

LEBEN

Mai/Juni 2024
Ausgabe 54

im Paderborner Land

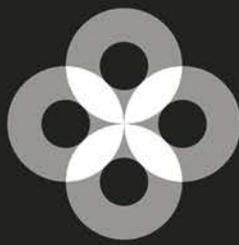
WESTERNSTRASSE
EIN BLICK ZURÜCK

RADELN IM WARBURGER LAND
TRAUMHAFTE TOUREN

PFLEGE & VORSORGE
GUT BERATEN IM ALTER

WIR L(I)EBEN LECKER!

BAUEN WOHNEN LIFESTYLE
STILVOLLE MÖBEL IM GARTEN



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 LESERIN,
LIEBER LESER,**

bald ist es soweit, die Fußball EM 2024 startet Mitte Juni. Wird der Traum vom zweiten Sommermärchen wahr? Einer der Top-Favoriten um den EM-Pokal 2024, die französische Equipe Tricolore, wird ihr Trainingslager in Bad Lippspringe und Paderborn aufschlagen.

Wer gemeinsam mit Freunden im Garten die Spiele anschauen wird, findet neue Ideen zur Outdoor-Küche, denn exotische Garmethoden werden in Deutschland immer beliebter. Unkomplizierte Rezeptideen für den Nachtsch gehören natürlich auch zum Sommer.

Wer einen Ausflug in die Umgebung plant, findet in dieser Ausgabe Tipps für Radtouren im Warburger Land, die sich hervorragend für eine Tagestour eignen. Ganz nach dem Motto radeln, entdecken und dem Alltag für einige Stunden entfliehen.

Wir wünschen Ihnen beim Lesen der nächsten Seiten viel Vergnügen!

Ihr Team vom
„LEBEN – im Paderborner Land“

HEGGEMANN MEDIEN GmbH

EDITORIAL



INHALT

03 | EDITORIAL

06 | KLIMAFREUNDLICH GÄRTNERN

08 | SPANNENDER FAHRRAD-RASTPLATZ IN WEWER

Das ehemalige Bahnhofsgelände

10 | RADELN IM WARBURGER LAND

Twistetalradweg

Diemelradweg



18 | EM-TRAININGSCAMP KOMMT INS HOCHSTIFT

20 | PFLEGE & VORSORGE

Pflegeberatung im Kreis Paderborn

Steigende Pflegeleistungen in 2024

Gelenkfit in Haus & Garten

Vielfältige Jobmöglichkeiten in der Pflege

26 | BAUEN & WOHNEN

Wunderschöne pflegeleichte Terrassendielen

Spanische Fliesen

Barrierefreies Badkonzept

30 | FIT DURCH DEN SOMMER

Entspanntes Radeln in Ostwestfalen-Lippe

Fit mit Sport im Park



32 | WESERRENAISSANCE UND BAROCKE GARTENKUNST

Schloß Nuehaus hat viel zu erzählen

34 | WESTERNSTRASSE – EIN BLICK ZURÜCK

36 | BRUTZELN IM FREIEN

Start in die Grillsaison

38 | WIR L(I)EBEN LECKER!

Vorgestellt: Road House Downtown

Tassenkuchen mit Schoko & Himbeere

Avocado-Eis selbstgemacht

Veganer Kokos-Chiapudding

43 | BÜCHERTIPP

Heimatschätze Sauerland

Der beste Fussballer aller Zeiten



H2O Saunawelt

Ein Ort der Entspannung

Genießen Sie die einzigartige Saunalandschaft und den wunderschönen Saunagarten im H2O Herford. Dort finden Sie insgesamt elf verschiedene Saunen von 45°C bis 100°C sowie einen Schneeraum mit -12°C. Das vielfältige Angebot bietet für alle Gäste genau das Richtige! Gönnen Sie sich eine Auszeit oder erleben Sie spannende Events. h2o-herford.de



H2O HERFORD

Die Oase für Körper und Seele in Ostwestfalen

Genießen Sie einen Urlaubstag direkt vor Ihrer Haustür. Ob sportliches Schwimmen, Spiel & Spaß im Freizeitbad oder Wellness und Entspannung – das H2O bietet jedem Gast ein individuelles Wohlfühlprogramm.

Refugium - Die exklusive Wohlfühlwelt

Es erwartet Sie ein umfangreiches Angebot an Massagen und kosmetischen Gesichts- und Körperanwendungen sowie erstklassigen Tagesarrangements

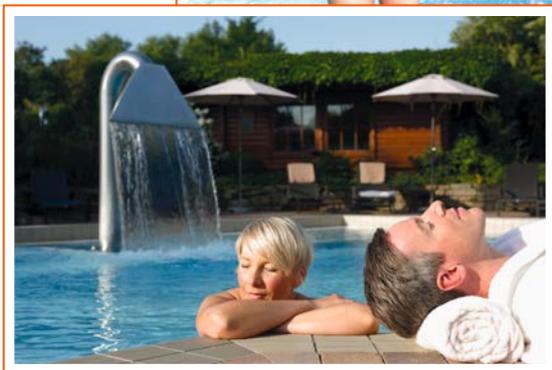
Saunalandschaft

Insgesamt 11 verschiedene Saunen sowie ein Schneeraum decken auf über 5 000 Quadratmetern sowohl im Innenbereich als auch im großzügigen Saunagarten das ganze Spektrum des Schwitzens und Abkühlens ab.

Freizeitbad

Ein unvergesslicher Tag erwartet Groß und Klein, denn das Freizeitbad bietet auf über 3.500 m² ausreichend Platz für zahlreiche Attraktionen, um die unterschiedlichsten Erwartungen zu erfüllen. Neben zwei spektakulären Riesenrutschen, einem Wellenbecken und einem Wildwasserkanal lockt vor allem die Dschungelinsel Tabokiri. Diese einmalige karibische Erlebniswelt besteht aus einem großen Dschungel mit zwei weiteren Wasserrutschen, einer Tauchgrotte, einem alten Holzsegelboot, einem Tempel mit Wasserfall, Wasserkanonen, einer wackeligen Hängebrücke und vielen weiteren Dschungelattraktionen. Ein Piratenschiff entern, die wackelige Hängebrücke bezwingen oder in der Tauchgrotte nach exotischen Fischen forschen – auf Tabokiri erlebt jedes Kind sein eigenes Abenteuer.

Wer noch zu klein für einen Tag im Dschungel ist, plantscht gemeinsam mit den Eltern im



separaten Kinderbereich. Auf diesem Wasserspielplatz mit einer kleinen Rutsche und zahlreichen Wasserspielzeugen und Attraktionen erleben die

ganz Kleinen im sicheren flachen Becken, wie viel Spaß Wasser macht.

Öffnungszeiten

Bad: Mo – Fr 6 – 8 Uhr und 10 – 21 Uhr

Sa, So, Feiertag 9 – 21 Uhr

Sauna: Mo – Fr 10 – 23 Uhr (Di ist Damensauna)

Sa, So, Feiertag 9 – 23 Uhr

Klimafreundlich gärtnern mit torffreier Erde

Umweltschutz beginnt im eigenen Garten: Mit der Entscheidung für torffreie Erden können Freizeitgärtner die Moore schützen und einen wichtigen Beitrag zum Klimaschutz leisten. Der Umstieg ist unkompliziert, lediglich die Wasser- und Nährstoffversorgung der Pflanzen sind etwas anzupassen.

Darauf sollten Gartenfreunde beim Kauf achten

Moore sind aktive Klimaschützer: Sie binden mehr als doppelt so viel Kohlenstoff wie alle Wälder der Erde zusammen. Beim Torfabbau hingegen wird Kohlenstoffdioxid freigesetzt - mit allen negativen Konsequenzen für das Klima. Noch mehr Emissionen treten bei der Nutzung im heimischen Garten auf. Die Alternative dazu ist es, sich bewusst für torffreie Erden zu entscheiden. Wichtig: Beim Kauf sollten Gartenbesitzer stets auf die Kennzeichnung "ohne Torf" oder "torffrei" achten. Bei Fragen zur passenden Erdenauswahl und Pflege hilft die Beratung im Gartencenter oder Baumarkt vor Ort. Für nahezu jede Pflanze und jede Besonderheit im Garten oder auf dem Balkon gibt es im Fachhandel passende Substrate: Von universeller Blumen- und Pflanzerde über Gemüse- oder Kräutererde bis hin zu spezieller Rasen- und Rosenerde ist für jedes Pflanzvorhaben das Passende dabei. Orientierung bietet die umfassende Produktdatenbank

der Fachagentur Nachwachsende Rohstoffe e. V. (FNR) auf www.torffrei.info. Dort finden Pflanzenfreunde weitere nützliche Tipps sowie alle Informationen zur Aktionswoche "Torffrei gärtnern", an der sich zahlreiche Partner wie Unternehmen, Verbände und NGOs beteiligen.

Praktische Tipps für das torffreie Gärtnern

Die Verwendung der Substrate ist unkompliziert. Ein Tipp: Da torffreie Erden im Vergleich zur torfhaltigen Variante Wasser und Nährstoffe weniger gut speichern, sollten Gartenfreunde ihre Pflanzen häufiger auf ausreichend Feuchtigkeit kontrollieren und zudem regelmäßig düngen. Der Dünger sollte auf die torffreie Blumenerde abgestimmt sein. Blumenerden mit viel Holzbestandteilen brauchen zum Beispiel eine stickstoffbetonte Düngung. Bei der Kultivierung von Topf- oder Kübelpflanzen ist es hilfreich, der neuen Erde etwas Tongranulat beizumischen. Auf diese Weise können Wasser und Nährstoffe besser gespeichert werden. Torffreie Erde sollte im Idealfall direkt nach dem Kauf verwendet und nicht lange gelagert werden, da die eingesetzten Bestandteile im Vergleich zu Torf mikrobiell sehr aktiv sind. Zudem sollten Gartenbesitzer den Erdensack vor Sonneneinstrahlung schützen und nicht zu warm lagern. (djd)

Mit der Entscheidung für torffreie Erden leisten Freizeitgärtner einen wichtigen Beitrag zum Klimaschutz, Foto: DJD/FNR/Dario Ronge



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

ZAUN-KREISEL GMBH IN BAD LIPPSPRINGE

Profis für Zäune, Toranlagen, Carports & Co.

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

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

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

WER AUF TERRASSE UND BALKON VOR NEUGIERIGEN BLICKEN GESCHÜTZT SEIN WILL, kann seinen Zaun auch nachträglich in einen Sichtschutz verwandeln lassen. Zaun-Kreisel bietet hierzu Aluminium-Profilsysteme, Sichtschutzzäune mit Kunststoffstreifen, Holz-Sichtschutzzäune oder Gabionen an. Für das Auto baut und montiert Zaun-Kreisel Carports nach individuellen Wünschen. Unter den flexibel aufstellbaren Überdachungen finden neben Autos auch Zweiräder oder Gartengeräte einen sicheren Abstellplatz. Dabei bieten sich zahlreiche Gestaltungsmöglichkeiten. Zum Sortiment von Zaun-Kreisel gehören sowohl Varianten aus Stahl oder aus Holz. Soll der Carport an ein Haus angepasst werden, kann er zudem mit den gleichen Dachpfannen eingedeckt werden. Haus und Grundstück können von Zaun-Kreisel zu einem geschmackvollen, äußeren Erscheinungsbild gestaltet werden.



www.zaun-kreisel.de



NEUER FAHRRAD-RASTPLATZ IN WEWER FERTIGGESTELLT

Verweilen, Spielen und Naherholung auf dem
ehemaligen Bahnhofsgelände möglich

Passend zum Start in den Frühling und in die Fahrradsaison hat die Stadt Paderborn einen Fahrrad-Rastplatz mit umfangreicher Ausstattung geschaffen. Auf dem nördlichen Bereich des ehemaligen Bahnhofsgeländes in Wewer-Wasserburg, Ecke An der Alme, in direkter Anbindung an den beliebten und viel genutzten Alme-Radweg, bietet die neu gestaltete Fläche zahlreiche Naherholungsmöglichkeiten in unmittelbarer Nähe zur Alme.

Es wurden vier Nutzungsbereiche eingerichtet. Der eigentliche Rastplatz und ein Fahrradabstellplatz sind zentral angelegt und mit Tisch-Bankkombinationen, Fahrradabstellbügeln sowie einer Fahrradservicestation ausgestattet. Daran angrenzend wurden südlich zwei Spielbereiche für Kinder mit multifunktional nutzbaren Spielgeräten sowie einem kleinen Sitzplatz gebaut. Wer sich noch ein wenig sportlich betätigen will, kann dies im nördlich angelegten Fitnessbereich mit vier Fitnessgeräten tun. Alle Bereiche wurden sowohl untereinander als auch mit dem Alme-Radweg über wassergebundene Wege verbunden. Darüber hinaus erhöhen Rasenflächen und verschiedene Pflanzflächen mit Pflanzen, die dank einer großzügigen Spende der Staudengärtnerei „Zum Staudengarten“ aus Wewer in die Fläche integriert werden konnten, den Naherholungswert. Im Herbst 2024 ist außerdem die Pflanzung eines großkronigen Laubbaumes vorgesehen, der als Schattenspender dienen soll.

Ziel war es, durch die Errichtung des Fahrrad-Rastplatzes die Aufenthaltsqualität auf dem ehemaligen Bahnhofsgelände erheblich zu verbessern und ihn generationsübergreifend zu gestalten. Er soll sowohl für die Bürger*innen von Wewer als auch für den alltäglichen Radverkehr und Radtouristen aller Altersgruppen nutzbar sein.

Ein weiterer Mehrwert wurde in der südlich angrenzenden Wiesenfläche durch eine ebenfalls großzügige Spende von zwei Landschaftsflächen, den sogenannten Lauschliegen, durch den Verein „Lärmschutz Wewer e.V.“ geschaffen.

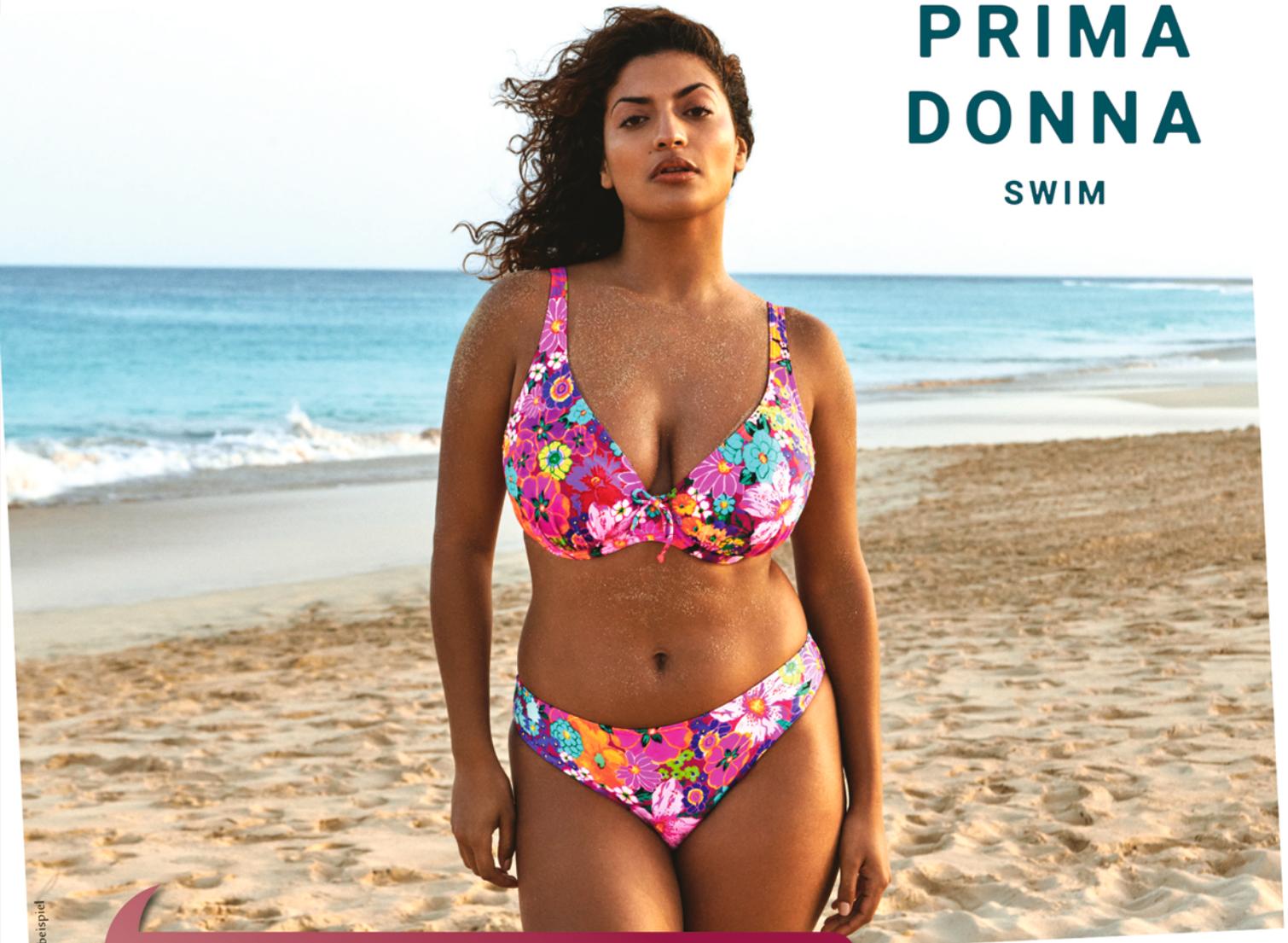
Durch diese Maßnahmen konnte ein Ort entstehen, der zum Verweilen, Erholen und Naturerleben einlädt und an dem zusätzlich auch Spielen und Sport möglich ist. Beschlossen wurde das Projekt vom Rat der Stadt Paderborn im Ausschuss für Bauen, Planen und Umwelt in der Sitzung vom 20. August 2020. Die Planung und Bauleitung erfolgte durch das Straßen- und Brückenbauamt der Stadt. Die baulichen Arbeiten hat die Garten- und Landschaftsbaufirma Kösters aus Delbrück ausgeführt. Die Kosten betragen rund 150.000 Euro.

Foto: Der neue Fahrrad-Rastplatz am Alme-Radweg in Wewer bietet vielfältige Möglichkeiten. Eckhard Döring (3. v. l.), stellvertretender Leiter des Straßen- und Brückenbauamtes der Stadt Paderborn, und Anja Finkemeyer-Schütte (2. v. l.) vom städtischen Amt für Umweltschutz und Grünflächen übergaben gemeinsam mit beteiligten Firmen den Fahrrad-Rastplatz an die Weweraner*innen, darunter auch Ortsvorsteher Hans-Werner Koepsell. Bildrechte: Stadt Paderborn

Strand- Schönheiten!



PRIMA DONNA SWIM



Modelbeispiel

Mit den neuen Modellen der aktuellen Bademode sind Sie perfekt für Sommer, Sonne und Meer vorbereitet.

Kommen Sie vorbei uns finden Sie Ihren neuen Liebling!

*Einmalig
in Ihrer Nähe!*

Eva M. Wäscheträume

Inh.: Eva M. Helmer

Gesselner Straße 1
33106 Paderborn-Elsen

tel.: 0 52 54.95 33 77

www.eva-m-waesche.de
eva-m-waesche@t-online.de





RADWEGE IM WARBURGER LAND

WARBURGER LAND!



Die Hansestadt Warburg Foto: truesdesign

Hansestadt Warburg

Malerisches Fachwerk, verwinkelte Gassen, verwunschene Plätze: Das ist die Hansestadt Warburg im Dreiländereck Nordrhein-Westfalen, Hessen und Niedersachsen! Sie erzählt mit ihren Wehrmauern, Türmen und alten Toren einiges aus vergangenen Zeiten. Gut erhaltene historische Fachwerk- und Steinhäuser bilden ein malerisches Ensemble, in dem es sich zu Flanieren lohnt.

Die Mittelgebirgslandschaft zwischen südlichem Eggegebirge, Diemeltal und Warburger Börde ist ein Paradies für Fahrradliebhaber. Die geografische Lage von Warburg bietet zahlreiche Möglichkeiten, mit dem Rad die idyllischen Landschaften und sanften Hügel zu erkunden. Wer eine kürzere Tour als den vom Allgemeinen Deutschen Fahrrad-Club mit 5 Sternen ausgezeichneten Diemelradweg sucht, ist mit der Diemel-Twiste-Runde oder dem Twiste-Radweg gut bedient. Die Diemel-Twiste-Runde führt auf eine abwechslungsreiche Tagestour entlang der lieblichen Ufer von Diemel und Twiste. Mit einer Gesamtlänge von 50 Kilometern und einer moderaten Schwierigkeitsstufe ist der Twisteradweg ideal für Radfahrer aller Erfahrungsstufen. Auf der rund 4-stündigen Tour kann man die Schönheit der Umgebung in aller Ruhe genießen. Es lohnt sich!

*Warburg's Stadtführer nehmen Ihre Besucher*Innen auf eine besondere Zeitreise mit, Foto oben: Hansestadt Warburg*



Mittelalterliche Hansestadt Warburg, Foto: True Design

Foto: Teutoburger Wald Tourismus, D. Ketz



Foto: Teutoburger Wald Tourismus, D. Ketz



Hansestadt Warburg: entdecke die mittelalterliche Stadt im Diemeltal



Tourist-Information
Hauptstraße 55
34414 Warburg

warburg-touristik.de
05641 92 2800
info@warburg-touristik.de



Diemel-Twiste-Runde

Länge: 49 km - Dauer: ca. 3,5 h - Höhenmeter: 430 - mittelschwere Tour

Die Diemel-Twiste-Runde entführt Sie auf eine abwechslungsreiche Tagesstour entlang der lieblichen Ufer von Diemel und Twiste. Am Wegesrand liegen die hervorragend erhaltenen, mittelalterlichen Marktstädte Volkmarsen und Rhoden, der malerische Twistesee, die barocke Residenzstadt Bad Arolsen und die historische Hansestadt Warburg.

Ausgehend vom Neustädter Marktplatz in der Warburger Innenstadt führt die Tour hinunter zur Diemel und in den Luftkurort Gernete vorbei am Kurpark. Kurz hinter dem Ort wechselt der Radler ins Waldecker Land und durchfährt die malerischen Diemelstädter Ortsteile Weihen und Rhoden.

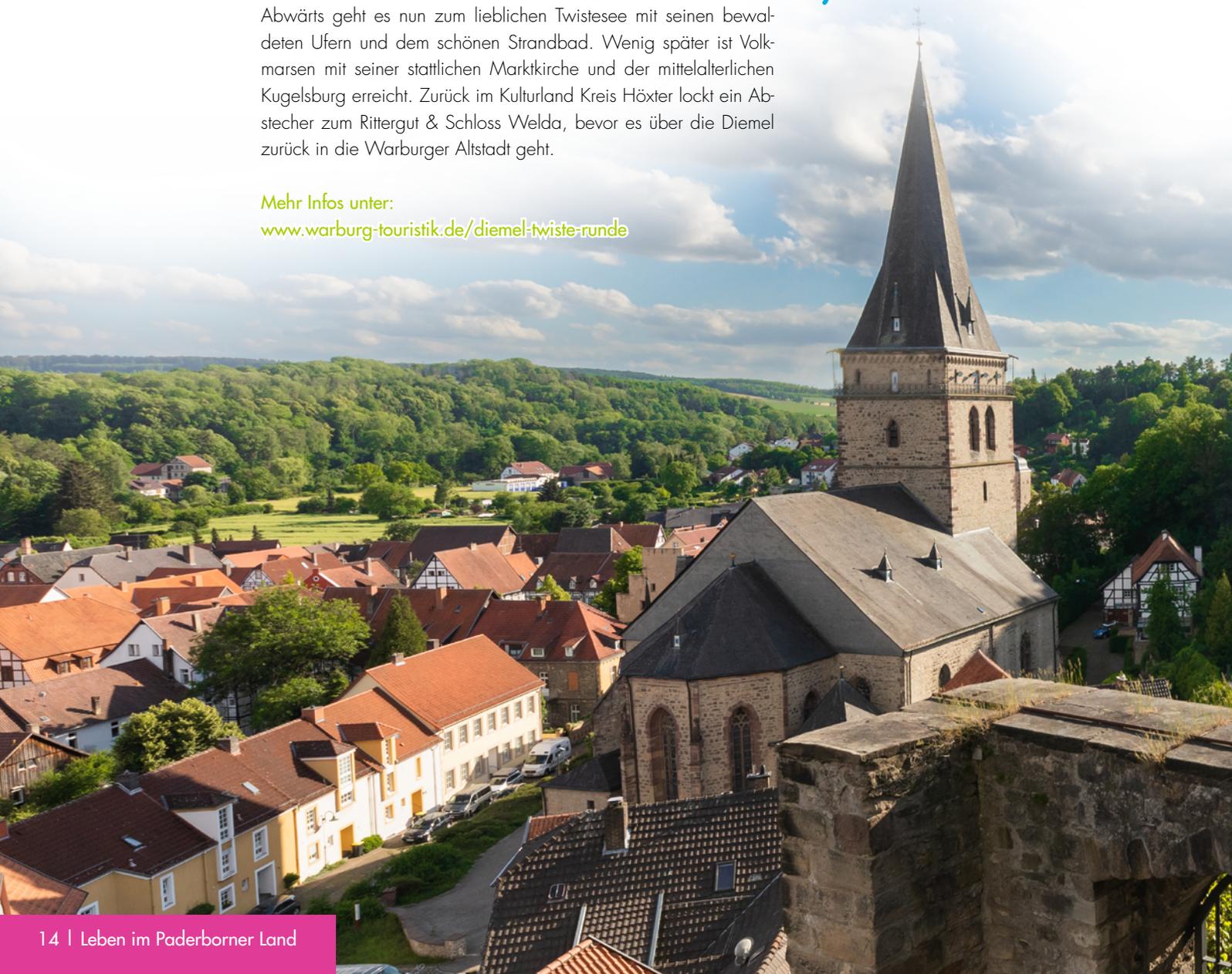
Anschließend strebt die Diemel-Twiste-Runde auf die prächtige Residenzstadt Bad Arolsen zu. Hier beeindruckt die Dimensionen des herrschaftlichen Residenzschlosses und der geraden Stadtalleen.

Abwärts geht es nun zum lieblichen Twistesee mit seinen bewaldeten Ufern und dem schönen Strandbad. Wenig später ist Volkmarsen mit seiner stattlichen Marktkirche und der mittelalterlichen Kugelsburg erreicht. Zurück im Kulturland Kreis Höxter lockt ein Abstecher zum Rittergut & Schloss Welda, bevor es über die Diemel zurück in die Warburger Altstadt geht.

Mehr Infos unter:

www.warburg-touristik.de/diemel-twiste-runde

*Immer eine Hand
Luft unter der Felge.*



WARBURGER LAND!



Foto: Teutoburger Wald Tourismus, A. Röser

WARBURGER
LAND!



Foto: Geschäftsstelle
Diemelradweg

Twiste-Radweg

Länge: 50 km - Dauer: ca. 3,5 h - Höhenmeter: 190
mittelschwere Tour

Der malerische Twisteradweg führt auf einer 50 Kilometer langen Strecke vom Korbacher Bahnhof über die Twistequelle bis zum Warburger Altstadtmarkt. Die idyllische Route bietet nicht nur eine entspannte Radtour durch die abwechslungsreiche Landschaft, sondern auch faszinierende Sehenswürdigkeiten und historische Städtchen entlang der Route.

Startpunkt ist der Korbacher Bahnhof, wo die historische Atmosphäre der Hansestadt den Auftakt zu dieser Radtour bildet. Der Twisteradweg führt im weiteren Verlauf zur Twistequelle und anschließend zum Twistesee, der sich perfekt für eine entspannte Rast eignet. Anschließend geht es in Richtung Volkmarsen, wo die Route zum historischen Kern führt. Ein möglicher Abstecher zur Kugelsburg verspricht hier einen atemberaubenden Ausblick über die Region. Im weiteren Verlauf passiert man das imposante Wasserschloss Welda, bevor es nach Warburg geht, wo die Twiste in die Diemel mündet.

Die Fahrt endet schließlich am Warburger Altstadtmarkt, die mit ihrem mittelalterlichen Flair und historischen Gebäuden einen gelungenen Abschluss bietet. Hier gibt es zahlreiche Möglichkeiten, bei einem kühlen Getränk und leckerem Essen die Radtour ausklingen zu lassen.



Mehr Infos unter:

www.warburg-touristik.de/twiste-radweg



Herzlich Willkommen in der
mittelalterlichen Hansestadt Korbach

Mittelalter entdecken

Goldbergwerk erleben

Erdgeschichte erforschen

Korbach-Information
Prof.-Bier-Str. 15 | 34497 Korbach | 05631 53-232 | tourismus@korbach.de

KORBACH

Wir versüßen Ihnen
gerne so manchen Tag...

Wir haben geöffnet
vom 01.05.2024 bis 29.09.2024
Freitag bis Sonntag
und an Feiertagen
von 13.30 bis 17.30 Uhr

Wir freuen uns
auf Ihren Besuch!

Café im Gutshaus
Ferdinand-von-Brackel-Straße 6
34414 Warburg-Welda
Telefon: 0151 5545 3882
rittergut-welda.de

Kaffee, Kuchen
und mehr...

EM-TRAININGSCAMP KOMMT INS HOCHSTIFT



Foto: Adidas



Trainingscamp Home Deluxe Arena,
Foto: Herbert Gruber



Parkhotel Bad Lippspringe



Foto: Trainer der französischen
Nationalelf Didier Deschamps

Frankreichs Nationalelf logiert in Bad Lippspringe

Kreis Paderborn/Bad Lippspringe. Einer der Top-Favoriten um den EM-Pokal 2024, die französische Equipe Tricolore wird ihr Trainingslager in Bad Lippspringe und Paderborn aufschlagen. Schon mehrere Tage vor ihrem ersten Gruppenspiel am 17. Juni wollen sich die Franzosen im Best Western Parkhotel & SPA im Kurort einquartieren. Von dort sind es nur wenige Fahrminuten mit dem Bus zur Home-Deluxe-Arena des SC Paderborn 07, wo der Ball während der Trainingsseinheiten rollen soll. Die amtierenden Vize-Weltmeister mit ihrem Kapitän Kylian Mbappé haben sich von den exzellen Trainings- und Freizeitmöglichkeiten im Paderborner Land überzeugen lassen. Schon im Januar 2021 hatten sich die Städte Bad Lippspringe und Paderborn um ein EM-Base-Camp beworben und waren damit nicht nur bei den Franzosen auf Interesse gestoßen. Auch Ungarn, Griechenland, Slowakei, Schweiz, England, Schweden, Rumänien und Dänemark hätten hier wohl gerne ihr Camp aufgeschlagen. Die Zuteilung erfolgte

über die UEFA. Eine Rolle für diese Entscheidung spielte das UEFA-Umweltkonzept, denn eines der EM-Stadien der Vorrunde, die von Frankreich bespielt werden, ist das nahegelegene Dortmund. Der Bewerbung der Städte Bad Lippspringe und Paderborn kamen Erfahrungen zugute, die sie bereits als Herberge und Trainingscamp für die U21-Nationalmannschaft und für die Frauen-Nationalmannschaft gemacht haben. Das Bad Lippspringer Best-Western-Parkhotel & SPA beherbergt zudem regelmäßig die Gastmannschaften des SC Paderborn 07. Während der EM stehen den Spielern hier erstklassige Wellnessangebote und Freizeitmöglichkeiten, wie zum Beispiel der Senne-Golfplatz zur Verfügung. Star der Französischen Nationalmannschaft ist deren Spielführer Kylian Mbappé, der zu den bestbezahlten Fußballern der Welt gehört. Der 1998 in Bondy bei Paris geborene Ballkünstler hat auch in Deutschland zahlreiche Fans. Er steht aktuell bei der Pariser Spitzenmannschaft Saint-Germain unter Vertrag.

Foto: Kylian Mbappé –
Star der Französischen
Nationalmannschaft



UEFA
EURO2024
GERMANY



Sandwelten 2024 im Zeichen der
Fußball-Europameisterschaft – Aus-
stellungsmotto *#fussballliebe*, Foto:
Stadt Bad Lippspringe



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

„ICH BRAUCHE PFLEGE – WAS NUN?“

Pflegeberatungen
in allen Städten
und Gemeinden im
Kreis Paderborn



Leben & Wohnen im Alter

Die nächsten Termine der Pflegeberatung im Juni 2024

- Altenbeken:** 25.06.2024 von 8:30 – 10:30 Uhr bei der Gemeinde Altenbeken, Eingang Ortwaldstraße 2
- Bad Lippspringe:** 13.06.2024 von 10 bis 12 Uhr, im Haus Hartmann, Kirchplatz 1 (Hintereingang)
- Bad Wünnenberg:** 24.06.2024 von 9 – 11 Uhr im KuGA, im Aatal 1
- Büren:** 11.06.2024 von 9 – 11 Uhr in der Stadtverwaltung Büren, Königstr. 16
- Borchen:** 04.06.2024 von 10 bis 12 Uhr im Rathaus Borchen, Unter der Burg 1
- Delbrück:** 06.06.2024 von 9 - 11 Uhr, Himmelreichallee 20
- Hövelhof:** 25.06.2024 von 14 – 16 Uhr im Kath. Familienzentrum Hövelhof, Schloßstr. 12a
- Lichtenau:** 18.06.2024 von 9 – 11 Uhr in der Stadtverwaltung Lichtenau, Lange Str. 39
- Salzkotten:** 05.06.2024 von 14:30 – 16:30 Uhr im Caritas Kompetenzzentrum, Geseker Str. 10

Plötzlich steht die Welt still – ein lieber Mensch ist auf Pflege angewiesen oder man selbst braucht Hilfe. Der Alltag steht Kopf, gleichzeitig muss jedoch alles geregelt werden. Zeit zum Durchatmen bleibt da kaum. Besonders wenn Krankheiten das normale Leben übernehmen, wissen viele nicht, wie es weitergeht. Hilfe für genau solche Probleme bietet der Kreis Paderborn in Form einer kostenlosen Pflegeberatung.

Fachkräfte beantworten in Einzelgesprächen sämtliche Fragen rund um das Thema Alter und Pflege. Sprechstunden werden monatlich in allen Kommunen des Kreises angeboten sowie montags bis freitags im Beratungszentrum „Alter und Pflege“ des Kreises in der Aldegrevestr. 10-14, im Gebäudeteil E, 2. Etage in Paderborn.

Das Angebot der Pflegeberatung des Kreises Paderborn ist kostenlos und unabhängig. Für die Sprechstunden in den kreisangehörigen Kommunen ist eine vorherige Terminvereinbarung erforderlich, unter der Tel. Nr. 05251 308-5077 oder per E-Mail an pflegeberatung@kreis-paderborn.de.

Auch außerhalb der genannten Zeiten sind Beratungen nach Vereinbarung möglich, auf Wunsch finden diese auch bei den Ratsuchenden zu Hause statt.

Wir fertigen orthopädische Einlagen für jeden Schuh!
Natürlich haben wir auch Schuhe für jede Einlage!

Orthopädie-Schuhtechnik
VOSEN
...alles geht gut.
Borchenerstr./Ecke Widukindstr.50
33098 Paderborn

ZU HAUSE UMSORGT

So verändert Home Instead Paderborn
das Gesicht des Alterns

Mit zunehmendem Alter und wachsenden Herausforderungen im alltäglichen Leben werden Senioren mit der Entscheidung konfrontiert, wie sie zukünftig ihren Alltag gestalten wollen. Nicht selten stehen sie vor der schwierigen Entscheidung zwischen der Belastung ihrer Angehörigen oder einem Leben im Pflegeheim.

Betreuung und Pflege Angehöriger bedeutet aber stets auch eine besondere Verantwortung. Das Konzept von Home Instead soll Senioren die Chance geben, weitestgehend selbstbestimmt im eigenen Zuhause und damit in gewohnter Umgebung bleiben zu können. Gleichzeitig sorgt es für die Entlastung der pflegenden Angehörigen. Im Mittelpunkt: Der Mensch und ganz viel Menschlichkeit.

Hauptaugenmerk liegt bei Home Instead also nicht auf der Pflege an sich, man konzentriert sich vorrangig auf die Verbesserung der Lebensqualität hilfs- und pflegebedürftiger Menschen. Liegt ein Pflegegrad vor, übernehmen die Pflegekassen diese Leistungen meist komplett.

Ein Erfahrungsbericht aus Altenbeken

Auch das Ehepaar S. aus Altenbeken zählt seit sechs Monaten zum festen Kundenstamm. Herr S. ist auf den Rollstuhl angewiesen und seither pflegebedürftig. Die fortschreitende Demenz und ein Sturz der Ehefrau machten das Alleinleben im Eigenheim dann vor 2,5 Jahren zum Problem. Ein Umzug ins Pflegeheim war für die beiden Heimatverbundenen jedoch keine Option. Bei seinen Recherchen stieß der Schwiegersohn – Hr D. – auf das Team von Home Instead in Paderborn, für ihn und die beiden Senioren ein großer Gewinn, wie sich herausgestellt hat. In einem persönlichen Gespräch wurde die heimische Situation fachgerecht aber auch liebevoll und mit viel Einfühlungsvermögen besprochen. „Und binnen weniger Tage wurde die nötige Unterstützung organisiert, über die wir unheimlich dankbar sind. Die Betreuungskraft von Home Instead Paderborn, Frau S., ist seither als kompetente Betreuungskraft verantwortlich für die Betreuung

und Hauswirtschaft und stellt gemeinsam mit ihrer Kollegin, Frau W. sicher, dass die beiden so lange wie möglich in ihrem Zuhause bleiben können. „Dabei werden die individuellen Bedürfnisse in den Mittelpunkt gestellt und nicht der Pflegefall als solches“ ergänzt Frau S.

„Mir war es oft peinlich, meinen Schwiegersohn schon wieder um Hilfe zu bitten“, berichtet Frau S. „Er ist ja selbst beruflich und privat stark eingebunden. Mit unseren beiden Betreuungskräften klappt der Alltag nun aber prima. Gemeinsam besprechen wir den Tagesablauf und Besorgungen. Am schönsten ist, sie haben immer ein offenes Ohr für unsere Bedürfnisse und auch Ängste“, so die Seniorin.

Service-Angebot Home Instead Paderborn

Das Angebot an Dienstleistungen reicht von der Unterstützung in der Grundpflege über Demenzbetreuung bis hin zur Erledigung von Einkäufen und allgemeine Hilfe im Haushalt. „Wenn unsere Kunden in ihrer gewohnten häuslichen Umgebung bleiben können, wo alles vertraut ist, fällt gemeinsam mit unserer Betreuungskraft auch das Lachen wieder leichter. Genau das ist unser Ziel: Das Betreuungskonzept von Home Instead soll das Gesicht des Alterns verändern“, erklärt Christina Niessner, Pflegedienstleitung bei Home Instead Paderborn.

Finanzielle Regelungen

Auch der Gesetzgeber hat erkannt, wie wichtig diese individuelle Betreuungsleistung für Senioren ist. Dank der vollen Pflegekassenzulassung von Home Instead Paderborn ist die Kostenübernahme sämtlicher ambulanter Budgets der Pflegekasse möglich.

Das Team von Home Instead Paderborn beantwortet Ihnen gerne alle weiteren Fragen unter:

05251/ 877 20 10
paderborn@homeinstead.de

Frankfurter Weg 27
33106 Paderborn

www.homeinstead.de/paderborn

**Kostenlose
Erst-
beratung**



**Home
Instead.**

Zuhause umsorgt

**Kosten-
übernahme
durch alle
Pflegekassen
möglich.**



STEIGENDE PFLEGELEISTUNGEN FÜR 2024

Mehr Unterstützung für Pflegebedürftige und Pflegepersonen

Im Geldbeutel haben viele Arbeitnehmer die neue Pflegereform schon im vergangenen Juli gespürt, als die Beiträge zur Pflegeversicherung angehoben wurden. Ab 2024 zeigt das Pflegeunterstützungs- und -entlastungsgesetz (PUEG) jetzt aber auch seine positiven Seiten: "Viele wichtige Leistungen für Pflegebedürftige wurden zum ersten Januar deutlich erhöht", erklärt Frank Herold von der

compass private pflegeberatung. "Erstmals seit 2017 gibt es zum Beispiel mehr Pflegegeld." Die am häufigsten genutzte Leistung der Pflegeversicherung wurde um fünf Prozent angehoben. Sie beträgt nun 332 Euro für Pflegegrad 2, 573 Euro für Pflegegrad 3, 765 Euro für Pflegegrad 4 und 947 Euro für Pflegegrad 5.

Mehr Geld für Heim und Pflegedienst

Ebenfalls um fünf Prozent gestiegen ist die Pflegesachleistung - also die Summe, die man monatlich für einen Pflegedienst ausgeben kann. Hier gibt es jetzt 761 Euro bei Pflegegrad 2, 1.432 Euro bei Pflegegrad 3, 1.778 Euro bei Pflegegrad 4 und 2.200 Euro bei Pflegegrad 5. "Aber nicht nur Menschen, die zu Hause versorgt werden, erhalten mehr Leistungen. Auch für Pflegeheimbewohner gibt es höhere Zuschüsse", ergänzt Herold. Für sie wurde der Leistungszuschlag zum sogenannten einrichtungseinheitlichen Eigenanteil angehoben. Im ersten Jahr schießt die Pflegekasse jetzt 15 Prozent zu den selbst zu tragenden Pflegekosten dazu, im zweiten 30, im dritten 50 und ab dem vierten Jahr 75 Prozent. Die genannten Erhöhungen erfolgen automatisch, bei anderen Leistungen kann es aber Beratungsbedarf geben. "So kann das Pflegeunterstützungsgeld jetzt jährlich beantragt werden, der Zugang zu einer Reha für Pflegende wurde erleichtert, und auch für schwerpflegebedürftige Kinder gibt es Verbesserungen", erläutert der Experte. Wer Fragen hat, erhält bei der kostenfreien compass-Service-Nummer unter 0800-1018800 Rat und Hilfe. Privatversicherte können die Pflegeberatung auch zu Hause per Videogespräch wahrnehmen.

Weitere Erhöhungen 2025

Neben den genannten Verbesserungen hat das PUEG noch weitere, kleinere Änderungen vorgesehen - alle Informationen dazu gibt es unter www.pflegeberatung.de mit dem Suchwort PUEG. Außerdem wurden bereits weitere Leistungserhöhungen für 2025 festgelegt: Zum Jahresanfang sollen alle Pflegeleistungen noch einmal um 4,5 Prozent steigen. Hier sind dann nicht nur Pflegegeld und Co., sondern beispielsweise auch der Entlastungsbetrag, die Tages- und Nachtpflege, der Wohngruppenzuschlag, Pflegehilfsmittel sowie die Verhinderungs- und Kurzzeitpflege einbezogen. (djd)

Seniorenzentrum St. Johannes

*Nah am
Menschen*



Gute
Pflege
ist kein
Zufall!

- 15 Tagespflegeplätze
- Vollstationäre;
Kurzzeit- und Verhinderungspflege
- Betreutes Wohnen

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



GELENKFIT IN HAUS UND GARTEN

Wie Senioren auch mit Arthrose häusliche Tätigkeiten besser meistern

Ob pflanzen und säen in der eigenen Grünoase oder sägen, schrauben und hämmern an der heimischen Werkbank – viele ältere Menschen werkeln gern in Haus und Garten herum. Endlich ist Zeit, um solche Hobbys ausgiebig zu pflegen. Das gilt besonders in den warmen Monaten. Umso frustrierender, wenn dann Gelenkbeschwerden den Tatendrang ausbremsen. Arthrose ist weltweit die häufigste Gelenkerkrankung bei Erwachsenen. Die Wahrscheinlichkeit, an einer Arthrose zu erkranken, nimmt mit steigendem Alter zu. Doch mit den richtigen Maßnahmen gehen Garten- und Hausarbeit leichter von der Hand.

Ergonomisches Werkzeug verwenden

So ist es beim Gärtnern sinnvoll, Kniekissen oder spezielle Hocker für Bodentätigkeiten zu nutzen, um die Kniegelenke zu schonen. Wer Hochbeete anlegt, vermeidet ständiges Bücken. Zudem erleichtern Gartengeräte mit Teleskopstielen und ergonomischen Griffen das Arbeiten. Menschen mit Arthrose sollten darüber hinaus immer wieder zwischen stehenden, gehenden und sitzenden Tätigkeiten wechseln.

Gezielt gegen Schmerzen vorgehen

Ein weiterer wichtiger Punkt ist die gezielte Therapie von Gelenkbeschwerden. Physiotherapeut und Box-Weltmeister David Kerkmann aus Gütersloh meint: „Die beste nicht-chirurgische Methode zur Behandlung von Arthrose umfasst Physiotherapie, therapeutisches Training, den Einsatz von Bandagen und Orthesen, leichten Sport sowie eine angepasste Ernährung und spezielle Gesundheitsprodukte.“ Eine große Rolle spielen bei Letzteren laut Kerkmann Kollagen-Peptide: „Die Kombination aus Kollagen-Peptiden und natürlichem Hagebuttenextrakt kann eine Gelenkentzündung nachweislich lindern.“

Gelenke dehnen, trainieren und schützen

Generell sollte man sich vor körperlich herausfordernden Tätigkeiten stets etwas aufwärmen und dehnen. Geht es dann an die Arbeit, ist gutes Licht wichtig, ebenso wie gegebenenfalls Schutzhandschuhe und Schutzbrille sowie feste Schuhe, um Stürze zu vermeiden. Herrschen kühlere Temperaturen oder feuchtes Wetter, sind entsprechende Kleidung und ein Nierengurt ratsam. Schwere Belastungen sind schlecht für die Gelenke – für größere Lasten darum lieber Blumenkübel mit Rollen, Trageschlaufen oder Sackkarren verwenden.



*Gartenarbeit macht Freude, kann aber auch auf die Gelenke gehen - hier sind Vorsorge und schonende Maßnahmen gefragt.
Fotos: djd/CH-Alpha-Forschung/Halfpoint - stock.adobe.com*



Für Pflegebedürftige & für Mitarbeitende

VIELFALT IST UNSERE STÄRKE


Haus Bredemeier
Caritas-Altenzentrum Hövelhof e.V.

Sie brauchen Pflege?

Unsere Angebote sind breit gefächert.

- Ambulante Pflege und Betreuung, Essen auf Rädern
- Palliativpflege und Hospizdienst, Seelsorgliche Begleitung
- Tagespflege
- Stationäre Pflege, inkl. Wohnbereich für Menschen mit Demenz
- Wohngemeinschaften
- Kurzzeitpflege



Sie suchen einen neuen Job?

Wir bieten vielfältige, interessante Einsatzgebiete.

Zum Beispiel als Pflege- und Betreuungskräfte oder in der Hauswirtschaft.

- gute Entwicklungsmöglichkeiten
- attraktive, leistungsgerechte Vergütung, inkl. Jahressonderzahlung
- zusätzliche, arbeitgeberfinanzierte Altersversorgung
- interne und externe Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten
- vergünstigte Zusatzversicherungen



MOBIL IM HAUS MIT EINEM GL-TREPPENLIFT

Beratung, Montage und Service vor Ort

Seit dem Jahr 2015 ist die Firma GL-Treppenlifte ein Familienunternehmen aus Ostwestfalen. Der Spezialist für hochwertige, häusliche Mobilitätslösungen bietet eine große Auswahl an Treppenliften, Plattformliften und Hubliften. Besonders erfolgreich: der Oto-Lift, denn er verfügt über das dünnste Einrohrsystem der Welt und ist damit besonders platzsparend. Ist die Treppe schmaler als 80 Zentimeter, fährt der Stuhl, anstatt seitlich, rückwärts die Treppe hinauf. So ist das Anstoßen mit Beinen oder Knien ausgeschlossen. Der Oto-Treppenlift bringt jeden sicher nach oben und nach unten. Das Fußbett kann elektrisch auf- oder abgeklappt werden. Für Senioren besonders wichtig ist die einfache Bedienung über einen kabellosen Taster. Jeweils unten und oben an der Wand befestigt, ist diese handliche Steuerung jederzeit an Ort und Stelle.



GL-Treppenlifte

Individuelle Lösungen für Senioren und Rollstuhlfahrer

GL-Treppenlifte bietet Treppenlifte für gerade und kurvige Treppen an.

**Kurven-Treppenlifte
auch gebraucht
Bis zu 50% sparen!**

* Beispiel: Kurvenlift
Sonderzahlung 4000,- €
79,- € / Monat
Mietzeit 36 Monate

**Treppenlifte
auch zur Miete
ab 49,- €* /Monat!**

* Beispiel:
Gerader Treppenlift
Sonderzahlung 2000,- €
Mietzeit 24 Monate



**KONTAKTIEREN SIE UNS,
WIR BERATEN SIE GERNE!**



SCHRIEWESHOF DIGITAL

Gemeinsam Online in Elsen

„Schrieweshof Digital“ ist ein Angebot, das sich an Seniorinnen und Senioren in Elsen und in der Umgebung richtet. Angeboten werden Veranstaltungen rund um das Thema „Computer“, die die Neugierde wecken und digitale Kompetenzen stärken, um die Scheu im Umgang mit der Digitalisierung zu nehmen.

In Kooperation mit den „Digitalpaten NRW“ finden zukünftig monatliche Treffen im Raum der Begegnung im Wohnpark Schrieweshof in Elsen statt. Das Angebot richtet sich sowohl an interessierte Seniorinnen und Senioren, die bislang wenig Erfahrung mit Computern, Smartphone oder Tablets gesammelt haben und sich mit der Thematik und den Risiken vertraut machen möchten, als auch an Seniorinnen und Senioren, die sich für neue Entwicklungen der Künstlichen Intelligenz (KI) und Robotik interessieren. In einem Online-Führerschein lernen Seniorinnen und Senioren in Kleingruppen den Umgang mit dem Internet, Online Shopping, Online Banking, den Umgang mit Passwörtern und Wissenswertes zum Thema Datenschutz im Internet.

Unterstützt wird die Veranstaltungsreihe unter anderem durch die Stadtbibliothek Paderborn, den Heimat- und Verkehrsverein Elsen, Ehemalige der Heinz-Nixdorf-AG, die Universität Paderborn sowie durch das Seniorenbüro der Stadt Paderborn.

Interessierte sind herzlich eingeladen an folgenden Tagen jeweils von 09:30 Uhr bis 11:30 Uhr an „Schrieweshof Digital“ teilzunehmen, um Erfahrungen zu sammeln und sich über die Entwicklung der Digitalisierung in den letzten Jahren auszutauschen: 18. Juni



Von links:

Andrea Lang , Dorothee Strathaus, Ulrich Harkötter, Elke Neugebauer

2024, 16. Juli 2024, 13. August 2024, 13. September 2024, 18. Oktober 2024.

Anmeldungen nimmt Dorothee Strathaus vom Wohnpark Schrieweshof unter der Rufnummer 05254 66381-104 bis zum 13.06.2024 an und steht für Fragen gerne zur Verfügung oder per E-Mail an digitalpaten.elsen@paderborn.com

ZUKUNFTSSICHERER JOB

Residenzleiterin Pia Pape liebt ihre Arbeit in der Altenpflege

Wer eine sinnvolle und sichere Arbeitsstelle mit Aufstiegs- und Weiterentwicklungschancen sucht, sollte sich über die vielfältigen Möglichkeiten in der Pflege informieren. Denn fest steht: Karriere machen geht auch dort. Die Zahl der pflegebedürftigen Menschen in Deutschland wird allein durch die zunehmende Alterung bis 2055 um 37 Prozent zunehmen. Dafür werden nicht nur Pflegefachkräfte gesucht, sondern auch Mitarbeitende in Führungspositionen. Dass der Beruf unter viel besseren Vorzeichen steht, als sie zuvor angenommen hatte, überraschte Pia Pape aus Salzgitter. Sie startete ihre Karriere als Auszubildende und hat ihre berufliche Entwicklung bis hin zur Residenzleitung nie bereut. Entgegen den immer noch bestehenden Vorurteilen kann man in der Pflege gutes Geld verdienen. Fakt ist, dass schon Ausbildungsgehälter im Vergleich mit anderen Branchen überdurchschnittlich hoch ausfallen. Für Pia Pape, Einrichtungsleiterin in Salzgitter, zählt aber nicht nur das Geld allein. Auch die guten Zukunftsperspektiven, die Weiterentwicklungs- und damit Aufstiegschancen waren für sie beim Berufseinstieg entscheidend. Nach ihrer Ausbildung bildete sich Pia Pape nicht nur im Bereich Demenz und Wundversorgung, sondern auch im Qualitäts- und Personalmanagement weiter. Dieser Weg führte sie über eine Traineeausbildung in ihre aktuelle Leitungsfunktion. Heute arbeitet Pia Pape als Leiterin in einer Senioren-Residenz. Sie verbringt jedoch weiterhin viel Zeit auf der Station, um den Kontakt zu den Senioren zu halten. (djd)



proVITA
ambulante
Hauskrankenpflege

Wir suchen Dich!



Arbeitsplatz proVITA

Es erwartet Dich ein nettes Team, ein unbefristeter Arbeitsvertrag, variable Arbeitszeiten, Fort- und Weiterbildungen sowie eine leistungsgerechte Vergütung.

Wir freuen uns auf Deine Bewerbung!

examinierte Pflegekräfte

Pflegehilfskräfte
ArzthelferInnen

Hauswirtschafts- und
Betreuungskräfte

05252 940992



Arminiusstr. 39
33175 Bad Lippspringe

info@provita.org

Wenn Du Dich für den Beruf der Gesundheits- und Krankenpflege interessierst, dann sprich uns an!

BAUEN WOHNEN LIFESTYLE



TREX Transcend-Dielen
in Spiced Rum



TREX Transcend-Dielen
in Island Mist

Mit jahrzehntelang schönen Terrassendielen langfristig sparen

Das Ersetzen maroder Terrassendielen kostet viel Zeit und Geld, genauso wie die Pflege der meisten Holz- und WPC-Modelle. Wer langfristig Geldbeutel, Freizeit und Umwelt schonen möchte, sollte bei neuen Dielen daher gezielt auf Haltbarkeit und Pflegebedarf achten. Was hierbei möglich ist, zeigen zum Beispiel die Terrassendielen des WPC-Dielen-Erfinders Trex: Für sie gibt es bis zu 50 Jahre Garantie gegen Verziehen, Verrotten und sogar Verblässen und Verflecken bei privater Nutzung. Zugleich ist der Pflegeaufwand minimal: Damit die natürliche Holzoptik der nachhaltigen Produkte aus 95 Prozent Recyclingmaterial dauerhaft wie neu bleibt, reicht gelegentliches Reinigen mit Wasser und Seife. Schleifen, Ölen oder Versiegeln oder teure, umweltbelastende Pflegemittel sind unnötig.



TREX Transcend-Dielen
in Tiki Torch



NEU:
MIT BOOST-
FUNKTION!

WILLST DU ALLES BESSERWISCHEN?

Besserwischer deines Vertrauens

Charlotte Wolter

Für dich da in Elsen, Sande Paderborn

01728125243

Charlotte.Wolter

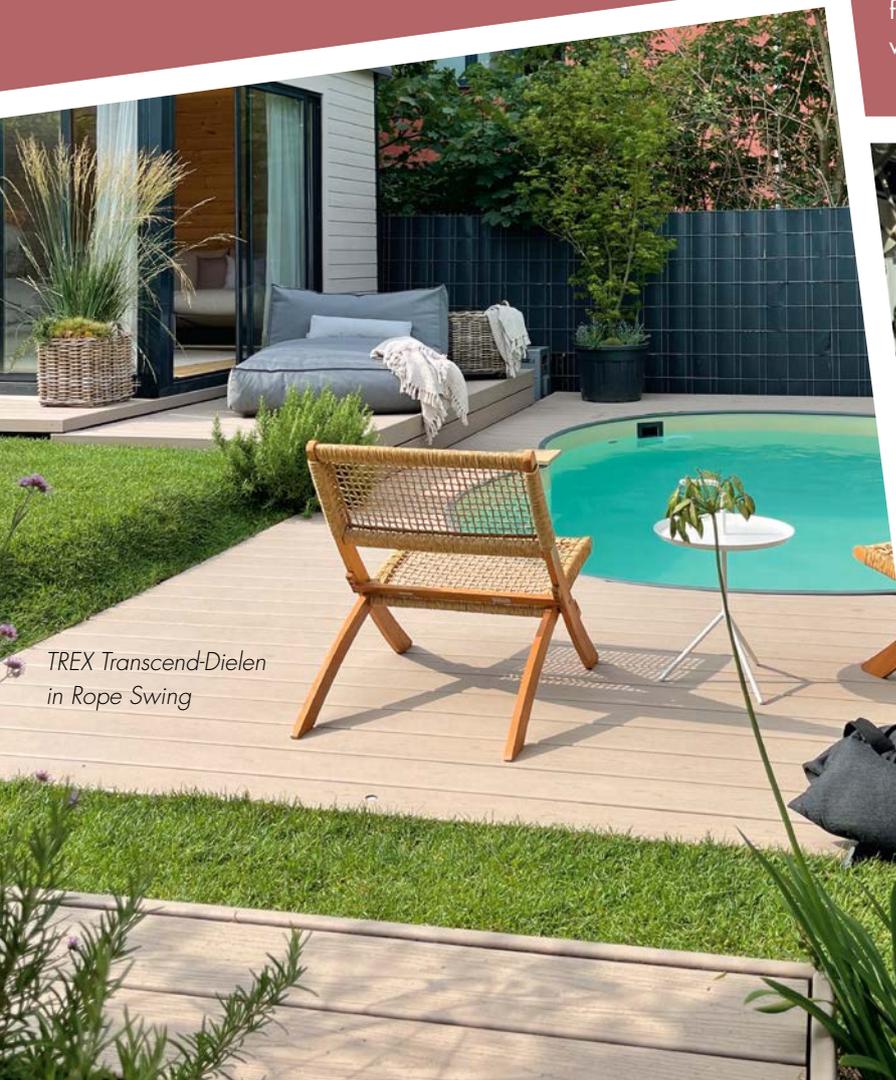
@kobold-kundenberater.de



**Kostenloser Service, Originale Filtertüten,
sowie Verbrauchsmaterial habe ich für sie da!**

DAUERHAFTER HINGUCKER STATT OPTISCHES ÄRGERNIS

Ihre besonderen Eigenschaften verdanken die Dielen aus dem "Veranda-Land" USA einer ausgewogenen Mischung aus Industrierestholz und recycelten PE-Folien sowie einem einzigartigen Schutzmantel. Der Mantel wird im sogenannten Koextrusionsverfahren unablösbar mit dem Dielenkern verschmolzen und schützt ihn auf drei Seiten vor Witterung und Abnutzung. Auf der Unterseite ist er offen, damit sich der Dielenkern bei Temperaturwechseln ausdehnen und zusammenziehen kann. Quasi als willkommener Nebeneffekt ermöglicht der Mantel eine besonders naturnahe, dreidimensional gemaserte Holzoptik. Jede Diele erhält so eine besonders edle Ästhetik. Trex-Dielen gibt es in vielen verschiedenen Farben und für verschiedene Budgets. Preislich starten sie auf dem Niveau von Holz-Terrassendielen. (lp)



TREX Transcend-Dielen
in Rope Swing



TREX Transcend-Dielen
in Rope Swing

Spanische Fliesen machen eine gute Figur in Küche & Co.

Modernes Wohnen zeichnet sich durch fließende Übergänge aus. Vor allem der Wohn-, Koch- und Essbereich ist meist offen und großzügig gestaltet – ohne Türen und trennende Wände, dafür mit viel Platz für geselliges Beisammensein. Für ein harmonisches Gesamtbild ist es sinnvoll, in allen Bereichen das gleiche Material zu verwenden. Die optimale Wahl sind spanische Keramikfliesen. Sie sind nicht nur in unzähligen attraktiven Farben und Formaten erhältlich, sondern überzeugen auch durch vielfältige Materialeigenschaften, die gerade in der Küche zum Tragen kommen. Denn wo geschnippelt und gekocht wird, müssen hygienische Bedingungen herrschen! Für Keramikfliesen aus Spanien ein Kinderspiel, schließlich sind sie äußerst pflegeleicht: Wasser und ein paar Tropfen Spülmittel genügen, um Fett und andere Flecken rückstandslos zu entfernen. Das Feinsteinzeug eignet sich nicht nur hervorragend als Wand- und Bodenbelag oder als Möbelverkleidung, sondern macht auch als Arbeitsplatte eine gute Figur. Dank der stark verdichteten, kratzfesten Oberfläche kann man auf keramischen Fliesen sogar Gemüse und Fleisch schneiden – Mikroorganismen, Bakterien und Schimmelpilze haben keine Chance! Selbst heiße Töpfe und Pfannen lassen sich auf dem extrem feuer- und hitzebeständigen Material bedenkenlos abstellen. Ein weiteres Plus: Spazieren ein wohngesundes jederzeit. (epr)



So edel wie echter Marmor und dabei besonders pflegeleicht: die Keramikkollektion „Syrac“ von Arklam. (Foto: epr/Tile of Spain/Arklam)

**BAUEN
WOHNEN
LIFESTYLE**

KANTIG.

KERNIG.

KERAMIK.



Die designstarke Fliesenserie „Nero Zimbabwe“ eignet sich optimal für Küchenarbeitsplatten und Möbelverkleidungen. (Foto: epr/Tile of Spain/Coverlam Top by Grespania)



Wild und verführerisch: „Alpinus White“ in authentischer Natursteinoptik verleiht jeder Küche eine raffinierte Note. (Foto: epr/Tile of Spain/Xtone Porcelanosa)

Das Credo „Heute schon an morgen denken“ macht sich in vielen Bereichen bezahlt – das gilt auch für die Gestaltung des Badezimmers. Hier lohnt es sich, bereits bei der Planung auf zukunftsorientierte Lösungen zu setzen und das eigene Älterwerden zu berücksichtigen. 71% der pflegebedürftigen Personen werden im eigenen Zuhause betreut, weshalb altersgerechte Raumkonzepte letztlich auch die Belastung für Familienangehörige oder Pflegekräfte reduzieren. Villeroy & Boch setzt mit seinen Qualitäts-Produkten nicht nur auf Effizienz, Komfort und Barrierefreiheit, sondern auch auf ein zeitloses Design, das den Wohlühlcharakter des Badezimmers nachhaltig steigert. So sorgen z. B. bodengleiche, rutschfeste Duschböden wie Squaro Infinity aus Quaryl® für einen bequemen schwellenlosen Einstieg. Ebenso nützlich für die optimierte Körperhygiene ist ein modernes Dusch-WC wie ViClean-I 100, das die Funktionen von Toilette und Bidet platzsparend vereint und sich dank der in der Keramik integrierten Technik optisch nicht von einem herkömmlichen WC unterscheidet. ViCare, der neue Standard für barrierefreie Badgestaltung, offeriert zudem Accessoires in ästhetischem Design: Halte- und Stützgriffe, brei-Ablagen oder Sitzsysteme lassen sich auch problemlos im Bestandsbad nachrüsten. Ungehinderte Bewegungsfreiheit erlauben die unterfahrbaren keramischen ViCare Waschtische – selbst im Sitzen, zum Beispiel für Rollstuhlnutzer, bieten sie höchsten Komfort bei der täglichen Badezimmeroutine. (epr)

BARRIEREFREIE BADKONZEPTE

*ViCare ist der neue Standard für die barrierefreie Badezimmgestaltung. Zum Sortiment zählen u. a. formschöne Halte- und Stützgriffe, die wahlweise in klassischem Weiß oder in verchromter Ausführung erhältlich sind.
(Foto: epr/Villeroy & Boch)*

WIR GESTALTEN IHR TRAUMBAD BARRIEREFREI. FÜR MEHR SICHERHEIT IM ALLTAG.

Unser Team von Experten ist spezialisiert auf die barrierefreie Gestaltung von modernen Bädern. Wir berücksichtigen dabei Ihre individuellen Wünsche und sorgen für mehr Freiheit und Unabhängigkeit in Ihrem Zuhause.

Sprechen Sie uns an!

Konrad Peters Nachf. GmbH
Bad Lippspringe 05252 4252 peters-heizung.de

BADGESTALTUNG HAUSTECHNIK ELEKTROTECHNIK KUNDENSERVICE

PETERS
NACHF.
BADGESTALTUNG & HAUSTECHNIK

ENTSPANNTES RADELN IN OSTWESTFALEN-LIPPE

Erholsame Touren durch idyllische Landschaften und Dörfer

Kristin Fieseler kennt die geheimen Ecken von Ostwestfalen-Lippe, in denen die Seele zur Ruhe kommt: Mit dem Gesang der Vögel im Ohr radelt man durch herrliche Baumalleen oder folgt dem Lauf von Weser, Ems und Diemel. Duftende Lavendelfelder und Apfelgärten laden zum Träumen ein und in der Weite der blühenden Heide atmet man tief durch. Wenn der Blick über das leuchtende Grün und Blau der Natur schweift, spürt man es genau: Radeln in OWL ist ein Fest für alle Sinne!

Ihre 15 Lieblingstouren zwischen Minden im Norden, der hessischen Grenze im Süden, Rheda-Wiedenbrück im Westen und Höxter im Osten hat Kristin Fieseler für „Radeln für die Seele. Ostwestfalen-Lippe“ zusammengestellt. Hier ist für jeden etwas dabei – ob Westfälische Bucht oder Corveyer Land, ob Teutoburger Wald oder Wiehengebirge, ob Emsandebene oder Sennelandschaft. Schlösser, Täler und sanfte Hügel wechseln sich ab. Die Autorin schwärmt: „Himmlische Auenlandschaften, bezaubernde Tiere, überwältigende Panoramablicke und faszinierende Pflanzen haben wir auf diesen Touren kennengelernt. Es ist nicht übertrieben, wenn ich schreibe, dass ich ein großer Fan dieser abwechslungsreichen Region bin.“

Mit vielen Fotos, wichtigen Tipps und Übersichtskarten

Unterteilt sind die Touren nach ihren Schwerpunkten: Die Auszeitontouren legen den Fokus auf das Naturerlebnis. Auf den Genussstouren sorgen gemütliche Gasthöfe und regionale Spezialitäten für das



leibliche Wohl. Die Erfrischungstouren führen belebend an Seen, Flüssen und Bächen entlang.

Beim Blick ins Buch laden die stimmungsvollen Fotos und ein farbenfrohes Layout zum Schmökern ein. Sie machen direkt Lust, aufs Rad zu steigen und einer der zwischen 22 und 50 Kilometer langen Touren zu folgen. Zu jeder Tour gibt es eine Übersichtskarte, das Streckenprofil sowie Tipps zur An- und Abreise und besten Jahreszeit. Dazu kommen Hinweise zu Sehenswerten am Wegesrand und zu empfehlenswerten Einkehrmöglichkeiten. „Radeln für die Seele. Ostwestfalen-Lippe“, 192 Seiten, ist im Droste Verlag erschienen und kostet 18,00 Euro – mit GPX-Daten.

GEWINNSPIEL

3 x Radeln für die Seele - OWL

Einfach eine Postkarte oder eine E-Mail an:
Redaktion HEGGEMANNMEDIEN GmbH • Stichwort „RADELN“
Burgstraße 2 • 33175 Bad Lippspringe
info@heggemannmedien.de

Einsendeschluss: 24. Juni 2024.

Das Losverfahren entscheidet.
Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

FIT DURCH DEN SOMMER



Foto: Stadt Paderborn

Sport im Park ist in den Sommermonaten nicht mehr aus dem Paderborner Stadtbild wegzudenken. Auch für das Jahr 2024 haben der KreisSportBund Paderborn e.V. und der Sportservice der Stadt Paderborn erneut gemeinsam mit ihren Kooperationsvereinen ein vielfältiges Programm für die Outdoorsaison geschaffen.

Das abwechslungsreiche Bewegungsprogramm in der freien Natur läuft von Mai bis Ende August. Es gilt das Motto der Vorjahre:

MIT SPORT IM PARK

„Gemeinsam draußen trainieren – ganz unverbindlich, kostenlos und unter qualifizierter Anleitung“. Teilnehmen kann jeder, der Spaß am Sport hat oder etwas Neues ausprobieren möchte. Eine Voranmeldung ist nicht nötig – einfach vorbeikommen und mitmachen ist die Devise. Unter qualifizierter Anleitung haben die Paderborner Bürgerinnen und Bürger die Möglichkeit mit unterschiedlichen Angeboten in freier Natur in Bewegung zu kommen. Mit dabei sind unter anderem die Dauerbrenner Zumba, Yoga sowie Laufen und Walken.

Weitere Informationen stehen unter www.ksb-paderborn.de/gesundheits/sport-im-park zur Verfügung oder können bei Carina Moss vom KreisSportBund Paderborn e.V. erfragt werden (05251 68330-01 / carina.moss@ksb-paderborn.de).



CAMPINGPLATZ

AM FURLBACH

LEUCHTENDES MAIGRÜN, WANDERN, RADELN
UND AUSSPANNEN AUF DEM CAMPINGPLATZ
"AM FURLBACH" IN STUKENBROCK-SENNE

In der schönen Senne gibt es im Wonnemonat Mai jede Menge zu entdecken... Der Campingplatz "Am Furlbach" bietet den idealen Ausgangspunkt für Ihre Ausflüge an diesen freien Vorsommer-Tagen!

Baden Sie doch mal „mit den Augen“ auf einer Wanderung an den Emsquellen, picknicken Sie auf der Baumelbank und tun so Körper und Seele etwas Gutes... Treten Sie bei einem Tagesausflug mal wieder in die Pedale – alle Senne-(Rad-)Wege führen zur Erholung.... danach können Sie bei uns auf dem Campingplatz die Beine wohligh ausstrecken und den Abend ruhig ausklingen lassen. Genießen Sie Ihre kleine Auszeit mit Übernachtung im Frühsommer auf dem Campingplatz.

Passend zu Ihren Wünschen finden Sie bei uns Ihren Wohlfühl-Platz, beim Camping im Zelt, im Wohnwagen oder in den urigen Schlaffässern. Es ist für jedes Alter etwas dabei. Mehr Komfort gewünscht? Dann entscheiden Sie sich für eine der fünf Ferienwohnungen, ausgelegt für jeweils zwei Erwachsene.

Das neun Hektar große Gelände des Campingplatzes bietet den Kleinen zwei Spielplätze und viel freie Fläche zum ungefährlichen Toben; die „Größeren“ finden auf der Boule-Bahn, beim Tischtennis oder auf den Ballspielplätzen ihr Sportvergnügen. Der E-Bike-Verleih nach Absprache und die Fahrrad-Reparaturstation stehen für Sie bereit! Besuchen Sie auch unsere Sonnenterrasse mit Getränkeangebot zu den Öffnungszeiten.

Wir freuen uns auf Sie!
Ihre Annette Auster-Müller und das Team
vom Campingplatz „Am Furlbach“

Nähere Informationen gibt es unter
www.campingplatzamfurlbach.de

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



CAMPINGPLATZ "AM FURLBACH"

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



Weserrenaissance und barocke Gartenkunst

Schloß Neuhaus erzählt viele Geschichten

In der Mitte des 13. Jahrhunderts errichteten die Paderborner Bischöfe erstmals ein festes Haus am Zusammenfluss von Lippe und Pader. Später verkrachte sich Bischof Heinrich von Spiegel mit der Paderborner Bürgerschaft und verlegte seine Residenz endgültig an diesen Ort. Die heute vierflügelige, geschlossene Schlossanlage wurde im Stil der Weserrenaissance erbaut und ist das bedeutendste Gräftenschloß in der Region. Der wesentliche Charakter des prächtigen Bauwerks entstand unter Dietrich von Fürstenberg, er ließ auch die vier charakteristischen Rundtürme errichten.

Mit dem umtriebigen Fürstbischof Clemens August von Bayern hielt die barocke Gartenkunst Einzug in Schloß Neuhaus. Das ornamentenreiche Parterre mit Wasserspielen wurde zur Landesgartenschau 1994, die in Paderborn stattfand, teilerneuert. Der facettenreiche Schloss- und Auenpark erstreckt sich wie auf einer Insel zwischen

ASSMANN AUTOMOBILTECHNIK



**KFZ-Meisterbetrieb
Eine Werkstatt - Alle Marken**

Wir sind auch weiterhin für Sie da!

33104 PB-Sennelager · Einsteinstr. 4 · Tel. 05254 4545

Historisches Dokument
des Barockgartens





Turmportal des Schlosses



Früherer Spiegelsaal des Schlosses



Apotheker und Entdecker des Opiums: Friedrich Wilhelm Adam Sertürner



Figuren im Schlosspark

den Flüssen Alme und Lippe. Waldartige Strukturen und Parkareale wechseln einander ab. Im Gelände befindet sich auch die Freilichtbühne Schloß Neuhaus.

Aber nicht nur Fürstbischöfe haben in Schloß Neuhaus ihre Spuren hinterlassen. Bekannte Kavallerie-Einheiten und Husarenregimenter waren im Marstell untergebracht. Am prominentesten wurde das 1. Westfälische Husarenregiment Nummer 8 „Kaiser Nikolaus II. von Russland“ das von 1851 bis 1919 hier residierte. Nach dem 2. Weltkrieg verwandelten die Briten das Schloss-Areal in eine Kaserne. Am 19. April 1964 konnte die damals noch selbstständige Kommune Schloß Neuhaus das Schloss zurückkaufen.

Einer der bekanntesten Söhne der ehemaligen Residenz ist der Apotheker Friedrich Sertürner, dem man im Schlosspark ein Denkmal gesetzt hat. Das damals revolutionäre Schmerzmittel „Morphium“ machte ihn weltberühmt. Noch als einfachem Apothekengehilfen gelang es ihm 1804, das Morphin aus Opium, dem getrockneten Milchsaft des Schlafmohns, zu isolieren. Sertürner entdeckte somit als erster die Wirkstoffklasse der pflanzlichen Alkaloide. Erst nach seiner bahnbrechenden Entdeckung erlangte Friedrich Sertürner 1809 in Einbeck das Apothekerexamen. Im Jahr 1821 erwarb er die Ratsapotheke in Hameln und arbeitete dort bis zu seinem Tod 1841.

Seit der Landesgartenschau 1994 ist der Schlosspark ein beliebter Veranstaltungsort. Jedes Jahr am 1. Mai beginnend, lockt der Schloßsommer tausende Besucher nach Schloß Neuhaus. Musik- und Gartenfeste, Kleinkunst, ein Fahrradtag, Historische Autos und kulinarische Leckereien bieten dabei viel Abwechslung. Besonders beliebt ist zum langen Wochenende nach dem „Vatertag“ die Biermeile. Dann kommen zahlreiche Brauereien mit ausgefallenen Biersorten an die Gräfte zum fürstbischöflichen Schloss.

Apotheke
am Mühlentof



Apothekerin Stefanie Röper

Schloßstraße 10 33104 Paderborn

Fon 05254-99780 Fax 05254-997832

www.apotheke-am-muehlenhof.de

THORNS GMBH
MEIN BAD. MEINE WÄRME.

☎ 052 54/24 98

Bielefelder Straße 25
33104 Paderborn
(Schloß Neuhaus)



Badrenovierung aus einer Hand
24-Stunden-Kundendienst



Westernstraße – Vom Rathaus bis zum Westerntor



Wenn es um den Einkauf geht, ist die Westernstraße das Herz der Paderborner Innenstadt. Ein bunter Mix aus Läden, Gastronomiebetrieben und Dienstleistern säumt den Weg und lädt zum Bummeln und Verweilen ein. Man mag sich kaum vorstellen, dass noch in den 1960er-Jahren hier reger Autoverkehr herrschte und auch die Straßenbahn fuhr noch bis 1963. Schon 1900 eröffnete die erste Straßenbahnlinie von Paderborn nach Schloß Neuhaus. Ab dem Jahr 1910 verband eine drei Kilometer lange Strecke den Hauptbahnhof durch die Westernstraße mit dem Rathaus und fuhr weiter bis zum Nordbahnhof.

Nach den schweren Zerstörungen im Zweiten Weltkrieg erhielt die Westernstraße ein neues Gesicht. Moderne Geschäftshäuser entstanden, flankiert von erhabenen, historischen Elementen wie dem Marienplatz und dem Franziskanerkloster. Das heutige, pulsierende Leben ist eine Folge europäischen Lifestyles. Ihre Liebe zu Straßencafés und Bistros haben sich die Paderborner aus dem Urlaub im Süden mitgebracht. Mit dem Eiscafé Favretti kam das italienische Lebensgefühl aber schon 1950 in der Westernstraße an. Wo früher die Bimmelbahn rollte und man aufpassen musste, dass ein eiliger Autofahrer den Passanten nicht über die Füße fuhr, geht es heute gelassener zu. Spaghetti-Eis und Cappuccino gibt es jetzt gleich an mehreren Stellen der Einkaufsmeile.

Inmitten der Betriebsamkeit ist das Franziskanerkloster ein meditativer Ruhepol. Seine barocke Kirchenfassade aus dem 17. Jahrhundert setzt ein markantes Denkmal. Fast immer nutzen Menschen die Sitzplätze vor der Treppe oder auch die Treppe selbst für eine kurze Rast. In der Kirche kann man zudem eine Auszeit finden. Treffpunkte, an denen sich Menschen gerne verabreden, gibt es rund um die Westernstraße gleich mehrere. Beliebt ist auch der von Josef Rikus in den 1970er Jahren geschaffene „Kump“ am Westerntor. In Erinnerung an die Paderborner Brunnentradition plätschert hier das Wasser mit Absicht relativ laut über die rustikalen Betonplatten ins Bassin. So schirmt der Brunnen die Westernstraße sowohl optisch als auch akustisch gegen den Verkehrslärm des Westerntores ab, der in Paderborn belebtesten Straßenkreuzung. Es hat wohl eine Weile gedauert, bis sich die Paderbor-

ner an das modern gestaltete Brunnen-Kunstwerk gewöhnt hatten. In den ersten Jahren hatten manche „Lümmels“ offensichtlich Spaß daran, nachts Waschpulver in den Brunnen zu kippen. Der Brunnen schäumte dann über und ergoss sich in die Westernstraße.

Zu einem besonderen Ort wird die Paderborner Fußgängerzone zu Libori, aber auch zu anderen Events wie zum Beispiel dem Frühlingsfest. Zwischen Bühnen mit Live-Acts gibt es allerorten Kleinkunst, Walkacts und Street-Dance. Die Schatten spendenden Linden am Marienplatz haben Gäste und Anwohner längst als einen perfekten Ort zum Verweilen entdeckt. Es sind genau zwölf Linden, welche die historische Marienstatue umgeben. Jede Linde symbolisiert einen Apostel – man sollte nämlich nicht vergessen: Wir sind in Paderborn! Zu Libori steht an dem Platz ein historisches Riesenrad.



FRÜHER WIE HEUTE.

DIE VIELFALT DER MODE.



Quelle: Stadtarchiv Paderborn

K.

klingenthal.

IM HERZEN DER CITY

Klingenthal macht Mode

Seit fast einem Jahrhundert ist das Modehaus Klingenthal ein wichtiger Anziehungspunkt in Paderborn und das im wahrsten Sinne des Wortes. Nach achtmonatiger Bauzeit eröffnete Paderborns führendes Haus für Bekleidung und Textilien am 4. Oktober 1928. Schon lange zuvor war Klingenthal in Salzkotten etabliert, wo 1874 ein Manufakturwarengeschäft eröffnet wurde. Doch die Tradition geht noch viel weiter in die Geschichte. Denn über Generationen übte die Familie das Blaufärberhandwerk aus, ein in Westfalen traditionelles Textildruckverfahren, das die UNESCO sogar als immaterielles Kulturerbe anerkennt.

Das Textil- und Modehaus in der Paderborner Westernstraße kam bei den Kundinnen und Kunden gut an, schon kurze Zeit nach dessen Eröffnung folgte im Jahr 1933 ein erster Erweiterungsbau. Der schwere Bombenangriff 1945 ließ allerdings auch das Haus Klingenthal nicht ungeschoren davonkommen. Das Geschäft brannte völlig aus und wurde in nur drei Jahren als Neubau wieder eröffnet. Immer wieder wurde seitdem erweitert, die heutige Fassade erhielt ihre Form 1994/1995. Auf einer Verkaufsfläche von 9000 Quadratmetern finden Kundinnen und Kunden heute namhafte und aktuelle Modelabels. Klingenthal ist der Komplett-Ausstatter in der Paderborner City, wenn es um das perfekte Outfit geht. Für Sport, Spiel, Ausgehen, Business oder einfach für den Fernsehabend auf dem Sofa zu Hause. Für alle Generationen gibt es hier das Richtige. Im ersten Obergeschoss bietet die Kuko Fresh Food Bar zudem den besten Platz für eine erholsame Shopping-Pause. Während der gesamten Öffnungszeiten des Textilhauses gibt es hier alles für das leibliche Wohl, vom Frühstück über den Mittagstisch bis zu Kaffee und Kuchen. Durch die Tiefgarage unter den Königsplätzen ist das Haus zudem bequem zu erreichen. Auch mit dem Auto fährt man hier mitten hinein ins pulsierende Leben.



Textilhaus Klingenthal

Westernstraße 22-24 | 33098 Paderborn
www.klingenthal.com

Öffnungszeiten: Mo-Sa 10:00-19:00 Uhr



ES DARF WIEDER GEBRUTZELT WERDEN

Immer beliebter sind "exotische" Garmethoden

Fürs Grillen gibt es im Sommer immer einen geeigneten Platz: im eigenen Garten und auf der Terrasse, im Park und am Badesees. Grillmethoden aus anderen Ländern werden hierzulande immer beliebter, Gas- und Holzkohleöfen haben Konkurrenz bekommen, hier ein Überblick über Trends aus der Outdoorküche:

Pizzaofen: Er zeichnet sich durch seine sehr hohe Temperatur aus. Sie sorgt dafür, dass die Pizza in kurzer Zeit knusprig gebacken wird. Zudem verleiht der spezielle Steinboden der Pizza einen authentischen Holzofen-Geschmack. "Durch die hohe Temperatur und das spezielle Design wird eine gleichmäßige Hitzeverteilung erzielt und die Pizza von allen Seiten gleichmäßig gebacken", erklärt Julia Klose, Biersommelière bei der Brauerei C. & A. Veltins und ausgewiesene Grillexpertin. Was die Getränkeauswahl bei jeder Art des Grillens betreffe, so sei feineres Pils wegen seines prickelnden Charakters noch durstlöschender als etwa Weizenbier: "Deshalb ist gerade Pils so beliebt bei Grillfreunden."

BBQ-Smoker: Er ermöglicht eine langsame und schonende Garung von Speisen, indem er diese über einen längeren Zeitraum bei niedriger Temperatur und unter Verwendung von Rauch gart. Durch diese Technik erhalten die Speisen ein intensives Raucharoma und bleiben besonders zart und saftig. "Dafür braucht man Geduld und Zeit, die Smoker selbst benötigen viel Platz", so Klose.

Keramikgrills: Die robusten und langlebigen Geräte erreichen sehr hohe Temperaturen und halten diese konstant über einen langen Zeitraum. Dadurch eignen sie sich zum schonenden und gleichmäßigen Grillen, Smoken oder Backen.

Dutch Oven: Der gusseiserne Kochtopf hat einen dicken Boden und einen auch als Pfanne oder Backform verwendbaren Deckel. Der Ofen kann über offenem Feuer, auf dem Herd, im Ofen oder auf dem Grill eingesetzt werden.

Asado Grillen: Die traditionelle, gesellige argentinische Art des Grillens großer Fleischstücke. Das Fleisch wird langsam über der offenen Flamme gegrillt, meist mit Holzkohle oder Holzscheiten als Brennstoff. Auf den Grill kommen Rind- und Schweinefleisch, Lamm, Geflügel und Innereien wie Leber oder Niere.

Feuerplatten und Planchas-Feuerplatten: Das Besondere ist die direkte Hitzeübertragung auf die gesamte Grillfläche, es entstehen keine heißen und kalten Zonen. Dies sorgt für eine intensive und gleichmäßige Bräunung der Lebensmittel und ein intensives Geschmackserlebnis. (djd)



Folgt uns!



Ihr habt den Anlass, wir haben die Wurst!

Abschlussfeier, runder Geburtstag, Jubiläum oder einfach, weil es mal wieder an der Zeit ist – es gibt immer was zu feiern! Gut, wenn die Wurst zum Fest dann nicht 08/15, sondern von Scharfenbaum ist.

In diesem Sinne:

Lasst es euch gut schmecken!

SCHARFENBAUM



Gutes aus eigener Schlachtung

www.scharfenbaum-gmbh.de





GUT ESSEN & TRINKEN IN PADERBORN UND UMGEBUNG.

von Burkhard Lohren

Das Paderborner Land hat kulinarisch einiges zu bieten. Das ist kein Geheimnis. Damit unsere Leser sicher sein können, zu jedem lukullischen Gusto auch die richtige Wahl zu treffen, stellen wir ausgewählte Betriebe vor.

Road House Downtown – American Way Of Life in der Paderborner City

Im siebten Burger- Himmel!

Der Burger hat schon lange nicht mehr den Ruf des ungesunden Fast Foods. Man sollte jedoch auf ihn verzichten, wenn man gerade auf Diät ist, jedoch macht ein Burger nicht nur fülliger, sondern auch glücklich! Klingt eigentlich einfach: Eine Bulette zwischen zwei Brötchenhälften. Das einfache Ensemble lässt aber viel Raum für kreative Köche und beim Gedanken an deren Zaubereien läuft einem schon das Wasser im Mund zusammen! Wir wurden zum Burger-Test eingeladen und durften uns im Road House Downtown in Paderborn durch die besten Burger der Stadt beißen. Das Restaurant ist ein „Ableger“ des legendären Road House am Autohof in Mönkeloh und seit 2012 als feste Burger-Institution jedem Paderborner ein Begriff. Das Road House Downtown ist schon optisch ein Augenschmaus und das stilechte Retro-Design der Sixties versprüht coolen US-Charme. Hier gibt's zahlreiche Burger-Kreationen. Egal ob Veggie oder 100 % Beef! Die Auswahl ist groß: vom Classic Cheeseburger über Italian Burger mit Grana Padano bis hin zum Mac & Cheese Burger Deluxe mit bestem Aberdeen-Angus-Beef dürfte hier jeder fündig werden. Wir waren dem schmackhaften Weichbrötchen mit Belag schon beim Studieren der Speisekarte hoffnungslos erlegen. Schließlich entschieden wir uns für den Premium-Burger im ofenfrischen Ciabatta-Brötchen und dem Road House Burger



mit 2 x 180 g bestem Classic-Beef im Sesambrötchen, klassisch mit Salat, eingelegten Gurken, Tomate, Zwiebeln, gebratenem Bacon und geschmolzenem Chesterkäse. Alle Burger werden übrigens mit Road House Home Fries, Mayonnaise und Ketchup serviert. Trotz der hohen Besucherzahlen erreichte uns das Essen in Windeseile. Geschmacklich überzeugten die Burger durch ihr auf den Punkt gebratenes Fleisch, saftig, stark im Geschmack und nicht überwürzt. Die merklich frischen Zutaten und die extra großen, knusprigen Fritten haben uns begeistert. Die hausgemachte Kräutermayonnaise setzte das geschmackliche Krönchen obenauf. Authentisches American-Feeling, ein Interior mit viel Liebe zum Detail und unglaublich gute Burger sind im Road House Downtown garantiert. Die Karte erfüllt alle Erwartungen, die man an ein Diner hat, eine riesige Auswahl an Burgern, Grill, Desserts, etc.. Der Service ist super fix und das Team sehr sympathisch – im Road House Downtown fühlt man sich willkommen und wir kommen daher auch gern wieder.

ROAD HOUSE DOWNTOWN

Markt 9
33098 Paderborn

Telefon: 05251 7863006
E-Mail: info@roadhouse-downtown.de

ÖFFNUNGSZEITEN

Montag bis Donnerstag: 12:00 Uhr - 22:00 Uhr
Freitag & Samstag: 12:00 Uhr - 23:00 Uhr
Sonntag: 12:00 Uhr - 21:30 Uhr

ZUTATEN

- 210 g Mehl
- 1 gehäufter TL Backpulver
- 1 TL Salz
- 150 g Puderzucker
- 180 ml Milch
- 1 TL Vanilleextrakt
- 50 ml Rapsöl plus 1 TL
- 30 g Himbeeren oder Erdbeeren, einen Teil für die Garnierung zurückbehalten
- 50 g weiße Schokolade, grob gehackt

ZUBEREITUNG

1. Vier Becher 200 ml mit Backspray einfetten.
2. Zunächst die trockenen Zutaten in einer Rührschüssel miteinander vermischen.
3. Dann Milch, Vanilleextrakt, Milch und Öl in einer separaten Schüssel verquirlen. Die Milch-Öl-Mischung zu den trockenen Zutaten geben und alles mit dem Handrührgerät zu einem glatten Teig verrühren. Den Teig löffelweise in die Becher geben. Dabei zwischen jeden Löffel eine Himbeere und ein paar Schokostückchen geben. Mit zwei oder drei Himbeeren und etwas mehr weißer Schokolade abschließen.
4. Jeweils zwei Becher in die Mikrowelle stellen und 5 Minuten lang backen. Die Mikrowellenleistung sollte 800-1000 Watt betragen. Wenn Sie die Wattzahl Ihrer Mikrowelle nicht kennen, stellen Sie die Mikrowelle auf hohe Leistung ein. Wenn die Mikrowelle fertig ist, die Becher 20 Sekunden abkühlen lassen. Dann nochmal für 30 Sekunden erhitzen. Dann die Mikrowelle pausieren und zum Schluss nochmal für 30 Sekunden einschalten. Je nach Leistung der Mikrowelle muss die Zeit ggf. um 10 bis 20 Sekunden verlängert werden. Das Backen in Zyklen verhindert, dass der Kuchen im Becher überläuft und garantiert die besten Ergebnisse.
5. Als Topping eignen sich Erdbeereis, Schlagsahne, weiße Schokoladensplitter oder Himbeer-Bruchschokolade sowie frische Himbeeren.

4 Port.

WIR
L(I)EBEN
LECKER

TASSENKUCHEN MIT WEISSER SCHOKOLADE UND HIMBEEREN

WIR
L(I)EBEN
LECKER

ZUTATEN & ZUBEREITUNG

500 g Sahne
1 Vanilleschote
100 g Zucker
120 g Eigelb
3 reife Avocados

1. Zucker, Eigelb und Vanille in einer Schüssel verrühren.
2. Die Sahne in einem Topf zum Kochen bringen.
3. Die Sahne zu der Eigelbmischung gießen und langsam aufkochen lassen.
4. An einem kühlen Ort abkühlen lassen.
5. Sobald die Mischung kalt ist, mit der Avocado vermischen und in eine Eismaschine oder in den Gefrierschrank geben.



CREMIGES AVOCADO EIS

ZUTATEN

- 1 Dose Kokosmilch (400 ml)
- 75 g SweetFamily Bio-Zucker
- 60 g Chiasamen
- ¼ Bio-Orange
- 4 Stiele Pfefferminze
- 250 g Heidelbeeren
- 250 g Himbeeren

ZUBEREITUNG

Die Zitrone und die Limette auspressen. Die Erdbeeren waschen, den Stielansatz entfernen und größere Früchte halbieren oder vierteln. In einem Mixer oder mit einem Pürierstab fein mixen.

Den Gallo Family Vineyards Spritz Raspberry & Lime und den Zitronen- und Limettensaft zugeben, alles kurz mixen. Die Sorbetmasse in eine verschließbare, TK-geeignete Form füllen und über Nacht gefrieren.

Am nächsten Tag mit einem Messer in grobe Stücke schneiden und nochmal mixen, so wird das Sorbet homogen. Sofort servieren oder wieder frosten. Auf deinen Lieblingsbeeren mit etwas Minze anrichten.

Tipp: Der Minzzucker kann ebenfalls am Vorabend zubereitet und im Kühlschrank aufbewahrt werden. Der gequollene Chiapudding hält gut abgedeckt ca. 2 Tage im Kühlschrank.

4 Port.

15 Min

+
Quellzeit

VEGANER KOKOS-CHIAPUDDING

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
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



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.

Zum Digitalen Kiosk anmelden und regelmäßig regionale Publikationen lesen!

Im digitalen Kiosk angemeldete Leserinnen und Leser werden schon vor der Verteilung über die Erscheinung der neuen Publikation informiert und lesen sie dann digital. **Natürlich kostenlos!** Egal ob Sie sich für das Paderborner Journal, die Bad Lippspringer Nachrichten oder das Magazin LEBEN im Paderborner Land interessieren, wählen Sie einfach Ihren Wunschtitel aus. Wer die klassische, gedruckte Variante liebt, findet sie an den Auslagestellen im örtlichen Handel. Jeder darf selbst entscheiden, wie er die regionalen Informationen erhalten möchte.

Digital Lesen hilft zudem wertvolle Ressourcen zu sparen!

Weniger Papier, weniger Energie für die Produktion, weniger Treibstoff für den Transport! Durch diese Einsparungen sind wir in der Lage heimischen Unternehmen weiterhin zu fairen Preisen eine Werbeplattform im Rahmen regionaler Berichterstattung zu bieten.



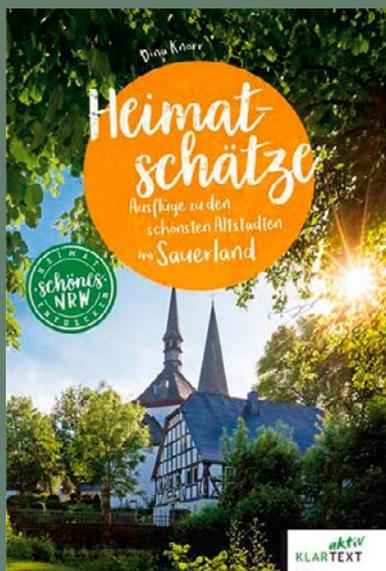
Bequem online lesen
– keine Ausgabe mehr
verpassen!

Sie erhalten für jede Ausgabe
unserer Magazine, Zeitungen und
Broschüren einen Link per E-Mail
noch während wir drucken.

ICH
LESE
DIGITAL

DIGITALER KIOSK





Neuerscheinung

Dina Knorr

Heimatschätze Sauerland

Ausflüge zu den schönsten Altstädten

144 Seiten, Klappenbroschur

ISBN 978-3-8375-2620-2,

16,95 Euro

Bei einer Reise durch das Sauerland geraten Sie ins Staunen. In Arnberg spüren Sie einen Hauch von Berlin, in Brilon erfahren Sie Wissenswertes über die Hanse und in Menden können Sie mediterranes Flair erleben. Das glauben Sie nicht? Sie haben eine ganz andere Vorstellung von der Region? Dann lassen Sie sich inspirieren.

Das Sauerland ist eine außerordentlich vielseitige Region, in der sich nicht nur eine traumhafte Naturkulisse, sondern auch überraschend viele faszinierende Orte zu erkunden lohnen. Dina Knorr lädt dazu ein, die Wanderstiefel gegen die Flanierschuhe zu tauschen und in die abwechslungsreichen Ortschaften einzutauchen. Im Sauerland verschmilzt die Vergangenheit mit der Gegenwart auf charmante Weise. Entdecken Sie die historischen Juwelen jahrhundertalter Städte, wandeln Sie durch architektonische Epochen und bummeln Sie durch pittoreske Gassen. Das Sauerland bietet ein ungewöhnliches Potpourri an Erlebnissen.

Katja Alves

Der beste Fußballer aller Zeiten oder: Die Wahrheit ist nichts für Feiglinge

160 Seiten, Hardcover,

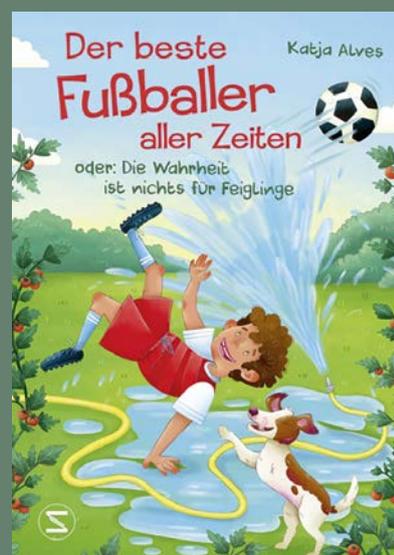
ISBN 9783505151613,

14,- Euro

Der Traum vom Fußballstar - ganz nah!

Zwei Sachen liebt der 10-jährige Philip über alles: seinen dreibeinigen Hund Sam und Fußball. Doch seine Mutter will nicht, dass er vor dem Wechsel auf die weiterführende Schule mit dem Fußballtraining anfängt. Philip ist genervt: er mag nicht warten! Er will seinem größten Idol Vitor Santos nacheifern. Was für ein Glück, dass ihn die eigenwillige neue Nachbarin Phoebe dabei unterstützt. Philip beginnt heimlich zu trainieren, während seine Mutter denkt, er sei im Schulgarten. Doch dann lässt er sich auf eine gefährliche Challenge ein ...

Kurzweiliges und humorvolles Lesefutter für Fußballjungs!



Ohne Website fehlt Dir was!

24 | 7 | 365
geöffnet!

HEGGEMANN MEDIEN GmbH

www.heggemannmedien.de

HOME

PROJEKTE

UNTERNEHMEN

PORTFOLIO

KONTAKT

GALERIE

DESIGN

TEAM

Nichts ist mächtiger,
als eine gute Idee
zur richtigen Zeit!

81%

72%

63%

Wir helfen Dir, Deine Zielgruppe clever anzusprechen.