgt die Farbe für eine positive Stimmung. Grünpflanzen bringen zusätzlich etwas Frische in den Raum

Text: livingpress

DER
HERBST
IST DA!

#WELOVEIT



JAHRES-SCHLUSSAKKORD IM GARTEN

Tipps für die letzten Handgriffe der Saison

Dieser Gartensommer war wahrlich üppig, denn neben Blumen und Gemüse spross dank der häufigen Regenfälle auch das Unkraut munter drauf los. Die Bekämpfung des Wildwuchses kostete einigen Schweiß. Verständlich, dass mancher dem Ende der diesjährigen Gartensaison mit Erleichterung entgegenseht. Doch ein paar Handgriffe sind noch nötig, bevor Harke, Rechen und Gartenschere im Schuppen verschwinden können.

1. Gemüsebeet leeren

Viele Tomatensträucher beugen sich im Spätherbst unter der Last der noch grünen Tomaten. "Es wäre eine Schande, die Früchte wegzwerfen", meint Andrea Sieberz-Otto vom Pflanzenfachhandel Ahrens + Sieberz. Ihr Tipp: "Tomaten können bei Raumtemperatur noch nachreifen, wenn man sie zusammen mit einigen Äpfeln in eine Papiertüte legt." Auch wenn die Zeit der Sommer-Genüsse schon vorbei ist, liefert ein gut sortiertes Gemüsebeet weiter Ertrag. Der Rosenkohl beispielsweise ist ein typisches Wintergemüse, das im November und sogar noch im Dezember geerntet werden kann. Nach den ersten Frosttagen entwickeln die vitaminreichen grünen Kugeln einen leicht süßlichen Geschmack.

2. (Nicht alle) Stauden zurückschneiden

Der Spätherbst ist die beste Zeit, um verblühte Stauden zu beschneiden. Hierbei werden oberirdische Pflanzteile kurz über der Erde abgeschnitten. Anschließend können die Wurzelballen ausgegraben und geteilt werden, um neue Pflanzen zu bilden. Einige Stauden und Gräser sollte man dabei einfach stehenlassen. Das setzt im

winterlichen Garten nicht nur hübsche Akzente, sondern dient Insekten auch als Quartier während der kalten Jahreszeit. Igel freuen sich dagegen über einen schönen, kuscheligen Laubhaufen, in dem sie ihren Winterschlaf halten können.

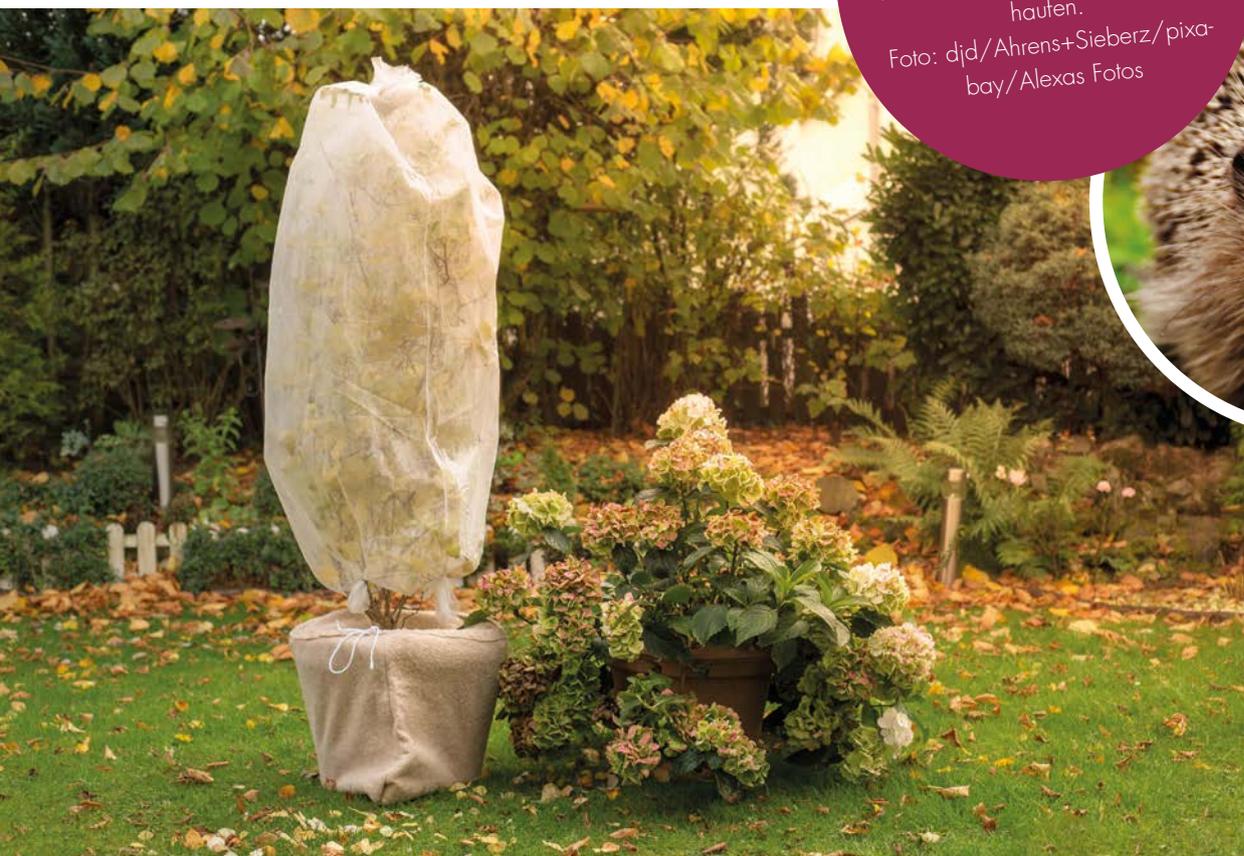
3. Winterschutz für Frostsensible

Um empfindliche Rosensorten vor niedrigen Temperaturen und Frostrissen durch die Wintersonne zu schützen, sollte die Triebbasis zum Beispiel mit Tannenreisig oder einer Mischung aus Mutterboden und Kompost abgedeckt werden. Für Kübelpflanzen gibt es wasser- und luftdurchlässige Vliesmäntel, wie unter www.as-garten.de im Bereich Zubehör zu sehen ist. Diese stülpt man einfach über die Pflanze und schließt sie mittels Reißverschluss und zwei zusätzlichen Schnürverschlüssen. Für mehrere Pflanzen bietet sich auch ein Überwinterungszelt an.

4. Vorfreude ist die schönste Freude

Wer sich bereits im zeitigen Frühjahr an den ersten Farbtupfern erfreuen möchte, steckt jetzt eifrig die Zwiebeln von Krokussen, Schneeglöckchen, Tulpen und Narzissen in die Erde. Tipp: manche Zwiebeln etwas tiefer setzen, damit die Blüten nacheinander erscheinen und sich die Blühzeit etwas verlängert. (djd).

Bei Bodentemperaturen um null Grad suchen Igel sich ein Winterquartier - zum Beispiel in einem schönen, kuscheligen Laubhaufen.
Foto: djd/Ahrens+Sieberz/pixabay/Alexas Fotos



Jutesäcke schützen den Wurzelbereich der Pflanzen vor Frost. Die Vlieshaube lässt Licht und Luft durch. Foto: djd/Ahrens+Sieberz/Adobe Stock



Foto: did-k/Apollo Holzschutz/Multyaktraronk-stock.adobe.com

Ob Tische, Stühle und Bänke oder Schaukel für die Kinder: Das Naturmaterial Holz ist im Außenbereich des Zuhauses sehr beliebt. Im Herbst – rechtzeitig vor Einbruch der kalten Jahreszeit – braucht es allerdings etwas Pflege, um gut durch den Winter zu kommen. Wirksamen Witterungsschutz bieten Holzlasuren wie Carbolan 3in1 Algenfrei von Apollo Holzschutz, die dem Holz dauerhaft eine naturschöne Optik verleihen. Anwendungstipps gibt es unter www.carbolan.de.

Foto: djd-k/Lewens Markisen



Mit einem entsprechenden Wetterschutz über der Terrasse lässt sich die Sommersaison sogar bis in den Winter hinein verlängern. Deutlich günstiger als ein fester Wintergarten sind Glasdachsysteme etwa aus der Murano-Baureihe von Lewens. Mit maßgenau vorproduzierten Bauteilen verursacht eine fachgerechte Installation nicht viel Aufwand, unter www.lewens-markisen.de gibt es dazu mehr Infos und Ausführungsvarianten.



Foto: did-k/Linda/Getty Images/PIKSEL

Auch jetzt noch rät Linda-Apotheker Gerd Berlin aus Haßloch zum Zeckenschutz. Hat sich ein Blutsauger trotzdem festgesetzt, sollte er sofort entfernt werden: „Dafür benutzt man am besten eine Zeckenzange oder -karte, mit der man das Tier möglichst hautnah fasst“, erklärt der Experte. Bei Rötungen oder Symptomen wie Müdigkeit und Fieber ist ein Arztbesuch angeraten – weitere Tipps gibt es unter www.linda.de.

Weg mit dem Laub: Herabgefallene Blätter rauben dem Rasen die Luft, deshalb sollten sie regelmäßig entfernt werden. „Sauerstoff kann nicht richtig zirkulieren, die Gräser werden anfälliger für Schädlinge und Pilzkrankheiten“, erläutert der Stihl-Garten-Experte Jens Gärtner. Auch der Rasenmäher sollte jetzt gewartet werden. Unter www.stihl.de findet man Adressen vor Ort.



Foto: djd-k/STIHL

SCHLUSSAKKORD im Garten



Die beste Zeit, um neue Obstbäume zu pflanzen, ist der Herbst. Die jungen Bäumchen haben bereits ihr Laub verloren und können ihre Energie in die Wurzelbildung stecken. Gut geeignet sind windgeschützte und sonnige Standorte. Als Starthilfe lassen sich zusätzlich rein natürliche Präparate wie Waldleben einsetzen, welche die Pflanze stärken und das Bodenleben verbessern. www.waldleben.eu

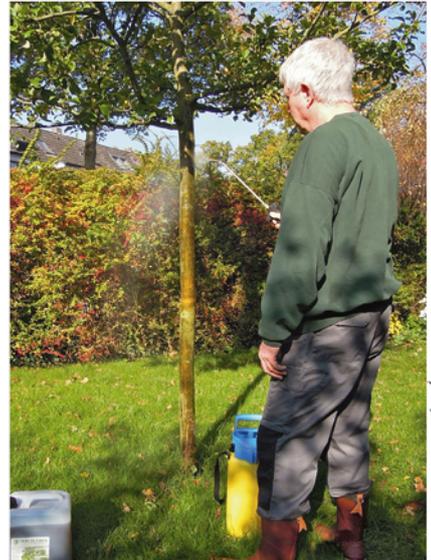


Foto: did-k/www.waldleben.eu



WIR MACHEN
UNSEREN GARTEN
FIT FÜR DEN
HERBST!

Laubblasgeräte mit Akkubetrieb bieten ein hohes Maß an Bewegungsfreiheit - auch an Wegen und Treppenstufen. Foto: djd/STIHL

HERBSTPUTZ IM GARTEN

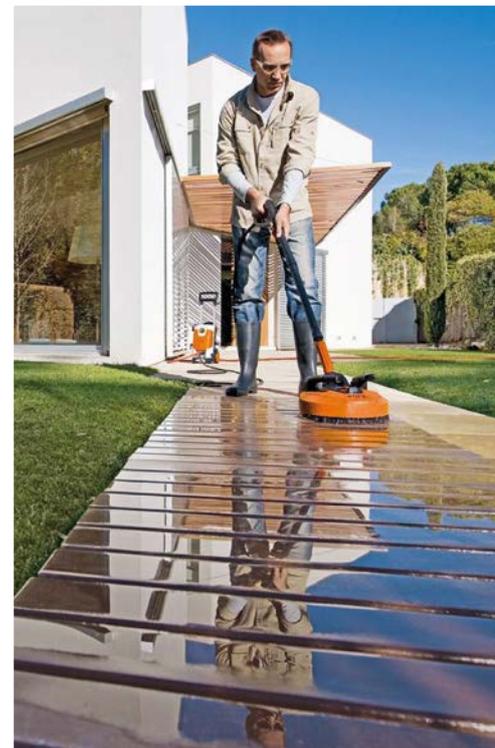
Mit praktischen Tipps die Spuren des Sommers schnell beseitigen

(djd). Bunte Blätter und kühlere Temperaturen kündigen es an: Mit dem Herbst endet allmählich die Saison im Freiluftwohnzimmer. Vorher aber hat der Freizeitgärtner noch alle Hände voll zu tun. Jetzt gilt es, die letzten Spuren des Sommers zu beseitigen, im Garten sowie rund ums Haus "klar Schiff" zu machen und nicht zuletzt herabgefallenes Laub zu beseitigen. Hier gibt es vier Tipps zum Herbstputz.

- Das Laub muss weg. An den Bäumen gibt das bunte Laub noch ein malerisches Bild ab. Zu Boden gefallen, ist es eher störend. Vom Rasen sollten die Blätter regelmäßig entfernt werden, damit im Grün darunter keine kahlen Stellen entstehen. Und auch auf Wegen und der Terrasse sollte das Laub nicht überwintern. In Verbindung mit Feuchtigkeit droht durch die Blätter etwa auf dem Bürgersteig sonst eine Rutschpartie. Buchstäblich kurzen Prozess machen leistungsstarke und leise Akku-Laubblasgeräte wie etwa das Modell Stihl BGA 56. Das Blasrohr ist in drei Stufen längenverstellbar, so dass sich für ein rückschonendes Arbeiten der gewünschte Abstand zum Laub verändern lässt.

- Säubern unter Druck. Staub und Co. auf dem Gartenmobiliar, Moose und Algen auf Gartenwegen oder dem Terrassenboden: Derartigen Verschmutzungen rückt der Freizeitgärtner am besten mit einem Flächenreiniger zu Leibe. Dieses gängige Zubehör für Hochdruckreiniger ist mit rotierenden Reinigungsdüsen genau auf die Oberflächenpflege ausgerichtet. Granitplatten lassen sich so ebenso reinigen wie Pflastersteine oder empfindliches Terrassenholz. Dazu ist bei Flächenreinigern der Druck ganz nach Bedarf einstellbar. Das Säubern mit dem kräftigen Wasserstrahl bedeutet in jedem Fall eine wertvolle Zeiterparnis.

- Große Flächen einfach kehren. Um längere Wege oder Zufahrten vom lästigen Laub und anderem Schmutz zu befreien, sind Kehrgeräte die komfortable Alternative zum Besen. Mit akkubetriebenen Geräten ist die Arbeit schnell erledigt und schon Einstiegsmodelle meistern auch größere Flächen. Die Geräte nehmen groben und feinen Schmutz auf, ebenso wie nasses Kehrgut.



Fotos: djd/STIHL

- Auch Gartenhelfer brauchen Pflege. Sind Wege, Terrasse und Zufahrt auf Vordermann gebracht, kommen zum Schluss noch die motorisierten Gartenhelfer selbst an die Reihe. Bevor sie bis zur kommenden Saison in den Winterschlaf gehen, empfiehlt es sich, Rasenmäher, Heckenscheren und Laubbläser gründlich zu reinigen. Bewegliche Teile können mit etwas Maschinenöl gepflegt werden. Eine bequeme Alternative ist es, die Geräte-wartung durch den Fachhandel durchführen zu lassen.

Ein Akku - viele Geräte

(djd). Im privaten Garten sammelt sich mit der Zeit ein beachtlicher Gerätepark an. Ob Laubbläser oder Heckenschere, viele Verbraucher setzen dabei heute auf akkubetriebene Modelle. Das Problem: Schnell verliert der Hobbygärtner den Überblick darüber, welcher Akku und welches Ladegerät zum jeweiligen Gartengerät gehören. Einfacher geht es beispielsweise mit dem Stihl AkkuSystem Compact: Verschiedene Geräte sind hier mit denselben Energiespendern kompatibel. Innerhalb des Baukastensystems lässt sich somit der Akku - und natürlich auch das Ladegerät - gleich mehrfach nutzen. Das ist einfacher und auch günstiger. Mehr Informationen gibt es im Fachhandel, Ansprechpartner findet man unter www.stihl.de.

DAS LAUB MUSS WEG!



UNAUFDRINGLICHE ELEGANZ FÜR JEDES INTERIEUR

JAB ANSTOETZ Fabrics HW 21-22 KING'S ROAD

Die Panama-Bindung gehört zu den klassischen Webtechniken. Sie erzeugt feine Strukturen in einer Schachbrett- oder Würfeloptik. Die neue Kollektion KING'S ROAD von JAB ANSTOETZ Fabrics spielt mit den Möglichkeiten der Panamabindung. Ihre körnige Haptik fühlt sich weich und dabei griffig an. Bei den Mustern setzt KING'S ROAD auf unaufdringliche Eleganz. Die Streifen und grafisch angelegten Muster sind Ton-in-Ton gehalten oder schmücken sich mit zweifarbigen Effekten. Die neue Kollektion ist sehr strapazierfähig. Durch den Einsatz der FabricProtect-Technologie ist sie zudem fleckunempfindlich und damit universell einsetzbar. Sieben Farbfamilien fächern eine Vielzahl an Kombinationsmöglichkeiten auf. So trifft das breite Spektrum der Naturtöne auf frisches Grün, Bleu sowie Denim.



CHELSEA ist ein vielseitig einsetzbarer Uni in Panama-Bindung, der sich gut mit allen anderen gemusterten Dessins kombinieren lässt. Die Farbpalette von insgesamt 45 Kolorits bedient das ganze Farbspektrum. Auch starke Töne sind vorhanden.

Der Uni BROMPTON zeigt eine elegante, melierte Optik. Das Grundgewebe für alle anderen Artikel der Kollektion bietet viele Kombinationsmöglichkeiten mit den gemusterten Dessins.

#ELEGANZ

KENSINGTON zeigt ein großrapportiges Blatt-Dessin, bei dem die gemusterten Partien aus der Panama-Bindung bestehen, die mit dem melierten Uni-Fond des Artikels BROMPTON unterlegt sind.

WESTFIELD bietet als graphisches Pendant ein klares geometrisches Muster an, das bei genauer Betrachtung eine plastische Wirkung erzielt.

FULHAM rundet als Längsstreifen das Programm ab. Der Streifen besteht aus den beiden Uni-Partien der Artikel CHELSEA und BROMPTON. Ergebnis: lässige Eleganz.



RENATURIERUNG DER LIPPE BEI

PADERBORN-SANDE

Zwischenbilanz: Seit 100 Tagen sucht sich die Lippe ihren Weg

Detmold. Sie hat es geschafft: Die Lippe breitet sich in ihrem neuen Bett aus. Heimische Tier- und Pflanzenarten haben den Renaturierungsbereich bereits besiedelt. Regierungspräsidentin Judith Pirscher erkundete bei einem Besuch, gemeinsam mit Vertretern von Stadt und Kreis Paderborn, vor Ort das Gelände. „Was die Natur hier von selbst leistet, ist beeindruckend. Gerade mit Blick auf die aktuellen Hochwasserereignisse zeigt sich, wie wichtig die Renaturierung der Lippe war“, erklärt Judith Pirscher.

Vielfältige Tier- und Pflanzenwelt entwickelt sich am und im Wasser

Nicht nur der Fluss sucht sich dabei seinen eigenen Weg durch Flutmulden und Nebenrinnen. Verschiedene Tierarten besiedeln die neu entstandenen Lebensräume an Fluss und Aue: Hunderte von Uferschwalben haben in den Steilufeln gebrütet, zahlreiche Flussregenpfeifer auf den Kies- und Sandinseln ihre Brutreviere ausgebildet. Kiebitze und Austernfischer haben ihre Jungen in der renaturierten Fläche großgezogen. Eisvögel brüten in Röhren, die sie in die Steilufer der Lippe gegraben haben. Jungfische tummeln sich in strömungsberuhigten Buchten. Unter Wasser haben bereits typische Pflanzen wie der Wasserstern oder der Wasserhahnenfuß die Sohle der Lippe besiedelt. Viele von ihnen sind auf den Wechsel zwischen Überstauung und Trockenfallen angewiesen. Anna Morsbach, Projektverantwortliche bei der Bezirksregierung, zieht eine positive Bilanz: „Schon nach dieser kurzen Entwicklungszeit ist klar, dass die wichtigsten Projektziele erreicht und die Erwartungen zum Teil übertroffen werden.“ Vergleichbare Auenbereiche in einer solch naturnahen

Regierungspräsidentin Judith Pirscher (Mitte) hat sich gemeinsam mit Anna Morsbach, Projektverantwortliche bei der Bezirksregierung Detmold, und Dr. Günter Bockwinkel, Projekt-Planer und Bauoberleiter vom Büro NZO GmbH, ein Bild von der renaturierten Lippe bei Paderborn-Sande gemacht. Zahlreiche Vogelarten haben dort bereits gebrütet. (Foto: Bezirksregierung Detmold).

Ausprägung und Vollständigkeit gebe es an der Lippe zwischen Sande und Lippstadt sonst nicht. Rings um das Renaturierungsgebiet wurde zusätzlich ein Weidezaun errichtet. Zukünftig sollen Rinder in der Lippeaue weiden und in Teilflächen die aufkommende Vegetation zu einem vielfältigen Mosaik aus Auwald, Hochstauden und Grasfluren entwickeln.

Renaturierungsbereich ist Naturschutzgebiet

Der Renaturierungsbereich ist Naturschutzgebiet und darf zum Schutz vor Störungen nicht betreten werden. Auf der Lippe selbst ist das Kanufahren erlaubt, ein Einstieg am Gut Lippesee ermöglicht den Start. Das Aussteigen aus dem Boot ist in dem Renaturierungsgebiet nicht erlaubt. Das Naturschutzgebiet soll zügig durchfahren werden.

Über die Lippe-Renaturierung

Im Rahmen der Renaturierung hat die Bezirksregierung Detmold in einer achtmonatigen Bauphase die künstlich befestigten Ufer der Lippe entfestelt und den begradigten Verlauf in ein geschwungenes Fließgewässer umgestaltet. Auf einer Auenfläche von rund 14 Hektar kann sich die Lippe nun ausbreiten. Der Verlauf der Lippe wurde von ursprünglich 650 Meter auf 1.300 Meter Länge verdoppelt. An ausgewählten Punkten informieren großformatige Tafeln über das Renaturierungsprojekt und die Entwicklung der Lippe. Aufgrund der Corona-Pandemie sind derzeit keine öffentlichen Führungen möglich, sie sollen aber in Zukunft allen Interessierten die Möglichkeit geben, sich direkt vor Ort ein Bild zu machen. Über die weitere Entwicklung der Lippe informiert auch die projektbezogene Internetseite: www.wilde-lippe.de.

ERSTE SCHRITTE RICHTUNG ZUKUNFT

*20 Paderborner Jugendliche starten
mit Unterstützung der Heinz Nixdorf Stiftung
in das Förderprogramm Studienkompass*

Paderborn. Anfang September wurden 20 Schülerinnen und Schüler aus Paderborn in den Räumlichkeiten des Heinz Nixdorf MuseumsForums feierlich in das Förderprogramm Studienkompass aufgenommen. In den kommenden drei Jahren erwartet die Jugendlichen eine individuelle Unterstützung von Mentorinnen und Mentoren sowie Hilfe bei der Studien- und Berufsorientierung, um den Übergang von der Schule an die Hochschule oder in die Ausbildung zu erleichtern. Alle neuen Stipendiatinnen und Stipendiaten stammen aus Familien ohne akademische Erfahrung. In der Region Paderborn wird der Studienkompass seit 2009 durch die Heinz Nixdorf Stiftung ermöglicht und hat hier bereits fast 280 junge Menschen begleitet.

Die Herkunft spielt bei der beruflichen Orientierung immer noch eine große Rolle. Der Nationale Bildungsbericht 2018 im Auftrag des Bundesministeriums für Bildung und Forschung und der Kultusministerkonferenz zeigt es deutlich: Von 100 Akademikerkindern studieren 79, von 100 Kindern aus Familien ohne akademischen Hintergrund schaffen nur 24 den Sprung an die Hochschule. Der Studienkompass setzt an dieser Stelle an, zeigt unbekannte Möglichkeiten auf, stärkt Selbstvertrauen und begleitet die Geförderten auf der Suche nach einem individuell passenden Bildungsweg. Im Fokus der Förderung steht die Vermittlung von Fähigkeiten, mit denen eine zukunftsorientierte Berufsentscheidung getroffen werden kann. Darüber hinaus stärkt das Programm relevante Zukunftskompetenzen wie den Umgang mit Herausforderungen oder das Arbeiten im Team. Die Studienkompass-App bietet den Geförderten und weiteren interessierten Jugendlichen zahlreiche interaktive Lernformate sowie Informations- und Weiterbildungsangebote für die eigene Zukunftsplanung.

Anlässlich der stimmungsvollen Aufnahmefeier in Anwesenheit vieler Eltern und Lehrkräfte beglückwünschte Prof. Dr. Nikolaus Risch, Vorstand der Heinz Nixdorf Stiftung und ehemaliger Präsident der Universität Paderborn, die Teilnehmenden: „Die Jugendlichen haben mit ihrer Bewerbung schon viel Einsatz gezeigt. Sie sind bereit sich mit ihrer Zukunft aktiv auseinanderzusetzen. Mit dem Studienkompass unterstützen wir sie auf ihrem individuellen Weg, ermutigen sie Neues zu wagen und vermitteln ihnen wichtige Fähigkeiten – bestmögliche Grundsteine für einen erfolgreichen Lebensweg.“

„In den kommenden drei Jahren unterstützen wir die Geförderten bei einer gezielten Zukunftsplanung. Dabei fokussieren sich die Angebote insbesondere auf Kompetenzen, die in der zukünftigen Arbeitswelt wichtig sein werden. Daneben setzt der Studienkompass mit digitalen Lehr- und Lernformaten auf zeitgemäße Förderinhalte. So auch mit der programmeigenen App zur Studien- und Berufsorientierung“, ergänzt Dr. Ulrich Hinz, Bereichsleitung Schülerförderung der Stiftung der Deutschen Wirtschaft. Nach der Aufnahmefeier starten die Geförderten in den ersten Workshop. Unter dem Motto „Leinen los!“ entdecken die Jugendlichen zwei Tage lang ihre individuellen Stärken, Ziele und Visionen.

Über den Studienkompass

Das Förderprogramm unterstützt bundesweit aktuell mehr als 1.100 Schülerinnen und Schüler aus Familien ohne akademische Erfahrung beim Übergang von der Schule an die Hochschule oder in die Ausbildung. Rund 3.500 junge Menschen haben das Programm bereits erfolgreich durchlaufen.

Der Studienkompass ist eine Initiative der Accenture-Stiftung, der Deutsche Bank Stiftung und der Stiftung der Deutschen Wirtschaft (sdw). In den letzten Jahren haben sich zahlreiche Partner angeschlossen. Hauptförderer sind die aim – Akademie für Innovative Bildung und Management Heilbronn-Franken, die aqivator gGmbH und die Karl Schlecht Stiftung.

Förderer des Studienkompass sind: Heinz Nixdorf Stiftung, Hans Hermann Voss-Stiftung, Bundesverband Deutscher Stiftungen & Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend mit „Menschen stärken Menschen“, RAG-Stiftung, Gertrud und Hellmut Barthel Stiftung, PAI Partners, Rise, Dr. Egon und Hildegard Diener-Stiftung im Stifterverband für die Deutsche Wissenschaft, S&P Family Office, Unternehmensverbände im Lande Bremen, Merck Finck Stiftung, Albert und Barbara von Metzler-Stiftung, Sebapharma und weitere.

Schirmherrin des Programms ist die Bundesministerin für Bildung und Forschung, Anja Karliczek.

Mehr Informationen unter www.studienkompass.de

HERBSTLIBORI IN PADERBORN

Zum traditionellen Herbstliborifest lädt die Stadt Paderborn in diesem Jahr von Samstag, 23. Oktober, bis Sonntag, 31. Oktober, ein. Foto: Stadt Paderborn

Geöffnet ist die Kirmes

montags bis donnerstags von 14 bis 22.30 Uhr,

freitags und samstags von 14 bis 23 Uhr und

sonntags von 11.30 bis 22.30 Uhr.

400 Meter lange Kirmesmeile lockt vom 23. bis 31. Oktober

Zum traditionellen Herbstliborifest lädt die Stadt Paderborn in diesem Jahr von Samstag, 23. Oktober, bis Sonntag, 31. Oktober, ein. Auf der 400 Meter langen Kirmesmeile auf dem Liboriberg bieten 69 Stände ein Erlebnis, das an Zeiten vor Corona erinnert: Die aktuellen Regelungen ermöglichen erstmals seit Beginn der Pandemie ein fast gewöhnliches Kirmestreiben.

Zäune oder Einlasskontrollen wird es auf dem Liboriberg nicht geben. Nur an den Wochenenden, an denen mit deutlich mehr Be-

sucherinnen und Besuchern zu rechnen ist, gilt für Herbstlibori die 3 G-Regel, um das Risiko für die Besucherinnen und Besucher auch bei kleineren Abständen zu verringern. Impf-, Genesenen- oder negative Testnachweise werden dann stichprobenhaft auf dem gesamten Kirmesgelände kontrolliert. Das Testergebnis (Antigen-Schnelltest oder PCR-Test) darf höchstens 48 Stunden alt sein. Schülerinnen und Schüler werden aufgrund der Teilnahme an den Schultestungen getesteten Personen gleichgestellt. Aufgrund der vorhergehenden Herbstferien besteht für Schülerinnen und Schüler am ersten Kirmes-

wochenende allerdings ebenfalls eine Testpflicht. Kinder bis zum Schuleintritt sind ebenfalls getesteten Personen gleichgestellt. Die Stadt Paderborn folgt damit den Regelungen aus der Coronaschutzverordnung.

Aufgrund der genannten Regelungen wurde die Kirmes im Bereich des Rosentores geringfügig umgestaltet, so dass hier auch am Wochenende keine 3 G-Regel greifen muss. Dies erleichtert vor allem Passanten aus der Südstadt einen ungehinderten Zugang zur Innenstadt. Das sonst dort übliche historische Paderborner Pferdekarrussell, das den Durchgang sonst verengt hat, ist in Richtung Westerntor verschoben worden.

Auch wenn keine Maskenpflicht auf dem Kirmesgelände herrscht, empfiehlt die Stadt bei Nichteinhaltung des Mindestabstands das Tragen einer Maske.

„Entgegen vieler Absagen in der Region haben wir mit diesem Herbstliborifest versucht, ein Stück Normalität im Rahmen des Möglichen zu organisieren, um den vielen Kirmesfreunden in Stadt und Kreis nach langer Durststrecke wieder einen Höhepunkt zu bieten“, so Paderborns Stadtmarketingchef Jens Reinhardt, der sich dafür bei allen Beteiligten bedankt.

Auf der Kirmesmeile erwarten die Besucherinnen und Besucher wieder viele Attraktionen: Ein besonderer Anziehungspunkt ist das bekannte Riesenrad „Movie Star“. Mit 26 Gondeln und einer Gesamthöhe von 38 Metern beschert es den Fahrgästen einen Rundumblick über das Kirmesgeschehen und über weite Teile Paderborns.

Erstmals ist in diesem Jahr die schön gestaltete Familienachterbahn „Emil der Wurm“ dabei, die Jung und Alt zu einer rasanten Fahrt einlädt. Auch der Kraken „Polyp“ nimmt die Fahrgäste zum ersten Mal in Paderborn in seine Fangarme.

Für alle, die es noch rasanter mögen, steht das beliebte Fahrgeschäft „Jekyll & Hyde“ auf dem Liboriberg. Bei der Beschleunigung wirken rasante 4 G-Kräfte auf die Fahrgäste des modernen Propellers. Nichts für schwache Nerven ist auch das ultraschnelle Hoch-Rund-Fahrgeschäft „Kick-Down“.

Natürlich dürfen auch die Traditionsgeschäfte „Musik-Express“ und das „Paderborner Pferdekarrussell“ auf dem Berg nicht fehlen. Ein weiterer Klassiker ist der Autoscooter: Der „Cadillac“ feierte 2019 seine Premiere in Paderborn und war beim Publikum sofort beliebt. In dem Kirmesoriginal „Break-Dancer“ trifft man sich, um bei aktuellen Bässen eine rasante Fahrt zu genießen.

Die kleineren Besucher können im beliebten „Märchenland“ ihre Fahrkünste auf nostalgischen Schienen unter Beweis stellen. Darüber hinaus lädt das Kinderfahrgeschäft „Timmy's Zeitreise“ die Jüngsten zu einer Rundfahrt ein. Sportlich geht es auf dem „Bungee Trampolin“ zu.

Auch für die Gaumenfreude ist zu Herbstlibori gesorgt. Der „Schinderhannes“ sowie viele weitere Imbissgeschäfte und bekannte Ausschankbetriebe laden zum Verweilen ein.

Wurf- und Belustigungsgeschäfte runden das Kirmeserlebnis ab. Weitere Kirmes-Highlights erwarten die Besucherinnen und Besucher außerdem in der Westernstraße.

Herbstlibori geht auf das Jahr 1627 zurück. Es soll an die Rückgabe der vom Braunschweiger Herzog Christian (genannt „Der tolle Christian“) geraubten Reliquien des Heiligen Liborius, Stadt- und Bistumspatron von Paderborn, erinnern. Am 31. Oktober des Jahres wurden die Reliquien des Schutzpatrons nach fünfjähriger Irrfahrt feierlich in den Dom zurückgeführt. 1622 hatte Christian von Braunschweig im Dreißigjährigen Krieg die Bischofsstadt überfallen, den Domschatz geplündert und den Reliquienschrein geraubt.

HERBST Libori PADERBORN

23. - 31. Okt.

Das Infoportal rund um die Volksfeste in Paderborn!

KIRMES-PADERBORN.de

auch auf Facebook

kirmes-paderborn

Kirmes auf dem Liboriberg

Öffnungszeiten: Mo.-Do. 14.00 – 22.30 Uhr | Fr.-Sa. 14.00 – 23.00 Uhr | So. 11.30 – 22.30 Uhr



AUTO-
HERBST

Bei schlechten Sichtverhältnissen erhöht sich die Gefahr von Wildunfällen. Foto: zenturio1st/stock.adobe.com/Gothaer AG/akzo

DIE GEFAHR FÜR WILDUNFÄLLE STEIGT WIEDER: *Kfz-Versicherung springt in der Regel ein*

Es wird früher dunkel, die Straßen sind oft nass und mit Laub gepflastert. Kein Wunder, dass in der dunklen Jahreszeit mehr Unfälle passieren. Hinzu kommt die Brunft der Hirsche. Wanderer und Förster beobachten die Tiere gerne, für den Autofahrer kann die Situation aber schnell außer Kontrolle geraten. So bestätigt der Gesamtverband der Deutschen Versicherungswirtschaft e. V. (GDV), dass Wildtierunfälle ein Rekordhoch aufweisen: 2019 verzeichnete die Branche 295 000 derartige Kfz-Schäden. Noch nie war diese Zahl so hoch, gleichzeitig werden die Schäden immer teurer.

So sollten Autofahrer reagieren

Was tun, wenn plötzlich ein Reh mitten auf der Straße steht? Viele handeln instinktiv, versuchen auszuweichen und kollidieren im schlimmsten Fall mit einem Baum. Auch wer sich an die Anweisungen aus der Fahrschule erinnert – abblenden, hupen und möglichst die Spur halten –, kommt beim Zusammenstoß mit dem Tier in der Regel nicht um einen Fahrzeugschaden herum. Nach einem Unfall sollte der Autofahrer die Polizei verständigen und Fotos der Schäden machen. Es sollte nichts verändert werden, wichtig ist es, sich eine Wildunfallbescheinigung ausstellen lassen. Kommt es bei einem Ausweichmanöver zu einem Unfall oder wurde vor Schreck das Fahrzeug in den Straßengraben gelenkt, so muss bewiesen werden, dass durch dieses Manöver ein größerer Schaden verhindert wurde.

Kfz-Versicherung regelt Autoschäden

Autofahrer müssen sich keine Sorgen um die Kosten machen. Für einen umfassenden Schutz ist der Abschluss einer Vollkaskoversicherung zu empfehlen. Dann greift der Versicherungsschutz auch bei Wildunfällen, die nicht über die Teilkasko abgedeckt werden oder wenn der Fahrer einen Wildunfall nicht nachweisen kann. Die Zahlen der GDV werden von der Gothaer Versicherung bestätigt: Im Unternehmen zeigen die 3 847 registrierten Kfz-Wildtierschäden in 2019 eine Steigerung von 12,5 Prozent zum Vorjahr. Die Kaskoschäden durch Wildunfälle seien von 2018 auf 2019 um fast 18 Prozent gestiegen. „Die einzelnen Schäden werden deutlich teurer, weil die Autos technisch immer ausgereifter sind, zum Beispiel durch Bordelektronik, Sensoren und Kameras“, so Gothaer Kfz-Experte Armin Eckert. Sein Unternehmen versichert den Zusammenstoß mit Tieren aller Art, manche Anbieter decken nur Schäden durch „Haarwild“, also Rehe, Hirsche und Wildschweine, ab.

Aktuell lohnt es sich doppelt, die eigene Kfz-Versicherung zu überprüfen. Denn zum Jahresende werden bei vielen Gesellschaften die Beiträge zur Kfz-Versicherung angepasst. Das führt zu einem Sonderkündigungsrecht, ein Wechsel ist in der Regel zum 30. November möglich. So lassen sich schnell einige Euro sparen und unter Umständen lässt sich auch die Absicherung in Sachen Wildunfällen optimieren. (akzo)

DEN REIFENWECHSEL NICHT VERSCHLAFEN

Von Oktober bis Ostern:

Autofahrer sollten frühzeitig auf Winterreifen umsteigen

(djd). Jedes Jahr dasselbe Bild: Nach der ersten Frostnacht und mit den ersten Schneeflocken des Winters bilden sich lange Schlangen und Wartezeiten an den Werkstätten. Viele Autofahrer entscheiden sich auf den buchstäblich letzten Drücker dazu, von Sommer- auf Winterreifen zu wechseln. Dabei ist längst bekannt, dass Winterreifen nicht erst bei Eis und Schnee die richtige Wahl sind. Bereits ab Außentemperaturen von sieben Grad Celsius bieten sie aufgrund ihrer speziellen Gummimischung mehr Grip als Sommermodelle. Daher empfiehlt sich ein frühzeitiger Wechsel auf die Winterbereifung - das erhöht nicht nur die Sicherheit auf der Straße, sondern erspart lästige Wartezeiten an den Werkstätten, wenn alle anderen Autofahrer wechseln wollen.

Gesetzliche Winterreifenpflicht

Die Faustregel für das Montieren der Winterreifen von „O bis O“ - also von Oktober bis Ostern - hat nichts von seiner Berechtigung verloren. Schließlich kommt der erste Wintereinbruch bisweilen unverhofft früh. Wer darauf nicht vorbereitet ist, hat das Nachsehen und gefährdet auf Sommerreifen sich selbst und andere. Ganz abgesehen von der Gesetzeslage: Der Autofahrer ist verpflichtet, stets mit einer Bereifung unterwegs zu sein, die der Witterung angepasst ist. Wer etwa auf Schnee mit Sommerreifen erwischt wird, muss mit einem Bußgeld rechnen. „Das alles sind gute Gründe, frühzeitig mit den ersten kühleren Herbsttagen den Wechsel der Bereifung zu planen. Dann ist noch genug Zeit, den Zustand der eingelagerten Winterreifen zu überprüfen und sich bei Bedarf um Ersatz zu kümmern“, sagt Thierry Delesalle von ReifenDirekt.de. Denn auch bei den Wintergummis kommt es auf den einwandfreien Zustand an, um Sicherheit in verschiedenen Wetter- und Verkehrssituationen bieten zu können.

Auf genug Profil achten

Vor allem das Reifenprofil ist entscheidend, im Winterhalbjahr noch mehr als im Sommer. Experte Delesalle rät, Winterreifen nicht bis zur erlaubten Grenze von 1,6 Millimetern zu benutzen: „Bei einem Profil von vier Millimetern und weniger empfiehlt sich ein Austausch.“ Wer Ersatz benötigt, wird etwa auf www.reifendirekt.de fündig. Winterreifen oder auch Kompletträder, bestehend aus Reifen und Felgen, kann man hier online bestellen, wahlweise zur Lieferung nach Hause oder zu einem von über 9.500 Montagepartnern bundesweit. Häufig bieten die Werkstätten einen Einlagerungsservice für die Sommerreifen an.

Noch ein Tipp für sicheres Autofahren im Winter: Neben der Profiltiefe sollten Autofahrer den Reifenfülldruck regelmäßig überprüfen. Zudem ist es sinnvoll, Reste von Salz, Matsch und Eis regelmäßig zu entfernen, damit keine unschönen Spuren auf den Felgen bleiben.

FIT FÜR DEN HERBST

Genügend Profil für viel Grip: Bereits bei herbstlichen Straßenverhältnissen mit rutschigem Laub sind Winterreifen von Vorteil.

Foto: djd/ReifenDirekt.de/thx





AN BREMSSCHEIBEN IST VERSCHLEISS HÄUFIG AUCH FÜR AUTOFAHRER GUT ZU ERKENNEN. BEI BEDARF WECHSELT DIE FACHWERKSTATT DIE SCHEIBE AUS.

Foto: Continental/akzo

BREMSEN, REIFEN, KLIMAANLAGE UND CO.:

So bleibt Ihr Auto fit für Herbst und Winter

Das Szenario kennt jeder: nasse Straßen, übersät mit Laub, nebelverhangene Landschaften, Dauerregen, Windböen, Graupelschauer. Bei solchen Bedingungen müssen gerade Bremsen und Reifen Höchstleistungen bringen. Denn: Schmierige Straßen können den Bremsweg verlängern, das Bremsverhalten verändern und unkontrollierbar machen. Das erfordert Topform von den Bauteilen, die jedoch immer stark beansprucht werden und daher verschleißanfällig sind. Aus diesem Grund sollten Bremsen und Reifen regelmäßig kontrolliert werden – erst recht, wenn es Richtung Wintersaison geht. Weiterer Faktor für die Sicherheit in der kalten Jahreszeit: die Klimaanlage. Sie sorgt für freie Sicht statt beschlagener Scheiben. Ein Lichttest, den Werkstätten kostenlos anbieten, sollte ebenfalls zum Standard gehören – um zu überprüfen, ob die Scheinwerfer richtig eingestellt sind. Technische Mängel an Bremsen, Reifen, Klimaanlage und Co. können im schlimmsten Fall zu schweren Unfällen führen. Spezialisten wie das Technologieunternehmen Continental empfehlen deshalb, einen professionellen Sicherheitscheck vor der kalten Jahreszeit durchzuführen. Außerdem raten die Experten dringend dazu, Markenprodukte in Originalqualität zu verwenden. Nur so können sich Verbraucher auf ausgereifte Sicherheitstechnologien auf dem neusten

Stand verlassen. Bevor es aber in die Werkstatt oder zum Händler geht, sollten Autofahrer zunächst selber auf Auffälligkeiten bei ihrem Fahrzeug achten – wie verändertes Fahr- und Bremsverhalten oder der richtige Reifendruck. Ebenso sollten sie dafür sorgen, genügend Scheibenwischwasser mit Frostschutzfaktor mit an Bord zu haben. Sollten Sie die Winterreifen selbst montieren, gilt: Überprüfen Sie die Räder vorher immer auf Schäden und ziehen Sie diese mit dem vorgeschriebenen Drehmoment fest. Winterreifen sollten eine Mindestprofiltiefe von vier Millimetern haben, da ihre Haftung auf Schnee oder Eis ansonsten deutlich nachlässt.

Auch die Klimaanlage hat im Herbst und Winter eine wichtige Funktion: Sie reguliert sowohl die Temperatur- als auch Luftfeuchtigkeit. Wenn die Scheiben von innen beschlagen, sorgt sie dafür, dass der Luft Feuchtigkeit entzogen wird. Deshalb sollten Autofahrer darauf achten, dass ihre Klimaanlage funktionsfähig ist. Ein Klimageservice kann bei der Inspektion mit durchgeführt werden. Apropos klare Sicht: Bilden sich beim Benutzen der Scheibenwischer Schlieren auf der Windschutzscheibe, sollte der Scheibenwischergummi gereinigt oder gegebenenfalls ausgetauscht werden. (akzo)

GUTE FAHRT MIT GUTER SICHT

Autobeleuchtung und Scheibenwischer vor der dunklen Jahreszeit gründlich überprüfen

Es ist dunkel und regnerisch, die Windschutzscheibe beschlägt immer wieder von innen. Die Scheibenwischer ziehen mit jeder Bewegung kräftige Schlieren, die zusätzlich die Sicht beeinträchtigen. Unter diesen Bedingungen kann es schnell zu gefährlichen Situationen im Straßenverkehr kommen. Gerade bei herbstlichem Schmuddelwetter lautet daher das Motto „Sehen und gesehen werden“. Eine funktionstüchtige und richtig eingestellte Beleuchtung trägt ebenso dazu bei wie frische Scheibenwischer. Beschlagene Scheiben können auch auf einen verschmutzten Innenraumfilter hinweisen. Bosch-Experten raten, mindestens einmal jährlich den Innenraumfilter zu wechseln. Zum Start in die nasskalte Jahreszeit empfiehlt sich daher ein Boxenstopp in der Werkstatt. Ein gründlicher Fahrzeugcheck kann nicht nur die Sicherheit verbessern, sondern auch vor Pannen schützen.

SEHEN UND GESEHEN WERDEN

Der jährliche Lichttest, den Kfz-Werkstätten im Herbst anbieten, ist für viele Autofahrer ein Pflichttermin. Denn wenn die Autoscheinwerfer falsch eingestellt sind, kann es schnell zu Blendungen des Gegenverkehrs und gefährlichen Situationen kommen. Bei bis zu jedem dritten Auto muss laut Erfahrungen der Werkstattprofis die Einstellung korrigiert werden. Um die Scheinwerfer wieder korrekt zu justieren, benötigt der Fachmann nur wenige Handgriffe. Der Stopp in der Werkstatt ist gleichzeitig eine gute Gelegenheit, um mit einem Herbst-Check auf Nummer sicher zu gehen. Eine streikende Batterie an frostigen Tagen ist ein häufiger und ärgerlicher Defekt, den man mit einem rechtzeitigen Test des Energiespenders vermeiden könnte. Fällt beim Werkstattaufenthalt auf, dass die Batterie bereits altersschwach geworden ist, kann sie direkt ersetzt werden - statt nach der ersten Frostnacht des Winters mit einer Panne liegenzubleiben.

CHECK SCHÜTZT VOR PANNEN

Viele Werkstätten bieten speziell auf die Herbst-/Wintersaison angepasste Checks an. Zum Testprogramm gehören neben der Batterie die Bremsanlage, der Motor und vieles mehr. Empfehlenswert ist häufig auch der Austausch der Scheibenwischer. Schlieren auf dem Glas und das Licht des Gegenverkehrs können sonst zu unangenehmen und gefährlichen Beeinträchtigungen der Sicht führen. Solch ein Blindflug kann gerade bei herbstlichen oder winterlichen Straßenverhältnissen mit Nässe und Glätte fatale Folgen haben. Adressen von Fachbetrieben aus der eigenen Region finden Autofahrer beispielsweise unter www.boschcarservice.com/de/de. Außerdem gibt es hier nützliche Tipps zum sicheren Fahren in jeder Jahreszeit. (djd).

*KLARE SICHT BEI
JEDEM WETTER: FRISCHE
SCHEIBENWISCHER
SIND EINE LOHNENDE
INVESTITION.*



STIHL TIMBERSPORTS® DEUTSCHE MEISTERSCHAFT 2021

Sportholzfäller Robert Ebner macht sich mit Weltrekord zum Deutschen Meister 2021 – Andreas Striewe wird Vierter

Borchen/Gelsenkirchen. Es wurde das Extremsport-Spektakel, das sich die Fans erhofft hatten: Die STIHL TIMBERSPORTS® Athleten begeisterten die Zuschauer im Gelsenkirchener Amphitheater und zu Hause vor den Bildschirmen mit sportlichen Höchstleistungen an Axt und Säge und Spannung bis zur letzten Sekunde. Und zum krönenden Abschluss gab es auch einen hochkarätigen Machtwechsel an der Spitze: Robert Ebner setzte sich gegen den Favoriten Danny Martin durch und sicherte sich mit einem neuen Hot Saw-Weltrekord seine siebte Meisterschaft. Der Borchener Andreas Striewe beendete den Wettkampf auf Platz vier.

Endlich wieder STIHL TIMBERSPORTS® vor sichtbarem Live-Publikum! Nach zweijähriger, corona-bedingter Unterbrechung avancierte die Deutsche Meisterschaft 2021 im Amphitheater Gelsenkirchen zum „Zuschauer-Comeback“. Und der frenetische Jubel der Fans übertrug sich von Beginn an auf die zehn besten Sportholzfäller des Landes, die sich für die lautstarke Anfeuerung mit einem spannenden Extremsport-Wettkampf bedankten. Insgesamt sechs Disziplinen, jeweils drei mit Axt und drei mit Säge, präsentierten die Athleten im Kampf um die nationale Meisterschaft und einmal mehr fiel die Entscheidung erst im großen Finale an der Rennmotorsäge Hot Saw, mit bis zu 80 PS.

SCHNITT INS GLÜCK:
Mit einem neuen Weltrekord
machte Robert Ebner
seine siebte Deutsche
Meisterschaft perfekt.



Dann war es Robert Ebner, der nur 4,87 Sekunden benötigte, um drei Scheiben von einem senkrecht verankerten Baumstamm zu sägen und sich so mit einem neuen Weltrekord den Titel sicherte – damit war Robert Ebner gleichzeitig der Erste, der diese Disziplin unter fünf Sekunden bewältigen konnte. Nach einer von Verletzungen geplagten Saison und unglücklichen Auftritten an der Hot Saw im Vorjahr, verdiente sich Ebner dank einer herausragenden Performance und Tagesbestzeiten in Gelsenkirchen endlich seinen siebten Titel: „Ich habe immer an die Säge geglaubt und wollte es allen beweisen. Ich wollte Weltrekord schneiden und das Ding nach Hause bringen. Ich danke meiner Familie und bin unendlich froh, endlich meinen siebten Titel geholt zu haben.“ Vor dem letzten Heat an der Hot Saw gewann der 36-Jährige bereits drei weitere Disziplinen und wurde Best Axe- und Best Sawman.

Nur knapp dahinter musste sich der große Favorit Danny Martin geschlagen geben. Nach dominanten Vorstellungen in den Qualifikationswettkämpfen verpasste der amtierende Meister die Titelverteidigung am Ende denkbar knapp. „Es war ein sehr harter Wettkampf, ich habe mich sehr über den nationalen Rekord an der Stock Saw gefreut und kann mir nichts vorwerfen. Gratulation an Robert – er hat nach einem schweren Jahr eine starke Leistung und einen Wahnsinns-Schnitt hingelegt.“

Auch für Lars Seibert verpasste den ganz großen Wurf einmal mehr nur knapp. Der Homberger präsentierte sich in guter Form und schaffte unter anderem in den Disziplinen Standing Block Chop und Single Buck starke Zeiten. Dass es schließlich nur zum dritten Platz reichte, verdarb dem Hünen allerdings nicht die Laune: „Ich bin zufrieden, es war eine gute Leistung. Es war ein super Wettkampf mit einem unglaublichen Finale vor einer großartigen Kulisse – überragend, dass endlich wieder Zuschauer dabei sein konnten, sie haben uns immens gepusht.“

Andreas Striwe, der, als einziger Sportler aus NRW, als Lokalmatador ins Rennen gegangen ist, reihte sich direkt hinter den Podiumsplätzen auf Rang vier ein: „Im Großen und Ganzen bin ich mit der Platzierung sehr zufrieden, auch wenn ich ein wenig auf das Podium gehofft habe. Aber die drei haben einfach ihre Hausaufgaben gemacht und ich bin zufrieden mit meiner Leistung.“

Das vollständige Ranking der Deutschen Meisterschaft kann in der STIHL TIMBERSPORTS® Database nachgelesen werden.

Weltmeisterschaft als internationalen Saison-Highlight

Als Deutscher Meister hat Robert Ebner nun die Chance sich bei der STIHL TIMBERSPORTS® Weltmeisterschaft am 2. Oktober in München mit den besten Sportholzfüllern der Welt zu messen. Für die Weltmeisterschaft qualifizieren sich die nationalen Meister der Überseeregionen Australien, Kanada, Neuseeland und USA sowie die besten acht europäischen Landesmeister.



Bild 1: Andreas Striwe, hier an der Single Buck, beendete die Deutsche Meisterschaft auf Platz vier.

Bild 2: Auch Danny Martin glänzte unter anderem mit einem nationalen Rekord an der Stock Saw. Dennoch musste er sich am Ende mit dem zweiten Platz zufriedengeben.

Bild 3: Weltkord: Robert Ebner ist der erste TIMBERSPORTS Athlet, der an der Hot Saw die Fünf-Sekunden-Marke knacken konnte.

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 | Silvia Rüsing | Julia Röken

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

KD-BANK-STIFTUNG FÖRDERT DAS PROJEKT „GRÜNDUNG EINES GESUNDHEITSFONDS“ MIT 3.000 EURO

*Diakonie Paderborn-Höxter e.V. möchte
Menschen mit geringem Einkommen bei
Gesundheitsausgaben helfen*



Freuen sich über die Unterstützung der KD-Bank-Stiftung für das Projekt „Gründung eines Gesundheitsfonds“ der Diakonie: (v. l.) Vanessa Kamphemann, Vorstand der Diakonie Paderborn-Höxter e.V. und Bettina Wessel, Diplom-Sozialarbeiterin in der Schuldner- und Insolvenzberatung der Diakonie. Foto: Diakonie Paderborn-Höxter

Kreis Paderborn/Kreis Höxter (dph). Die KD-Bank-Stiftung unterstützt ein neues Vorhaben der Diakonie Paderborn-Höxter e.V. mit 3.000 Euro. „Hiermit ist der Grundstein für ein wegweisendes Projekt in Form der Gründung eines Gesundheitsfonds gelegt“, freut sich Vanessa Kamphemann, Vorstand und Geschäftsführung der Diakonie Paderborn-Höxter e.V.

In Haushalten mit geringem Einkommen führen Ausgaben im Zusammenhang mit medizinischen und therapeutischen Behandlungen oft zu einer erheblichen finanziellen Belastung. „Wir stellen immer häufiger fest, dass Menschen, die zu uns in die Beratung kommen, dringend benötigte Behandlungen, Medikamente und andere medizinische Leistungen nicht in Anspruch nehmen können oder diese hinausschieben, weil ihnen hierfür schlichtweg das Geld fehlt“, berichtet Bettina Wessel, Diplom-Sozialarbeiterin in der Schuldner- und Insolvenzberatung der Diakonie Paderborn-Höxter e.V.

Konkret bedeutet dies, dass beispielsweise Rezepte für ärztlich verordnete Medikamente wegen der Selbstbeteiligung nicht oder nur verzögert eingelöst werden. Der notwendige stationäre Krankenhausaufenthalt, die Zahnbehandlung, der Kauf einer Brille oder die Versorgung mit Heilmitteln werden aufgrund der damit verbundenen Eigenbeteiligung aufgeschoben oder gar nicht in Anspruch genommen. All dies kann zu schweren krankheitsbedingten Folgen und zu einer Ausgrenzung von der Teilhabe an der Gesellschaft führen.

„Manche Gesundheits-Ausgaben werden auch gar nicht von der Krankenkasse übernommen. Dazu gehören zum Beispiel Fahrtkosten zu Kontrolluntersuchungen oder für eine spezielle Ernährung nach oder während einer Chemotherapie bei einer Krebsbehandlung“, so Petra Grunwald-Drobner, Diplom-Sozialpädagogin und Psychoonkologin in der Krebsberatung der Diakonie. In den Fällen, in denen die gesetzlichen Möglichkeiten ausgeschöpft sind, möchte die Diakonie-Paderborn-Höxter e.V. den in der Beratung befindlichen, betroffenen Menschen möglichst unbürokratisch und schnell helfen. Aus den Mitteln des Gesundheitsfonds soll dann eine finanzielle Unterstützung erfolgen, damit Menschen beispielsweise die Kosten für Medikamente, Sehhilfen oder die Eigenbeteiligung für einen Klinikaufenthalt bezahlen können. Die Stiftung der Bank für Kirche und Diakonie – KD-BANK-STIFTUNG – hat aus Stiftungserträgen des Jahres 2020 insgesamt 205.000 Euro für Projekte in Kirche und Diakonie ausgeschüttet. Gefördert wurden Projekte zu nachhaltigem Handeln, „Kinder stärken“ und Schuldnerberatung sowie drei Leuchtturmprojekte.

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



Starten Sie mit uns in eine entspannte Zukunft

ambulanter Pflegedienst, Hausnotruf, Beratung, Betreuung & Wohngemeinschaft



Der ambulante Pflegedienst des DRK unterstützt Sie bei:

- Betreuungsbesuche/-gespräche nach §37 Abs. 3 SGB XI
- Grundpflege SGB XI
- Behandlungspflege SGB V
- Betreuungsleistungen
- Hauswirtschaftliche Leistungen
- Hausnotruf

Ganz neu ist die Wohngemeinschaft „Villa Lippeblick“ in Delbrück-Boke. Hier leben die Senioren selbstbestimmt und haben die Möglichkeit ihre Räume individuell mitzugestalten.

Der Pflegedienst des DRK unterstützt die Bewohner in Betreuungs- und Pflegeleistungen und übernimmt die hauswirtschaftliche Versorgung. Eine persönliche Beratung zu unseren pflegerischen Leistungen ist auch vor Ort in Delbrück-Boke möglich.



DRK Kreisverband Paderborn Service gGmbH
Neuhäuser Str. 62-64 | 33102 Paderborn

05251 13093 16
pflegedienst@drk-paderborn.de

www.drk-paderborn.de

Wohngemeinschaft „Villa Lippeblick“
Paradiesstr. 24 | 33129 Delbrück

05250 7053 7199
villalippeblick@drk-paderborn.de

