

LEBEN

Juli 2022
Ausgabe 42

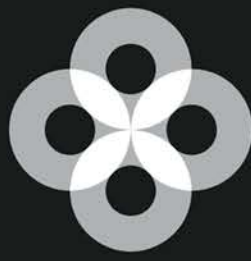
im Paderborner Land

LIBORI - PADERBORNS
FÜNFTE JAHRESZEIT

BORCHEN ERLEBEN

WIR L(I)EBEN LECKER
SUMMER COCKTAILS UND MEHR

KULTUR UND FREIZEIT**TIPPS**



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





Liebe Leserinnen und Leser,

der Sommer ist für viele Menschen die schönste Jahreszeit. Sommer, Sonne, und endlich wieder LIBORI, das Paderborner Land hat aktuell viel zu bieten!

Zahlreiche Veranstaltungen werden nun voller Optimismus unter freiem Himmel abgehalten. Nach der langen Corona-Pause sehnen sich die Leute nach fröhlichen Momenten. Wer es lieber ruhiger mag, sucht sich ein lauschiges Plätzchen am Ufer eines Sees oder in einem der zahlreichen Parks. Mit vielen Möglichkeiten sich an der frischen Luft auch sportlich zu bestätigen, zeigt sich das Paderborner Land Bewohnern und Gästen jetzt von seiner schönsten Seite. Auf einigen Seiten zeigen wir Ihnen, warum sich ein Besuch in Borchlen lohnt.

Zu lauen Sommernächten passen natürlich auch raffinierte Cocktails. Rezepte zum Selbermixen finden Sie in dieser Ausgabe. Wer sich lieber verwöhnen lassen möchte, dem empfiehlt unser Restaurant-Tester Burkhard Lohren diesmal eine Paderborner Cocktail-Bar.

Nun wünschen wir Ihnen viel Vergnügen beim Lesen und eine entspannte, schöne Sommerzeit!

Ihr Team vom „Leben - im Paderborner Land“

LIBORI
FESTIVAL



03 | EDITORIAL

05 | UMWELTBOX IM BÜRGERBÜRO

Leere Druckerpatronen für die Ukrainehilfe

#STOLENMEMORY

Kreismuseum Wewelsburg zeigt vom 21. Juli bis zum 10. August Container-Wanderausstellung der Arolsen Archive

06 | EIN BAUM AM PADERSEE ZUM 100. GEBURTSTAG VOM SOROPTIMIST INTERNATIONAL

07 | NEUBAU AUF DEM GELÄNDE DES BRÜDERKRANKENHAUSES

„Haus C“ heißt der Neubau für Labor, Medizinprodukteaufbereitung und Pathologie, der auf dem Campus des Brüderkrankenhauses St. Josef Paderborn entsteht

08 | STÄDTISCHE MUSEEN TESTEN ALTERNATIVES PREISKONZEPT

„Bezahl-was-du-willst“-Prinzip bis zum 18. September

09 | IN EINER EHEMALIGEN PADERBORNER KNEIPE ENTSTEHEN JETZT MASSGESCHNEIDERTE ROBOTER

Citymanager erkennt Wandel in der Nachnutzung innerstädtischer Immobilien

10 | WASSER ...MARSCH!

11 | HOME DELUXE ARENA

mit veränderter Optik

28 | MARKT MIT SEELE

Europas größter Klostermarkt im westfälischen Dalheim feiert Geburtstag

29 | KITA-KINDER HELFEN ZUM JUBILÄUM

Spendenaktion aus Herzjesu für die Aktion „Mama Bärchen hilft“ / Windeln und Hygieneprodukte gekauft



30 | WIR LIEBEN LECKER

Falafel-Burger mit Gemüse und Honig-Senf-Creme
Auberginen- und Zucchini-Röllchen
Sommer-Pizza mit Laowe Honigtomaten
Kartoffel-Paprika-Salat
Virgin Sunrise
Deluxe Summer Trip

35 | RESTAURANT-TIPP... MAL ANDERS

Szenen Hotspot in der City

36 | KULTUR- UND FREIZEITIPPS

Einfach mal machen: Mikroabenteuer in der Natur
„Gastronomie an der Wewelsburg“ eröffnet

40 | SOMMERZEIT IST BALKONZEIT:

Das sind die beliebtesten Balkonblumen!



12 | LIBORI

Endlich wieder Libori
„Aufatmen“ bei Gottesdiensten und Angeboten der Kirche
Zum Libori-Fest wird der Theo-Schulhof wieder zur Plaza Europa Libori wie vor 500 Jahren - Magdalenenmarkt
Stadtführungen zu Libori
Konzerte auf Libori
#PEACEBELL-Ausstellung mit Michael Patrick Kelly

20 | BORCHEN ERLEBEN!

Rudolf Steiner Werkgemeinschaft feiert Jubiläum
Rund um den Mallinckrodtthof
Wertvolle Streuobstwiesen im Paderborner Land
Geldautomaten-Sprenger haben Borchchen entdeckt



42 | BAUEN, WOHNEN, LIFESTYLE

Eleganz im Badezimmer

44 | BÜCHER-TIPP

Die Natur im Kreis Paderborn - Vielfältig und Besonders
Cornelia Fiechtl - Food Feelings

46 | "PADERBORN ÜBERZEUGT E.V." GEHT MIT NEUEM VORSTAND IN DIE ZUKUNFT

Standortstärkung bleibt ein wichtiges Ziel

UMWELTBOX IM BÜRGERBÜRO

LEERE DRUCKERPATRONEN FÜR DIE UKRAINEHILFE

Büren. Die Stadtverwaltung Büren hat ein Projekt gestartet, dass sowohl der Umwelt als auch den geflüchteten Menschen aus der Ukraine zugutekommt. Alles, was man dafür tun muss ist, seine leeren Druckertoner und -patronen zur Wiederverwertung in der im Bürgerbüro aufgestellten „Umweltbox“ zu entsorgen.

Manuel Krenz (Abteilungsleiter Bürgerdienste) und Sascha Glaser (Klimaschutzmanager) von der Stadtverwaltung Büren haben in dieser Woche die „Umweltbox“ im Bürgerbüro aufgestellt. Die in die Box eingeworfenen Patronen und Toner werden neu befüllt und wiederverkauft. Dank einer Kooperation zwischen der Initiative „Umweltbox“ und den Wirtschaftsjunioren Paderborn und Höxter wird der daraus entstehende Gewinn an den Kölner Förderverein „Jot Hätz e.V.“ gespendet. Der Verein sorgt dafür, dass die Beträge uneingeschränkt



Manuel Krenz (Abteilungsleiter Bürgerdienste) und Sascha Glaser vor der Umweltbox im Bürgerbüro beim Einwerfen einer Druckerpatrone. Foto: Stadt Büren

an Organisationen weitergeleitet werden, welche die vom Krieg in der Ukraine betroffenen Menschen unterstützen und versorgen.

Sascha Glaser weist darauf hin, dass bei der Produktion einer Tonerkartusche fünf Liter Erdöl verbraucht werden; für die Herstellung einer Druckerpatrone ist es nach Angaben der Initiative „Umweltbox“ immerhin ein Liter. 80 Prozent der 100 Millionen in Deutschland jährlich verkauften Kartuschen landen nach der Nutzung im Restmüll. Dabei braucht eine Kartusche etwa 450 Jahre um sich vollständig zu zersetzen. Es lohnt also, sich – alleine im Sinne des Klima- und Umweltschutzes – über die richtige Entsorgung seiner Druckerpatronen Gedanken zu machen. Noch mehr, wenn man mit der richtigen Entsorgung auch noch etwas Gutes tun kann. „Also, kommen Sie vorbei und nutzen Sie unsere Umweltbox. Wir freuen uns über jeden, der mitmacht!“ wirbt Sascha Glaser und lädt alle ein, sich an der Sammelaktion zu beteiligen.

#STOLENMEMORY

KREISMUSEUM WEWELSBURG ZEIGT VOM 21. JULI BIS ZUM 10. AUGUST CONTAINER-WANDERAUSSTELLUNG DER AROlsen ARCHIVES

Büren. Ob Uhren, Eheringe, Papiere oder Fotos - bei der Einlieferung in Konzentrationslager nahmen die Nationalsozialisten den Menschen ihre persönliche Habe ab, um sie eines weiteren Teils ihrer Identität zu berauben. Bis heute bewahren die Arolsen Archives noch etwa 2500 Umschläge mit diesen persönlichen Gegenständen auf. 2016 wurde mit #StolenMemory eine Kampagne ins Leben gerufen, um die Familien der Opfer zu suchen und ihnen die Objekte zurückgeben zu können.

Die Ausstellung #StolenMemory erzählt anhand von Fotos persönlicher Gegenstände ehemaliger KZ-Häftlinge ihre Lebens- und Verfolgungsgeschichten. Das Kreismuseum Wewelsburg zeigt vom 21. Juli bis zum 10. August die Container-Wanderausstellung auf dem Vorplatz der Wewelsburg. Der Eintritt ist frei. Sie kann zu den Öffnungszeiten des Kreismuseums besucht werden: dienstags bis freitags

von 10 bis 17 Uhr und samstags und sonntags von 10 bis 18 Uhr.

Die Ausstellung wird durch die Maßnahme „Kultur im ländlichen Raum“ der Beauftragten der Bundesregierung für Kultur und Medien gefördert.

Die Arolsen Archives sind ein internationales Zentrum über NS-Verfolgung mit dem weltweit umfassendsten Archiv zu den Opfern und Überlebenden des Nationalsozialismus. Die Sammlung mit Hinweisen zu rund 17,5 Millionen Menschen gehört zum UNESCO-Weltkulturerbe. Sie beinhaltet Dokumente zu den verschiedenen Opfergruppen des NS-Regimes und ist eine wichtige Wissensquelle für die heutige Gesellschaft.

EIN BAUM AM PADERSEE ZUM 100. GEBURTSTAG VOM SOROPTIMIST INTERNATIONAL

Freuen sich über den Baum und zwei Bänke an prominenter Stelle am Padersee für einen guten Zweck, v.l.n.r.: Brigitte Zacharias (Stadt Paderborn - Amt für Umweltschutz und Grünflächen), Helga Voss (Past-Präsidentin und Initiatorin), Julia Hambrock (Präsidentin), Claudia Warnecke (Technische Beigeordnete der Stadt Paderborn), Daniela Meschede vom SI-Club Paderborn.



Paderborn. „Wir möchten einen Beitrag zum Klimaschutz und zur Nachhaltigkeit leisten und gemeinsam mit vielen anderen die Lebensqualität in Paderborn steigern“, beschreibt die Präsidentin des Soroptimist-Club Paderborn Julia Hambrock eine besondere Aktion am Padersee. Anlässlich des 100. Geburtstags der Mutterorganisation Soroptimist International hat der Club nahe dem Padercafe einen Eisenholzbaum sowie zwei Bänke gespendet.

„Der Zeitpunkt der Pflanzung war im Dezember 2021 und der Baum ist bisher sehr gut angegangen“, berichtet Architektin Helga Voß, die lange bei der Stadt Paderborn als stellvertretende Leiterin des Gebäudemanagements gearbeitet hat und bis zum vergangenen Jahr Präsidentin des SI Clubs war.

Sie ist Initiatorin der Baumpflanzaktion, kennt beide Seiten – Verwaltung und Ehrenamt - und lobt vor allem „die vertrauensvolle und konstruktive Zusammenarbeit zwischen den Vertretern der Verwaltung und der Stadt Paderborn und dem Verein. Das war beispielhaft und hat durch den engagierten Einsatz aller Beteiligten zu diesem guten Ergebnis geführt.“

Ab sofort können alle Spaziergänger auf den zwei Bänken, welche vom Typus bereits im Mittleren Paderquellgebiet verwendet wurden Platz nehmen, die Gedanken schweifen lassen und dem Baum beim Wachsen zusehen.

Zu den Zielen des Soroptimist Clubs gehören neben der lokalen und internationalen Förderung und Unterstützung von Frauen und Mädchen auch Klimaschutz und Nachhaltigkeit. Präsidentin Julia Hambrock: „Mit der Sitzgruppe wollen wir auch mit dem Club sichtbar werden. Der für alle nutzbare Sitzbereich ist ein positives Zeichen für unsere Clubarbeit und macht uns als Soroptimisten in unserer Stadt präsenter und bekannter. Durch die punktuelle Aufwertung in diesem Bereich erhoffen wir uns eine Impulswirkung, weiter in ähnlicher Art und Weise aktiv zu werden.“

Wer sich den Baum und die Bänke anschauen möchte, sie sind in der Nähe des Padercafes gegenüber dem neuen Damm an der Paderseeumflut zu finden.

INSEKTENSCHUTZ NACH MASS

EIGENE PRODUKTION!



**AUSSTELLUNG
VOR ORT
TERMINE NACH
VEREINBARUNG**

K-I-S
KRÖGER-INSEKTEN-SCHUTZ

LIPPSCHE STR. 7
33165 LICHTENAU
TEL 05295 / 997663

WWW.KIS-INSEKTENSCHUTZ.DE

NEUBAU AUF DEM GELÄNDE DES BRÜDERKRANKENHAUSES

„HAUS C“ HEISST DER NEUBAU FÜR LABOR, MEDIZINPRODUKTEAUFBEREITUNG UND PATHOLOGIE, DER AUF DEM CAMPUS DES BRÜDERKRANKENHAUSES ST. JOSEF PADERBORN ENTSTEHT.



Der Kaufmännischer Direktor des Brüderkrankenhauses St. Josef Paderborn, Siegfried Rörig (l.) und Technikleiter Markus Jordan auf der Baustelle an der Brüderstraße, wo das „Haus C“ für Labor und Medizinprodukteaufbereitung entsteht. Foto: BBT-Gruppe

Paderborn. Auf dem Gelände des Brüderkrankenhauses, an der Ecke zur Brüderstraße, rollen derzeit die Bagger. Das Brüderkrankenhaus errichtet dort einen fünfgeschossigen Neubau inklusive Kellergeschoss. Hauptmieter ist die B+V Laborzentrum GmbH, eine vom Brüderkrankenhaus und den St. Vincenz-Kliniken Salzkotten + Paderborn gemeinsam betriebene Gesellschaft, die die fünf Krankenhäuser der beiden Träger (St. Vincenz, Frauen- und Kinderklinik St. Louise und St. Josefs-Krankenhaus Salzkotten sowie Brüderkrankenhaus St. Josef Paderborn und St.-Marien-Hospital Marsberg) mit Laborleistungen versorgt.

Seit 2007 ist das B+V Labor gemeinsam mit dem LADR Laborzentrum Paderborn (Dres. Kramer und Kuhlencord) auf zwei Etagen im Verwaltungsgebäude des Brüderkrankenhauses an der Husener Straße untergebracht. Doch die Fläche reicht nicht mehr aus, um dringend erforderliche neue Geräte anzuschaffen und die steigende Anzahl an Laboranforderungen abarbeiten zu können. In dem neuen Gebäude mieten B+V Labor und LADR die 1. und 2. Etage und können damit auf 2000 Quadratmetern ihre Fläche mehr als verdoppeln.

Außerdem wird in das Haus C die Aufbereitungseinheit für Medizinprodukte (AEMP), die Sterilgutversorgungsanlage, einziehen. Auch hier machen „Brüder“ und St. Vincenz nun gemeinsame Sache und weiten ihre bereits für das Labor bestehende Kooperation auf den Bereich der Medizinprodukteaufbereitung aus.

Am Brüderkrankenhaus ist der „Steri“ bisher in unmittelbarer Nähe der OP-Säle untergebracht. Doch diese Räumlichkeiten werden den technischen, hygienischen und behördlichen Anforderungen auf Dauer nicht mehr Stand halten und bieten schon jetzt nicht mehr ausreichend Platz für die steigende Anzahl an aufzubereitenden OP-Bestecken und anderen Produkten.

Vor denselben Herausforderungen stand auch die St. Vincenz-Krankenhaus GmbH. „So lag es nahe, dass wir nun auch die Aufbereitung der

Medizinprodukte gemeinsam angehen“, so Siegfried Rörig, Kaufmännischer Direktor des Brüderkrankenhauses St. Josef Paderborn. „Das B+V Labor ist eine Erfolgsstory gelebter Kooperation zwischen Brüdern und Vincentinern,“ bestätigt Jürgen Thau, kaufmännischer Geschäftsführer der St. Vincenz-Kliniken.

Die neue Aufbereitungsanlage wird im Erdgeschoss des Neubaus auf 1200 Quadratmetern untergebracht sein. Zu Stoßzeiten werden dort 30 Personen gleichzeitig arbeiten. Der Transport des Sterilguts in das benachbarte Brüderkrankenhaus erfolgt über einen Elektroschlepper direkt zum OP-Aufzug des Krankenhauses. Alle anderen Einrichtungen werden per LKW beliefert, wobei das Be- und Entladen über witterungsunabhängige Überladebrücken erfolgt. Jährlich werden rund 75000 sterile Einheiten für die fünf Krankenhäuser in dem Neubau aufbereitet.

Auch das ebenfalls zurzeit noch im Verwaltungsgebäude des Brüderkrankenhauses untergebrachte Institut für Pathologie der Ärzte Voss, Bürger und Kersting braucht mehr Platz und wird nach Fertigstellung als Mieter auf 800 Quadratmeter im 3. Obergeschoss umziehen.

Die Vorarbeiten für Haus C sind bereits abgeschlossen. In den Sommermonaten entsteht nun der Rohbau samt Keller und vier Obergeschossen. 16,6 Mio. Euro investiert das Brüderkrankenhaus in den mit modernster Technik ausgestatteten Bau. Der Rohbau soll im Mai 2023 fertig werden, erste Mieter können dann nach Fertigstellung im 1. Quartal 2024 umziehen.

Auch die andere Großbaustelle des Brüderkrankenhauses, der Neubau der Schule für Pflege und Gesundheit an der Lise-Meitner-Straße, kommt gut voran. Für Ende August ist das Richtfest geplant.

Für die Nutzung der freiwerdenden Bereiche des Verwaltungs- und Schulgebäudes an der Husener Straße wird zurzeit ein Raumkonzept erarbeitet. Platzbedarf gibt es in allen Abteilungen.

STÄDTISCHE MUSEEN

TESTEN ALTERNATIVES

PREISKONZEPT



Bildrechte: Stadt Paderborn

"Bezahl-was-du-willst"-Prinzip
bis zum 18. September

May Dog

Professionelle Hundeschule und Hundepension mit Herz



May Dog

Auf der Hödde 9
33181 Bad Wünnenberg-Leiberg
Telefon: 0173 - 4747420
E-Mail: maydog@gmx.de

Öffnungszeiten

Mo - Fr 09-13 Uhr · 15-18 Uhr
Sa 09-15 Uhr · nach Vereinbarung

Paderborn. In einer 10-wöchigen Testphase heißt es in den städtischen Museen „Pay What You Want“. Seit dem 12. Juli können Besucher*innen nach dem „Bezahl-was-du-willst“-Prinzip den Eintrittspreis selbst festlegen. Ob und wie viel Eintritt gezahlt wird, ist dabei vollkommen offen. „Eintrittspreis ist eigentlich der falsche Begriff“, sagt Dr. Andrea Brockmann, Leiterin der städtischen Museen und Galerien, „denn erst nach dem Besuch unserer Museen entscheiden die Gäste, ob sie etwas geben möchten“.

Ausgangspunkt für diese Studie ist das Forschungsprojekt „kulturPreis – Steigerung der kulturellen Teilhabe mittels innovativer und ökonomisch nachhaltiger Preiskonzepte“, das die Universität Paderborn gemeinsam mit der Technischen Universität Berlin durchführt. Das vom Bundesministerium für Bildung und Forschung geförderte Projekt beschäftigt sich mit Einsatzmöglichkeiten von alternativen Preiskonzepten in Kulturbetrieben, mit dem Ziel, die kulturelle Teilhabe, insbesondere von verletzlichen Verbraucher*innen, zu erhöhen. Hierfür wurde bereits im Frühjahr, angelehnt an das Konzept „Suspended Coffee“, das Modell „KulturGeschenk“ in den Museen eingesetzt und wissenschaftlich begleitet.

Im Anschluss an dieses Forschungsprojekt testen nun die städtischen Museen in Kooperation mit der Universität Paderborn unter der Leitung von Prof. Dr. Beate Flath (Fach Musik) bis zum 18. September das alternative Preismodell „Pay What You Want“. Beteiligt sind das Stadtmuseum Paderborn sowie die Museen im Museumsquartier von Schloss Neuhaus - das Residenzmuseum, die Städtische Galerie in der Reithalle und das Kunst- und Naturkundemuseum im Marstall.

Der Paderborner Citymanager Heiko Appelbaum (links) hat sich von Mladen Milicevic, Geschäftsführer und Co-Founder von Unchained Robotics, den neuen Standort des Unternehmens in der Paderborner Innenstadt zeigen lassen. Foto: Lars Appelbaum



IN EINER EHEMALIGEN PADERBORNER

KNEIPE ENTSTEHEN JETZT

MASSGESCHNEIDERTE ROBOTER

Citymanager erkennt Wandel in der Nachnutzung innerstädtischer Immobilien

Paderborn. Viele Jahrzehnte lang floss aus den Zapfhähnen der Gerichtsklausen frisches Pils. Nun bewegen sich in den Räumen der ehemaligen Traditionskneipe inmitten der Paderborner Innenstadt Roboterarme. Ein zwischenzeitlicher Leerstand nahe des Marktplatzes ist damit Geschichte – in der Immobilie in Top-Lage wird nun an der Zukunft geschrieben.

Für den Paderborner Citymanager Heiko Appelbaum ist dieses Beispiel „ein deutliches und überaus positives Zeichen für den möglichen Wandel in der Nutzung innerstädtischer Immobilien“. Er ließ sich bei der Unchained Robotics GmbH, der neuen Mieterin der Fläche, aus erster Hand informieren. Geschäftsführer und Co-Founder Mladen Milicevic hat sich bewusst für den innerstädtischen Standort entschieden: „Wir haben im Vorfeld unserer räumlichen Erweiterung, die auf mehrere Jahre angelegt ist, viele Optionen geprüft. Die zentrale Lage ist für uns ein wichtiges Argument, denn wir sehen uns als Teil der Stadtgesellschaft. Von unserem Standort ist alles fußläufig erreichbar: Die Fußgängerzone mit ihren Geschäften und Kneipen oder auch das Paderquellgebiet – das ist für uns ein Stück Lebensqualität.“

Heiko Appelbaum geht davon aus, dass zukünftig weitere ähnliche Konzepte für eine abwechslungsreiche City sorgen: „Wenn der Einzelhandel sich punktuell aus der Fläche zurückzieht, bedeutet das für die Entwicklung innerstädtischer Quartiere eine große Chance. Dass ein Unternehmen aus dem Bereich der Automatisierung in einer ehemaligen Kneipe eine neue Heimat findet, ist sehr ungewöhnlich,

passt aber gut zu Paderborn.“

Unchained Robotics wurde 2019 gegründet und hat das Ziel, die Industrieautomatisierung zu vereinfachen und zu beschleunigen. Das Technologie-Startup ist eine unabhängige Plattform für Automatisierungstechnik.

Auf einer eigenen Plattform bietet Unchained Robotics maßgeschneiderte Lösungen, aber auch fertige Musterlösungen an, die bereits in Unternehmen erfolgreich eingesetzt wurden.

In den neuen Geschäftsräumen können Kundinnen und Kunden individuell entwickelte Roboter in Augenschein nehmen und sich vorführen lassen. Die Gründer Mladen Milicevic und Kevin Freise beschäftigen derzeit 20 Mitarbeitende – und das Unternehmen wächst weiter. Dementsprechend hat Unchained Robotics über der ehemaligen Kneipe bereits alle weiteren Etagen des Gebäudes Am Bogen angemietet. „Wir wachsen sehr dynamisch und sind mit den grundsanieren Räumen sehr zufrieden“, sagt Mladen Milicevic. Einziger Wermutstropfen: „Uns fehlt ein Kundenparkplatz, den wir gerne dauerhaft anmieten möchten“, sagt der Geschäftsführer. „Die PaderSprinter-Bushaltestelle ist zwar in Sichtweite und Fahrradparkplätze gibt es auch, aber einige unserer Kunden kommen mit dem PKW und diesen möchten wir die Parkplatzsuche ersparen.“

An Einfallsreichtum mangelt es dem Unchained Robotics-Team nicht: In den kreativen Köpfen wächst bereits die Idee, einen Roboterarm zu entwickeln, der automatisiert Bier zapfen kann. Die Theke der Gerichtsklausen und Teile der Inneneinrichtung existieren noch – beste Voraussetzungen also für eine individuelle Zapflösung.



Foto: djd-k/Bad Griesbach/Marcel Pedra

Gesundheitlich durchstarten lässt sich in Bad Griesbach in Niederbayern. Die heißen Mineralquellen aus den Tiefen des Rottals, viel Bewegung an frischer Luft, überdurchschnittlich viele Sonnenstunden und entspannende Massage- und Schönheitsanwendungen heben fast automatisch die Stimmung der Gäste und verbessern deren Fitness. Die Region eignet sich auch gut fürs Wandern, Walken oder Radfahren. Informationen gibt es unter www.badgriesbach.de.

Foto: djd-k/Bäderland Bayerische Rhön/Peter Leutsch



Chemiefreie Kalkschutzanlagen wie vom Hersteller WaterCryst sind eine zeitgemäße Alternative mit natürlichem Wirkprinzip zu herkömmlichen Enthärtungsanlagen. Hier durchströmt das Wasser ein Katalysator-Granulat, kleine Kalkkristalle werden gebildet, die mit jeder Wasserentnahme ausgespült werden, ohne an der Installation anzuhängen. Eine Zugabe von Additiven ist nicht notwendig.



Foto: djd-k/www.watercryst.com/R. Kneschke - stock.adobe.com

Für einen Gesundheitsurlaub auf Rezept sollten sich künftige Badegäste eine Region aussuchen, die auch Aktivitäten jenseits des Kurbetriebs bietet – wie das Bäderland Bayerische Rhön. Unter www.baederland-bayerische-rhoen.de stehen Broschüren als Download bereit. Die fünf Kurorte des Bäderlandes liegen in einer reizvollen Mittelgebirgslandschaft.

Wasser ...marsch!



Foto: djd-k/Informationsbüro Heilwasser

Erwachsene sollten nach Angaben der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) jeden Tag mindestens 1,5 Liter trinken. Idealer Durstlöcher ist Wasser, da es keine Kalorien hat. Wer das richtige Wasser wählt, kann nebenbei noch mehr für seine Gesundheit tun. Unter www.heilwasser.com gibt es viele Infos zu Inhaltsstoffen und Wirkungen.



Foto: djd/Staatsbad und Touristik Bad Bocklet/Rhön GmbH/Florian Trykowski

Lust auf eine Wasser-Anwendung? Das Kneipp-Tretbecken steht den Gästen im Bayerischen Staatsbad Bad Bocklet im Bäderland Bayerische Rhön den ganzen Sommer über zur Verfügung. Das Mineral- und Moorheilbad eignet sich nicht nur für Naturliebhaber, auch Aktivsportler kommen auf ihre Kosten. Im Veranstaltungskalender des Kurbades, der unter www.badbocklet.de abrufbar ist, finden Gäste das ganze Jahr über Inspirationen.

Foto: djd-k/Lampenwelt.de

Schweben wie im Toten Meer – das können vom Alltag gestresste und gesundheitlich angeschlagene Menschen auch in Bad Elster. Das heilkräftige und hoch konzentrierte Salzwasser aus dem 1.200 Meter tief unter dem sächsischen Staatsbad liegenden Urmeer speist in der 2015 eröffneten Soletherme drei Becken und hilft beim Entspannen. Unter www.saechsische-staatsbaeder.de gibt es Infos.





HOME DELUXE ARENA mit veränderter Optik

von links: Thomas Sagel, Präsident SC Paderborn 07, Josef Ellebracht, Geschäftsführer Paderborner Stadion Gesellschaft mbH, Andreas Hartung, Geschäftsführer Home Deluxe GmbH und Martin Hornberger, Geschäftsführer SC Paderborn 07.
Foto: SC Paderborn 07

Paderborn. Seit dem 1. Juli heißt das Paderborner Stadion an der Wilfried-Finke-Allee offiziell Home Deluxe Arena. Der erfolgreiche Online-Händler Home Deluxe aus Lübbecke hat im März die Stadion-Namensrechte für zehn Jahre übernommen. Inzwischen ist der neue Name auch an den Außenfassaden und auf den Straßenschildern im Stadtgebiet zu lesen. Die Umbauarbeiten sind weitestgehend abgeschlossen.

Neben den neuen Buchstaben und einem Anstrich in Anthrazit erhielt die Home Deluxe Arena auch eine neue LED-Beleuchtung. Künftig kann der Schriftzug der Arena in verschiedenen Farben erstrahlen. „Wir freuen uns auf eine langjährige Partnerschaft mit der Home Deluxe GmbH und sind glücklich, dass die Arena pünktlich zum Saisonstart im neuen Gewand erscheint. Ein besonderer Dank gilt hierbei unserem Vermarkter Infront“, erklärt SCP07-Geschäftsführer Martin Hornberger.

„Wir sind begeistert von der neuen Optik des Stadions. Gemeinsam mit dem SC Paderborn 07 wollen wir partnerschaftlich zusammenarbeiten und neue Impulse für die Region setzen. Mit unserem im November fertiggestellten Flagship-Store am Rathausplatz in Paderborn unterstreichen wir diese Ambitionen“, sagen die beiden Geschäftsführer der Home Deluxe GmbH, Alexander Thoss und Andreas Hartung.



Strahlend schön!



PRIMA DONNA

Die Kataloge der kommenden Herbstkollektion sind ab jetzt im Haus!

Einmalig in Ihrer Nähe!

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




LIBORI

23.07. - 31.07.

Bierbrunnen
am
historischen
Rathaus

- Kirche
- Kirmes
- Kultur
- Pottmarkt



ENDLICH WIEDER

LIBORI:

500 JAHRE PATRONATSFEST IN PADERBORN

Bürgermeister Michael Dreier: „Kirche, Kultur und Kirmes findet statt!“

„Man spürt die Sehnsucht der Paderbornerinnen und Paderborner nach ihrer fünften Jahreszeit,“ sagt Bürgermeister Michael Dreier zur Auftaktpressekonferenz. „Wir wollen unser Libori endlich wieder in der traditionellen Weise feiern. Nach „Libori light“ und „Libori digital“ wird es Zeit zu Kirche, Kultur und Kirmes wieder Präsenz zu zeigen.“ Dabei haben die Paderborner und ihre Gäste einiges nachzufeiern. Zum 500. Liborifest gesellt sich das 50. Jubiläum des Bierbrunnens am Rathaus. Passend dazu wurden die Jubelhenesse mit neuen Kostümen ausgestattet.

Um zu erinnern, wie Libori einst mit einem Magdalenenmarkt vor 500 Jahren gestartet ist, gibt es diesmal einen historischen Markt am Dom. Er soll eine Zeitreise ins ausklingende Mittelalter sein und zeigt Buchmalerei, Töpferei, Musikinstrumentenbau, Schmiedehandwerk, Zinngießerei und Filzerei. Ein handgetriebene Kinderkarussell sorgt für Belustigung und eine Kirschbier-Taverne verführt die durstigen Kehlen. Wer auf Libori allzu sehr gesündigt hat, kann bei einem Ablassprediger um sein Seelenheil vorsprechen.

Bei aller Freude bleibt Kirchenlibori eine ernste Sache, besonders in diesen Tagen. Unter dem Leitwort „Aufatmen!“ findet in diesem Jahr das Hoffest mit Prozession durch die Stadt wieder seinen Höhepunkt.

Auch der Bischof von Le Mans wird unter den Gästen sein. Mehrere Friedensgebete stehen im Veranstaltungskalender. Es wird jedoch in diesem Jahr kein Feuerwerk geben. Bürgermeister Michael Dreier und der Hauptsponsor des Feuerwerks, die Sparkasse Paderborn, haben lange nachgedacht und sind zu der Überzeugung gekommen, dass ein Feuerwerk wohl derzeit nicht in die Zeit passt.

Dabei denken die Verantwortlichen auch an den Tornado in Paderborn und dessen Folgen. Anstatt ein Feuerwerk zu unterstützen, spendet die Sparkasse deshalb diesmal 10.000 Euro an die Aktion Stern-taler e.V., die kranke Kinder und deren Familien unterstützt.

Kirmesmeile und Pottmarkt gibt es aber wie gewohnt. Die 1,6 Kilometer lange Kirmesfront auf dem Libori-berg hat auch in diesem Jahr attraktive Fahrgeschäfte zu bieten. Blickfang dürfte wohl das Riesenrad Moviestar2 sein. Und auf dem Pottmarkt warten 140 Stände auf die Besucher. Auf der Kulturbrunnen-Bühne vor dem Rathaus gibt allabendliche Konzerte, von Ronja Malzahn & the Bluebird Orchestra bis zum Elton John-Tribute Konzert. Noch 2019 kamen 1,5 Millionen Besucher zum letzten „richtigen“ Libori. Die Million wollen die Veranstalter auch in diesem Jahr wieder schaffen. An hochrangigen Gästen wird es jedenfalls nicht fehlen: Festredner der traditionellen Libori-Mahls am Sonntag, dem 24. Juli ist Bundespräsident Frank Walter Steinmeier.



Foto: Klaus-Peter Semler

DER HISTORISCHE POTTMARKT IM SCHATTEN VOM DOM

*Die Schausteller
wünschen Ihnen
eine tolle
Libori Kirmes 2022!*

P A D E R B O R N

5 J A H R E

**Libori**
K I R M E S

23.-31.7.2022

**LIBORI
Park
+ Ride**

 Sa. + So.
Heinz-
Nixdorf-
Ring

**Verkaufs-
offener
Sonntag**

31.7.



libori.de



LIBORI 2022

„AUFATMEN“ BEI GOTTESDIENSTEN UND ANGEBOTEN DER KIRCHE

Paderborn (pdp). Vom 23. bis 31. Juli 2022 feiert das Erzbistum Paderborn unter dem Leitwort „aufatmen“ das Libori-Fest mit dem traditionellen Libori-Triduum, zahlreichen weiteren Gottesdiensten sowie vielfältigen Angeboten. „Nachdem wir zwei Jahre in Folge der Corona-Pandemie die Luft angehalten haben, können wir jetzt förmlich aufatmen: Das Fest des Patrons unseres Erzbistums, unserer Stadt und unseres Domes soll endlich wieder als bunter Dreiklang aus Kirmes, Kirche und Kultur gefeiert werden“, unterstreicht Erzbischof Hans-Josef Becker in seinem Grußwort zum Libori-Fest 2022. Möglichkeiten zum Aufatmen bieten geistliche Angebote, Treff- und Begegnungspunkte und auch Charity-Taschen bieten die Gelegenheit, Menschen in der Ukraine zu unterstützen. Durch Live-Übertragungen in Bild und Ton können Interessierte weltweit Gottesdienste mitfeiern. Auch das Format LiboriTV geht mit einer Ausgabe von Fest wieder auf Sendung. Alles begann damit, dass der Bischof des französischen Bistums Le Mans im Jahr 836 dem noch jungen Bistum Paderborn die Gebeine des heiligen Liborius schenkte. Darauf gründen eine bis heute lebendige Freundschaft zwischen den beiden Bistümern und die Tradition, den Gedenktag des heiligen Liborius besonders zu feiern. Der fast 1.200-jährige „Liebesbund ewiger Bruderschaft“ zwischen den beiden Diözesen Le Mans und Paderborn hat Bestand. Das Libori-Fest ist ein Ausdruck davon.

TRIDUUM – PONTIFIKALÄMTER – GOTTESDIENSTE

Im Paderborner Dom wird Libori am Samstag, 23. Juli, um 15 Uhr mit einer Pontifikalvesper und der Erhebung der Reliquien des heiligen Liborius eröffnet. Erzbischof Hans-Josef Becker steht der Feier vor, in der auch der bekannte Liboritusch zu hören ist. Am Sonntag, 24. Juli, feiert der Paderborner Erzbischof um 9 Uhr in Konzelebration mit den anwesenden Bischöfen das Pontifikalamt zum Hochfest des Schutzpatrons von Erzbistum, Dom und Stadt Paderborn. Die Prozession mit dem Libori-Schrein und den Reliquien durch die Innenstadt führt über den Marktplatz und den Kamp zur Segens-Station vor dem historischen Rathaus und von dort über die Schildern zurück zur Bischofskirche. Am Sonntag wird um 15 Uhr im Dom Rosenkranz gebetet, um 16 Uhr gibt es eine Andacht der Libori-Bruderschaft und um 17 Uhr eine Deutsche Vesper. Die Festwoche geht im Hohen Dom am Montag, 25. Juli, um 9 Uhr mit dem Pontifikalamt mit den französischen Gästen weiter. Bischof Yves Le Saux aus Le Mans wird dem Gottesdienst vorstehen. Erzbischof Hans-Josef Becker freut sich, dass der neu ernannte Bischof des Bistums Annecy den Weg von Frankreich nach Paderborn auf sich nimmt und ein Zeichen setzt für den seit fast 1.200 Jahren währenden „Liebesbund ewiger Bruderschaft“ zwischen dem Bistum Le Mans als Heimatbistum des heiligen Liborius und dem Erzbistum Paderborn. Um 11 Uhr feiert Weihbischof Josef Holtkotte im Dom das Pontifikalamt mit den Frauen – für den am 26. September 2021 geweihten Bischof eine Premiere. Ab 14 Uhr folgen Betstunden für Christen in der Diaspora, für den Frieden (15 Uhr) und um 16 Uhr für den Weg der Kirche in die Zukunft.

ABSCHLUSS DES TRIDUUM AM DIENSTAG

Am Dienstag, 26. Juli, steht Bischof Dr. Josef Clemens aus dem Vatikan dem Pontifikalamt um 9 Uhr vor. Der in Siegen-Weidenau geborene Bischof aus dem Erzbistum Paderborn vollendete am 20. Juni sein 75stes Lebensjahr. Das Pontifikalamt mit dem Landvolk um 11 Uhr feiert Weihbischof Dr. Dominicus Meier OSB. Um 14 Uhr wird im Dom für die Weltmission gebetet, um 15 Uhr um geistliche Berufungen, um 16 Uhr für die Völker Europas. Das Libori-Triduum wird um 17 Uhr mit der traditionellen Schlussfeier abgeschlossen, bei der der Schrein mit den Reliquien des Heiligen in einer Prozession über den Domplatz in den Westchor zurückgeführt wird, wo die Reliquien im Margaretenaltar für

die Gläubigen zugänglich sind. Bei der Prozession segnen Erzbischof Becker und Weihbischof Holtkotte die anwesenden Kinder. Die Prozession führt in diesem Jahr nicht über den Kleinen Domplatz, sondern über den Domplatz zurück durch das Paradiesportal in den Dom. Am Mittwoch, 27. Juli, wird um 9 Uhr im Hohen Dom die Eucharistie mit Feuerwehr und Polizei gefeiert, um deren Einsatz für das Wohl der Menschen zu würdigen. Um 11 Uhr steht Weihbischof Matthias König dem Pontifikalamt mit Ordenschristen, Missionarinnen und Missionaren vor. In der Vesper um 17 Uhr wird um geistliche Berufe gebetet. Das Paderborner Metropolitankapitel und das Bonifatiuswerk der deutschen Katholiken laden um 18.30 Uhr unter dem Leitwort #PeaceOnEarth zu einem internationalen Friedensgebet im Dom mit dem Künstler Michael Patrick Kelly ein.

ÄLTERE GENERATION – EHEJUBILARE – KINDER UND JUGENDLICHE – CARITAS – FAMILIEN

Am Donnerstag, 28. Juli, steht die ältere Generation im Fokus des Libori-Festes: Um 11 Uhr feiert Weihbischof Dr. Dominicus Meier OSB ein Pontifikalamt mit älteren Menschen. Für 15 Uhr ist im Dom eine Segnungsfeier für Ehejubilare geplant: Ehepaare, die einen Segen empfangen möchten, sind dazu herzlich eingeladen. Am Freitag, 29. Juli, geht es um Kinder und Jugendliche. Weihbischof Josef Holtkotte feiert um 11 Uhr im Dom ein Pontifikalamt mit Kindern sowie Messdienerinnen und Messdienern. Weihbischof Holtkotte steht zudem dem Pontifikalamt um 18 Uhr mit Jugendlichen vor. Bereits um 15 Uhr wird im Dom ein Wortgottesdienst gefeiert unter der Überschrift „Feier des Lebens mit den Geschwistern von der Straße“. Das Pontifikalamt mit den Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der Caritas am Samstag, 30. Juli, feiert Weihbischof Matthias König um 11 Uhr. Weihbischof Josef Holtkotte feiert um 18 Uhr im Dom ein Pontifikalamt, das zugleich Auftakt von Nightfever mit Gebet, Gesang und Gespräch ist. Am Sonntag leitet Weihbischof Dr. Dominicus Meier OSB um 10 Uhr das Pontifikalamt mit den Familien.

GOTTESDIENSTLICHE ANGEBOTE

Die Eucharistie wird im Dom zudem in den Morgenstunden gefeiert, die erste Heilige Messe an Werktagen findet um 6.30 Uhr statt, weitere folgen um 7.15 Uhr beziehungsweise um 7.30 Uhr. Von Samstag, 23. Juli, bis Sonntag, 31. Juli, findet jeweils um 12 Uhr ein Friedensgebet in der Gaudikirche statt. In der Alexiuskapelle wird am Mittwoch, 27. Juli, um 8.30 Uhr eine Messe mit den Marktbesuchern gefeiert. Die Schausteller feiern Eucharistie am Freitag, 29. Juli, um 10 Uhr in der Liboribergkapelle mit Generalvikar Alfons Hardt. Die Diözesanstelle Berufungspastoral lädt unter dem Leitwort „In allem Du“ von Sonntag, 24. Juli, bis Freitag, 29. Juli, um 12.30 Uhr täglich zu einem Mittagsgebet in der Bartholomäuskapelle ein. Am Freitag, 29. Juli, gibt es ab 20 Uhr eine liturgische Nacht in der Gaudikirche.

Zu „Ausklang – Ruhe und Stille im illuminierten Dom“ lädt das Metropolitankapitel am Donnerstag, 28. Juli, in der Zeit von 19 bis 22 Uhr ein. Bereits um 18 Uhr findet das Liborikonzert im Hohen Dom mit Domorganist Tobias Aehlig statt.

LIVE-STREAMS UND LIBORI-TV

Das Libori-Fest bewegt Menschen weit über Paderborn hinaus. Wer die großen Libori-Gottesdienste mitfeiern möchte, hat die Möglichkeit, sowohl in Präsenz aber auch via Live-Stream dabei zu sein. Gottesdienste werden über www.libori.tv, www.domradio.de sowie über www.katholisch.de in Bild und Ton übertragen. Im Internet können die Eröffnung der Liboriwoche mit der Pontifikalvesper und der Erhebung der Reliquien des heiligen Liborius am Samstag, 23. Juli, um 15 Uhr mitgefeiert werden sowie das Pontifikalamt mit Erzbischof Hans-Josef



Becker am Sonntag, 24. Juli, um 9 Uhr. Auch das Pontifikalamt mit den französischen Gästen am Montag, 25. Juli, um 9 Uhr wird übertragen, wie auch das Pontifikalamt mit den Frauen am gleichen Tag um 11 Uhr. Das Pontifikalamt mit dem Landvolk am Dienstag, 26. Juli, um 11 Uhr sowie die Schlussfeier des Libori-Triduum mit der Prozession des Libori-Schreins über

den Domplatz um 17 Uhr werden gestreamt. Am Mittwoch,

27. Juli, wird die Messfeier mit Feuerwehr und Polizei um 9 Uhr übertragen, ebenso das Pontifikalamt um 11 Uhr mit Ordenschristen, Missionarinnen und Missionaren. Der Vespertagesdienst mit dem Gebet um geistliche Berufe am Mittwoch um 17 Uhr wird im Internet gestreamt und auch das internationale Friedensgebet #PeaceOnEarth um 18.30 Uhr im Dom.

Am Libori-Sonntag, 24. Juli, wird nach dem um 9 Uhr beginnenden Pontifikalamt eine neue Folge des Videomagazins LiboriTV ausgestrahlt. Die Themen: Ein Hidden Place in Paderborn: Totenkeller unter der Kirche, Libori-Umfrage: Was die Menschen mit Libori verbinden, Die Träger des Liborischreins, Libori-Bier zum Liborifest, Wallfahrt: Pilgergruppen strömen zum Patronatsfest nach VVerl. Die Folge ist dauerhaft auf www.libori.tv oder auf dem YouTube-Kanal des Erzbistums Paderborn zu finden.

GESICHTER DER WELTKIRCHE

Am Vorabend der Eröffnung des Libori-Festes findet am Freitag, 22. Juli, von 19 bis 21 Uhr unter dem Leitwort „Gesichter der Weltkirche“ im Forum St. Liborius (Grube 3) ein Begegnungsabend statt. Das Metropolitankapitel und die Fachstelle Weltkirche im Erzbischöflichen Generalvikariat Paderborn begrüßen in diesem Jahr aus der Partnerdiözese Le Mans Bischof Yves Le Saux, der in diesem Jahr gemeinsam mit Erzbischof Hans-Josef Becker den EMIL (Europäischer Meilenstein für Innovation und Leistung) entgegen nehmen durfte. Er wird aus seiner Diözese Le Mans in Frankreich berichten und zur Zukunft der Kirche Stellung beziehen.

AUSSTELLUNGEN

Das Erzbischöfliche Diözesanmuseum ist täglich von 10 bis 18 Uhr geöffnet. Es gibt dort ein eigenes Angebot für Kinder unter der Überschrift „Paderborns Liebling – Liborius und sein Fest“ vom 26. bis 28. Juli in der Zeit von 11 bis 13 Uhr. Die Themenführung „Genau geschaut – Im Notfall anrufen! Der heilige Liborius als best friend“ am Sonntag, 31. Juli, von 11.30 bis 12.30 Uhr wird von der Kunsthistorikerin Elisabeth Maas verantwortet. Das Museum in der Kaiserpfalz öffnet täglich von 10 bis 19 Uhr seine Türen. Das Bonifatiuswerk der deutschen Katholiken und der Künstler Michael Patrick Kelly präsentieren die Ausstellung #PeaceBell vom 23. bis 31. Juli in der Gaukirche. Im Kreuzgang des Domes wird wieder die Ausstellung „Ein Messgewand für die Weltmission“ zu sehen sein. Ebenso präsentieren sich die Geistlichen Bewegungen und Gemeinschaften im Kreuzgang des Paderborner Domes mit ihren Angeboten.

TREFFPUNKTE UND BEGEGNUNGEN

Der Missionsgarten am Konrad-Martin-Haus mit dem Eine-Welt-Basar lädt vom 23. bis 31. Juli zu Besuch und Stärkung ein. Beim Caritas-Treff im Garten des Johannes-Hatzfeld-Hauses geben karitative Verbände, Initiativen und Arbeitsgemeinschaften Einblicke in ihre Arbeit. Auch der Liboritreff der katholischen Verbände am „Kleinen Domplatz“ hat Tradition: Das Bildungs- und Tagungshaus Liborianum sorgt dort für die Bewirtung und an unterschiedlichen Tagen stellen sich jeweils katholische Verbände mit ihrer Arbeit vor. Hier ist auch der Libori-Kindertreff verortet. Beim Paradiesportal des Domes steht vom 23. bis 31. Juli das „Zelt vor dem Dom“, in dem das Erzbistum Paderborn über aktuelle Themen der Bistumsentwicklung informiert und Gesprächsangebote zu Fragen der Kirche und des Glaubens macht.

DEM DOM AUF'S DACH STEIGEN

Für eine Gebühr von 5 Euro können sich Interessierte für eine Führung in den Turm und den Dachstuhl des Hohen Domes an ausgewählten Terminen anmelden. Informationen und die Anmeldemöglichkeit finden sich im ausführlichen Libori-Begleiter und auf der Libori-Themenseite des Erzbistums Paderborn: www.erzbistum-paderborn.de/libori2022

LIBORI-CHARITY-TASCHEN

Mit den diesjährigen Libori-Charity-Taschen kommt Libori-Flair nach Hause und es können zugleich Menschen in der Ukraine unterstützt werden. Zu Libori 2022 gibt es zwei Charity-Taschen, eine für Kinder und eine für Erwachsene. Der Verkaufserlös kommt ungeschmälert der Ukrainehilfe von Caritas Spes zugute. Für Kinder gibt es eine stabile Papiertasche, die die beliebten Kuscheltiere Pfau und Häsini, ein Malbuch zum Thema Freundschaft und einen Stempel mit dem Libori-Pfau enthält. Die Libori-Tasche für die „Großen“ ist als Stofftasche wahlweise in Rot oder Grau erhältlich. Innen finden sich auf das Thema „Vespere“ angelegt ein rundes Schneidebrett aus Holz sowie ein Geschirrtuch jeweils mit dem Libori-Pfau. Hochwertiges Kräutersalz, eine Gewürz- und eine Brotback-Mischung sowie ein Rezeptheft mit Libori-Klassikern als Tascheninhalte versprechen kulinarische Genüsse. Die Tasche für Erwachsene ist auf 1.000 Stück limitiert und wird für 25 Euro über den Erzbistums-Shop angeboten. Von der Tasche für Kinder gibt es 400 Stück, die für jeweils 20 Euro im Erzbistums-Shop bestellt werden können.

Foto: Besim Mazhijaj / Erzbistum Paderborn



Schaffen Sie sich Platz!

Mit Ihrer persönlichen Lagerbox von 1 bis 60 Kubikmeter!




www.lager247.de

Deshalb LAGER24|7



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

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



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

Trocken, sicher und flexibel!

Jetzt Besichtigung vereinbaren:



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

LIBORI 2022

ZUM LIBORI-FEST WIRD DER THEO- SCHULHOF WIEDER ZUR PLAZA EUROPA



Freuen sich auf die Neuauflage der Plaza Europa Ende Juli: Karl-Heinz Militzer, Elmar Simon und Mario Voss (v. l.). Foto: Heiko Appelbaum

Paderborn. Eine bewährte Idee bereichert auch in diesem Jahr das Libori-Fest in Paderborn: Vom 23. bis zum 31. Juli locken zahlreiche kulinarische Genüsse auf den Schulhof des Gymnasium Theodorianum an den Kamp im Herzen der Innenstadt.

Verantwortlich für die „Plaza Europa“ sind die drei Paderborner Gastronomen Karl-Heinz Militzer, Elmar Simon und Mario Voss. Sie haben sich für die Wiederauflage ihres attraktiven Angebotes einige Neuerungen einfallen lassen.

Erstmals sind rund 400 Sitzplätze überdacht, so dass auch feuchte Witterung dem Genuss von Speisen und Getränken vor Ort keinen Abbruch tun muss.

Die Palette der dargebotenen Leckereien ist vielfältiger denn je. Sie reicht von frischen Austern und Fisch in der „Sylter Ecke“ über frische Metzgerbratwurst und Flammkuchen bis zu veganen Köstlichkeiten. An insgesamt zwölf Ständen wird feinste Kulinarik feilgeboten.

Einen kleinen Schwerpunkt bildet hinsichtlich der Getränke Irland: Flüssige Spezialitäten aus der Guinness-Brauerei sowie diverse irische Whiskey-Sorten können auf der Plaza Europa genossen werden.

Das Ambiente ist stimmungsvoll und die Plaza Europa gilt als Genuss-Ruhepol im Libori-Trubel.

Die Organisatoren machen darauf aufmerksam, dass die Plaza Europa am Libori-Donnerstag zwischen 17.00 und 20.30 Uhr eine Geschlossene Gesellschaft beherbergt. In dem Zeitraum wird dort der Handwerker-Tag zelebriert.

Zu allen anderen Zeiten sind die Gäste herzlich willkommen.

Rechtsanwalt und Notar Fachanwalt für Familienrecht



Cem Kaba



Warburger Straße 25, 33098 PADERBORN

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

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

Fahrrad Möhring GmbH

Rudolf-Diesel-Straße 5
33178 Borcheln
Tel.: 05251 – 8701554
info@fahrrad-moehring.de
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





LIBORI WIE VOR 500 JAHREN

Magdalenenmarkt

Wer eintauchen will, in die Zeit vor 500 Jahren, der ist während des diesjährigen Libori-Festes auf dem Magdalenenmarkt an der hinteren Domseite bestens aufgehoben. Der Vorgänger des heutigen Liborimarktes, 1521 von Bischof Erich von Grubenhagen begründet, lädt ein zu erkunden, wie unsere Vorväter Libori weltlich gefeiert haben. Da werden alte Handwerke wie Zinnguss, Herstellung von Kupferschmuck und vieles mehr gezeigt. Wer will, kann einem Schmied bei seiner Arbeit über die Schulter schauen und in der Töpferei kann selbst Hand angelegt werden. Ein altes Kurbelkarussell sowie Spiele aus alter Zeit für Kinder gehören ebenso dazu, wie gut gebräutes Bier und Spanferkel vom Spieß. Musikanten und Gaukler tun ein Übriges, um in alte Zeiten zu entführen. Geöffnet ist der Markt in der von Samstag, 23. Juli, bis Sonntag, 31. Juli, täglich von 11 bis 20 Uhr.

HIGHLIGHTS LIBORI 2022

STADTFÜHRUNGEN ZU LIBORI

Tourist Information

Marienplatz 2a

STADTRUNDGANG: ÖFFENTLICHE STADTFÜHRUNG ZUM KENNENLERNEN VON PADERBORN

Sa., 23.07., 11.00 Uhr	So., 24.07., 14.00 Uhr
Mo., 25.07., 14.00 Uhr	Mi., 27.07., 14.00 Uhr
Do., 28.07., 14.00 Uhr	Sa., 30.07., 11.00 Uhr
So., 31.07., 14.00 Uhr	

PADERBORN UND DER HEILIGE LIBORIUS: ÖFFENTLICHE STADTFÜHRUNG AUF DEN SPUREN DES HEILIGEN

Di., 26.07., 14.00 Uhr	Fr., 29.07., 14.00 Uhr
Sa., 30.07., 14.00 Uhr	

Preis: Erwachsene 7 Euro, Kinder unter 14 Jahren frei.



AWO LEO

„Hier fängt Libori an!“

SPENDEN-
ZIEL:
30.000 €
Machen Sie mit!

Liboriprogramm vom 27. Juli bis 30. Juli 2022

MITTWOCH, 27. JULI 2022

17:00 – 21:00 Uhr Nordseeabend mit jungem Matjes vom Fass



DONNERSTAG, 28. JULI 2022

19:00 – 20:30 Uhr Live-Musik mit „ars.minimalis“
Peter Fabian
„A Tribute to Leonard Cohen“ und mehr



FREITAG, 29. JULI 2022

19:30 – 21:30 Uhr Live Musik mit Lu:ney Shakes



SAMSTAG, 30. JULI 2022

19:30 – 21:30 Uhr Live Musik mit Betty A.



Unser Café/Bistro bietet:

MITTWOCH, 27. JULI – SAMSTAG, 30. JULI
IM ANGEBOT 17:00 – 21:00 UHR

Paniertes Schnitzel (vom Schwein oder Hähnchen)	4,90 €
Kartoffelsalat „Schmidt Spezial“	3,50 €
Pommes (mit Mayonnaise oder Ketchup)	3,50 €
Potato Wedges mit Kräuterdiip	4,90 €

Mittwoch, 27. Juli

Nordsee-Abend 17:00 – 21:00 Uhr
Reservierung bis 20. Juli unter 05251/29066-15 erforderlich!
Filet vom jungen Matjes „Primtjes“
aus dem Fass mit Apfel-Zwiebel-Sahnesauce,
Bratkartoffeln **9,90 €**

Wer unser Angebot zu Hause genießen möchte:
Nach vorheriger Bestellung ist eine Abholung
zwischen 12:00 und 14:00 Uhr möglich!

Krombacher vom Fass 0,2 l 1,50 €

Fragen Sie nach dem besonderen AWO Leo Tröpfchen!

AWO Kreisverband Paderborn e.V.
Leostraße 45 • 33098 Paderborn
Öffnungszeiten: 17:00 – 22:00 Uhr
Verantwortlich: U. Hoentgesberg • Leostraße 45 • 33098 Paderborn

Schauen Sie vorbei:



Uhlenstraße 2
33098 Paderborn

Liboriöffnungszeiten

23.07. – 30.07.2022
(außer 24.07.):
11:00 – 20:00 Uhr
31.07.2022:
13:00 – 18:00 Uhr

WIR FREUEN
UNS AUF SIE!

WEITERE INFORMATION UNTER:

Tel.: 05251 – 2906615 • leo@awo-paderborn.de
www.awo-paderborn.de • www.mehrgenerationenhaeuser.de

HIGHLIGHTS LIBORI 2022

Platz der kleinen Künste

Franz-Stock-Platz

19.00 Uhr

- Sa., 23.07. MEGATON (Rock- und Deutschpunk)
So., 24.07. The Picturebooks (Blues-Rock)
Mo., 25.07. Bonsai Kitten (Hard Rock)
Di., 26.07. CARA (Irish Folk)
Mi., 27.07. Gankino Circus (Folk)
Do., 28.07. Makatambe (World Groove)
Fr., 29.07. RasgaRasga (Globalpop)
Sa., 30.07. Pudeldame (Electropop)
So., 31.07. TORIAN (Power Metal)

DAS KOMPLETTE LIBORI-PROGRAMM FINDEN SIE
UNTER: <https://www.paderborn.de/microsite/libori/programm/ProgrammLibori.php>

Der Dom

KATHOLISCHES MAGAZIN IM ERZBISTUM PADERBORN

MEHR ERFAHREN • MEHR VERSTEHEN • MEHR GLAUBEN



LESEN SIE
SELBST!



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

KONZERTE AUF LIBORI

Kulturbrunnen

Rathausplatz

21.00 Uhr

- Sa., 23.07. Thomas Godoj (Rock)
Mo., 25.07. Ronja Maltzahn & the Bluebird Orchestra (Folk)
Di., 26.07. Eldorado (Stimmung)
Mi., 27.07. Dreadnut Inc.
(Reggae, Funk, HipHop, Ska und Jazz)
Do., 28.07. Live and Famous (Party pur), 20.45 Uhr
Fr., 29.07. The Disco Boys (Kult-DJs)
Sa., 30.07. The Elton Show (Elton John Tribute)
So., 31.07. Kuult (Deutschpop), 20.30 Uhr

Lenz-Bühne

Westernstraße

19.00 Uhr

- Sa., 23.07. German Scotch (Rock & Pop)
So., 24.07. Lothar Pohlschmidt (Jazz)
Mo., 25.07. André Carswell Duo (von Soul bis Rock)
Di., 26.07. Neo Marks (Singer/Songwriter)
Mi., 27.07. André Carswell Duo (von Soul bis Rock)
Do., 28.07. Neo Marks & Thommy Rosenkranz
(zweistimmig und mit einer Akustikgitarre)
Fr., 29.07. Cheap Dirt (AC/DC-Coverband)
Sa., 30.07. German Scotch (Rock & Pop)
So., 31.07. Betty A. & Friends (eine starke Stimme),
18.00 Uhr

Laffontien-Bühne

Liboriberg

21.00 Uhr

- Sa., 23.07. crossfader (Medley & Meshup-Partyband)
Mo., 25.07. Acoustic Moments
(zwei Gitarren - fast unplugged)
Di., 26.07. Touch of Sound Band
(60- und 70-er Klassiker & Rock & Pop)
Mi., 27.07. Soulfood Selection & Silver Dukes
(Soul, Pop & Rock und Rock'n'Roll)
Do., 28.07. Helmut Orosz (von Deutschland sucht den
Superstar), 20.00 Uhr
FUX (Neue Deutsche Welle), 21.00 Uhr
Fr., 29.07. Keith Sanders (Soul)
Sa., 30.07. Keith Sanders (Soul)
So., 31.07. Tom Ash & Open Range (Live-Musik), 17.30 Uhr

KONZERTE AUF LIBORI

Capitol Außenbühne

Leostraße

20.00 Uhr

- Sa., 23.07. KiXX (Rock)
- So., 24.07. Queen Legend (Queen Tribute)
- Mo., 25.07. Goodbeats (Funkrock)
- Di., 26.07. Cheap Dirt (AC/DC Tribute)
- Mi., 27.07. Libori Music Session
(ungeprobt und spontan)
- Do., 28.07. Alex im Westerland
(Die Ärzte & Die Toten Hosen Tribute)
- Fr., 29.07. Feel (Robbie Williams Tribute)
- Sa., 30.07. Maniac (Rock)



Vom 23. bis 31. Juli stellt Michael Patrick Kelly unter anderem seine #PeaceBell in der Paderborner Gaukirche aus. Der Sänger und Künstler nimmt im Paderborner Dom zudem an einem internationalen Friedensgebet teil. Foto: Andreas Nowak



#PEACEBELL- AUSSTELLUNG

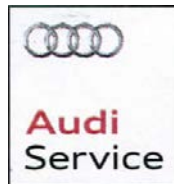
mit Michael Patrick Kelly

In der Libori-Woche wird die aus Kriegsschrott gegossene Friedensglocke von Michael Patrick Kelly im Zuge des Libori-Festes unter dem Titel „#PeaceBell – Ausstellung von Michael Patrick Kelly – Musiker, Friedensaktivist, Maler“ in der Paderborner Gaukirche zu sehen sein. Die Ausstellung präsentiert nicht nur die #PeaceBell, sondern auch den Schaffensprozess der Friedensglocke mit eindrücklichen Fotografien sowie gemalten Bildern von Michael Patrick Kelly und weiteren Exponaten.

ÖFFNUNGSZEITEN DER AUSSTELLUNG:

Sa., 23.07.:	12.00 - 20.00 Uhr
So., 24.07.:	11.00 - 20.00 Uhr
Mo. - Sa., 25. - 30.07.:	09.00 - 20.00 Uhr
So., 31.07.:	11.00 - 20.00 Uhr
Mi., 27.07., geschlossen:	14.00 - 16.00 Uhr

**SCHÖNE STUNDEN
AUF LIBORI!**



Mirschel-Automobile GmbH

www.volkswagen-service-mirschel.de • info@mirschel-automobile.de

Pyrmonter Str. 53 • 32676 Lügde
Tel.: (05281) 98 04-0 • Fax 98 04-44

BORCHEN ERLEBEN!



BORCHEN
ERLEBEN!



BORCHEN
ERLEBEN!

In einer Tallage der Paderborner Hochfläche lädt die walddreiche Umgebung von Schloss Hamborn zum Wandern ein. Foto: Schloss Hamborn

RUDOLF STEINER WERKGEMEINSCHAFT

FEIERT JUBILÄUM

SCHLOSS HAMBORN IST SEIT 90 JAHREN ANTHROPOSOPHISCHES ZENTRUM

menführte. Heute ist der gemeinnützige Verein Schloss Hamborn Rudolf Steiner Werkgemeinschaft der größte Arbeitgeber in der Gemeinde Borchten und hat ein selbstverwaltetes Gemeinwesen. Doch bis hierhin war es ein weiter Weg, der auch von Rückschlägen geprägt war.

Wer heute vor dem markanten Schlossbau steht, wird nur selten vermuten, dass dieser erst ab der Mitte des 19. Jahrhunderts erbaut wurde. Die damalige Gutsbesitzerfamilie von Hartmann errichtete zunächst den heutigen Ostflügel und erst in den Jahren vor dem ersten Weltkrieg entstand der Nordflügel mit Saal und dem zweiten Turm. Da sich der Baustil historisierend an der Weserrenaissance orientiert, vermutet man zunächst ein viel höheres Alter für das hübsche Schloss. Das landwirtschaftliche Anwesen, das aus zwei benachbarten Höfen bestand, umfasste damals eine Fläche von 750 Hektar. Doch kurz nachdem der Industrielle Johannes Leidl des Schloss samt Gut 1928 gekauft hatte, kam es zur Katastrophe: Am 6. März 1929 brannte Schloss Hamborn bei einem Großfeuer aus, wurde aber schnell wieder aufgebaut. Siegfried Picket konnte das Anwesen schließlich 1931 erwerben.

Fortsetzung auf Seite 24

Im Stil der Weserrenaissance wurde Schloss Hamborn erst lange nach dieser Epoche im 19. Jahrhundert erbaut. Foto: Herbert Gruber

Borchten. In den Jahren 1931/32 begann die Historie der heutigen Einrichtungen auf Schloss Hamborn mit dem Heilpädagogen Siegfried Picket. Auf der Suche nach einer Heimat für Menschen mit Beeinträchtigungen war er in Borchten fündig geworden und zog mit 40 Kindern, Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern in das Anwesen ein. Er begann mit dem Aufbau eines Erholungsheimes auf der Grundlage der anthroposophischen Medizin. Die ausgedehnten landwirtschaftlichen Flächen stellte er nach den Lehren von Rudolf Steiner auf biologisch-dynamische Wirtschaftsweise um. Schon damals schuf er also ein Projekt, das medizinische, pädagogische und landwirtschaftliche Aspekte im Geiste der Anthroposophie zusam-



IKEMEYER & SCHLEBRÜGGE

20 JAHRE KOMPLETTLÖSUNGEN AUS MEISTERHAND

„Für die langjährige Treue möchten wir uns bei unseren Kunden sehr herzlich bedanken“, so die beiden Inhaber.

Vor nunmehr 20 Jahren gründeten die Maler- und Lackierer- Meisterin Marita Ikemeyer und der Akustik- und Trockenbaumeister Michael Schlebrügge ein gemeinsames Unternehmen. Als Team bieten sie Komplettlösungen für den gesamten Innenausbau an. Dieses erweist sich für Bauherren als echter Glücksgriff. Viele Stammkunden wissen die langjährige Erfahrung und die kreativen Lösungen des Hauses zu schätzen.

Als Inspiration für die Kunden zeigt die Ausstellung im Borchener Gewerbegebiet vielfältige Beispiele.

Der Ausbildungsbetrieb verzeichnet immer wieder Erfolge beim Nachwuchs. Die Auszubildenden Malina Minge (20) und Moritz Wesenberg (19), beide aus Borchchen, haben aktuell ihre Gesellenprüfung mit Bestnoten bestanden, das erfüllt das Unternehmen mit großem Stolz. Sie wurden übernommen und verstärken das Team.

Das Unternehmen engagiert sich zudem für den Umweltschutz und verarbeitet vorwiegend nachhaltige Materialien, vor Jahren wurde dies bereits im Rahmen von Ökoprofit Kreis Paderborn zertifiziert. Neben dem Umweltschutz steht auch das Wohlbefinden der Mitarbeitenden an oberster Stelle, sodass sie zweimal in Folge als „Familienfreundliches Unternehmen Kreis Paderborn“ ausgezeichnet wurden.

Das gesamte Team „Ikemeyer & Schlebrügge“ steht auch weiterhin für ein nachhaltiges und kundenorientiertes Engagement.



**AKUSTIK-TROCKENBAU & MALERBETRIEB
IKEMEYER & SCHLEBRÜGGE GBR**

Nikolaus-Otto-Straße 34, 33178 Borchchen
Telefon: 05251 87840010
www.ikemeyer-schlebruegge.de

Marita
Ikemeyer

Maler- & Lackierer
Meisterin

Michael
Schlebrügge GbR

Akustik- & Trockenbau
Meister

BORCHEN ERLEBEN!



Im Hofladen gibt es hochwertige Produkte aus eigener Produktion mit Rohstoffen aus der eigenen Demeter-Landwirtschaft. Foto: Schloss Hamborn



Der Verkaufswagen von Schloss Hamborn ist auf den Wochenmärkten der Region unterwegs und hat viele Stammkunden. Foto: Schloss Hamborn / Werner Krüper Fotografie

SCHLOSS HAMBORN

Zur Zeit des Nationalsozialismus nahte schließlich Unheil: auf Druck der Kreisbauernschaft musste die Landwirtschaft verpachtet werden und am 9. Juni 1941 wurde die Einrichtung von der Gestapo geschlossen. Nach Kriegsende konnte Siegfried Pickert die britische Militärregierung zur Rückgabe des Schlosses bewegen, da er entsprechende Grundbucheinträge vorweisen konnte. Schon bald richtete er die Rudolf-Steiner-Schule ein und ab 1952 konnte auch die Landwirtschaft wieder in die Eigenregie genommen werden. Sie ist seitdem Demeter-Betrieb. Das Anwesen von Schloss Hamborn umfasst heute rund 300 Hektar.

In den Folgejahren entstanden in Schloss Hamborn: ein Berufskolleg, ein Internat, ein Kindergarten, eine Förderschule, ein Altenwerk, eine Reha-Klinik sowie Kompetenzförderung mit den Betrieben Obsthof, Staudengärtnerei, Schreinerei, Zweiradwerkstadt, Cafe und Gärtnerei. Die weithin anerkannte Landwirtschaft mit angeschlossener Bäckerei, Metzgerei und Käseerei betreibt einen eigenen Hofladen und ist mit einem Verkaufswagen auf den Wochenmärkten der Region unterwegs. Die angebotenen Produkte sind von höchster Qualität und entsprechen vollumfänglich den strengen Demeter-Richtlinien.

Seit dem Beginn des Krieges in der Ukraine wurden rund 100 Flüchtlinge aufgenommen.

In einem Talbereich der Paderborner Hochfläche liegt Schloss Hamborn in einer naturnahen, waldreichen Landschaft. Ausflügler nutzen die Umgebung für ausgedehnte Wanderungen und Radtouren.

Weitere Informationen: www.schlosshamborn.de

Schloss Hamborn Rudolf Steiner
Werkgemeinschaft e. V.
Schloss Hamborn 5 · 33178 Borchlen
Tel. 05251 389-0
www.schlosshamborn.de



BORCHEN
ERLEBEN!

RUND UM DEN

MALLINCKRODTHOF

Seitdem die Gemeinde Borchten den Mallinckrodtthof im Jahr 2005 erworben hat, entwickelt sich dieser zunehmend zu einem kleinen, aber feinen Veranstaltungszentrum. Im Hauptgebäude und im südöstlichen Nebengebäude, dem „Waschhaus“, hat die Volkshochschule ihr Domizil gefunden. Auch der Kulturkreis ist mit zahlreichen Veranstaltungen vor Ort.

Im ehemaligen „Kuhstall“ hat die regional bekannte Puppenspielerin Nelo Thies ihre Wohnung und veranstaltet unter dem Motto „Sonntags vor Nelos Deele“ Kindertheater.

TERMINE

„KASPER ERBT EINEN BAUERNHOF“

Sonntag, 07. August, 15:30-16:30 Uhr

„MINIHOLLE“ - FRAU HOLLE EINMAL GANZ ANDERS

Sonntag, 21. August, 15:30-16:30 Uhr

Anmeldung telefonisch unter: 05251-6989628
oder: info@nelothies.de

Das Cafe´ und Restaurant „Genusswerkstatt“ im Mallinckrodtthof ist inzwischen über die Region hinaus bekannt. Die baskischen Wurzeln des Paderborner Küchenchefs Andre´ Kramer fügen eine interessante französisch-westfälische Küche zusammen. Für Festgesellschaften steht ein historischer Speisesaal für 65 Personen zur Verfügung.

Kontakt: Cramer Gastronomie GmbH & Co. KG, Mallinckrodtstr. 6, 33178 Borchten

Weithin bekannt ist der **ROMANTISCHE WEIHNACHTSMARKT**, der immer am 1. Adventswochenende rund um den Mallinckrodtthof stattfindet.



SARTISON
FRISCHE & VIelfALT
IN BORCHEN

Öffnungszeiten:

Montags bis Samstag 07.00 bis 20.00 Uhr

Paderborner Straße 35 | 33178 Borchten

Tel. 05251 13937

Wir freuen uns auf Sie!



Die Bestattung in der Natur

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



Die nächsten Termine:

6. August 2022 um 14 Uhr

20. August 2022 um 14 Uhr



Jetzt informieren und anmelden:

Tel. 06155 848-100 oder unter

www.friedwald.de/borchten

BORCHEN
ERLEBEN!

WERTVOLLE STREUOBSTWIESEN

IM PADERBORNER LAND

Auch Zwetschgen- und Pflaumenbäume haben eine lange Tradition im Paderborner Land – so zum Beispiel besonders in Etteln. Foto: Herbert Gruber

OBSTBAUMWARTE KÜMMERN SICH UM ERHALTUNG DER BÄUME



ESW ELEKTRO Sauerland
Elektrotechnik - Photovoltaik

- **Elektroinstallation**
- **Gebäudeautomatisierung**
- **Photovoltaik**
- **Steuerungstechnik**
- **Beleuchtungsanlagen**
- **Kundendienst**

Inh.: Frank Meyer - Tel.: **05292/931593** - Mobil: 0173/5688588
Auf dem Bühl 1 - 33178 Borchten-Etteln - info@elektro-sauerland.de

Borchten. Streuobstwiesen, mit alten, hochstämmigen Obstbäumen sind längst als wertvolle Bestandteile der Kulturlandschaft erkannt worden. Mit ihren knorrigen Apfel-, Birnen- oder Zwetschgenbäumen und den lichten Wiesen sind sie Lebensraum für seltene Pflanzen und Tiere, wie zum Beispiel Steinkauz und Wendehals.

Doch der gewerbliche Obstbau geht seit vielen Jahren andere Wege. Die Bäume müssen möglichst leicht und gefahrlos zu beernten sein. Hochstämmige Bäume, deren Früchte man mit einer Leiter ernten muss, sind längst nicht mehr angesagt. Der Wandel im Obstbau hat zu einer Vernachlässigung der alten Hochstammkulturen geführt. Schlimmstenfalls wurden sie sogar abgeholzt. Rund 40 Männer und Frauen wollen nun diesem Trend im Paderborner Land entgegenreten und lassen sich von der Biologischen Station zu Obstbaumwarten ausbilden. Die Ausbildung findet im Rahmen des Leaderprojektes „Streuobstwiesen aktiv“ statt. Friederike Stelzner-Langer von den Biologischen Station sieht die Chance, die Tradition der Streuobstwiesen wieder in unser Landschaftsbild zurückzuholen.

Doch sowohl die alten Bäume als auch der neu angepflanzte Nachwuchs benötigen Pflege. Die Obstbaumwarte bekommen die hierzu nötigen Kenntnisse vermittelt. Gleichzeitig stehen sie als Beraterinnen und Berater für Gartenbesitzer zur Verfügung, die sich einen Obstbaum in den Garten stellen wollen. Die bis zum April 2023 laufende Ausbildung findet in sechs Modulen statt. Unter den angehenden Obstbaumwarten ist auch Olaf Drückhammer, der seit 20 Jahren auf Demeterhöfen lebt. Vor fünf Jahren übernahm er die Pflege von 30 neu gepflanzten Apfelbäumen auf Schloss Hamborn. Sein durch „learning by doing“ erworbenes Basiswissen möchte er nun im Rahmen des Kurses perfektionieren. Für alle, die sich im Rahmen eines Schnellkurses Kenntnisse für den Eigenbedarf aneignen wollen, gibt es im September einen Kurs „Obstbaumwartausbildung light“. Bewerbungen sind bis zum 15. August möglich unter www.streuobstwiesen-aktiv.de

Betriebsferien vom 10.08.22 - 21.08.22

Liebe Gäste!
Wir wünschen Ihnen
einen tollen Sommer und
freuen uns auch in den Ferien
auf Ihren Besuch!
Ihre Familie Lohmann

Unser Hof liegt in idyllischer Lage,
ca. 1,5 km außerhalb von Etteln,
im schönen Altenautal.

Das Café liegt direkt an
dem Fluss Altenau, unmittelbar
an den Hof schließt sich ein
großes Waldgebiet mit herrlichen
Rad- und Wanderwegen an.



Adresse: Zur Kapelle 5
33178 Borchten-Etteln
www.kapellenhof.net

Telefon: (0 52 92) 8 05
Geöffnet: Mi.-Sa. 14-19 Uhr,
So. u. feiertags 12-19 Uhr
und nach Vereinbarung
Ruhetage: montags u. dienstags

GELDAUTOMATEN-

SPRENGER HABEN

BORCHEN ENTDECKT

NÄHE ZUR AUTOBAHN ERMÖGLICHT RASCHE FLUCHT

Borchen. Anfang Juli haben in Borchen nun schon zum zweiten Mal Kriminelle einen Geldautomaten ins Visier genommen. Nach Angaben der Feuerwehr ging dort am 7. des Monats gegen 3:15 Uhr nachts ein Alarm ein: „Sprengung des Geldautomaten in der Volksbank Nordborchen – Paderborner Straße“. Schon im März war die hiesige Sparkasse Opfer eines ähnlichen Anschlags geworden. „Vor Ort war ein absolutes Bild der Verwüstung zu sehen,“ heißt es im Bericht der Feuerwehr. Ein offenes Feuer entstand bei der Sprengung glücklicherweise nicht. Nach der Evakuierung der umliegenden Anwohner und der Absicherung der Straße, konnte die Einsatzstelle an die Polizei übergeben werden. Die Schadenshöhe ist vermutlich sechsstellig. Über die Höhe der Beute gibt es keine Angaben.

Zur betreffenden Zeit soll es zweimal kurz hintereinander geknallt haben. Aus dem Schlaf gerissene Anwohner alarmierten die Polizei. Augenzeugen berichteten von zwei Tätern, die sich im Bereich des völlig vernebelten Kassenfoyers zu schaffen machten. Ein dritter Täter wartete in einem dunklen Auto. Dieses Fluchtfahrzeug wird inzwischen von der Polizei als Audi A6 Avant (RS6) identifiziert. Die stark motorisierten Autos sind in der jüngeren Vergangenheit mehrfach als Fluchtfahrzeuge benutzt worden. Die Polizei spricht von einer „Audibande“. Wie in anderen Fällen auch, wird dem Standort Borchen bei dieser Art von Kriminalität die Nähe zur Autobahn zum Verhängnis. Die Täter kundschaften ihre Fluchtmöglichkeiten offensichtlich gut aus. Sachdienliche Hinweise nimmt die Polizei unter der Nummer 05252/3060 entgegen. Um weiteren Taten vorzubeugen, haben mehrere ortsanässige Banken inzwischen ihre Geldautomaten – zumindest in den kleineren Filialen - nachts außer Betrieb gesetzt.

Die Filiale der Volksbank bot ein Bild der Verwüstung.
Foto: Feuerwehr Borchen



HELLBECK

FERTIGUNGSTECHNIK • MONTAGETECHNIK

- Kleinserien
- Prototypen
- Serienproduktionen
- Werkzeugbau
- CNC-Drehen
- CNC-Fräsen
- Honen
- Entwicklung&Design

Seit über 50 Jahren

Nikolaus-Otto-Straße 38 • 33178 Borchen

Tel.: +49 (0) 52 51/8 79 20-0 • www.hellbeck-fertigungstechnik.de

RAPHAEL RISSE
BAUEN MIT HOLZ

HOLZRAHMENBAU ▲ ZIMMERERARBEITEN ▲ ENERGETISCHE SANIERUNG ▲ DACHDECKERARBEITEN

Tel. 05251 14784-02 | info@raphaelrisse.de | www.raphaelrisse.de

Sie möchten schöne Türen,
sichere Fenster und
schicke Treppen oder sogar
einen erholsamen Wintergarten?
Dann schauen Sie bei uns herein,
wir beraten Sie gern.

HUBERT HOLTkamp
Tischlermeister

TISCHLEREI

Holtkamp

FENSTER · HAUSTÜREN · TREPPEN · WINTERGÄRTEN · UND MEHR

BAHNHOFSTR. 6 · 33178 BORCHEN · www.fensterbau-holtkamp.de

Tel. 0 52 51/38 59 6 · Fax 0 52 51/38 81 25



Ort der Begegnung: Traditionell bietet das Dalheimer Marktgeschehen viel Raum für Begegnungen, den Austausch zwischen Marktbesuchern und Ordensleuten und Gespräche über "Gott und die Welt". Fotos: LWL/ Alexandra Buterus

MARKT MIT SEELE

EUROPAS GRÖßTER KLOSTERMARKT IM WESTFÄLISCHEN DALHEIM FEIERT GEBURTSTAG

Lichtenau-Dalheim (Iwl). Wenn Braumeisterin Schwester Doris am Zapfhahn steht, Pater Gerhard sein Kräuterwissen teilt, Schwester Jacoba-Maria von ihrem selbstgemachten Zucchini-Relish probieren lässt und Westfalen sich im ehemaligen Kloster Dalheim (Kreis Paderborn) trifft, dann ist wieder Europas größter Klostermarkt - und das zum 20. Mal.

Am Wochenende, 27. und 28. August, kommen Ordensschwestern und -brüder aus rund 40 Abteien, Stiften und Klöstern in Österreich, Tschechien, Polen und dem gesamten Bundesgebiet in das westfälische Kloster Dalheim, heute das LWL-Landesmuseum für Klosterkultur, Stiftung Kloster Dalheim, um auf dem weitläufigen Gelände ihre Waren anzubieten.

Von hochwertigen Kosmetika über Töpferwaren bis hin zu klösterlichen Köstlichkeiten - das Angebot auf dem Klostermarkt ist ebenso vielfältig wie die vertretenen Ordensgemeinschaften. Ihre Waren

stehen für Tradition, Qualität und Naturnähe. Jeweils von 10 bis 18 Uhr zeigen die Ordensleute, was in ihren Küchen, Kellern und Werkstätten in Handarbeit an wertvollen Produkten entsteht. Eine Tombola, die vom Verein der Freunde des Klosters Dalheim e.V. organisiert wird, rundet das Jubiläumsangebot ab.

Traditionsgemäß steht beim Dalheimer Marktgeschehen der persönliche Kontakt zwischen Ordensleuten und Besuchern im Mittelpunkt, die sich am Verkaufsstand oder bei den Kräuterführungen mit Pater Gerhard begegnen. Ein Taizé-Gebet (Samstag 17 Uhr), das zwei Brüder aus der Communauté de Taizé gestalten, findet dieses Jahr unter freiem Himmel im Konventgarten statt.

Ein besonderes Rahmenprogramm zum Jubiläum erwartet die Besucherinnen und Besucher: Bei einer Klostermarkt-Rallye entdecken kleine und große Gäste den Markt. Ein Streichelzoo lädt zu tierischen Begegnungen ein. Handwerksvorführungen u.a. in Brauerei, Brennerei und Mühle lassen historisches Handwerk wieder lebendig



werden. In der Klosterwerkstatt werden Kinder selbst aktiv und basteln Holzschiffchen und Mönchs-Schlüsselanhänger. Am Sonntag gibt der Puppenspieler Uwe Natus zwei Vorstellungen für Familien, und der Bläserkreis der Universität Paderborn sorgt für musikalische Unterhaltung.

Im LWL-Landesmuseum für Klosterkultur beleuchtet die Sonderausstellung "Latein. Tot oder lebendig!?" die Bedeutung der lateinischen

Sprache für die europäische Bildungs- und Kulturgeschichte und zeigt über 200 Exponate aus der Antike, dem Mittelalter sowie der aktuellen Populärkultur. Der Eintritt in das LWL-Museum ist im Preis für den Markt enthalten.

Um die Gesundheit aller Beteiligten zu schützen, kommt ein den aktuellen Corona-Schutzverordnungen angepasstes, umfassendes Hygienekonzept zum Tragen.

KITA-KINDER HELFEN ZUM JUBILÄUM

SPENDENKATION AUS HERZ-JESU FÜR DIE AKTION

„MAMA BÄRCHEN HILFT“ / WINDELN UND HYGIENEPRODUKTE GEKAUFT

Paderborn. Feiern und helfen, das war für die Kinder der KiTa Herz Jesu im Paderborner Riemekeviertel selbstverständlich. Vom Spendengeld des Kuchenbuffets zum 90-jährigen Bestehen kauften Sie Windeln und Hygieneartikel. KiTa-Leiterin Monika Fritz übergab die Spendenpakete nun an die Aktion „Mama Bärchen hilft“ der Jakobusschwestern aus Paderborn.

Die Kinder hatten unter mehreren Möglichkeiten diese Paderborner Initiative ausgesucht, die Eltern und werdende Mütter rund um Schwangerschaft und Babyzeit begleitet. Viele von ihnen benötigen die regelmäßigen Spenden, besonders Windeln sind teuer. In den Räumen des DRK Charity-Shops in der Neuhäuser Straße wurden die Kartons jetzt zur Übergabe aufgebaut. Dort gibt es an jedem letzten Freitag im Monat den „Whoopi Tag“, an dem sich Mütter, aber auch Senioren, Windeln oder Inkontinenzprodukte abholen können. Besonders am Monatsende fehlt dafür häufig das Geld, deshalb helfen die Schwestern dort.



Über die Kita-Spende mit Windelpaketen und Hygieneprodukten freuen sich die beiden Jakobusschwestern Monika und Stephanie mit Maskottchen Whoopi auf dem Arm. Als Gegengeschenk und Dank gaben sie KiTa-Leiterin Monika Fritz über die Kooperation der Schwestern mit dem DRK gespendete neue Regenjacken für die KiTa Herz-Jesu und andere befreundete Kitas mit. (von links). Foto + Text: Schlichter

Falafel-Bagel

mit Gemüse und Honig-Senf-Creme

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN:

Zutaten für die Falafeln:

1 Zwiebel | 1 Knoblauchzehe
1 Dose Kichererbsen | ½ Bund Petersilie
1 Prise Chili | Salz | 1 Ei
70 g Semmelbrösel | 200 ml Öl

Zutaten für die Honig-Senf-Creme:

200 g Frischkäse | 50 g Senf
20 g Honig | 1 TL Kurkuma

Weitere Zutaten:

4 B:PURE Bagel | 4 Radieschen | ½ Salatgurke
30 g Salatmischung | 2 TL Sesam

ZUBEREITUNG:

1. In der Zwischenzeit die Zwiebel und den Knoblauch schälen und fein hacken.
2. Kichererbsen in einem Sieb gut abtropfen lassen. Nun alles in eine Schüssel geben. Mit einem Kartoffelstampfer fest zerdrücken, sodass eine festere Masse entsteht.
3. Das Ganze mit Petersilie, Chili und etwas Salz würzen. Das Ei hinzugeben und die Masse gut verkneten.
4. Mit feuchten Händen kleine Bällchen formen und andrücken. Anschließend in den Semmelbröseln wälzen.
5. Die B:PURE Bagel nach Packungsanweisung aufbacken.
6. Das Öl in einer tiefen Pfanne erhitzen und die Bällchen rundum goldgelb braten.
7. Frischkäse mit Senf und Honig vermischen und nach und nach Kurkuma unterrühren.
8. Die Radieschen sowie die Gurke und den Salat waschen. Die Enden der Radieschen und Gurke entfernen, anschließend das Gemüse in feine Scheiben schneiden.
9. Bagel aufschneiden, mit der Honig-Senf-Creme bestreichen und abwechselnd mit Gurken, Radieschen und Salat belegen. Nun 2 bis 3 Falafeln darauf geben und mit Sesam bestreuen.

Guten Appetit!

Wir lieben lecker

Auberginen- und

Zucchini-Röllchen

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN:

1 Zucchini | 1 Aubergine | 40 g Rucola | 25 g Pistazien, geröstet | 250 g Ricotta
2 TL Zitronensaft | 1 1/2 TL AMC Al 'n Pep | Salz, Pfeffer | 3 EL Olivenöl

ZUBEREITUNG:

Zucchini und Aubergine putzen und längs in dünne Scheiben schneiden. Rucola putzen und mit Pistazien im Quick Cut zerkleinern. Ricotta, Zitronensaft und AMC Al 'n Pep zugeben und vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Pfanne auf höchster Stufe bis zum Brat-Fenster aufheizen, auf niedrige Stufe schalten. Gemüsescheiben beidseitig mit Olivenöl bestreichen und portionsweise braten, bis der Wendepunkt erreicht ist, wenden und offen fertig braten. Gemüsescheiben mit Salz und Pfeffer würzen und auskühlen lassen. Je einen Esslöffel der Ricottamasse auf das schmale Ende der Gemüsescheiben legen und aufrollen.

Rezept + Foto: djd/AMC Alfa Metallcraft Corporation

SCHULTE
FEINGEBÄCK

Werksverkauf
Wir wünschen allen Lesern einen tollen Libori-Auftakt!

Feinste Auslese
11 leckere, knusprige Sorten!

3,49€ / 300g

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

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

Sommer-Pizza

mit Looye Honigtomaten

ZUTATEN FÜR 4 PIZZEN:

Zutaten für den Teig:

500 g Weizenmehl Type 405 | 300 ml Wasser, lauwarm
2 TL Salz | 5 g frische Hefe

Zutaten für den Belag:

5 EL Natives Olivenöl extra | 500 g Ricotta
Salz | Pfeffer | 200 g Italienische Salami, in dünnen Scheiben
1 Schalotte, fein gehackt | 2 EL Rotweinessig
3 Zucchini, mit einem Gemüseschäler der Länge nach dünn gehobelt
500 g Looye Honigtomaten, halbiert | 1 Bund Basilikum

ZUBEREITUNG:

1. Mehl sieben und mit dem Salz in eine Rührmaschine geben. Hefe in lauwarmem Wasser auflösen und zur Mehlmischung geben. Nun den Teig 20 Minuten kneten lassen.

2. Teig dann mit einem feuchten Tuch abdecken und 2 Stunden ruhen lassen. Dann in 4 Stücke teilen, zu Kugeln formen und nochmals 6 Stunden gehen lassen. Durch die geringe Hefe und der langen Gärung wird der Teig ganz besonders aromatisch.

3. Aus dem Teig runde Pizzen ausrollen und auf ein Backblech legen. Backofen auf 200 Grad Ober-Unterhitze vorheizen.

4. Ricotta mit 1 EL Olivenöl, 1 TL Salz und ½ TL Pfeffer vermengen und auf die Pizzaböden streichen, dabei einen Rand von 1 cm freilassen. Mit Salami belegen und im Ofen ca. 15 Minuten backen.

5. In der Zwischenzeit Schalottenwürfel mit Essig und restlichen Öl verrühren und mit Salz und Pfeffer würzen. Zucchini, Tomatenhälften und Basilikum in einer großen Schüssel vermengen, 2/3 des Dressings untermengen.

6. Pizza aus dem Ofen nehmen und die Tomatenmischung auf die Pizzen verteilen und das restliche Dressing darüber träufeln.

Viel Spaß beim kochen!



Kartoffel-Paprika-Salat

Wir lieben lecker

ZUTATEN FÜR 2 PORTIONEN:

500 g Speise- oder Speisefrühskartoffeln (vorwiegend festkochend)
etwas Sonnenblumenöl zum Braten | 250 g rote Spitzpaprika
100 ml Gemüsebrühe | 75 ml Weißweinessig | 2 Stiele Majoran
1 EL Senf, mittelscharf | 50 ml Sonnenblumenöl | ½ rote Zwiebel
Salz, Zucker, Pfeffer nach Geschmack

ZUBEREITUNG:

Für den Kartoffelsalat:

Kartoffeln in reichlich Wasser circa 20 Minuten lang kochen. Anschließend abgießen, leicht abkühlen lassen, Kartoffeln pellen und halbieren. Die Kartoffelschale für die Marinade zur Seite legen.

Spitzpaprika waschen, abtrocknen, entkernen und längs in Streifen schneiden. In einer heißen Pfanne mit Öl auf höchster Stufe circa drei Minuten braten und mit Salz würzen.

Für die Marinade:

Majoran waschen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen. Zwiebel schälen und fein würfeln. Anschließend Brühe und Essig mit der Kartoffelschale aufkochen, Majoran, Senf und Öl hinzugeben und mit einem Pürierstab fein mixen.

Zwiebelwürfel dazugeben und nochmals kurz aufkochen. Mit Salz und Pfeffer kräftig abschmecken.

Alles mit der Marinade vermengen und servieren.

Verovinum®

Urlaubszeit ist
Genießerzeit!

Weine, Sekt, Champagner, Kaffee,
Feinkost, Präsente, Weinproben
und Kochkurse.

Karl-Schurz-Str. 54 | 33100 Paderborn
Tel: 05251 20 767 38 | info@vero-vinum.de



Wir lieben lecker

Virgin Sunrise

Alkoholfrei

ZUTATEN FÜR 1 DRINK:

Crushed Eis | 50 ml Grenadinesirup
Orange | 100 ml Royal Pineapple von HITCHCOCK

ZUBEREITUNG:

1. Das Glas zu 2/3 mit Eis füllen. Grenadinesirup in das Glas gießen. Orange halbieren und Saft auspressen, in das Glas gießen. Anschließend das Glas mit dem Royal Pineapple Saft bis zum Rand füllen.

2. Die Ananasscheibe in vier Stücke schneiden und den Cocktail mit einem Stück garniert servieren

Rezept + Fotos: HITCHCOCK/Olga Laitenberger |
Olga Laitenberger | Svillana Denysjuk

Räucherei in der Emsquellaue



FISCHZUCHTANLAGEN
ANGELTEICHE · HOFLADEN

Tolle Räucherfisch-Spezialitäten
und vieles mehr!

Direktverkauf:
täglich (auch sonntags) 7 bis 17 Uhr

Frischfisch:

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

Räucherware:

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

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

Deluxe Summer Trip

ZUTATEN:

40ml Wodka
30ml Masticha Likör
20ml Granatapfelsaft
15ml Zitronensaft
5ml Grenadinesirup
20ml Eiweiß

ZUBEREITUNG:

In einem Cocktailshaker die Zutaten gut miteinander vermischen. Für den farblichen Kontrast und den Geschmack empfiehlt sich das Flambieren einer Zitronenzeste.

Rezept + Foto: Ilias Pavlou



RESTAURANT-TIPP... MAL ANDERS.

von Burkhard Lohren

Diesmal waren wir zum Test in Paderborns Cocktail-Bar MARY'S eingeladen. Wir durften so einiges verkosten, aber Vorsicht: zu viel Alkohol ist natürlich nicht förderlich und kann die Sinne täuschen.

Mary's Bar in Paderborn Szene Hotspot in der City

Inhaber Inan Murioglu
in seiner Bar.
Fotos: Mary's Paderborn



Das Mary's am Marienplatz 16 zählt seit 2013 zu den In-Locations und zur angesagtesten Cocktailbar in Paderborn. Der Aufstieg des Mary's ist kommt nicht von ungefähr, denn Inhaber Inan Murioglu ist ausgebildeter Barkeeper und ein absoluter Profi. Das Mary's ist ein beliebtes Ziel von allen Junggebliebenen und Freunden leckerer Cocktails und Longdrinks. Das zeitlos-stilvolle Ambiente versprüht Großstadt-Flair mit Wohlgefühlcharakter. Musikalisch bewegt sich die Musik in der Bar zwischen lässigen Sounds, Soul, Elektro und Pop im Mix. Gäste können auf Barhockern entlang des Tresens Platz nehmen und dem kompetenten Barkeeper beim Mixen der Drinks zusehen. Viele weitere Plätze sind entlang der Fensterfront gegenüber dem Tresen. Im hinteren Teil der Bar



kann man gemütlich mit mehreren Personen sitzen oder feiern. Vor dem Lokal laden im Sommer die Außenplätze dazu ein, bei einem Drink das geschäftige Treiben zu beobachten. Was das Mary's besonders zu Libori zum Treffpunkt macht. Hier kann man sich treffen und die Libori-Route planen.

Die Bar ist auch der ideale Ort, um den Libori-Abend ausklingen zu lassen und noch ein oder zwei Getränke mit Freunden zu genießen. Die Cocktailkarte ist bestens sortiert die Getränkeauswahl ist beachtlich und neben Cocktails, alkoholfreien Cocktails, Longdrinks und frischgezapftem Bier gibt es auch anregenden Kaffee.

Alle Preise, insbesondere für Cocktails sind moderat. Ein Special im Mary's ist der „Let's Kiss“, der wohl zu den beliebtesten Drinks der Bar zählt, was uns nicht sehr verwundert hat – lecker! Weiterhin hatten wir süße und cremige Shortdrinks wie den Screaming Orgasm und Longdrinks auf Sour-Basis wie den Klassiker, Caipirinha (Cachaça, Limetten, Zucker) und Mojito (Rum, Limettensaft, Zucker, Sodawasser, Minze). Alle Cocktails waren außergewöhnlich lecker und mit frischen Zutaten gemixt. Die Bar verbindet einen lockeren Kneipenabend in mit exzellenter Getränkeauswahl und Cocktails, die aus den meisten Bars in Paderborn heraussticht. Wer einen tollen Abend, einen liebenswerten Barkeeper erleben und super Drinks zu sich nehmen möchte, ist im Mary's genau richtig.

MARY'S BAR

Marienplatz 16 | 33098 Paderborn

Öffnungszeiten

Di. – Do. 18:00 – 02:00 Uhr

Fr. + Sa. 18:00 – 05:00 Uhr

**An allen Tagen von
20.00 bis 22.00 Uhr
können die Gäste die
Cocktails zum Happy
Hour Preis genießen.**



Fotos: Kyrillpfad (Copyright ysitel)

KULTUR- UND FREIZEITTIPPS

EINFACH MAL MACHEN: MIKROABENTEUER IN DER NATUR

Einfach mal raus, nicht weit weg, Augen auf und staunen: Es sind die kleinen Dinge, die die größte Freude machen. Und die sind meist sehr günstig oder sogar kostenfrei. Wälder, Felder und Heiden im Upland halten so viele Abenteuer bereit. Naturnah, gut für die Gesundheit.

Eine Nacht im Wald

Sobald man raus ist aus der Komfortzone, sind die Antennen ausgefahren, die Wahrnehmung geschärft und die Ideen fließen.... Eine Nacht im Wald bewirkt wahre Wunder. Vor dem Schlafengehen Fuchs und Hase "Gute Nacht" sagen. Die Grillen zirpen in der Dämmerung und in der Früh zwitschern die Vögel den Kindern ein Morgenlied. Lauschen und raten, welches Tier zu hören ist, ist ein Familienabenteuer, das mit Sicherheit unvergessen bleibt. Die Stationen des Trekkingparks Sauerland liegen am Waldrand und lassen sich prima über Diemelsteig und Uplandsteig erreichen. Bitte unbedingt vorher buchen unter www.trekkingpark.de

Natur weckt Phantasie und Kreativität

Skurriel gewachsene Bäume, krumm, windschief, teils am Boden liegend. Die Natur auf dem Kyrill-Pfad ist seit über 15 Jahren sich selbst überlassen. Der Pfad vermittelt einen Eindruck, mit welcher Kraft der Orkan Kyrill 2007 gewütet hat: Umgestürzte Bäume, die Wurzelteller ragen in den Himmel. Was dort entstanden ist, regt die Phantasie an. Einfach mal spielen: „Ich sehe was, was du nicht siehst“...

Naturdetektive unterwegs....

Kleine Entdecker erforschen Wald und Wiese. Jeder Wanderpfad wird Schritt für Schritt erkundet. Wenn Familien mit Kindern wandern, ist der Weg das Ziel. In einem Bach einen kleinen Damm bauen und Schiffchen aus Blättern schwimmen lassen oder am Wegrand Steinmännchen bauen – da wächst die Begeisterung.

Lauschen, Schauen und Staunen kann eine Wanderung durch den Wald so spannend machen, dass die Entdeckertour kein Ende nehmen soll. Die Wanderexperten der Tourist-Information empfehlen gern kurze, erlebnisreiche und kindgerechte Wanderwege.

Esel streicheln und Kühe reiten! Wirklich?

Auf Pferden und Eseln zu reiten, ist schon ein Abenteuer! Aber wer ist schon einmal auf einer Kuh geritten?! Bei den Erlebnistagen auf dem Familienbauernhof Faß schauen die Kinder in die Ställe, streicheln Kälbchen, Schafe und Ziegen. Sie schauen beim Melken zu und helfen beim Füttern. Am Schluss wird dann Reitkuh Milla gesattelt und die Kinder dürfen auf dem Reitplatz eine Runde drehen!

Bello ist der beste Buddy!

Gipfelerlebnisse, Zapfensuchen und hinter jedem Baum was Neues entdecken: Auch der Hund mag die kleinen Urlaubsabenteurer, die Willingen bereit hält. Kind und Hund sind das perfekte Team und beide können sich so richtig austoben. Willingen ist hundefreundlich. Der Hund darf bei den meisten Aktionen gern dabei sein. Viele nützliche Infos: www.willingen.de/hund

Manege frei für die Kids

Zirkusluft schnuppern Urlaubskinder zusammen mit Einheimischen im Besucherzentrum. Seiltänzer, Akrobaten oder Clowns – was auch immer die Kinder gern sein möchten, begleitet vom Team „Manegentraum“ schlüpfen Kids in ihre Traumrolle. Der Mitmachzirkus findet vom 9. Juli bis 27. August jeden Donnerstag um 16 Uhr im Besucherzentrum statt. Die Teilnahme ist kostenfrei.

Forschergeist und Wasserspaß

Bauernhoftiere streicheln und füttern, Fledermäuse oder Biber in ihrem natürlichen Lebensraum beobachten – dies und vieles mehr zeigt der Naturpark Diemelsee. An heißen Sommertagen lockt er mit erfrischendem Badespaß. Ein besonderes Abenteuer ist ein Sonnenuntergang am See.

Sich alles gönnen und dennoch sparen

Schon die Anreise mit dem 9-Euro-Ticket ist günstig, nachhaltig und auch bequem. Der Willinger Bahnhof liegt zentral im Ort und ist aus Richtung Marburg oder Brilon mit der Bahn gut zu erreichen. Wer bei teilnehmenden Gastgebern übernachtet, erhält die MeineCard Plus. Sie ist die Eintrittskarte für über 100 Freizeiteinrichtungen in der GrimmHeimat NordHessen. Infos: www.willingen.de/plus

Sparen können Familien mit dem Familienpass. Besitzer erhalten für 63,00 € pro Kind und 69,00 € pro Erwachsenen freien Eintritt in 18 Freizeiteinrichtungen. Kinder bis einschließlich 3 Jahre sind frei. Infos: www.willingen.de/pass

Kein Mikroabenteuer, aber ein großes Erlebnis ist der Besuch im Bikepark Willingen. Für Familien gibt es Schnupperangebote inklusive Bike, Ausrüstung und Ticket für zwei Stunden. Bei den Fridays for 'free'Ride vom 8. Juli bis zum 26. August laufen die Lifte im Bikepark länger. Bis 20 Uhr können Gäste mit gültigem Ticket fahren, statt bis 18 Uhr – und zwar ohne Aufpreis.



Copyright Klaus Peter Kappest



Copyright Touristinformation Willingen



KULTUR- UND

FREIZEITTIPPS



„GASTRONOMIE AN DER WEWELSBURG“ ERÖFFNET

Kreismuseum Wewelsburg findet mit „Genuss & Gastronomie in OWL“ einen neuen Betreiber für die Museumsgastronomie

Ab sofort bietet „Die Gastronomie an der Wewelsburg“ mit einem neuen Konzept und dezenter Umgestaltung der Innenräume, Gästen alles an, was man vor, während oder auch nach einem Museumsbesuch zur Stärkung braucht. In den großzügigen Innenräumen, mit eigenem separatem Veranstaltungsraum, dem „Erker-Zimmer“, und auf der schönen Holzterrasse lässt es sich gut aushalten, um sich mit Kaffeespezialitäten, Burgfrauenkuchen, verschiedenen Flammkuchen oder den „Henkelmännern“ zu stärken. „Ich bin begeistert, so

schnell wieder kompetente Gastronomiepartner gefunden zu haben und freue mich sehr über das vielfältige Angebot an Speisen und Getränken für unsere zahlreichen Gäste gerade jetzt in den Sommerferien“, so Museumsleiterin Kirsten John-Stucke.

Die „Gastronomie an der Wewelsburg“ ist dienstags bis freitags von 10 bis 17 Uhr sowie samstags, sonntags und feiertags von 10 bis 18 Uhr nicht nur für Gäste des Kreismuseums da. Auch Nach-



GASTRONOMIE AN DER WEWELSBURG



Fotos: (@Kreismuseum Wewelsburg)

barn und Gäste aus Nah und Fern, wird die Möglichkeit geboten, sich zum Kaffeeklatsch, zu Tagungen und Familienfeiern zu treffen. Auch die bodenständige Verpflegung von Bus- und Reisegruppen ist kein Problem. Angelehnt an den Öffnungszeiten des Kreismuseums bleiben die Türen am Heiligabend, 1. Weihnachtstag, Silvester und Neujahr geschlossen.

„Die Gastronomie an der Wewelsburg“ ist neuer Standort der Genuss & Gastronomie in Ostwestfalen-Lippe, zu der die Museumsgastronomie „Im Weißen Ross“ im Freilichtmuseum Detmold, die BILSTER BERG Gastronomie und der Food Truck "Der Tunker" gehört.

Tierpark NADERMANN

Genießen Sie Ihren Tierparkspaziergang und nehmen Sie sich Zeit für viele interessante tierische Entdeckungen!

WIR FREUEN UNS AUF IHREN BESUCH!

TIERPARK NADERMANN
 Grafhörsterweg 5 | 33129 Delbrück-Schöning
 Tel. 05244 - 1471 | www.tierpark-nadermann.de

Sommerzeit ist Balkonzeit:

Das sind die beliebtesten Balkonblumen!

Auf Platz 1: Die Hortensie!

Mit 503.880 Online-Suchanfragen pro Monat mit Abstand auf Platz 1: Die Hortensie! Ungefähr 80 Arten gibt es von den in Nordamerika, Ostasien sowie Chile beheimateten, pflegeleichten Strüchern, die allesamt in mannigfaltiger, pastelliger Blütenpracht erstrahlen.

Ihren Stellenwert für die hiesige urbane Landschaft kann man an ihrem Namen ablesen: "hortus" bedeutet aus dem Lateinischen übersetzt "Garten". Generell bevorzugt sie halbschattige Orte, hat einen hohen Nährstoffbedarf und möchte stets feucht gehalten werden, ohne dass sich jedoch Staunässe bildet.



Auf Platz 2: Lavendel!

Der Lavendel gehört zur Familie der Lippenblütler, die ihrerseits etwa 7000 Arten umfasst. Hierzu- lande sind vor allem der Echte Lavendel sowie der Schopflavendel auf Balkons kultiviert – Letzterer begeistert viele durch seine aufragenden Hochblätter am Kopf der Blüte.

Seit jeher fand er Verwendung in der Medizin und Kosmetik, die Römer nutzten ihn z.B. zur Herstellung von Bade-Essenzen. Heutzutage ist er die ideale Pflanze für trockene Sommer, denen er getrost standhält. Mit 374.050 monatlichen Suchanfragen landet der Lavendel auf Platz 2.



Auf Platz 3: Die Geranie!

Die fernwirksamen Geranien bestechen mit ihrer abwechslungsreichen Vielschichtigkeit – allein in ihrem Ursprungsland Südafrika gibt es über 250 Wildarten. Auch wenn sie hin und wieder gestutzt werden wollen, sind viele Sorten u.a. durch Züchtungsarbeit äußerst pflegeleicht.

An vollsonnigen bis halbschattigen Orten mit nährstoffreichem Boden blühen sie den ganzen Sommer über in allen erdenklichen Farben. Doch Vorsicht: Für etliche Kleintiere wie Hasen oder Hamster ist sie giftig! Dennoch liegt sie mit 192.980 Suchanfragen auf Platz drei.



Auf Platz 4: Der Oleander!

Die Kübelpflanze Oleander – auch Rosenlorbeer genannt – bevorzugt sonnige, windgeschützte Plätze. Dabei ist sie sehr durstig, liebt jedoch kalkhaltigen Boden. Gegossen werden sollte sie ebenfalls mit kalkhaltigem Leitungswasser statt Regenwasser.

Sie hält eine besondere Stellung als einzige Art ihrer Gattung der Hundsgiftgewächse (Achtung: Sie ist stark giftig!), auch wenn es mittlerweile durch Züchtungen über 400 Sorten in vielfältigster Ausprägung gibt. Platz vier mit 167.160 monatlichen Online-Suchanfragen.



Auf Platz 5: Der Buchsbaum!

Mit 145.620 monatlichen Suchanfragen landet der aus dem Mittelmeerraum stammende Buchsbaum auf Platz 5. Entgegen seines Namens ist der Buchsbaum in niedriger Strauchform gebräuchlicher auf deutschen Balkonen.

Auch wenn er äußerst widerstandsfähig ist, fühlt er sich an nicht vollsonnigen Plätzen mit einem humusreichen Boden am wohlsten. Er sollte stets feucht gehalten werden, Staunässe verträgt er jedoch schlecht. Er dankt es mit zunehmender Dichte, wenn man ihn ab und zu zurechtstutzt.



vergleich.org

Auf Platz 6: Die Clematis!

- 144.500 monatliche Online-Suchanfragen
- gehört zur Familie der Hahnenfußgewächse, ist als "Waldrebe" und ausgeprägter Kletterkünstler bekannt, der sich mit Hilfe seiner sich krümmenden Blattstiele nach oben kämpft
- blüht an sonnigen bis halbschattigen Standorten ohne trockene Hitze auf, benötigt jedoch Schatten am Fuß, den man z.B. mit einer Schicht Mulch auf der Erde erzielen kann
- bildet sehr vielseitige Blütenformen (u.a. schalen-, stern- oder glockenförmig), Blätter und Wuchsarten mit besonders pittoresken Balgfrüchten

Auf Platz 7: Das Gänseblümchen!

- 97.550 monatliche Online-Suchanfragen
- einzige Art ihrer Gattung, die in Nord- und Mitteleuropa zu Hause ist, liebt sonnige Plätze und nährstoffreiche, nicht zu trockene oder zu nasse Böden
- sind reich an Nährstoffen und können auch von Menschen verzehrt werden, auch wenn sie in größeren Mengen giftig sein können – Erwachsene sollten nicht mehr als zehn Blätter und 4 Blüten am Tag essen, Kinder nur halb so viel
- Engländer*innen nennen das Gänseblümchen "Daisy", da sie ihre Blüten tagsüber öffnet und bei Nacht oder schlechtem Wetter geschlossen hält



Auf Platz 8: Die Petunie!

- 79.120 monatliche Online-Suchanfragen
- Nachtschattengewächs aus Südamerika, das seinen Namen der verwandten Tabakpflanze verdankt: "petun" ist das Wort brasilianischer Ureinwohner für "Tabak"
- blüht von Mai bis hin zu den ersten fröstellenden Temperaturen des Jahres und übersteht auch vollsonnige, heiße Orte unbeschadet
- hat lange Garten-/Balkon-Tradition und ist vor allem wegen ihrer leuchtenden, trichterförmigen Blütenpracht beliebt



Wo die Blumen
blühen, lächelt
die Welt.

Tofall's  Blumenecke
Floristik | Dienstleistungen
Gartenpflege | Grabpflege

Bielefelder Straße 15
Bad Lippspringe

Tel. 05252 4213
www.tofalls-blumenecke.de



ELEGANZ

IM BADEZIMMER

Hektik und Stress im Alltag nehmen spürbar zu und wecken gleichzeitig das tiefe Bedürfnis nach Entschleunigung. Gerade das eigene Zuhause kann mit einem ansprechenden Ambiente wichtige Rahmenbedingungen für mehr innere Balance bieten. Das trifft nicht nur auf den Wohnbereich zu, sondern vor allem auch auf das Badezimmer als einen Rückzugsort, der dazu prädestiniert ist, alles loszulassen und zu sich selbst zu kommen.

EINFACH NUR WOHLFÜHLEN

Sind Raumgestaltung, Einrichtung und Ausstattung bis ins Detail stimmig, passt auch die Wohlfühlatmosphäre. Für ein solches Gesamtbild sorgen mitunter aufeinander abgestimmte Armaturen, Brausen und Bedienelemente in der Dusche und an der Wanne sowie harmonisierende Accessoires. Die britischen Designer Edward Barber und Jay Osgerby beispielsweise haben gemeinsam mit der Marke Axor die Armaturen- und Brausenkollektion Axor One für eine umfassende Badeeinrichtung in zeitlosem Design geschaffen. Bestehend aus eleganten Archetypen für das Waschbecken, die Wanne und Dusche, wird die Kollektion von einer ganzheitlichen Designsprache mit schlanken Silhouetten, planen Oberflächen, weichen

Fotos: Axor/Hansgrohe SE/akzo



SCHLANKEN SILHOUETTEN, PLANEN OBERFLÄCHEN, WEICHEN KANTEN UND AUSGEWOGENEN PROPORTIONEN

Wannenarmatur mit Handbrause und das Thermostatmodul für die Wanne oder Dusche. Zur großen Auswahl an Duschprodukten gehören Kopfbrausen, die die Strahlarten Rain und PowderRain kombinieren, eine Handbrause mit PowderRain sowie eine Showerpipe und ein Brauseset, die dank ihrer integrierten Wandanschlüsse optisch eine klare, reduzierte Erscheinung sind. (akzo)

Kanten und ausgeglichenen Proportionen getragen. Darüber hinaus sorgen Oberflächen wie Chrom, Matt Black und weitere exklusive Oberflächen für exklusive Eleganz in jedem Badezimmer. Auch technologisch ist die Kollektion auf dem neuesten Stand: Die mechanischen Armaturengriffe mit weiterentwickelter Select-Technologie ermöglichen eine präzise, wassersparende An- und Abschaltung sowie Temperaturkontrolle. Die Bedienung ist einfach, intuitiv und hochpräzise – ein innovatives Designdenken, das die gesamte Kollektion charakterisiert.

VIELFALT FÜR INDIVIDUELLE GESTALTUNG

Das Sortiment ist umfangreich, darunter Ein-Loch-, Zwei-Loch- und Drei-Loch-Waschtischarmatur, Armaturen für die Wandmontage, eine bodenstehende



WALDEYER
FENSTER+HAUSTÜREN

34414 Warburg · Industriestraße 10
Tel. 05641/747170 · info@waldeyer.de
www.waldeyer.de

QUALITÄT NACH MASS, SERVICE UND BERATUNG

DIE NATUR IM KREIS PADERBORN – VIELFÄLTIG UND BESONDERS

Neues Buch der Biologischen Station ist erschienen



Das Team hinter dem Buch: Christoph Schön (Aufsichtsrat Biologische Station), Franz Hasse (Naturfotograf), Walter Venne (Naturfotograf), Landrat Christoph Rütther, Katrin Berkenkamp (Grafikerin), Hubert Böddeker (Stiftung der Sparkasse Paderborn-Deimold für den Kreis Paderborn), Peter Rütther (Vorsitzender der Biologischen Station), Heiko Arjes mit Lina (Naturfotograf), Wolfgang Scholle (Aufsichtsrat Biologischen Station), Jörg Mitzkat (Verleger) und Dr. Gerhard Lakmann (Textautor und Naturfotograf, v.l.)

Kreis Paderborn (KRPB). „Die Natur im Kreis Paderborn – vielfältig und besonders“ – unter diesem Titel hat die Biologische Station Kreis Paderborn – Senne ein Buch zu den landschaftlichen und naturkundlichen Besonderheiten des Kreises Paderborn herausgebracht. Auf 248 Seiten werden Heideflächen und Magerrasen, Grünland und Ackerflächen, Still- und Fließgewässer, Moore und Wälder vorgestellt. Jeder dieser Lebensräume ist Wuchsort, Brutstätte oder Jagdrevier zahlreicher, teils speziell angepasster Pflanzen und Tiere, die in dem reich bebilderten Buch ausführlich vorgestellt werden. Neuntöter und Raubwürger, Großer Brachvogel und Kiebitz, Knoblauchkröte und Kreuzkröte, Europäischer Edelkrebs, Bachmuschel und Galmeiveilchen – das sind nur wenige Beispiele der großen Artenvielfalt im Kreis Paderborn.

Mit dem großformatigen und ansprechend gestalteten Bild- und Textband will die Biologische Station Kreis Paderborn - Senne für die Natur des Kreises Paderborn begeistern, dabei aber auch die aktuellen Herausforderungen und Probleme im Natur- und Artenschutz benennen. Bisher gab es zu diesem Thema keine relevante Buchveröffentlichung, obwohl der Kreis Paderborn eine äußerst vielfältige Landschaft und bemerkenswerte Vorkommen von Pflanzen und Tieren zu bieten hat.

„In diesem Buch wird die bemerkenswerte Natur unserer Region mit tollen Bildern und allgemein verständlichen Texten vorgestellt. Das Buch schließt eine Lücke und wird vielen naturinteressierten Menschen Freude machen“, so Landrat Christoph Rütther, der sich gemeinsam mit Hubert Böddeker, Vorsitzender des Stiftungsvorstandes der Stiftung der Sparkasse Paderborn-Deimold für den Kreis Paderborn,

über die Fertigstellung des Werkes zweijähriger Arbeit freut. Der Kreis Paderborn und die Sparkassen-Stiftung haben das Projekt finanziell unterstützt, damit es professionell gestaltet und in einem großen Format gedruckt werden konnte, und dennoch zu einem attraktiven Preis für viele Interessierte erhältlich ist.

Das Buch ist ein Gemeinschaftswerk vieler engagierter Naturschützerinnen und Naturschützer, die sich bei ihrer täglichen Arbeit oder in ihrer Freizeit für die Erhaltung der zahlreichen Naturschönheiten und Besonderheiten einsetzen. Die Bebilderung mit außergewöhnlichen Naturfotografien haben Mitglieder des Arbeitskreises Naturfotografie der Biologischen Station übernommen. Die Arbeit der Naturfotografen war besonders aufwändig. Sie haben hohe Ansprüche an ihre Fotos und warten manchmal tagelang auf das passende Licht für ein bestimmtes Motiv. Auf der Suche nach den schönsten Bildern für das Buchprojekt haben alle Naturfotogra-





Seite 40: Galmei-Veilchen

Das Westfälische Galmei-Veilchen ist eine ganz besondere Pflanze. Weltweit kommt sie nur an einer einzigen Stellen vor: im nur wenige Hektar großen Gebiet der Bleikuhlen bei Blankenrode und seiner Umgebung, dem Grenzgebiet der drei Kreis Paderborn, Höxter und Hochsauerland. Foto: Guido Sachse

Seite 152: Zauneidechse

Auch die Zauneidechse ist im Kreis Paderborn Zuhause. Foto: Jostbernd Brock

Seite 170: Knoblauchkröte

Die Knoblauchkröte scheidet in Stress-Situationen über ihre Hautdrüsen ein Sekret aus, das leicht nach Knoblauch riecht. So kommt sie auf ihren Namen. Foto: Franz Hasse

fen während der zweijährigen Bearbeitungszeit viele Morgen- und Abendstunden mit der Kamera im Anschlag in der Natur verbracht.

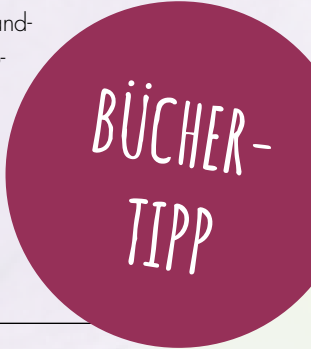
Einen interessanten Blick auf die Landschaften bieten die Drohnen-Aufnahmen in dem Buch, die der Naturfotograf Walter Venne aus Verl angefertigt hat. Die meisten Aufnahmen des Buches stammen von Heiko Arjes, Jostbernd Brock und Franz Hasse aus Paderborn, Guido Sachse aus Augustdorf und Christian Venne aus Bielefeld. Aus über 4.000 Aufnahmen wurden schließlich fast 300 Motive für das Buch ausgewählt.

Die meisten Texte der über 80 Einzelkapitel wurden durch Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Biologischen Station verfasst (Frank Ahnfeldt, Jutta Bergener, Christian Finke, Dr. Gerhard Lakmann, Peter Rüter, Karsten Schnell, Friederike Stelzner-Langner, Christian Venne). Durch ihre tägliche Arbeit in den Naturschutzgebieten des Kreises Paderborn gehören sie zu den besten Kennerinnen und Kennern der Natur im Kreis Paderborn. Spezielle Kapitel steuerten auch Heiko Ar-

jes, Dietmar Hahn, Guido Sachse und Susanne Pöhler, Mitarbeiterin des Kreises Paderborn, bei. Einen wesentlichen Anteil an der Konzeption des Buches hatte auch der verstorbene langjährige Vorsitzende des Landschaftsbeirates im Kreis Paderborn Dr. Gerhard Müller. Er verstarb während der Arbeit an dem Buch.

Die Biologische Station setzt auf eine weite Verbreitung des Buches in der Region. „Ich wünsche mir, dass durch das Buch bei möglichst vielen Menschen die Freude an der heimischen Natur gefördert, aber auch der Blick geschärft wird für die Verletzlichkeit und die Gefährdungen dieser einmaligen Landschaft“, so Peter Rüter, Vorsitzender der Biologischen Station.

Erschienen ist das Werk im Verlag Jörg Mitzkat aus Holzminden. Zum Preis von 24,80 Euro ist es in jeder Buchhandlung oder bei der Biologischen Station erhältlich.



Cornelia Fiechl Food Feelings

Emotionales Essen ist eine Krisenantwort Ihres Körpers, die hocheffizient ist. Um es auf den Punkt zu bringen: Es ist eine Strategie Ihres Körpers, Sie zu schützen.“

160 Seiten,
ISBN 9783218013208,
als E-Book erhältlich.

Die Arbeit ist stressig? In der Beziehung gibt es Krach? Der eigene Körper entspricht nicht den Idealvorstellungen? Die Disziplin in Sachen Ernährung fehlt? Plötzlich ist da dieser innere Drang zu essen, der unkontrollierbar erscheint und sich z.B. in ungezügelt Essenfällen äußert. Ist dann eine ganze Tafel Schokolade aufgegessen oder eine ganze Kekspackung vernichtet, regen sich Schuldgefühle – warum hatte man sich nicht unter Kontrolle?

Die Ernährungspsychologin Cornelia Fiechl ist Spezialistin für emotionales Essverhalten. Sie kennt Anzeichen, Verhaltensweisen und auch die dunklen Gefühle, die mit dem Kontrollverlust beim Essen einhergehen. Mit Sachkenntnis geht sie den Gründen für emotionales Essverhalten nach, zeigt, warum psychischer und physischer Hunger nicht dasselbe sind, räumt mit dem Irrglauben auf, dass man der Lust auf Süßes und Fettiges nicht nachgeben darf und begleitet alle, die einen Weg hin zu ungezwungener Ernährung frei von schlechtem Gewissen gehen wollen.



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

ANZEIGEN

Stefanie Bensmain
Doris Clasbrummel
Heike Knop
Silvia Schiller
Eva-Maria Schnüchel

GRAFIK

Silvia Rüsing | Janine Rogalla

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



Kostenloses Abo!
Hier bestellen!

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.

„PADERBORN ÜBERZEUGT E.V.“ GEHT MIT NEUEM VORSTAND IN DIE ZUKUNFT

Standortstärkung bleibt ein wichtiges Ziel

Eine lebenswerte Stadt mit attraktiven Angeboten für Menschen jeglichen Alters hat eine große Magnetwirkung. Davon profitieren auch lokale Unternehmen im Rahmen der Personalgewinnung. Vor diesem Hintergrund wurde seinerzeit der Verein „Paderborn überzeugt.“ initiiert. Getragen von namhaften Persönlichkeiten aus Wirtschaft, Politik und Gesellschaft hat „Paderborn überzeugt.“ in den vergangenen Jahren bereits viele Projekte erfolgreich umgesetzt.

Bei der jüngsten Mitgliederversammlung wurde turnusgemäß ein neuer Vorstand gewählt. Dabei setzte der Verein auf bewährte sowie neue Köpfe und hat damit die Weichen für eine gute Zukunft gestellt.

Vorsitzender bleibt Dr. Otto Drosihn (mediaprint solutions GmbH). An seiner Seite sind Bernd Schäfers-Maiwald (dSPACE GmbH) als 1. Stellvertretender Vorsitzender sowie Dr. Christine Tölle (Benteler Business Services GmbH) als Zweite Stellvertretende Vorsitzende. Zum Schatzmeister wurde Andreas Speith (Westfalen Weser Netz GmbH) gewählt. Den Kernvorstand komplettieren die Präsidentin der Universität Paderborn, Prof. Dr. Birgitt Riegraf, und der Paderborner Bürgermeister Michael Dreier als so genannte geborene Mitglieder.

Weiterhin gehören zum neuen Vorstand Markus Mertens (CDU-Fraktionsvorsitzender) als Schriftführer sowie als Beisitzende Ansgar Käter (VerbundVolksbank OWL), Arnd Paas (Sparkasse Paderborn-Detmold), Elke Zinn (FDP-Fraktion), Franz-Josef Henze (SPD-Fraktion) und Dr. Klaus Schröder (Die Grünen-Fraktion). Beratendes Vorstandsmitglied Schwerpunkt Digitalisierung ist Andreas Bruck.

„Mit meinem Team möchte ich die bewährte Arbeit des Vereins fortsetzen und gleichzeitig neue Impulse in einer Zeit setzen, die für unsere gesamte Gesellschaft größte Herausforderungen mit sich bringt“, sagte Dr. Otto Drosihn im Anschluss an die erfolgreiche Wahl. „Beim Blick auf die großen globalen Veränderungen dürfen wir unsere regionalen Belange nicht vergessen und wir werden mit unserer Arbeit den Wirtschaftsstandort Paderborn weiter stärken.“

Der neue Vorstand von „Paderborn überzeugt.“ mit (v. l.): Bernd Schäfers-Maiwald, Andreas Speith, Dr. Christine Tölle, Michael Dreier und Dr. Otto Drosihn. Foto: Heiko Appelbaum

Prof. Dr. Birgitt Riegraf gehört ebenfalls zum Vorstand von „Paderborn überzeugt.“. Foto: Universität Paderborn



LEBEN



**Digitale
Ausgabe!**



**“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



Sparen Sie bis zu 50%

Die Libori-Aktion 2022

**23.07.-
31.07.**

Sonntag 31.07. 13:00 - 18:00 Uhr geöffnet
Großes Preisrätsel - Preise im Wert von über 3800 €!
Teilnahmeschein siehe QR-Code unten oder im Laden



PFAFF passport 3.0
Nähen to go!

~~699,-~~ **579,-**

Inkl. Fachgeschäfts-Service
SIE SPAREN: 120,- €



SINGER M2405
Einsteigermodell

~~219,-~~ **119,-**

Inkl. Fachgeschäfts-Service
SIE SPAREN: 100,- €



Brother Innov-is A16
Kinderleichte Bedienung

~~499,-~~ **399,-**

Inkl. Fachgeschäfts-Service
SIE SPAREN: 100,- €



PFAFF expression 710
extra große Nähfläche

~~1699,-~~ **1399,-**

Inkl. Fachgeschäfts-Service
SIE SPAREN: 300,- €



Brother Innov-is F400
Der Testsieger

~~859,-~~ **699,-**

Inkl. Fachgeschäfts-Service
SIE SPAREN: 160,- €



PFAFF creative 1.5
Näh- und Stickmaschine

~~1399,-~~ **999,-**

Inkl. Fachgeschäfts-Service
SIE SPAREN: 400,- €



PFAFF hobbylock 2.0
4-fädige Overlock

~~449,-~~ **339,-**

Inkl. Fachgeschäfts-Service
SIE SPAREN: 110,- €



DIE NÄHMASCHINEN PROFIS SEIT 1982

Nähzentren Habrock GmbH & Co. KG | Rosenstraße 12 | 33098 Paderborn
05251-27112 | paderborn@dn82.de | www.die-naemaschinenprofis.de

* ausgenommen Großwaren (z. B. Nähmaschinen) Sonderangebote, Burda Artikel, Rabatte nicht kombinierbar

Sonntag 31.07.
30% auf ALLES*

Viele weitere Angebote und das Gewinnspiel finden Sie hier oder direkt bei uns vor Ort!

