

Die Wochenzeitung im Kreis Paderborn

# PADERBORNER

HEGEMANNMEDIEN GmbH

# JOURNAL

30. Juni 2020 | Ausgabe 213 | 9. Jahrgang

TÄGLICH BRANDAKTUELLE  
NEWS ONLINE LESEN!  
[www.paderborner-journal.de](http://www.paderborner-journal.de)

## GOLDANKAUF HAGEDORN WIR KAUFEN

Goldschmuck, Alt- & Bruchgold, Zahngold, Modeschmuck, Edelsteine, Bernstein, Münzen, Militaria, Silber, Bestecke, Zinn, Kunst, Bronzen, Uhren, ganze Haushalte und Nachlässe

Carsten Hagedorn  
Von Ketteler Str. 10 in PB-Elsen  
Mobil: 0171 31 40 632  
Tel.: 05254 8076176  
Di.-Fr. 10-18 Uhr | Sa. 10-14 Uhr  
[info@pader-antik.de](mailto:info@pader-antik.de)

## Alt gegen Neu – Polstertausch bei Multipolster

# UMTAUSCH PRÄMIE\*

**JETZT  
SIND DIE  
SOFAS  
DRAN!**

KASSIEREN SIE JETZT BIS ZU

# 2020:\*

## FÜR IHR ALTES SOFA

\*Sie geben uns Ihre alte Garnitur, wir geben Ihnen einen Rabatt von mindestens fünfundzwanzig Prozent, maximal jedoch **Zweitausendzwanzig Euro** beim Kauf einer neuen Garnitur.  
Gültig bis Samstag, den 18. Juli.

**WIR KÜMMERN  
UNS UM ALLES!**

- ABBAU
  - MITNAHME
  - FACHGERECHTE  
ENTSORGUNG
- AM LIEFERTAG!**

1990 – 2020

# 30

JAHRE  
SOFAJUBILÄUM

# 0%

SOFA  
FLATRATE

MP-27-20 - Seite 1

\*\* Erklärung siehe Seite 2

Der Polsterspezialist

# MULTIPOLSTER®

Das größte Spezialunternehmen für Polstermöbel – 50 mal in Deutschland

Gesamtauflage 107.525 Exemplare | Paderborner Journal | Bad Lippspringer Nachrichten

# ALT GEGEN NEU – POLSTERTAUSCH\* BEI MULTIPOLSTER

**KASSIEREN SIE JETZT 617.-**  
für Ihr altes Sofa\*

Optional Relaxfunktion<sup>1)</sup>

Werbepreis: 2468.-  
Umtauschprämie\* - 617.-

**1851.-**

Eckkombination, in Leder, Stellmaß ca. 242 x 272 cm. Ohne Funktionen und Kissen. Rücken unecht.

Relaxfunktion<sup>1)</sup>

ECHT LEDER!

(Mehrpreis)

**KASSIEREN SIE JETZT 457.-**  
für Ihr altes Sofa\*

Optional Querschläfer<sup>1)</sup>

Werbepreis: 1825.-  
Umtauschprämie\* - 457.-

**1368.-**

Wohnlandschaft, in Stoff, Stellmaß ca. 235 x 313 x 167 cm. Ohne Funktionen und Kissen. Rücken unecht.

Querschläferfunktion<sup>1)</sup>

(Mehrpreis)

Relaxfunktion<sup>1)</sup>

Jeder Einzelsitz ist mit einer elektrischen oder manuellen Relaxfunktion erhältlich! (Mehrpreis)

Motorische Verstellung im Canapé<sup>2)</sup>

Das Canapé erhalten Sie auch mit elektrischer Verstellung. (Mehrpreis)

Verstellbare Relaxecke<sup>3)</sup>

Für noch mehr Komfort lassen sich zwei bewegliche Rücken nach links oder rechts absenken! (Mehrpreis)

Optional Relaxecke<sup>3)</sup>

Optional Relaxfunktion<sup>1)</sup>

Optional motorische Verstellung<sup>2)</sup>

**KASSIEREN SIE JETZT 457.-**  
für Ihr altes Sofa\*

Werbepreis: 1819.-  
Umtauschprämie\* - 457.-

**1362.-**

Wohnlandschaft, in Stoff, Stellmaß ca. 203 x 321 x 173 cm. Ohne Funktionen und Kissen. Rücken unecht.

Diese großzügige Wohnlandschaft schafft Platz für gemeinsame Stunden mit der ganzen Familie. So großzügig das Platzangebot, so umfangreich ist die Ausstattungsvielfalt dank intelligenter Zusatzfunktionen.

RAL GÜTEZEICHEN

Möbel

GERRY HILBERT handmade

Inklusive Kopfteilverstellung!

Optional Sitzvorzug<sup>1)</sup>

**KASSIEREN SIE JETZT 408.-**  
für Ihr altes Sofa\*

Werbepreis: 1625.-  
Umtauschprämie\* - 408.-

**1217.-**

Eckkombination, in Stoff, Stellmaß ca. 302 x 175 cm. Inklusive Kopfteilverstellung. Ohne Hockerbank, weitere Funktionen und Kissen.

Sitzvorzug<sup>1)</sup>

(Mehrpreis)

Inklusive Kopfteilverstellung!

Optional Relaxfunktion<sup>1)</sup>

**KASSIEREN SIE JETZT 649.-**  
für Ihr altes Sofa\*

Werbepreis: 2596.-  
Umtauschprämie\* - 649.-

**1947.-**

Polstergarnitur, bestehend aus Sofa, ca. 184 cm breit und Sofa, ca. 225 cm breit in Leder. Inklusive Kopfteilverstellung. Ohne weitere Funktionen und Kissen. Rücken unecht.

Relaxfunktion<sup>1)</sup>

(Mehrpreis)

ECHT LEDER!

\*Sie geben uns Ihre alte Garnitur, wir geben Ihnen einen Rabatt von mindestens 25% (= Umtauschprämie), maximal jedoch 2020 Euro beim Kauf einer neuen Garnitur. Gilt nur für Neubestellungen, nicht für bereits reduzierte Ausstellungsstücke und Modelle der Marke von Wilmosky. Gültig nur für Neuaufträge. Nicht mit anderen Rabattaktionen kombinierbar. Eine Barauszahlung ist nicht möglich. Gültig bis 18.07.2020 (Aktion wird gegebenenfalls bei großen Erfolg verlängert). \*\* Ohne Zinsen, ohne Gebühren – bis zu 30 Monate Laufzeit. Angebot in Zusammenarbeit mit der Santander Consumer Bank AG. Sitz: 41061 Mönchengladbach – Wohnsitz und Beschäftigung in Deutschland sowie Bonität vorausgesetzt.

MP-27-20 · Seite 2

Der Polsterspezialist  
**MULTIPOLSTER**<sup>®</sup>

Multipolster GmbH & Co. Handels-KG, 09214 Burgstädt · www.multipolster.de

Paderborn Senefelderstraße 1a, am Dören-Park, neben Roller •  
Bielefeld Eckendorfer Straße 91-93 • Bielefeld Sunderweg  
4-6, am Südring, gegenüber von IKEA

Das größte Spezialunternehmen für Polstermöbel – 50 mal in Deutschland

MP-27-20. Gültig bis 18.07.2020. Alle Preise sind Werbe-/Aktionspreise, gelten für die abgebildete Farbe/Bezug/Formation und verstehen sich als Abholpreise ohne Dekoration und Kissen. Alle gezeigten Alternativen sind zum individuellen Preis erhältlich. Alle Maße sind Ca.-Maße. Technische Änderungen, Farbabweichungen und Irrtümer vorbehalten. www.hueper.de

# Paderborn bewirbt sich um Kulturerbe-Siegel

Pader als urbane Wasserlandschaft steht im Mittelpunkt

**Paderborn.** Mit der Pader als urbane Wasserlandschaft wird sich Paderborn um das Europäische Kulturerbe-Siegel im Jahr 2025 bewerben. Das beschloss der Paderborn Rat mit großer Mehrheit in seiner jüngsten Sitzung am Donnerstagabend. Gemeinsam mit der Paderborner Universität möchte die Stadt diese Bewerbung mit Deutschlands kürzestem Fluss auf den Weg bringen. Mit der Bewerbung um das Europäische Kulturerbe-Siegel erhofft sich die Stadt die urbane Wasserlandschaft der Pader und ihrer im Herzen der Stadt sprudelnden mehr 200 Quellen als unverwechselbares Alleinstellungsmerkmal für die Paderborner Stadtentwicklung weiter zu profilieren. Die herausragenden Chancen, die die einzigartige Flusslandschaft bietet, sollen als kulturelle, stadtgeschichtliche, touristische und nicht zuletzt auch ökologische Leitlinie erhalten und weiterentwickelt werden. Die Flussland-

schaft Pader kann mit Hilfe des Siegels nicht nur verstärkt für touristische Zwecke beworben werden. Um sich in der Konkurrenz der Städte gut positionieren zu können, kommt es immer stärker auf das städtische Image an. Insbesondere als weicher Standortfaktor spielt dieses Image bei der Standortwahl für Unternehmen eine immer größere Rolle, da Arbeitskräfte die geforderte Lebensqualität nur in attraktiven Städten vorfinden. Mit der Universität Paderborn möchte die Stadt Paderborn für dieses Projekt einen Kooperationsvertrag schließen und mit 40.000 Euro im Jahr eine wissenschaftliche Stelle mitfinanzieren. Außerdem soll auf einer halben Stelle im Amt für Umweltschutz und Grünflächen dieses Thema schwerpunktmäßig bearbeitet werden. Eine Kooperation mit dem Verein Freunde der Pader e.V. ist ebenfalls vorgesehen. Die Leitlinien zur Bewerbung um das europäische Kulturerbe-Siegel liegen in dem Zu-

sammenspiel beachtlicher historischer Wassernutzung wie der Mühlentechnik und Wasserkünste und der ökologischen Komponente. Erst in dieser engen Zusammenschau von Ökologie und Ökonomie lässt sich eine systemische Wassergeschichte erforschen, die den modernen Standards einer universellen Umwelt- und Globalgeschichte genügt. Das europäische Kulturerbe-Siegel wird Stätten zuerkannt, die einen bedeutenden europäischen, symbolischen Wert haben. Diese Stätten sollen die gemeinsame Geschichte Europas und den Aufbau der Europäischen Union sowie der europäischen Werte und Menschenrechte hervorheben. Ziel des 2011 eingeführten Siegels ist das Zugehörigkeitsgefühl der europäischen Bürgerinnen und Bürger, insbesondere junger Menschen, zur Europäischen Union auf Grundlage gemeinsamer Werte und Elemente der europäischen Geschichte und des Kulturerbes zu stärken. Durch

die wissenschaftliche Begleitung und der interdisziplinären Zusammenarbeit zwischen der Universität und der Stadt Paderborn sollen im Zuge der Bewerbungsphase zudem interessante Projekte für die Paderborner Bevölkerung entstehen, welche zu einer stärkeren Identitätsbildung innerhalb der Stadtbevölkerung beitragen sollen.

**Ankauf Gold, Silber, Schmuck, Münzen, Uhren, Zahngold, Bestecke, Kunst (z. B. Gemälde & Figuren) Asiatika Militaria (Orden, Fotos etc.) uvm. - Nachlässe, Sammlungen & kompl. Haushaltsauflösungen**

**Fa. Dipl.-Kfm. Marc Hagedorn  
Mühlenstr. 32 | Paderborn  
Di. und Do. 13.00 – 18.00 Uhr  
oder nach Vereinbarung  
0171/3830863 u. 05251/5431513  
info@kunsthandel-hagedorn.de**

## Kinder der OGS Sande bauen Barfuß-Pfad

Kreativ durch die Krise

**Sande.** Mit der sogenannten „Notbetreuung“ für Kinder hat auch die AWO Offene Ganztagschule (OGS) die Eltern bestimmter Berufsgruppen während der Corona-Krise unterstützt und den angemeldeten Kindern verlässliche Betreuung ermöglicht. An der Grundschule Sande haben Kinder und Betreuer aus der Not eine Tugend gemacht: Gemeinsam haben sie an den Präsenztagen auf dem Außengelände der Schule einen Barfuß-Pfad gebaut, der die verschiedensten Materialien mit den Füßen sinnlich erfahrbar macht. Pünktlich zu den Sommerferien ist er nun fertig ge-



*In der AWO OGS an der Grundschule Sande haben die Kinder die Notbetreuung während der Corona-Zeit genutzt, um einen Barfuß-Pfad zu bauen.*

worden. Durchgeführt wurde das Projekt mit Unterstützung der Schule und unter Anleitung von AWO-Mitarbeiter Marc Pahlsmeyer. „Trotz Abstandsregelung und Hygienemaßnahmen hatten die Kinder bei der Planung und dem Bau unseres Barfußpfades einen Riesenspaß“, freut sich der Naturpädagoge. „So konnten die Kinder in dieser schwierigen Zeit draußen etwas Sinnvolles schaffen.“ Begeistert ist auch Schulleiterin Maxi Brautmeier-Ulrich. „Meiner Meinung nach war die Arbeit an diesem tollen Projekt alles andere als eine Notbetreuung.“

## Unsere Neubauprojekte in Paderborn



**Eigentumswohnungen in Marienloh**

**ab 170.500,00 €**

**Exposé 8697**



**Reihenhäuser in der Stadtheide**

**ab 348.000,00 €**

**Exposé 8700**



**05251 292 2955**  
info@s-immobilien-gmbh.de

**S Immobilien**

Sommer,  
Sonne,  
Schiller!

Für perfekte Sonnenmomente  
**SONNENBRILLE**  
in Ihrer Sehstärke

Einstärken ab **79 €**  
Gleitsicht ab **179 €**  
inklusive Fassung aus unserer Hauskollektion

Optik  
**Schiller**

Paderborn, Rosenstr. 9 und Warburger Str. 81 | Salzkotten, Lange Str. 42 | Delbrück, Thülecke 5 | Büren, Markt 16 | [optik-schiller.de](http://optik-schiller.de) | Folgen Sie uns!

## Freier Eintritt in Schwimmbäder während der Sommerferien für Kinder unter 12 Jahren

Wird gewährt für die Schwimmbäder Rolandsbad und Waldbad

**Paderborn.** Wie schon in der Sitzung des Jugendhilfeausschusses durch den Beigeordneten Wolfgang Walter bekanntgegeben, wird allen Kindern, die das 12. Lebensjahr noch nicht erreicht haben, in den Sommerferien freier Eintritt in den Paderborner Schwimmbädern Rolandsbad und Waldbad gewährt. Aufgrund der pandemiebedingten Einschränkungen dürfen jedoch die zulässigen Besucherzahlen nicht überschritten werden. Zudem ist der Einlass bis zum 12. Lebensjahr nur in Begleitung eines zahlenden Erwachsenen erlaubt.

## Eine Biene als Hauptdarstellerin

Doris Ahlers verfasst Musical für Kinder in Corona-Zeiten



Die Kinder aus der Löwengruppe der Kita Wilhelmshöhe, Aasiya, Niklas, Lion und Justus (v.l.) freuen sich gemeinsam mit Doris Ahlers (trägt keine Maske, da sie dies auch im alltäglichen Umgang mit den Kindern in der Kita nicht tut) und Emi Brillenbiene über das neue Stück. Bildrechte: Stadt Paderborn, Fotograf: Joanna Becker

**Paderborn.** „Als ich im Home Office den Auftrag bekam, ein Stück für unsere Schulanfänger anlässlich des Sommerfestes zu schreiben, stand für mich fest, dass ich Corona als Thema wähle“, denkt Doris Ahlers zurück. Sie ist Erzieherin in der Kita Wilhelmshöhe in Paderborn und schreibt schon seit vielen Jahren Stücke für die Kinder der Kita. „Corona ist zurzeit auch für die Kinder ein sehr präsent Thema, welches ich aufgreifen wollte, um den Kindern mit dem Musical eine Hilfestellung in dieser schwierigen Zeit zu geben“, erzählt sie weiter.

Als Grundlage für das Musical hat sie die Figur Emi Brillenbiene gewählt, welche durch das gleichnamige Buch aus dem „primoza“ Verlag in die Kita eingezogen ist. Ursprünglich wurde das Buch mit und über die Brillenbiene anlässlich des Themas Insekten für die Kita gekauft. „Aber die Kinder haben die Biene sofort in ihr Herz geschlossen und ihr sogar ein Haus, eine Hängematte und eine Blume aus Papier in ihrer Gruppe gebaut“, so die Erzieherin. Die Biene ist als Handpuppe mit roter Brille in der Gruppe täglich präsent und sogar einen Bienenstock mit 6 Bienenbabys haben die Kinder im Laufe der Zeit gebastelt.

Aus diesem Grund hat Doris Ahlers die kleine Biene als Hauptdarstellerin für ihr Musical gewählt, welches das Thema Corona und den Umgang damit behan-

delt. In dem Stück geht es um 14 Tiere, da es ursprünglich für die Aufführung mit 14 Schulkindern der Kita geplant war. Weil es aber fraglich ist, ob das Musical aufgeführt werden kann, hat sie kurzerhand noch Bilder zu der Geschichte gemalt, um den Kindern ein Bilderbuch an die Hand geben zu können. „Der Zusammenhalt unter den Tieren spielt die entscheidende Rolle, denn am Ende kann das Virus nur durch die Zusammenarbeit der Protagonisten besiegt werden“, erklärt die Erzieherin. Seit 29 Jahren ist Doris Ahlers schon als Erzieherin bei der Stadt Paderborn tätig, zudem hat sie dort ihr Anerkennungsjahr absolviert. Auch ihre Freizeit gestaltet sie gerne kreativ. „Ich singe schon viele Jahre im Chor, male gerne, spiele Gitarre und Klavier“, sagt sie. Nachdem sie in der Notbetreuung mitbekommen hat, dass die Kinder aufgrund der angespannten Situation Stress sowie ein anderes Verhalten als sonst zeigen, wollte sie den Kindern eine Freude bereiten. Nun hat der Verlag von Emi Brillenbiene ihr Stück auf der Verlagsseite online veröffentlicht und kostenlos zum Herunterladen bereitgestellt, um auch anderen Kindern damit Freude bereiten zu können. „Besonders wichtig ist mir, dass mein Musical Optimismus und Humor versprüht. Die Kinder sollen mit einem Lächeln lesen und singen“, blickt Doris Ahlers auf ihr Stück.

## Zunehmende Trockenheit ist große Herausforderung für Gartenbesitzer

Tröpfelnde Bewässerung setzt sich durch

**Paderborn.** Lange Hitzeperioden im Sommer treiben Gartenbesitzern in der Region immer häufiger Sorgenfalten auf die Stirn. Punktuelle Starkregenereignisse sorgen nur für kurze Erfrischung und so klagen neben den für die Wälder Verantwortlichen und den Landwirten auch Privatgärtner über das ausbleibende sommerliche Nass.

„Wir erleben seit drei Jahren eine stark steigende Nachfrage im Bereich der künstlichen Bewässerung“, sagt Markus ten Brink, Leiter des Raiffeisen-Marktes Paderborn stellvertretend für seine Kolleginnen und Kollegen. „Im Paderborner Land und im Hellweg-Raum herrscht tendenziell im Frühjahr und Sommer Trockenheit. Das macht sich im Kundenverhalten in allen unseren Märkten bemerkbar.“

Die Lieferanten stellen sich den Herausforderungen und entwickeln stetig Produkte, die für eine regelmäßige Bewässerung auch kleinerer Flächen sorgen.

Neben den klassischen Rasensprengern mit einfacher Schlauchzuleitung gibt es längst professionelle Systeme, die per Programmierung steuerbar sind und Flächen auch dann bewässern, wenn der Gartenbesitzer im Urlaub weilt. „Vor allem bei neu angelegten Rasenflächen ist eine regel-



Das schlaucht: Markus ten Brink bietet im Raiffeisen-Markt Paderborn Produkte rund um Bewässerung und eine fachmännische Beratung.

Foto: Heiko Appelbaum

mäßige Wasserzufuhr wichtig“, sagt Markus ten Brink. „Und wenn auf den Regen kein Verlass ist, muss die Technik für Ersatz sorgen.“

Auch Kleinstflächen, einzelne Beete und Gewächshäuser können mittlerweile bequem und vollautomatisch bewässert werden. Zu diesem Zweck bieten Hersteller Schlauchsysteme an, die unterirdisch verlegt werden und deren Schläuche im 30-cm-Abstand Löcher mit einer Membran aufweisen, durch die anhaltend Wasser tropft. Bei einem System mit einer Länge von rund 50 Metern reichen

wenige Liter Wasser pro Stunde.

Für Technikliebhaber gibt es mittlerweile auch Systeme, die mittels einer App per Smartphone geregelt werden. „Hier ist die Nachfrage noch sehr gering“, sagt Markus ten Brink. Aber eines sei deutlich: Mit steigendem Bewässerungsbedarf wachse auch das Angebot an Systemen samt Zubehör. Die Investition in diesem Bereich lohne sich, da ohne Bewässerung Pflanzen zu Schaden kämen, was wiederum ebenfalls Kosten nach sich ziehe.

[www.rwm-eg.de](http://www.rwm-eg.de)

## Vorerst kein temporärer Freizeitpark

Bürgermeister Michael Dreier mahnt zur Vorsicht angesichts des Lockdowns im Kreis Gütersloh

**Paderborn.** Den temporären Freizeitpark mit Kirmesfahrgeständen wird es vorerst in Paderborn nicht geben. Diese Entscheidung traf Bürgermeister Michael Dreier angesichts der Corona-Pandemie-Entwicklung im Kreis Gütersloh und teilte sie in einer Telefonkonferenz dem Paderborner Schauspielerverein mit. Die Stadt unterstütze nach wie vor das Vorhaben und werde auch die Planungen bis zur Genehmigung vorantreiben. „Doch aufgrund des Lockdowns im Nachbarkreis müssen wir mögliche Gefahren und damit

Risiken für unsere Bevölkerung minimieren“, so der Bürgermeister. Dreier erinnert in diesem Zusammenhang an die grundsätzlichen Regelungen zur Kontaktbeschränkung im öffentlichen Raum und die Verpflichtung zum Tragen einer Mund-Nasen-Bedeckung in bestimmten Bereichen mit Publikums- und Kundenverkehr. Insbesondere angesichts des sehr guten Wetters, das für die kommenden Tage angesagt ist, sollte man sich auch im Freien mit ausreichend Abstand bewegen, so der Bürgermeister.

Man werde die Entwicklungen der nächsten Tage sehr genau beobachten, um abschätzen zu können, welches Ausmaß die Infizierungen bei Tönnies auf Kreis und Stadt Paderborn haben. Dies geschehe in enger Abstimmung mit dem Kreis Paderborn und dem Gesundheitsamt des Kreises ganz intensiv im städtischen Stab für außergewöhnliche Ereignisse, in dem neben der Feuerwehr und dem Ordnungsamt die Spitze der Paderborner Stadtverwaltung die Lage analysiert und entsprechende Maßnahmen beschließt.

## Paderborns Kultour-Caching-App online

Im Google Play Store und Apple App Store verfügbar

**Paderborn.** Nach nur neun Wochen Entwicklungszeit ist nun die Kultour-Caching-App sowohl für Android, als auch Apple-Nutzer verfügbar. Sie kann ab sofort kosten- und werbefrei geladen werden. Kultour-Caching steht für ein Spiel, bei dem Künstler-Plaketten im öffentlichen Raum mit Hilfe von GPS gefunden werden und digitale Kultur erlebt werden kann. Aufmerksame Spaziergänger werden in der letzten Woche schon die ein oder andere Plakette entdeckt haben. Bisher wurden 70 der kleinen Schildchen im Stadtgebiet verteilt. Im Zusammenspiel zwischen App und Plaketten können sich Nutzer bis zu 72 Videos

von 50 Künstlern anschauen. Dazu kommen Texte, Audios und Bilder. Das Kultouramt freut sich über Feedback zur App. Wo läuft es noch nicht rund, was wurde beim Testen übersehen? Einsenden kann man das Feedback über das Kontaktformular der App und der Webseite. Unter allen Feedbackgebern werden 2x2 Karten für die Performance Abschluss-Gala 2021 verlost. Bis zum Spätsommer kommen weitere schon jetzt geplante Routen dazu. Die Museums-Route wird die Veranstaltung Museumsnacht repräsentieren. Für die geplanten Veranstaltungen rund um das BTHVN2020-Jahr werden auch Kultour-Caches zu

finden sein. Die Kultour-Caching-App ist die Antwort des Kultouramtes auf die Frage nach der Digitalisierung von Veranstaltungsformaten in Zeiten von Corona. Nach der Absage von allen Großveranstaltungen konnte das Kultouramt Paderborn mit dem Projekt 50 Künstlern Aufträge erteilen, denen es sonst keine Gage hätte zahlen können. Weitere Informationen unter [www.kultour-caching.de](http://www.kultour-caching.de). Während die App für Android auch schon heruntergeladen werden kann, wird für den Apple Store noch auf die Freischaltung gewartet, die ggf. schon mit Veröffentlichung dieser Pressemitteilung passiert sein könnte.

# FERIEN SPEZIAL

- Tipps für den Urlaub daheim -

## Seit über 50 Jahren dein Afrika-Erlebnis im Herzen Deutschlands:

Safariland Stukenbrock mit Wildlife-Zoo, Vergnügungspark, Indoor-Spielpark und Erlebnisresort seit 15. Mai unter Corona-Schutzauflagen wieder regulär geöffnet

**Schloß Holte-Stukenbrock.** Urlaub in Afrika? Und das auf Wunsch nicht nur ein paar Stunden! Das versprechen wir unseren Besuchern und Fans. Unser Wildlife-Zoo mit 600 Tieren während der Autosafari und im fußläufigen Bereich, der Vergnügungspark mit 30 Attraktionen, unser neuer Indoor-Spielpark „Kattas Welt“ auf 1.000 qm mit angeschlossener Familienrestaurant „Kattagaskar“ und das 2019 eröffnete Erlebnisresort mit 48 Safari-Lodges in unmittelbarer Nähe zu unseren exotischen Tieren Afrikas warten auf Sie.

Auf geht's... unsere Achterbahnmotoren laufen wieder. Auch in der Corona-Krise sind wir vorbereitet, um die größtmögliche Sicherheit unserer Besucher zu garantieren! Der Winter war lang und mit der Krise doppelt hart! Unsere Idee mit der Teilöffnung der Autosafari seit 17. April hat uns über 4 Wochen gerettet bis wir seit dem 15. Mai auch wieder komplett für unsere Besucher da sein durften und unsere Angebote fast wieder vollständig zur Verfügung stellen können. Außergewöhnliche Übernachtungen, Tiererlebnisse, VIP-Touren, eine neue Outdoor-Liveshow mit Bisons und Eseln und eben über 30 Fahrgeschäfte und Attraktionen. Wir sind ein Freizeitpark, der die ganze Familie anspricht! Wir möchten alle Herzen höherschlagen lassen. Ob es ein Löwenfan oder Elefantenliebhaber ist, ein Achterbahn-Freak oder der Kurztrip-Liebhaber, der einfach mal Lust auf ein Abenteuer hat. Jeder kommt bei uns auf seine Kosten und darauf sind wir seit über 50 Jahren stolz. Der familienfreundliche Preis bleibt für uns in solch einer Situation eine Selbstverständlichkeit! Wir haben deshalb den Tagespreis pro Person von normalerweise 32,50 Euro für Erwachsene und 26,50 Euro für Kinder seit dem 15. Mai bereits auf 26,50 Euro für Erwachsene und 22,50 Euro für Kinder (3-12 Jahre) reduziert. Die Tickets können in unserem Onlineshop auf [www.safariland-](http://www.safariland-stukenbrock.de)



stukenbrock.de erworben und dann an unseren Kassen vor Ort ausgedruckt vorgelegt werden. Sie entscheiden nur, wann Sie kommen möchten und buchen Ihr Ticket für den Tag Ihrer Wahl.

Eine Auflage ist es, die maximale Besucherzahl im gesamten Park nicht zu übersteigen und das können wir nur mit dem Online-Ticketing gewährleisten.

Mit den besonders günstigen Eintrittspreisen möchten wir Danke sagen an alle Menschen und besonders an die, die uns mit der Autosafari unterstützt haben. Wir freuen uns tierisch auch auf Ihren Besuch - vielleicht auch in unserem Erlebnisresort, besuchen uns und unsere Tiere ein ganzes Wochenende und machen bei uns Urlaub wie in Afrika - und das in Ostwestfalen. Frühstück ist immer inklusive, Halbpension auf Wunsch ebenfalls. Ab bereits 47 Euro pro Person und Nacht sind Sie dabei! Denn es gibt es jetzt bis zu 33% Rabatt auf die Buchungen der Übernachtungen für ausgewählte Reisezeiträume ab sofort bis zum 24. Juli 2020 in unserem Safariland Stukenbrock Erlebnisresort.

„Sommerwild 3=2“ heißt das Zauberwort und beschert Ihnen bei Anreise Sonntag, Montag oder Dienstag im oben genannten Zeitraum eine kostenfreie Übernachtung in unseren neuen Safari-Lodges direkt neben wilden Tieren Afrikas, wenn Sie mindestens 3 Nächte Urlaub bei uns buchen. Dies ist

gültig für Neubuchungen auf unseren Übernachtungspreis pro Person mit Frühstück (optionale HP-Zuschläge und das 2-Tages-Eintrittsticket pro Person sind zusätzlich zu entrichten). Dann haben Sie die Auswahl zwischen 4er- und 6er-Safari-Mobilheim- oder -Zelt-Lodges, allesamt modern und im Afrika-Stil eingerichtet und ausgestattet mit u.a. Bad/WC und Klimaanlage. Buchungen für das Erlebnisresort können gern in mehr als 10.000 Reisebüros über unseren Vertriebspartner [schauinsland-reisen.de](http://schauinsland-reisen.de), auf [www.safariland-stukenbrock.de](http://www.safariland-stukenbrock.de), telefonisch unter 05207-952415 oder per Mail

an [rezeption@safariland-stukenbrock.de](mailto:rezeption@safariland-stukenbrock.de) erfolgen. Nur wenige Attraktionen wie den Klettergarten, die Superrutsche oder unsere Indoor- Shows können wir vorerst nicht anbieten - aber keine Sorge, unsere anderen Attraktionen werden Sie begeistern. In Zeiten, wo an Urlaub in Übersee nicht zu denken ist, möchten wir Ihnen unser Afrika in Nordrhein-Westfalen zeigen. Abstand halten ist angesagt! Unsere Warteschlangen sind speziell ausgebaut und die Fahrpläne der Fahrgeschäfte umstrukturiert. Die Wildwasserbahn reinigt sich fast von selbst, aber das reicht uns nicht aus. Mit dem regelmäßigen Gebrauch von Handdesinfektion und dem Tragen einer Mund-Nasen-Schutzmaske in den Innen- und Wartebereichen sowie in den Bereichen, an denen die Abstandsregeln nicht eingehalten werden können, kommen Sie bei uns weiter. Ansonsten heißt es Durchatmen an der frischen Luft und wir wünschen einen großartigen Aufenthalt in unserem Park. Die Mund-Nasen-Schutzmaske können Sie mitbringen oder in unserem Safari-Store bzw. an der Rezeption des Erlebnisresorts zum Preis von 1,50

Euro erwerben. Desinfektionsmittelspenden stellen wir Ihnen selbstverständlich zur Verfügung. Das Safariland Stukenbrock bei Bielefeld in Nordrhein-Westfalen mit dem Wildlife-Zoo, dem Vergnügungspark, dem Indoor-Spielpark und dem Erlebnisresort hat bis zum 25. Oktober 2020 täglich von 10 bis 18 Uhr für Sie geöffnet, die letzte Einfahrt ist um 16 Uhr, also auf geht's! (Bitte beachten Sie mögliche Schließungstage im September und Oktober. Den tagesaktuellen Stand erfahren Sie stets auf [www.safariland-stukenbrock.de](http://www.safariland-stukenbrock.de)).

**GEWINNEN SIE 4 X 2 KARTEN!**

**So geht's:**

Einfach eine Postkarte mit den Stichwort „Safariland“ an die **Redaktion HEGGEMANNMEDIEN GmbH Burgstr. 2 | 33175 Bad Lippspringe**

schicken. Schreiben mehr Interessenten, als Karten zur Verfügung stehen, entscheidet das Los. Einsendeschluss: 13.07.20. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.



**Dein Afrika-Erlebnis im Herzen Deutschlands**

Mittweg 16  
33758 Schloß Holte-Stukenbrock  
Telefon: 05207 - 9524 10  
[www.safariland-stukenbrock.de](http://www.safariland-stukenbrock.de)



**HINWEISE FÜR IHREN BESUCH BEI UNS**

- ▶ 1,5 METER MINDESTABSTAND
- ▶ BITTE BARGELDLOS ZAHLEN
- ▶ MUST-/ NIESETIKETTE EINHALTEN
- ▶ HÄNDE WASCHEN UND DESINFIZIEREN
- ▶ KONTAKTDATEN ANGEBEN
- ▶ LÄCHELN STATT KÖRPERKONTAKT
- ▶ TOILETTENBESUCH MIT ABSTAND

**Abtauchen und Wohlfühlen in der Driburg Therme**

Staatlich anerkanntes Heilwasser und eine moderne Thermal-Badlandschaft bieten hervorragende Voraussetzungen zur Erholung. In den großzügig bemessenen Thermalinnen- und Außenbecken tanken Sie schwimmend Gesundheit. Die hervorragende Wasserqualität der staatlich anerkannten Heilquelle (32°C) mit wirksamen Natrium-, Kalzium- und Sulfat-Anteilen verhilft zu einer angenehmen Entspannung.

**GEWINNEN SIE 4 Gutscheine für 2,5 Stunden Badeeintritt!**

Einfach eine Postkarte an Redaktion HEGGEMANNMEDIEN GmbH Stichwort „Driburg Therme“ Burgstr. 2 • 33175 Bad Lippspringe.

Einsendeschluss: 10. Juli 2020

Das Losverfahren entscheidet. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.



**Endlich!**

**Ab dem 10. Juli sind wir wieder da...**

**...und starten direkt mit einem Sommerangebot: Kurzeittarif 10x bezahlen – 13x entspannen!**

Verkauf 10.7.-31.7.2020, Eintrittskarten einzulösen bis zum 30.12.2020

Georg-Nave-Straße 24 | Bad Driburg | Tel. 05253 - 70116 | [www.driburg-therme.de](http://www.driburg-therme.de)

# FERIEN SPEZIAL

- Tipps für den Urlaub daheim -



## Mit Spaß und Kreativität durch die Sommerferien

Kulturamt des Kreises veröffentlicht Kreativanleitungen für Kinder und Jugendliche auf seinem Youtube-Kanal

**Kreis Paderborn (krpb).** Die Sommerferien sind da und vielen Eltern brennt eine Frage unter den Nägeln: Wie beschäftige ich mein Kind in den kommenden Wochen? Während der langen Sommerwochen kämpfen schon in „normalen“ Jahren viele Eltern gegen die drohende Langeweile ihrer Sprösslinge. Das Corona-Jahr erschwert die Situation, denn nun fallen auch viele Ferienfreizeiten und Zeltlager aus. Das Kulturamt des Kreises Paderborn hat deshalb Videos mit Anleitungen für Kreativprojekte für Kinder und Jugendliche auf seinem Youtube-Kanal veröffentlicht. Entstanden sind diese in digitalen Kulturrucksack-Projekten in Stadt und Kreis Paderborn, die aufgrund der Coronakrise in den letzten Wochen nicht wie geplant durchgeführt werden konnten.

„Es ist uns sehr schwer gefallen, die Projekte abzusagen, denn sowohl die jungen Teilnehmer als auch die Künstler freuen sich auf jedes einzelne Angebot. Außerdem steckt viel Planung und Vorbereitung in jedem einzelnen Workshop“, erzählt Diana Ramme, Koordinatorin für den Kulturrucksack beim Kreis Paderborn. Nicht jedes Projekt war und ist digital umsetzbar. Manches aber doch. Die Paderborner Künstlerin Claudia Cremer-Robelski und ihre Künstlerkollegen Lukas Günther und Wolfgang Brenner

aus Paderborn planten ihre Angebote deswegen etwas um und nahmen Videos mit detaillierten Anleitungen auf. So können Kulturfans jeden Alters diese problemlos zuhause nachmachen. Unter anderem lernen die kleinen Künstler Kleidung aus Papier zu schneiden oder verschiedene Drucktechniken kennen. „Langweilige Nachmittage sollten dann eigentlich kein Thema mehr sein“, schmunzelt Diana Ramme.

Alle Videos sind in der Playliste „Kulturrucksack digital 2020“ auf dem Youtube-Kanal des Kreises Paderborn zu finden. Der Kulturrucksack ist ein Programm des Kreises und der Stadt Paderborn, das kulturelle Bildungsangebote für Jugendliche zwischen 10 und 14 Jahren anbietet. Ob Hörspiele, Film, Fotografie oder kreatives Schreiben – für jeden ist etwas dabei. Wer nicht nur Videos schauen, sondern auch mit anderen Kindern und Jugendlichen real zusammen in einem Kulturworkshop arbeiten möchte, der hat nun auch dazu wieder Gelegenheit. „Dank der Lockerungen können wir wieder einige Workshops durchführen, natürlichen unter strenger Einhaltung der Schutz- und Hygienemaßnahmen“, so Ramme. Anmeldung zu diesen Workshops sind telefonisch oder per E-Mail möglich unter 05251 308 4110 oder rammed@kreis-paderborn.de

## Ein Ball - 1.000 Geschichten

Sommerferien im Deutschen Fußballmuseum



Deutsches Fußballmuseum, Außenansicht - Foto: DFM

Das Deutsche Fußballmuseum in Dortmund ist ein Ort der Begegnung, eine Erlebniswelt voller Erinnerungen. Emotionen schießen empor. Durch ein Stück Stoff, gezeichnet von Spuren harter Zweikämpfe. Durch Geräusche, Stimmen, Jubel. Durch unvergessene Spielszenen. Durch Schuhe, denen noch Gras anhaftet. Durch Pokale, in denen sich der Glanz großer Fußballmomente spiegelt. Im Wunder von Bern mit Fritz Walter. Bei der goldenen Generation um Philipp Lahm. Im 3D-Kino mit Leroy Sané. In der Schatzkammer. In der HALL OF FAME des deutschen Fußballs, in der Franz Beckenbauer und Günter Netzer zusammen mit Lothar Matthäus und Matthias Sammer spielen. In der Arena.

Aus dem Nichts hörst du, dass Rahn aus dem Hintergrund schießen müsste. Du erlebst noch einmal, wie Gerd Müller aus der Drehung trifft, Olli Bierhoff das Golden Goal erzielt, wie ein Sommer zum Mär-

chen wird, und wie Deutschland schon zur Halbzeit 5:0 gegen Brasilien führt.

Die Erlebniswelt kombiniert 1.600 Exponate und 25 Stunden Filmmaterial mit raumgreifenden Inszenierungen. Der Besuch ist eine Begegnung mit der eigenen Vergangenheit. Jeder Besucher trifft sich selbst. Immer wieder. Egal, wie alt er ist. Es ist das Spiel mit der Erinnerung. Jeder weiß, mit wem er wo war, als Tom Bartels ins Mikrofon flehte: „Mach ihn! Mach ihn! Er macht ihn! – Mariooo Gööötze!!!“

In der Reporterkabine kommentierst du selbst ein Fußballspiel. Im Dribbelparcours kommt es auf deine technischen Fähigkeiten an, an der Torwand auf Zielgenauigkeit. Und in den Sommerferien warten besondere Begegnungen auf dich. Immer mal wieder werden Vitrinen geöffnet und die wertvollsten Schätze herausgeholt. Die Trophäensammlung des Fußballmuseums ist weltweit einzigartig. Sie umfasst u.a. den FIFA World Cup,

den Coupe Henri Delaunay, die UEFA Champions-League-Trophäe, die Meisterschale, den DFB-Pokal und den WM-Pokal der Frauen. Kein Spieler hat dieses Silber und Gold vereint im Schrank stehen. Kein Verein. Und kein Verband. Das Fußballmuseum in Dortmund schon. Hier ist Ferienzeit Familienzeit. Ein Ball – 1.000 Geschichten.

**Info: Direkt am Dortmunder Hauptbahnhof**

**Adresse:** Deutsches Fußballmuseum, Platz der Deutschen Einheit 1, 44137 Dortmund, direkt am Dortmunder Hauptbahnhof. Das Museum ist offiziell „barrierefrei geprüft“.

**Öffnungszeiten:** aktuell auf fussballmuseum.de

**Preis:** 10 bis 17 Euro, online günstiger

**Ticketauskunft:** 0231/22 22 19 54 (Di-Fr, 10-16 Uhr),

Tickets & Infos: fussballmuseum.de

## GEWINNEN SIE 1 FAMILIENTICKET!

Einfach eine Postkarte mit Vermerk ihrer E-Mail an:

Redaktion HEGGEMANNMEDIEN GmbH  
Stichwort

„Deutsches Fußballmuseum“  
Burgstr. 2 | 33175 Bad Lippspringe

Einsendeschluss: 13. Juli 2020.

Das Losverfahren entscheidet.  
Der Rechtsweg ist ausgeschlossen

**Sommer Rodelbahn Bodenwerder**

- ... durchgehend warme Küche
- ... 950 m Rodelspaß
- ... seit mehr als 20 Jahren
- Das Ausflugsziel in Ihrer Region!
- Münchhausen Karte  
8 Fahrten Kinder & 8 Fahrten Erwachsene für nur 30,00 €  
Gültig bis 01.11.2020

Bodenwerder • Tel. 05533 934800 • info@rodelpark.de • www.rodelpark.de

**Das Gartenfest DALHEIM**

Ein Tag wie Urlaub

www.gartenfestivals.de

**3. - 5. Juli 2020**

KLOSTER DALHEIM/LICHTENAU

Tickets im Vorverkauf und an der Tageskasse

Freitag & Samstag 10 - 19 Uhr · Sonntag 9 - 18 Uhr

Evergreen GmbH & Co. KG — Tel. 0561-400 96 160  
Veranstaltungsort: Am Kloster 9, 33165 Lichtenau-Dalheim (Westf.)

## „Gartenfest Dalheim“ vom 3. bis 5. Juli 2020

**Dalheim.** Endlich den Sommer richtig genießen! Nach den Herausforderungen der letzten Wochen lässt die Sonne unsere Herzen höherschlagen. Mit einem besonderen Konzept setzt das Team der Evergreen alles daran den Besuchern ein unbeschwertes Tag auf dem Gartenfest in Dalheim zu ermöglichen.

Der Einladung zum Gartenfest Kloster Dalheim sind in diesem Jahr wieder rund 100 Aussteller gefolgt, die in der eindrucksvollen Klosteranlage begeistert die Besucher erwarten. Die klösterliche Gartenbaukunst, ein reichhaltiges Angebot an Pflanzen, Gartenmöbeln, Garten- und Wohnaccessoires, Naturkosmetik und gastronomischen Besonderheiten: Das sind die Zutaten für ein gelungenes Gartenfest in Lichtenau. Es werden wieder „Tage wie Urlaub!“

Und weil die Pause für alle Gartenfans in diesem Jahr besonders lang war, haben die Veranstalter von „Evergreen“ vie-



le neue Anbieter in das ehemalige Augustiner-Chorherrenstifts locken können.

Im Freien! Mit Abstand! Ohne Mund- und Nasenschutz\*!

Das Gartenfest, was als Spezialmarkt und Freiluftveranstaltung gilt, steht nicht unter dem Verbot der Großveranstaltungen. Mit einer besonderen Besucherlenkung vor Ort, die schon an den Parkplätzen anfängt und auf dem großen Areal von über 20.000 qm endet, versucht das gesamte Team dem Besucher den Tag auf dem Gartenfest so angenehm wie möglich zu gestalten. Spezielle Desinfektionsstationen, ein ausgeweitetes Toilet-

tenangebot und mehr Platz bei den Ausstellern sind gewährt. Nutzen sie auch den Freitag und Samstag oder das Nachmittag-Ticket, da der Einlass zum Gartenfest, am Sonntag, begrenzt sein könnte.

\*Das Tragen von Mund- und Nasenschutz ist auf dem Freigelände nicht notwendig. Sollte man den gebotenen Mindestabstand nicht einhalten können oder Innenräume betreten, ist das Tragen eines Mund- und Nasenschutz notwendig. Mehr Infos: www.gartenfestivals.de

Das Gartenfest Dalheim, Kloster Dalheim, 3. bis 5. Juli 2020, Freitag und Samstag 10 bis 19 Uhr, Sonntag 9 bis 18 Uhr. Kloster Dalheim, 33165 Lichtenau, Tickets an der Tageskasse oder Online, Eintritt: 10 Euro, Nachmittag-Ticket ab 15 Uhr (Nur online buchbar) 5 Euro, ermäßigt 8 Euro, Kinder bis 17 Jahre frei, Wochenend-Karte 16 Euro, Informationen: www.gartenfestivals.de oder Telefon 0561/40096160.

Nur Fliegen  
ist schöner!



Sauerland-Tourismus/Klaus-Peter Kappest

250 km **Wanderglück & grandiose Aussichten.**  
**Panorama**, Berggipfel und Türme. **Stille** genießen &  
den Alltag vergessen. **Natur** entdecken.  
**Sportlich** oder **gemütlich**.

Der Qualitätsweg Sauerland-Höhenflug verläuft von Meinerzhagen und Altena bis ins hessische Korbach quer durch die Wanderregion Sauerland. Ob Spaziergang oder Wanderung: Genuss und Herausforderung liegen hier eng beieinander – für Streckenwanderer genauso wie für Liebhaber kurzer Höhentouren.

Berggipfel, Aussichtstürme, Panoramawege: Der Sauerland-Höhenflug verläuft über die prägenden



Gebirgskämme des Sauerlandes, die überall fantastische Aussichten über tiefe Wälder, weite Wiesen und sanft schwingende Berge und Täler eröffnen. Ganz besondere Aussichtspunkte sind die am Weg liegenden Aussichtstürme, wie Heidekopf, Stabil-Stuhl oder Kahler Asten, die den Blick noch weiter schweifen lassen.

[www.sauerland-hoehenflug.de](http://www.sauerland-hoehenflug.de)



# FERIEN SPEZIAL

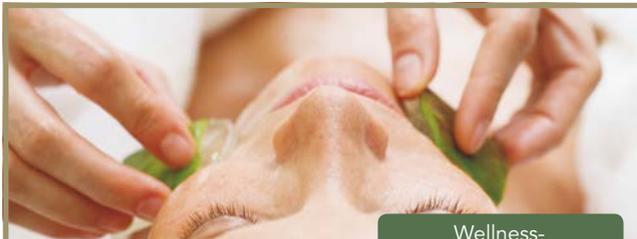
- Tipps für den Urlaub daheim -



[www.paderborner-journal.de](http://www.paderborner-journal.de)

## Zeit für eine kleine Auszeit!

Moyamoni empfiehlt: Lomi Lomi



„Wie oben, so unten; wie innen, so außen;  
wie der Geist, so der Körper“

Wellness-  
Gesichtsbehandlung  
im Wert von 99,- Euro

jetzt auf 79,- Euro

Nennen Sie bei der  
Terminvergabe  
#Urlaub bei moyamoni



- Kosmetikpraxis für ganzheitliche Schönheitspflege
- Hautärztlich geprüfte Kosmetikerin
- Bio-Zertifizierte Natur-Kosmetik für Sie und Ihn, in jedem Alter und jede Haut
- Behandlungen von Kopf bis Fuß
- Figurbehandlungen und Kryolipolise
- Traditionelle hawaiianische Ganzkörpermassage Lomi-Lomi



Monika Badura  
Von-Ketteler-Str. 53  
33106 Paderborn  
Tel.: 05254 92 130 55  
[www.moyamoni.de](http://www.moyamoni.de)  
[info@moyamoni.de](mailto:info@moyamoni.de)

**Elsen.** Viele haben ihre Urlaubspläne für dieser Jahr geändert und planen nun die Ferien daheim. Ein besonderes Angebot um diese zu verschönern hat sich Monika Badura, Inhaberin der Kosmetikpraxis moyamoni in Elsen ausgedacht. Die klassische Wellness-Gesichtsbehandlung erhalten Sie zum Sonderpreis, wenn Sie das Lösungswort aus der Anzeige nennen können.

Für eine besondere Auszeit empfiehlt Frau Badura eine Lomi Lomi Massage. Diese erfolgt in fließenden, leicht schaukelnden Bewegungen im Rhythmus des Meeres und vermittelt das Gefühl von Geborgenheit. So wird ein Entspannen und Loslassen auf allen Ebenen ermöglicht. Traditionell beginnt die hawaiianische Lomi Lomi Massage mit dem Rücken, der nach schamanischer Auffassung die Vergangenheit symbolisiert. Anschließend erfolgt die Massage des vorderen Teils des Körpers. Der Bauch steht dabei sinngemäß für den



Ort der Gefühle und der Erinnerungen. Ziel der Lomi Lomi Massage ist es, Verspannungen und Verkrampfungen aufzulösen, welche nach Ansicht der Hawaiianer die Ursache für Krankheiten darstellen, so dass die Lebensenergie wieder frei und harmonisch fließen kann.

Die Lomi Lomi Massage ist eine traditionelle Massagekunst und basiert auf der uralten Huna Philosophie aus Hawaii. Diese ganzheitliche Körperarbeit wurde ursprünglich in den Tempeln der Weisen Kahunas des alten Hawaiis als Übergangsritual praktiziert, um

sich von Altem zu lösen und sich für Neues im Leben zu öffnen. Mit Hilfe von sanften Berührungen und langen Streichungen werden Blockaden und Funktionsstörungen des Körpers und der Seele gelöst. Mit viel warmem Öl gleiten die Hände und Unterarme mit sanftem und tiefem Druck über den Körper entlang. Der Körper wird auf achtsame und liebevolle Weise berührt und bewegt und gibt dem Empfangenden ein Gefühl von Schwerelosigkeit des eigenen Seins, der inneren Ruhe und der Freiheit. Das intensive Empfinden kann Sie zu tiefgehenden Erfahrungen führen und hinterlässt ein Gefühl von Licht, Liebe, Leichtigkeit und innerer Balance. Die Lomi wirkt nachhaltig. Oft bis zu mehreren Wochen...

**moyamoni**

Von-Ketteler-Str. 53  
33106 Paderborn  
Tel.: 05254 92 130 55  
[www.moyamoni.de](http://www.moyamoni.de)  
[info@moyamoni.de](mailto:info@moyamoni.de)

## STARTSCHUSS FÜR DIE FAMILIEN.ZEIT.NATUR.



Naturpark Teutoburger Wald/Eggegebirge stellt sechs Schatzkarten vor

Raus mit Euch! - Mit Schwung und Elan startet der Naturpark Teutoburger Wald/Eggegebirge sein neues Projekt „Familien.Zeit.Natur.“. Über das gesamte Naturparkgebiet sind gleich sechs spannende Entdeckertouren für Klein und Groß verteilt. Anhand der geheimnisvoll aufgemachten Entdeckerkarten sind Familien eingeladen, die Entdeckerkisten aufzuspüren. Wo diese stehen, wird hier nicht verraten, wohl aber eine der Touren:

### Erste Entdeckertour im Kreis Paderborn

Auf dem neuen 18 km langen Familienradweg „Lebendige Altenau“ hat der Bildhauer Raphael Strauch aus Willebadessen an gleich neun Erlebnisstationen kleine und große Tiere aufgestellt, die den jeweiligen Lebensraum begreifbar machen. So wacht der Frosch neben dem Teich im Quellgarten und die naturgetreue



Libelle erwartet gelassen kleine Nachwuchsforscher.



Die Radroute „Lebendige Altenau“ ist mit einem lachend bunten Fahrrad ausgezeichnet und startet und endet am Parkplatz Dammstraße in Lichtenau-Henglar.

**Weitere Entdeckertouren** in der Umgebung finden Sie in den **Kreisen Gütersloh, Lippe und Höxter** sowie im **Hochsauerlandkreis** und in **Bielefeld**.

Ausführlichere Beschreibungen unter: [www.naturpark-teutoburgerwald.de](http://www.naturpark-teutoburgerwald.de)

### Und alles verbindet DAS ENTDECKERSPIEL:

Wer mindestens vier von sechs Entdeckertouren gemeistert hat, bekommt das neue Entdeckerspiel des Naturparks, ein Würfelbrettspiel für die ganze Familie, geschenkt. Als Nachweis muss jeweils ein Foto von der Entdeckerkiste der jeweiligen Tour mit erkennbarem Hintergrund und entsprechender Person oder einem Accessoires/ Kleidungsstück eingesandt werden:

Naturpark Teutoburger Wald/Eggegebirge, Grotenburg 52, 32760 Detmold oder online an [entdecker@naturpark-teutoburgerwald.de](mailto:entdecker@naturpark-teutoburgerwald.de)

Die **kostenlosen Entdeckerkarten** mit allen sechs Touren sind in den gängigen Touristinformationen erhältlich oder auch direkt beim Naturpark. Die Entdeckerkarte für die jeweilige Tour liegt am Startpunkt bereit.

**Die Aktion läuft bis zum Herbst 2021.**

Mehr Infos: [www.naturpark-teutoburgerwald.de](http://www.naturpark-teutoburgerwald.de), [www.familienzeitnatur.de](http://www.familienzeitnatur.de)

Ministerium für Umwelt, Landwirtschaft,  
Natur- und Verbraucherschutz  
des Landes Nordrhein-Westfalen



# FERIEN SPEZIAL

- Tipps für den Urlaub daheim -

## Endlich wieder Erdbeeren!

Sommer. Sonne. Glückliche. Genusszeit im ALEX.



42 deutschen Café-Restaurants die aromatischen Früchtchen. Ob als traumhafte Desserts, in prickelnder Limonade, mit zart schmelzendem Spaghettieis, auf frisch gebackenen Waffeln und auch ganz klassisch Erdbeeren pur oder als Kuchen mit cremiger Sahne – hier

findet garantiert jeder seinen ganz persönlichen Beerenliebling. So schmeckt und duftet der Sommer! Und der lässt sich wunderbar in der chilligen Atmosphäre der sonnigen ALEX-Außer-rassen genießen.

Sie sind wie ein roter, verführerischer Sommerkuss und zaubern ein genussvolles Lächeln auf jedes Gesicht: Erdbeeren! Mit ihrem hohen Gehalt an Vitamin C toppen sie sogar die Zitrusfrüchte und empfehlen sich damit als leckerer Booster fürs Immunsystem. Im ALEX werden Erdbeerträume jetzt wahr. Mit vielen köstlichen Variationen feiern die

### GEWINNEN SIE 3 GUTSCHEINE Á 20 EURO!

Einfach eine Postkarte an  
Redaktion HEGGEMANNMEDIEN GmbH | Stichwort „ALEX“  
Burgstr. 2 | 33175 Bad Lippspringe

Einsendeschluss: 13. Juli 2020.

Das Losverfahren entscheidet. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen



## Urlaub zu Hause

Markisen - direkt ab Werk

Individuelle Beratung zu Hause - alles aus einer Hand  
Wir fertigen, montieren & garantieren!

Herbert Brand [www.heimhaus.de](http://www.heimhaus.de)  
0173 / 2706600 • Paderborn und Umgebung

## Tragschrauber fliegen!

Verschenken  
Sie einen  
GUTSCHEIN  
für einen  
RUNDFLUG  
mit dem  
Tragschrauber!

Flugschule  
Events  
Rundflüge  
Gutscheine

Flugschule  
LetsRotate  
Tiggstraße 20  
33142 Büren

0175. 3 760 710  
[www.LetsRotate.de](http://www.LetsRotate.de)

...in Büren  
und in Paderborn



Das ausgefallene Geschenk  
zu Weihnachten,  
zu Geburtstagen,  
... oder einfach für sich selbst!

## Bad Karlshafen und Helmarshausen laden zu einem Ausflug ein!

Landschaftlich schön und zentral zwischen Naturpark Reinhardswald und Solling-Vogler-Region bietet die weiße Stadt im Grünen vielfältige Möglichkeiten sich im Freien aufzuhalten und besondere Naturerlebnisse zu genießen. Der perfekte Ort für Wanderungen, Tagestouren mit dem Fahrrad, Ausflüge mit dem Schiff, Angeln, Kanutouren und vieles mehr.

Das **Weserschiff „Hessen“** lädt Gäste in dieser Saison zu Rundfahrten vor der wunderschönen Kulisse des Weserberglandes ein. Während der 1,5 stündigen Fahrt entdeckt man das Dreiländereck Hessen, Nordrhein-Westfalen und Niedersachsen und erhält jede Menge Informationen zu den Sehenswürdigkeiten direkt vom Kapitän.

Während einer **Stadtführung**, immer sonntags um 13.30 Uhr ab der Tourist Information, erkunden Interessierte die 1699 von Landgraf Carl zu Hessen an der Weser gegründete Stadt Bad Karlshafen. Aufgrund der aktuellen Situation, sollte die Teilnahme an Rundfahrten und Stadtführungen vorab in der Tourist Information Bad Karlshafen angemeldet werden.

Ein **besonderes Schlaferlebnis** erleben Sie im „**sleeperoo**“ auf dem Gelände der Krukenburg, direkt gegenüber der ehemaligen Bergkirche inmitten der Burganlage.

„Die Nacht, der Ort und Du“, das ist das Motto von sleeperoo. Nachts einen ungewöhnlichen Ort erkunden, der Sie zum Staunen bringt. Dafür ist der Würfel besonders gestaltet und erlaubt so eine ganz einzigartige und erlebnisreiche Nacht „auf der Burg“.



Bad Karlshafen  
Helmarshausen

WESERBERGLAND & KULTUR

Tourist Information Bad Karlshafen

Weserstraße 19 | 34385 Bad Karlshafen

Tel. 05672/922 61 40

[www.bad-karlshafen-tourismus.de](http://www.bad-karlshafen-tourismus.de)

# FERIEN SPEZIAL

- Tipps für den Urlaub daheim -



## Sommerferien-Aktionen trotz Corona

Jugendverbände im Kreis Paderborn informieren



Stellen die Möglichkeiten bei Ferien-Freizeiten vor: (von links) Dominik Brett (stellv. Vorsitzender Sportjugend Kreissportbund), Roland Gladbach (Jugendhilfeplaner Kreisjugendamt), Annkatrin Domann (Jugendbüro Stadtjugendamt Paderborn), Felix Leifeld (Referent für Jugend und Familie Dekanat Büren-Delbrück), Theresa Bartz (Dekansreferentin und Leiterin Fachbereich Jugend und Familie Dekanat Paderborn), Oliver Schwarz (Leiter Jugendreferat Evangelischer Kirchenkreis Paderborn), Laura Grewe (Jugendrotkreuz) und André Kortmann (stellv. Kreisleiter Jugendrotkreuz). Foto: Ev. Jugend

**Kreis Paderborn.** Die Sommerferien haben begonnen – normalerweise die Hochphase für die Jugendverbände. Zeltlager, Ferienfreizeiten und große Ausflüge sind die Highlights in der jugendverbandlichen Arbeit – sowohl für die teilnehmenden Kinder als auch die Leiterinnen und Leiter. In diesem Jahr ist alles anders: Die meisten Freizeiten können nicht wie geplant stattfinden. Lange bestand große Unsicherheit, ob und wie Angebote für Kinder und Ju-

gendliche überhaupt stattfinden können. Einige freie Träger der Jugendarbeit im Kreis Paderborn haben daraufhin zusammen mit den Jugendämtern überlegt, was die Gruppen und Verbände brauchen und wie Angebote der Jugendarbeit dennoch stattfinden können. Die Stadt und der Kreis Paderborn haben daraufhin eine Förderung eingerichtet, die es ermöglicht, Stornokosten für abgesagte Freizeiten zu bezuschussen. Zusätzlich werden Tagesveranstaltungen sogar in doppelter Höhe bezuschusst. Damit soll es für die Gruppen und Verbände leichter möglich sein, Alternativprogramme auf die Beine zu stellen. Denn

nicht nur viel Kreativität und Einsatz sind von den meist Ehrenamtlichen gefordert, auch die Kosten steigen z.B. für erforderliche Hygieneartikel. Es gibt zahlreiche sehr kreative Ansätze, wie diese Alternativen aussehen können: Tagesveranstaltungen, bei denen trotz Hygieneregeln ein Feeling von Ferienlager und Gemeinschaft entsteht, mal digital, mal ganz persönlich. Vielerorts gibt es jeden Tag Freizeitprogramm für die Kinder, aber der Schlafplatz ist das eigene Bett oder vielleicht auch das Zelt im eigenen Garten. Die Jugendverbände und Jugendämter geben gerne Auskunft über mögliche Angebote in der Nähe.

## ZUM WEGWERFEN ZU SCHADE!

### Lieblingsstücke für preisbewußte Individualisten

**Paderborn.** Secondhandware kaufen ist nachhaltig. Die neuen Kleiderläden des DRK sind eine Fundgrube für kostenbewusste Menschen und Schnäppchenjäger, aber auch für echte Individualisten in Sachen Mode. Inzwischen schaffen Designer neue Mode aus gebrauchter Kleidung. Sie suchen das Besondere? Dann kommen Sie stöbern und entdecken Sie das handgeprüfte Einzelstück, das Sie in neuem Glanz erstrahlen lassen. In

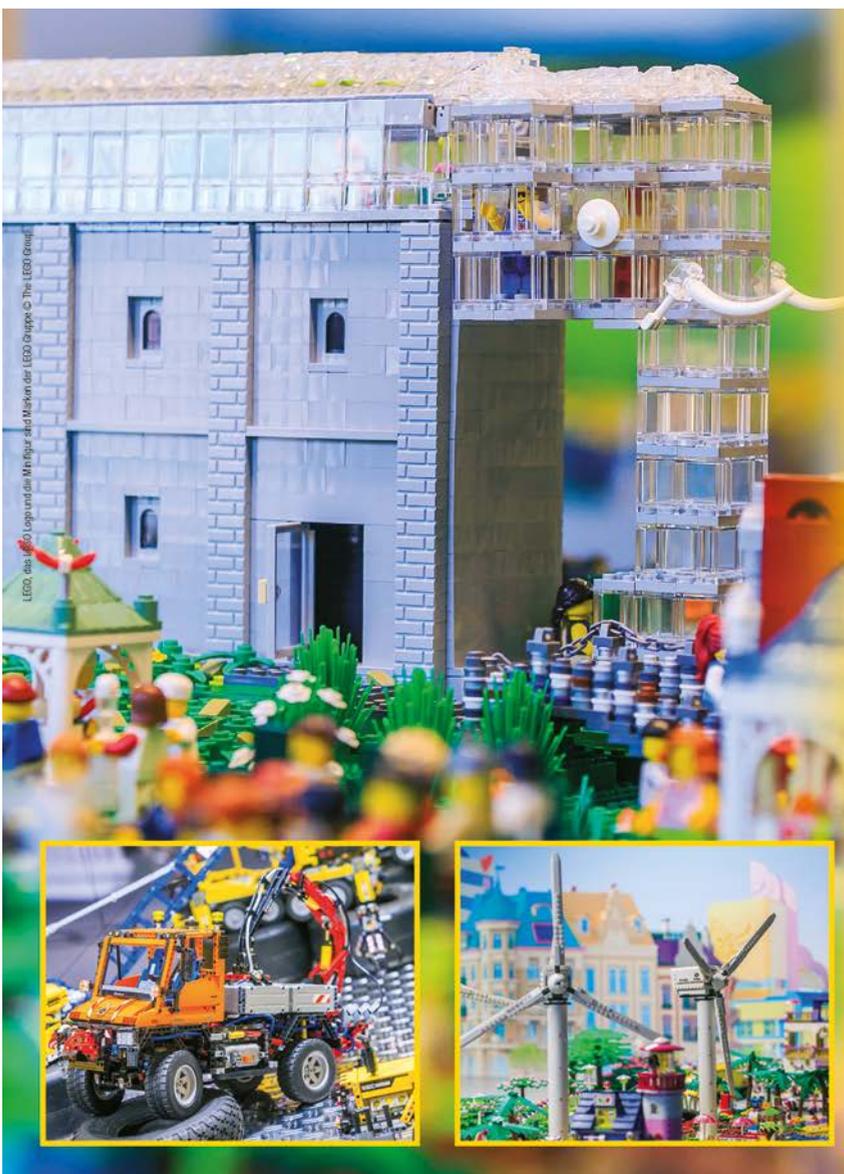
unseren Geschäften wählen Sie als Kundinnen und Kunde selber aus, was Sie einkaufen. Und das in hoher Qualität und zu sehr attraktiven Preisen. Altkleider gehören nicht in den Müll, sie helfen zu helfen. Das hat man in OWL bereits im Jahr 1890 erkannt, als die Brockensammlung der von Bodelschwinghschen Stiftungen Bethel ins Leben gerufen wurden. Gut erhaltene Kleiderspenden werden

auch heute noch gern gesammelt! Die Kleidung wird sortiert, aufbereitet und weitergegeben. Ein Teil geht in die Kleiderkammern des DRK, als Ansprechpartner für Menschen in Not. In vielen Läden wird gleichzeitig soziale Beratung und Vermittlung angeboten. Sie sind ein Ort für alle.

An Bedürftige geben wir Kleidung gegen Nachweis kostenlos ab!

[www.wildpark-willingen.de](http://www.wildpark-willingen.de) Tel. 0 56 32 / 6 91 98

**Neu 2020! Goldrausch und Piratenboote**  
Spiel, Spaß, Spannung und ein besonderes Naturerlebnis



[www.maxipark.de](http://www.maxipark.de)

Die große  
**LEGO® Fan**  
**Ausstellung:**  
„Eine Welt aus bunten Steinen 2.0“

täglich 10-18 Uhr  
**Maximilianpark Hamm**

Elektrozentrale  
Sondereintritt 2,50 Euro pro Person

Ein Ausstellung von:



Mit freundlicher Unterstützung:



Westfälischer Anzeiger





Kreisverband Paderborn e.V.

Scannen Sie den QR-Code und besuchen Sie die Kleiderläden für mehr Infos!

KOPFHÖRER ab 10,- EURO

STRICKJACKE ab 6,- EURO



KLEID ab 8,- EURO

Komplettes Outfit 20,- Euro

SCHUHE ab 6,- EURO

**Liebingsstücke:**  
Friedrich-List-Str. 23  
Paderborn

**Kleiderstübchen:**  
Neuhäuser Str. 62 - 64  
& Fohling 4 - Paderborn

**Kleiderkammer:**  
Südstr. 39 - Delbrück

**TragBar:**  
Von-der-Recke-Str. 1  
Hövelhof

**Tipp für Kinder in den großen Ferien:**  
**IM JULI EIN SPIEL ABGEBEN - UND EIN ANDERES MITNEHMEN!**

**BESUCHEN SIE UNS!**  
ALS SPENDER ODER KUNDE - ES LOHNT SICH IMMER!

Unsere Partner vor Ort



Brockensammlung-Bethel  
(das größte Sozialkaufhaus in OWL)



ASP-Abfallentsorgungs- und Stadtreinigungsbetrieb Paderborn



# 3 JAHRE IBB BLUE HOTEL PADERBORN



*Wir freuen uns auf Sie!*

**Paderborn an der Talle**  
**Angelnweg 2**  
**33100 Paderborn**  
**Tel.: 05251 / 8899240**

**Hofbäckerei Niermann**

Paderborn Elsener Straße  
 Elsener Str. 35a  
 33102 Paderborn  
 Tel.: 05251 / 6876050

Paderborn im toom Baumarkt  
 Grüner Weg 41  
 33098 Paderborn  
 Tel.: 05251 / 8770960

## IBB BLUE HOTEL P A D E R B O R N

Es ist jetzt schon 3 Jahre her, als das gefragte IBB Blue Hotel Paderborn an seinem verkehrsgünstigen Standort an der Talle, gegenüber vom TÜV, seinen Betrieb aufnahm. Das diesjährige Jubiläum hatte sich das Hotel-Team Corona-bedingt anders vorgestellt. Aber trotz allem blickt Hotelmanagerin Simone Bee-Seyfarth zufrieden auf die letzten 3 Jahre zurück. „Das moderne Hotel mit unkompliziertem Konzept und stylischem Design hat sich am Paderborner Markt sehr gut etabliert. Wir konnten viele Firmenverträge schließen und unzählige Stammgäste gewinnen“, so die Hotelchefin.

Selbstverständlich werden im IBB Blue Hotel alle notwendigen Hygienevorschriften eingehalten und schon vor der Krise überzeugte der Corona-kon-

forme Hotelablauf, wie zum Beispiel der kontaktlose Check-In/Out. Wenn der Gast nicht innerhalb der Rezeptionsöffnungszeiten anreisen kann, werden bei der Buchung Kreditkartendaten angegeben und der Gast erhält mit einem Code seine Zimmerkarte aus dem „Keyboy“ (Schlüsselkasten). Die Zahlung ist somit gesichert und die Karte kann bei Abreise einfach in den Briefkasten geworfen werden. Alle wichtigen Hotelinformationen, wie das Passwort für das kostenfreie WLAN oder den gratis Parkplätzen rund ums Hotel, werden dem Gast vorab per Mail zugeschickt oder aufs Zimmer gelegt, hier liegt auch der Meldeschein zum Unterschreiben bereit.

Zu allen Geschäften in der Nachbarschaft pflegt das Hotel-Team eine gute

partnerschaftliche Verbindung. Die Hotelgäste beginnen ihren Tag mit dem Frühstück in der Filiale der "Hofbäckerei Niermann" nebenan, das ebenfalls den Gegebenheiten angepasst wurde. Statt Frühstücksbuffet gibt es hier in Corona-Zeiten ein Frühstück „To Go“, in einer Papiertüte zum Mitnehmen befinden sich belegte Brötchen, Apfel, Wasser, Ei und etwas Süßes. Den Kaffee gibt es selbstverständlich auch mit auf den Weg.

Das stets frische, vorzügliche Sushi von "MAKI MAKI" und das perfekte Haarstyling vom Friseurteam „Bandera – Art of Hair“ wird von Hotelgästen sowie Mitarbeitern gern empfohlen und besucht. Der Mobilfunkladen "Konsi Phone" hilft bei allen Anliegen rund ums Handy weiter.

Jetzt noch **günstiger** zum Traumwagen

**-3% MwSt.-Senkung**

Stets eine große Auswahl von EU-Neufahrzeugen auf Lager  
 Jetzt bis zu 25+3=28% preiswerter!

**KRENZ**  
 DIE MARKENWERKSTATT

ad AUTO DIENST ELMAR KRENZ GmbH  
 Marienloher Str. 105 33104 Paderborn  
 Tel.: 05254/93066-0  
 Fax: 05254/93066-12  
 info@autodienst-krenz.de

[www.autodienst-krenz.de](http://www.autodienst-krenz.de)

**Bandera**  
 ART OF HAIR

**Öffnungszeiten:**  
 Di. & Mi. 9 - 18 Uhr  
 Do. & Fr. 9 - 19 Uhr  
 Sa. 8 - 16 Uhr

**Jenna Band & Jacqueline Widera**  
 Angelnweg 2, 33102 Paderborn  
 Telefon: 05251 5470120

**IBB BLUE HOTEL**  
 P A D E R B O R N

**Angelnweg 2**  
**33102 Paderborn**  
**05251 545 0390**  
**paderborn@ibbhotels.com**  
**blue.paderborn.ibbhotels.com**



Simone Bee-Seyfarth, Hotelleitung



Auch mit "ad Autodienst Elmar Krenz", schräg gegenüber von dem Hotel, ist eine tolle Zusammenarbeit entstanden. Die Parties von Elmar Krenz (ad Autodienst Elmar Krenz GmbH) und Elfi Kugel (Kugel Event- und Veranstaltungsservice) konnten über das Hotel inklusive Zimmer als Package gebucht werden. Das wurde bisher bei der Karnevalsparty, der PSP (Pader-Schlager-Party) und zu Silvester ausgezeichnet angenommen. Sehr geschätzt wird außerdem die hervorragende Beziehung zu der „Kara & Aydin GmbH“ als Verpächterin.

„Das gesamte Hotelkonzept, mit dem freundlichen und professionellen Mit-

arbeitern sowie den geräumigen, klimatisierten Zimmern kam von Anfang an bei den Gästen sehr gut an und so wird sich die Beliebtheit des Hotels in Zukunft sicherlich noch weiter steigern“, ist Simone Bee-Seyfarth überzeugt.

Die IBB Hotel Collection ist ein Unter-

nehmen der Von der Heyden Group und betreibt aktuell 10 Hotels in den Ländern Deutschland, Malta, Polen und Spanien. Ein neues 4-Sterne-Haus wird am 01.07.2020 mit 90 Zimmern im bayerischen Altmühltal in der Universitäts- und Kreisstadt Eichstätt eröffnet.

**WIR FREUEN UNS AUF SIE!**

**MAKIMAKI** FAST FOOD AUF JAPANISCH

Stadttheide  
Angelnweg 2  
33102 Paderborn  
Tel.: (0 52 51) 20 59 784

Öffnungszeiten:  
Dienstag bis Samstag:  
11.00 - 19.00 Uhr  
Sonn- & Feiertage  
geschlossen

**WIR GRATULIEREN!**



online bestellen unter  
[www.makimaki.de](http://www.makimaki.de)

**KONSI  
PHONE**

**KONSI  
REPAIR**

**WIR WÜNSCHEN WEITERHIN VIEL ERFOLG!**

Angelnweg 2 | 33102 Paderborn  
Tel.: 05251 / 5449943 | WhatsApp: 0176 / 79021000  
info@konsi-phone.de | [www.konsi-phone.de](http://www.konsi-phone.de)

**ERLEBEN SIE GROSSE AUSWAHL & QUALITÄT ZUM SUPERGÜNSTIGEN PREIS!**

# KARA-MARKT

Angelnweg 5, 33100 Paderborn  
Tel.: 05251- 49 00 35  
Öffnungszeiten: Mo.- Mi. 8-19 Uhr  
Do., Fr. 8-20, Sa. 8-18 Uhr  
Besuchen Sie uns auch:  
im WEB: [kara-markt.de](http://kara-markt.de)

[karamarktgbmh](https://www.instagram.com/karamarktgbmh) [Kara-Markt-GmbH](https://www.facebook.com/Kara-Markt-GmbH)

**Frische Schulter schier**  
vom Schwein  
je kg.



**4.99**

**Angebot gültig: vom 29.06.2020 bis 04.07.2020**

**Dicke Rippe**  
vom Schwein  
je kg.



**3.99**

**Helle Weintrauben**  
aus Italien  
HKL I,  
je kg.



**2.99**

**Schweinenacken**  
ohne Knochen  
je kg.



**4.99**

**Putenoberkeule**  
mit Haut und  
Knochen  
je kg.



**3.49**

**Wassermelonen (ungeschnitten)**  
Italien/Griechenland  
HKL I, je kg.



**0.49**

**Hausgemachter Schaschlik**  
vom Schwein, grillfertig mariniert  
je kg.



**5.99**

**Fix & fertig!**

„Plombir“ Vanilleeis  
im Becher, 40x120g./Pk.  
100 g.= 0,21



**40 Stück  
Karton  
9.99**

Stieleis „Eskimo“ mit  
Schokoladenglasur  
30x58g./Pk.  
100 g.= 0,69



**30 Stück  
Karton  
11.99**

**Grüne  
Honigmelonen**  
aus Spanien  
HKL I, je kg.



**0.99**

An alle Haushalte. Nur solange der Vorrat reicht. Abgabe nur in haushaltsüblichen Mengen. Für Druckfehler keine Haftung.



# DIESE GASTRONOMIE IST WIEDER FÜR SIE DA!



GENIEßEN SIE WIEDER UNSER  
MEDITERRANES FRÜHSTÜCKSBUFFET!

## pader CAFÉ & BISTRO

Wir  
freuen uns  
auf Sie!

ERLEBEN SIE EIN HAUCH VON URLAUB!

Fürstenallee 53 | 33102 Paderborn  
Tel. 05254 9576111 | info@pader-cafe.de  
[www.pader-café.de](http://www.pader-café.de)

Brandaktuelle Firmen-News zur Coronakrise online lesen:



[www.paderborner-journal.de](http://www.paderborner-journal.de)

## Trattoria Piccolo Mondo am Park

WIR SIND WIEDER DA!  
Besuchen Sie unseren Biergarten  
mit reichlich Abstand!

Arminiusstraße 25 · 33175 Bad Lippspringe  
Tel.: 0 52 52 / 97 09 600  
[trattoria-piccolo-mondo-am-park.de](http://trattoria-piccolo-mondo-am-park.de)

WIR SIND WIEDER FÜR  
SIE DA

BESUCHEN SIE UNS IM  
**GARTENCAFÉ**

IN VIA ST. LIOBA  
AM ROLANDBAD 1  
33102 PADERBORN



frische Waffeln  
mittwochs & samstags



Montag bis 14:00 Uhr –  
Samstag 18:00 Uhr  
Sonntag 09:00 Uhr –  
18:00 Uhr  
Dienstag Ruhetag

Torte 2,80 €  
Obstkuchen 2,20 €  
- zum Mitnehmen solange der Vorrat reicht -

## Hotels und Gaststätten kämpfen sich durch Restaurants und Biergärten trotz der Krise

**Kreis Paderborn.** Der am 23. März verhängte, große Corona-Lockdown hat das Gastronomie-Gewerbe hart getroffen. Seit dem 11. Mai dürfen Speisegaststätten in NRW wieder öffnen, weitere Lockerungen ermöglichen seit dem 15. Juni auch wieder den Besuch von Kneipen, Bars, Mensen und Kantinen. Doch der Ansturm der Gäste bleibt verhalten. Das Paderborner Journal sprach mit der Geschäftsführerin des Deutschen Hotel und Gaststättenverbandes (DEHOGA) in den Kreisen Paderborn und Höxter, Miriam Kröger sowie mit Burkhard Bernemann, dem Schatzmeister der DEHOGA im Kreis Paderborn. Burkhard Bernemann betreibt in Wewer die Gaststätte „Bernemanns Zum Hölzchen“ in zweiter Generation und berichtet von vielen Veränderungen, auf die sich die Gastronomie in den letzten Jahren auch ohne Corona einstellen musste. „Früher standen die Leute am Sonntag zum Frühschoppen nach dem Gottesdienst in Zweierreihe hinter der Theke,“ erinnert sich der erfahrene Gastwirt. Dieses Brauchtum sei mittlerweile völlig weggebrochen. Momentan bewirbt Burkhard Bernemann nur an den Tischen. „Über der Theke müsste ich einen Spukschutz anbringen,“ erklärt Burkhard Bernemann etwas amüsiert: „da würde sich wahrscheinlich keiner hinsetzen.“

Rund 350 Mitgliedsbetriebe hat die DEHOGA im Kreis Paderborn, von der



Die ostwestfälische DEHOGA-Geschäftsführerin Miriam Kröger und Paderborns DEHOGA-Schatzmeister Burkhard Bernemann beantworteten Fragen zur Lage der Gastronomie im Kreis Paderborn.

Eckkneipe bis zum größten Hotel im Kreis. Rund 90 Prozent dieser Betriebe öffnen derzeit wieder, allerdings unter Inkaufnahme starker Umsatzeinbußen. „Es ist mehr so ein Statement – wir sind da!“ sagt Miriam Kröger. Mit rund 40 bis 50 Prozent des normalen Umsatzes müssten die Betriebe momentan zurechtkommen. Das sei für nahezu alle Bereiche der Gastronomie auf Dauer nicht auskömmlich. „Die Aussengastronomie hat derzeit klare Vorteile!“ berichten beide Gesprächspartner übereinstimmend. Doch auch hier gibt es wegen der vorgeschriebenen Mindestabstände starke Einbußen. Insgesamt, so

das Fazit, seien die Gäste trotz der Lockerungen noch sehr zurückhaltend. Ein Restaurantbesuch mit Mund-Nasenschutz, der erst nach Zuweisung der Plätze abgenommen werden darf, ist vielen Besuchern lästig. Kellnerinnen und Kellner, die Gummihandschuhe und Maske tragen, wirken befremdlich. Inzwischen dürfen aber auch wieder Geburtstage und Hochzeiten im eingeschränkten Rahmen gefeiert werden. Das macht den Gastronomen Hoffnung, denn die Bewirtung von Gesellschaften im Saal oder im Biergarten ist für viele Betriebe zu einem unentbehrlichen Standbein geworden.

## Christoph Klausning neuer Geschäftsführer bei IN VIA St. Lioba

**Paderborn.** Der Politikwissenschaftler und Betriebswirt Christoph Klausning hat Anfang April 2020 die Geschäftsführung der IN VIA St. Lioba gGmbH übernommen. Der 34-jährige lebt mit seiner Frau und seinem Sohn in Paderborn. Er studierte Sozial- und Politikwissenschaften an der Universität zu Köln und ist Betriebswirt (IWW). Zuletzt war er als Vorstandsreferent/Referent Ehrenamt im Generalsekretariat des Malteser Hilfsdienstes in Köln tätig. In Köln übernahm er außerdem mehrere Aufsichtsratsmandate kommunaler Sozialunternehmen der Altenhilfe, Jugendhilfe und Beschäftigungsförderung.

In Paderborn trat er die altersbedingte Nachfolge von Ludger Lamping an. Dieser leitete über 30 Jahre lang die Einrichtung, seit 2008 als Geschäftsführer. In seiner Zeit haben mehr als 3.000 junge Menschen eine berufliche



Perspektive durch die verschiedenen Angebote entwickeln können.

Die Vorsitzende des IN VIA-Rats Elisabeth Keuper sagt: „Wir freuen uns, mit Herrn Klausning einen Kenner der Sozialwirtschaft zu gewinnen und erhoffen uns Impulse für unsere Arbeitsfelder der Jugendsozialarbeit. Wir wünschen ihm für sein Wirken eine gute Hand und Gottes Segen.“ „Jeder junge Mensch hat das Recht auf einen Beruf“, ist Klausning motiviert.

Zur IN VIA St. Lioba gGmbH gehören u.a. ein Café, ein Jugendwohnheim, eine Inklusionsabteilung für Dienstleistungen rund um Haus- und Garten und eine Mutter-Kind-Einrichtung. Die Gesellschaft bietet Maßnahmen der Jugendberufshilfe in 14 anerkannten überbetrieblichen Ausbildungsgängen, berufsvorbereitende Bildungsmaßnahmen, Unterstützte Beschäftigung und die Vorbereitung gehandicapter junger Menschen auf den Arbeitsmarkt an.

Die IN VIA St. Lioba gGmbH ist eine Gesellschaft des IN VIA Diözesanverband Paderborn für Mädchen- und Frauensozialarbeit e. V. und der Cari-Pro - Gesellschaft zur Förderung caritativer Einrichtungen im Erzbistum Paderborn mbH.

Weitere Informationen unter  
[www.invia-stlioba.de](http://www.invia-stlioba.de)



# DIESE GASTRONOMIE IST WIEDER FÜR SIE DA!



## Gewinnen Sie einen Gutschein und lösen Sie ihn beim Besuch in den hier präsentierten Betrieben ein!

Nach dem Shutdown im März wird das öffentliche Leben vielerorts vorsichtig wieder geöffnet. Auch die heimischen Gastronomen haben die vergangenen Wochen genutzt und ihre Lokale kreativ umgestaltet, damit ihre Gäste

und ihr Team gut gegen die unsichtbare Gefahr „Covid19“ geschützt sind. Hier stellen wir Ihnen eine kleine Auswahl der gastronomischen Vielfalt vor. Alle Betriebe laden Sie nach schwierigen Wochen ein,

sich mal wieder kulinarisch verwöhnen zu lassen. Dies möchten wir mit einem kleinen Rätsel, bei dem Sie Gutscheine für den Besuch dieser Lokale gewinnen können, unterstützen!



**WIR VERLOSEN**  
 3 VERZEHRGUTSCHEINE ÜBER JE 50,- EURO

Was verbindet alle Betriebe auf dieser Seite?

S E S I D W I D  
 Ü R U N S D

Lösungssatz auf eine Karte schreiben und absenden an:  
 HEGGEMANNMEDIEN GmbH, Burgstr. 2, 33175 Bad Lippspringe

**Wir wünschen viel Glück!**

Teilnahme ab 18 Jahren! Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.

**DIE GASTRONOMIE FREUT SICH AUF SIE!**

### Sudoku

#### Grundregeln

- Nur die Zahlen 1 bis 9 dürfen verwendet werden
- In jeder Reihe darf jede Zahl nur einmal vorkommen
- In jeder Spalte darf jede Zahl nur einmal vorkommen
- In jedem 3x3-Feld darf jede Zahl nur einmal vorkommen
- In jedes Feld darf nur eine Zahl eingetragen werden

(schwer)

			3		9	5		
6			5			2	9	
4	9							
1				5		6	8	
7				8			2	
2	5			1				
			2		5	3		1
	6	7	8			9		
		1			6			7

(schwer)

			8		5			
9	2					6		
	6	5				7		
	3	1						9
	9	6		8				4
		4	2		1			
4			3	5			8	
				2			5	
5				4			1	

### Auflösung

8	7	2	3	6	9	5	1	4
6	1	3	5	4	7	2	9	8
4	9	5	1	2	8	7	3	6
1	4	9	7	5	2	6	8	3
7	3	6	9	8	4	1	2	5
2	5	8	6	1	3	4	7	9
9	8	4	2	7	5	3	6	1
5	6	7	8	3	1	9	4	2
3	2	1	4	9	6	8	5	7

3	4	7	8	6	5	2	9	1
9	2	8	7	1	4	6	3	5
1	6	5	9	3	2	7	4	8
8	3	1	4	7	6	5	2	9
2	9	6	5	8	3	1	7	4
7	5	4	2	9	1	8	6	3
4	1	2	3	5	7	9	8	6
6	8	3	1	2	9	4	5	7
5	7	9	6	4	8	3	1	2



## Niedriger Blutdruck: So bringen Sie den Kreislauf in Schwung

(spp-o) Kreislaufprobleme können unter anderem entstehen, wenn der Blutdruck zu niedrig ist. Bei einer solchen Hypotonie pumpt das Herz schneller, um die Blutversorgung des Körpers aufrechtzuerhalten. Symptome wie Herzrasen, Müdigkeit, Schwindel bis hin zur Ohnmacht sind die Folge. Hypotonie ist keine Erkrankung, der niedrige Blutdruck schädigt die Gefäße nicht. Allerdings ist die Lebensqualität der Betroffenen eingeschränkt. Während man Patienten mit Bluthochdruck eine salzarme Ernährung empfiehlt, können Menschen mit Hypotonie ruhig mehr davon essen. Salz erhöht das Blutvolumen und somit den Blutdruck. Wichtig außerdem: viel trinken (mindestens 1,5 Liter pro Tag). Grüntee und Kaffee heben den Blutdruck kurzfristig an.

Kreislaufprobleme können auch die Folge eines Mangels an Mikronährstoffen, zum Beispiel Eisen oder Jod, sein. Ein Bluttest beim Arzt liefert Gewissheit. Eisen sichert den Sauerstofftransport im Blut. Jod ist notwendig für die Bildung von Schilddrüsenhormonen. Die Schilddrüse ist quasi das Gaspedal des Stoffwechsels. Bei älteren Menschen tritt eine Hypotonie häufig zusammen mit einem Mangel des Vitamins B12 auf. Untersuchungen zeigen, dass der niedrige Blutdruck durch den Ausgleich des Mangels behoben werden kann. Es kann daher sinnvoll sein, die Mikronährstoffe in Form eines Präparates aufzunehmen. Infos unter: [www.vitamindocor.com/Hypotonie](http://www.vitamindocor.com/Hypotonie)

## Immunsystem stärken – besonders jetzt!

Besonders jetzt ist es wichtig, das Immunsystem zu stärken. Dabei spielen viele Faktoren wie eine ausgewogene Ernährung, genügend Bewegung oder ein ausreichender Wasserkonsum eine wichtige Rolle. Der Körper – je nach Gewicht und Belastung – benötigt durchschnittlich zwei bis drei Liter Wasser am Tag, um Konzentrations- und leistungsfähig zu bleiben. Am besten trinkt man gleich nach dem Aufstehen das erste Glas Wasser, um den Flüssigkeitsverlust der Nacht auszugleichen. Genug zu trinken ist auch wichtig, um Schleimhäute feucht und intakt zu halten. Sie sind Teil des Immunsystems und die erste wichtige Schutzbarriere gegen Krankheitserreger wie Viren oder Bakterien. Die Zuführung von Spurenelementen und Mineralien im Wasser hilft dabei, das Wohlbefinden zu unterstützen. Die weltweit patentierte BWT-Filtertechnologie ZINC + Magnesium Mineralized Water, passend für alle am Markt erhältlichen Tischwasserfilter, ist die innovative und praktische Lösung, um den Körper bei der Zuführung von wichtigen Spurenelementen und Mineralien zu



20 % des Tagesbedarfs an Magnesium ab. Die sinnvolle Ergänzung zu Ihrer gesunden Ernährung! Beide Stoffe sind maßgeblich am Zellstoffwechsel beteiligt und werden von zahlreichen Enzymen benötigt. Zink unterstützt zudem das Immunsystem des Körpers und stärkt die Abwehrkräfte. Das Mineral Magnesium fördert die Konzentrations- und Leistungsfähigkeit und versorgt die Muskeln.

Störende Geruchs- und Geschmacksstoffe werden ebenso zuverlässig beseitigt wie Schwermetalle. Das Wasser wird angenehm weich

unterstützen und so einen wichtigen Beitrag für das Immunsystem zu leisten. Diese einzigartige Technologie reichert lokales Leitungswasser sowohl mit dem Spurenelement Zink als auch mit dem Mineral Magnesium in Ionenform an. Schon mit 2,5 Litern dieses Wassers (gemessen bei 17° dH Gesamtwasserhärte) decken Sie bis zu 50 % des Tagesbedarfs an Zink und

und der reduzierte Kalkgehalt schützt die Lebensdauer von Wasserkochern und Kaffeemaschinen zuverlässig. Ganz nebenbei tun Sie der Umwelt etwas Gutes und sparen mit einer Filterkartusche den Gebrauch von 120 herkömmlichen 1-Liter-Einweg-Plastikflaschen. Finden Sie Ihr persönliches Angebot jetzt auf [www.bwt.com/shop](http://www.bwt.com/shop). (akz-o) Foto: BWT/akz-o

## Ergotherapie am Schloß



## 20 Jahre



## Rollenwechsel

Das **20-jährige Jubiläum** ihrer Praxis für Ergotherapie am Schloß ist für Ilka Otto ein wunderbarer Anlass um sich ganz herzlich bei allen zu bedanken, die diesen Erfolg möglich machten. Der Dank gilt allen Patient\*innen, die sich dem kompetenten Team anvertrauen, allen Mitarbeiter\*innen für die fachliche und persönliche Unterstützung, den verordnenden Ärzt\*innen und deren Rezeptionsmitarbeiter\*innen, sowie allen Kooperationspartner\*innen und dem Vermieter für das entgegengebrachte Vertrauen. Durch diesen starken Rückhalt entwickelte sich die Praxis, im Laufe der Jahre zu dem, was sie heute ist. Eine ergotherapeutische Praxis, die mit verschiedensten Qualifizierungen ein breites medizinisches Spektrum auf einer Fläche von 300 Quadratmetern bietet.

Diese medizinischen Fachbereiche stehen hier im Mittelpunkt: Die **Pädiatrie-Therapie**: sie wird eingesetzt bei Entwicklungsstörungen, Behinderungen und sozio- und emotionalen Störungen. Zur Behandlung der Probleme des Kindes gehört immer auch eine intensive Beratung der Eltern zur Förderung des Kindes im Alltag. Die **Neurologie-Rehabilitation**: sie kommt nach einem Schlaganfall oder nach einem Unfall zum Einsatz. Die **Ergotherapie in der Orthopädie** umfasst Anwendungsgebiete wie Amputationen, angeborene Fehlbildungen, Teil- oder Vollähmungen, verschiedene Knochenverletzungen, aber auch Verletzungen der Sehnen, Muskeln und Nerven. Auch die unter-

schiedlichen Grade von Abnutzungserscheinungen im Wirbelsäulenbereich gehören ebenso in den Bereich Orthopädie, wie Knochentumore und zahlreiche rheumatische Erkrankungen.

Die **Handtherapie**: sie wird eingesetzt zur Wiederherstellung der vollen Beweglichkeit z.B. nach Operationen, dafür stehen im Team zertifizierte Handtherapeut\*innen zur Verfügung. Bei der Akademie für Handrehabilitation (AFH) ist die Praxis am Schloß auf Grund der Erfüllung von verschiedenen Qualitätsfaktoren mit dem Titel Kompetenzpraxis gelistet.

Die **Therapie im Bereich Geriatrie** wirkt unterstützend bei Altersproblemen.

Jetzt steht ein Rollenwechsel an. Nach 10 Jahren im Team übernimmt Sandra Altrogge als neue Inhaberin die Leitung der Praxis von Ilka Otto. Das gemeinsame Ziel des Teams, die Selbstständigkeit zu fördern und somit die Lebensqualität der Patient\*innen und zu steigern, wird selbstverständlich weitergeführt. Es gibt aber auch ein paar Neuerungen. Das Team wird nun vom vierbeinigen Kollegen „Snoop“ unterstützt, der gerade seine Ausbildung zum Begleithund absolviert!

Wenn die Patient\*innen nicht in die Praxis kommen können, kann der Arzt Hausbesuche oder Besuche im Seniorenheim verordnen. Für die Fahrten steht dem Team jetzt ein e-Praxisauto zur Verfügung. Kinder können unter bestimmten Umständen auch in der Kindertagesstätte oder der Schule behandelt werden. Das Pra-

xisteam arbeitet beispielsweise lange und gut mit der Sertürner Schule zusammen. Für Kinder im Schulalter werden auch Gruppentherapien zur Konzentrationsförderung oder als soziales Training für kooperatives Verhalten angeboten.

Zu den besonderen therapeutischen Leistungen, die die Ergotherapie am Schloß bietet, gehört beispielsweise das Coaching für AD(H)S Patient\*innen jeden Alters. Auch Therapeut\*innen für sensorische Integrationstherapie, in Anerkennung des Berufsverbandes (DVE) stehen zur Verfügung.

Die Arbeit mit zertifizierten **Therapeut\*innen für Bio- und Neurofeedback** ist im Umkreis von Paderborn einzigartig. Durch das Neurofeedback werden unbewusste Prozesse visualisiert und dadurch werden Verhaltensänderungen leichter ermöglicht.

Abgerundet wird das Angebot der Ergotherapie Praxis durch verschiedene Präventionsangebote zur Gesundheitsvorsorge, z.B. Kurse zum Erlernen von Strategien zur Stressminderung im Alltag.

Für weitere Informationen, ausführliche Beratungen und individuelle Fragen steht Ihnen das leistungsstarke Team, das inzwischen auch von einer Rezeptionskraft unterstützt wird, gern unter der Telefonnummer 05254 / 931585 zur Verfügung.

Nach 20 Jahren steht in der Ergotherapie am Schloß - Ilka Otto ein Rollenwechsel an!

Frau Sandra Altrogge übernimmt zum 1.7.2020 als Inhaberin die Leitung der Praxis. Bitte schenken Sie, ob Patient\*in, Ärztin/Arzt oder therapeutische\*r Kollege\*in, auch ihr das Vertrauen von dem ich mich immer begleitet fühle.

Mit Dank und herzlichem Gruß,  
Ilka Otto

Ich freue mich, die Praxis von Ilka Otto zu übernehmen und in ihrem Sinne weiterführen zu können.

Nach über 10 Jahren in der Praxis beginnt für mich in einer anderen Rolle ein neuer Lebensabschnitt.

Bitte schenken Sie mir und meinem Team weiterhin vollstes Vertrauen.

Herzlichst,  
Ihre Sandra Altrogge

Biefelder Straße 6  
33104 Paderborn  
Tel. 05254-931585

[Praxis@ergo-am-schloss.de](mailto:Praxis@ergo-am-schloss.de) | [www.ergo-am-schloss.de](http://www.ergo-am-schloss.de)

Der Landschaftsverband Westfalen-Lippe (LWL) informiert:

# LWL-Museum in der Kaiserpfalz zeigt Sonderausstellung "Leben am Toten Meer" ab 24. Juli

**Paderborn (Iwl).** Der Eröffnungstermin steht fest: Vom 24. Juli bis 15. November zeigt das Museum in der Kaiserpfalz des Landschaftsverbandes Westfalen-Lippe (LWL) in Paderborn die Sonderausstellung "Leben am Toten Meer". Trotz der aktuellen Einreisebeschränkungen werden fast alle archäologischen Schätze aus dem Heiligen Land von Beginn an zu sehen sein. Dazu gehören auch wertvolle und besonders seltene Textilien und Handschriften aus Israel.

"Es ist bei weitem das größte Ausstellungsvorhaben, das das LWL-Museum in der Kaiserpfalz jemals allein gestemmt hat", erklärt LWL-Kulturdezernentin Dr. Barbara Rüschoff-Parzinger. "Umso größer war unser Ansporn, es trotz aller Widrigkeiten in die Tat umzusetzen." Trotz der aktuellen Corona-Pandemie sei es mit viel diplomatischem Geschick gelungen, fast alle Exponate pünktlich zur Eröffnung nach Paderborn zu holen. "Gerade bemühen wir uns mit Unterstützung des Auswärtigen Amtes um die wenigen Stücke, die bisher nicht von Beginn an zu sehen sein werden", so die LWL-Kulturdezernentin.

Die Leihgaben stammen aus Isra-



Ausstellungsaufbau im LWL-Museum. Das Tote Meer kommt nach Paderborn. Eingangsszenierung. Foto: LWL/Kroker

el, England, Österreich, der Schweiz, Frankreich, Italien und Deutschland, zum Beispiel aus dem Vorderasiatischen Museum in Berlin.

"Die größte Zahl der Exponate kommt aus Israel", erklärt Dr. Martin Kroker, Leiter des LWL-Museums in der Kaiserpfalz. Zwar befinden sich die Exponate bereits in Chemnitz. "Ihren Abbau, Transport und Aufbau in Paderborn müssen aber Fachleute der Leihgeber begleiten. Das ist bei derart wertvollen und sensiblen Ausstellungsstücken gängige Praxis und im Leihvertrag festgeschrieben", so Kroker. "Eine Virus-

Pandemie hatte damals niemand vorhergesehen. Umso dankbarer sind wir der Antikenverwaltung Israel und allen anderen Beteiligten, die gemeinsam mit uns eine Lösung gefunden haben, die sowohl unseren Wünschen und als auch ihren Vorgaben entspricht."

Gerade in diesen Krisenzeiten zeigten sich viele Museen solidarisch. Kroker: "Egal ob das British Museum in London oder unser Museum in Paderborn - alle sind ja in einer ähnlichen Situation, daher herrschen untereinander viel Verständnis und eine große Hilfsbereitschaft."

"Derzeit bekommen wir positive Signale, dass wir auch die Funde aus dem Israel-Museum zeitnah in Paderborn präsentieren können. Wir sind sicher, am Ende eine faszinierende Ausstellung zeigen zu können", äußert sich die LWL-Kulturdezernentin optimistisch. Sowohl inhaltlich als auch geographisch geht das LWL-Museum in der Kaiserpfalz mit der Ausstellung zur Archäologie aus dem Heiligen Land neue Wege. "Die Region um das Tote Meer glänzt trotz der extrem schwierigen Le-

bensbedingungen mit einer intensiven Siedlungsgeschichte von der Steinzeit bis heute", erklärt LWL-Chefarchäologe Prof. Dr. Michael M. Rind. Begleitet wird die Sonderausstellung "Leben am Toten Meer" von einem Rahmenprogramm mit zahlreichen Vorträgen und Workshops für Erwachsene und Kinder. Termine, die aufgrund der späteren Eröffnung ausfallen, werden nachgeholt. Aktuelle Informationen auch zum Rahmenprogramm finden Sie unter <http://www.lwl-kaiserpfalz-paderborn.de>.

## Bronze- und Silberschwimmkurse Im Residenzbad Schloß Neuhaus

**Paderborn/Schloß Neuhaus.** Die PaderBäder bieten in der ersten Hälfte der Sommerferien im Residenzbad Schloss Neuhaus Bronze- und Silberschwimmkurs an. Die Kurse finden vom 2. bis 9 Juli täglich (außer von Freitag bis Sonntag) statt und beginnen jeweils um 10 Uhr, 11 Uhr, 12 Uhr und 13 Uhr. Weitere Kurse werden vom 13. bis 17. Juli täglich von 10.30 bis 11.15 Uhr, von 11.30 bis 12.15 Uhr und von 12.30 bis 13.15 Uhr durchgeführt. Anmeldung und weitere Informationen gibt es auf der Seite der PaderBäder unter [www.paderbaeder.de](http://www.paderbaeder.de).



## KFZ – Rund ums Auto

### AUTOMARKT



**Mazda 2**, EZ 12/2014, 67.050 km, 1.349 cm<sup>3</sup>, 62 kW (84 PS), Benzin, Schaltgetriebe, HU 12/2021, 5-türig, Unfallfrei, Klimaautomatik, Grau Metallic, ABS, Bordcomputer, CD-Spieler, dynamische Stabilitätskontrolle, elektr. Fensterheber/Außenspiegel, ESP, Garantie, Isofix, Lederlenkrad, Leichtmetallfelgen, Leuchtweitenregelung, Lichtsensor, Einparkhilfe hinten, Heckscheibe abgedunkelt, Wärmeschutzverglasung getönt, Multifunktionslenkrad, Nichtraucher-Fahrzeug, Notbrems-Assistent, Pannenset, Regensensor, Scheckheftgepflegt, Servolenkung, Sitzheizung vorn, Traktionskontrolle, Trend-Paket, Tuner/Radio, USB-Anschluss, Zentralverriegelung, alle 4 Sommerreifen sind nagelneu, **7.950 Euro**; Auto-Husemann, Bahnhofstr. 20, 32805 Horn-Bad Meinberg, Tel.: 05234-690730

**Suche MZ**, Simson (DDR) oder Mofa, auch ohne Papiere oder mit Mängeln, Tel.: 0174/ 7447207

**Winterreifen** Sport Dunlop SP 4D, 205 55 R16 91H, Alufelgen, 5 Loch, KBA48201 7 J.X16H2 kompl., preiswert abzugeben, Tel.: 05252/ 51662 oder 0170/ 4112681



**VW Golf VI Plus**, EZ 04/2013, 76.006 km, 1.197 cm<sup>3</sup>, 77 kW (105 PS), Benzin, Schaltgetriebe, Grau Metallic, HU neu, 2-Zonen-Klimaautomatik, Innenausstattung: Teilleder Grau, Einparkhilfe, ABS, Berganfahrassistent, Bordcomputer, CD-Spieler, Dachregler, elektr. Fensterheber, elektr. Seitenspiegel, ESP, Garantie, Isofix, Isofix Beifahrersitz, Kurvenlicht, Lederlenkrad, Leichtmetallfelgen, Lichtsensor, Multifunktionslenkrad, Pannenset, Regensensor, Reifendruckkontrolle, Scheckheftgepflegt, Start/Stopp-Automatik, Winterpaket, Zentralverriegelung, **9.500 Euro**; Auto-Husemann, Bahnhofstr. 20, 32805 Horn-Bad Meinberg, Tel.: 05234-690730

**4 Winterreifen**, 215/50 R1, Preis: 200 Euro, die Reifen sind kaum benutzt worden, Tel.: 05252/ 3421

**Daihatsu Move**, Bj. 2003, Tkm 120, AU TÜV 06/2019, sehr gepflegt, VB 1.250 Euro, Tel.: 0151/ 56075431

**4 Winterreifen** mit Felgen & Radkappen, 195/60 R 15 T, Continental 80 Euro, Tel.: 05252/ 51388



**Volkswagen Tiguan Track & Style 4 Motion**, EZ 08/2012, 95.000 km, 1.390 cm<sup>3</sup>, 118 kW (160 PS), Benzin, Rot Metallic, Schaltgetriebe, 4-türig, Klimaanlage Climatronic 2-Zonen, ABS, Anhängerkupplung schwenkbar, Berganfahrassistent, Bremsassistent, Bordcomputer, elektr. Fensterheber/Seitenspiegel/ Wegfahrsperre, ESP, Garantie, Isofix, Sportsitze vorn, Leichtmetallfelgen, Lederlenkrad, Verglasung hinten abgedunkelt, Navigationssystem, Nichtraucher-Fahrzeug, Reifendruckkontrolle, Scheckheftgepflegt, Tempomat, Airbag Fahrer-/Beifahrerseite, Servolenkung, elektr. Wegfahrsperre, Sprachsteuerung, Regensensor, Müdigkeitswarner, Park-Distance-Control (hinten), Ambiente-Paket, Tuner/Radio, CD-Spieler, Zentralverriegelung mit Fernbedienung, **11.750 Euro**; Auto-Husemann, Bahnhofstr. 20, 32805 Horn-Bad Meinberg, Tel.: 05234-690730

**Die nächste Ausgabe erscheint am Mittwoch, den 15.07.2020**

## Welcher Gebrauchte ist der Richtige?

Beim Autokauf aus zweiter Hand hilft eine professionelle Online-Checkliste

Der Markt für Gebrauchtfahrzeuge ist riesig - und wegen der großen Modellvielfalt auch recht unübersichtlich. Laien sind deshalb bei der Auswahl oft überfordert. Aber es gibt Hilfsmittel, um beim Kauf eines Autos aus zweiter Hand glücklich zu werden. Sowohl für die Suche als auch für den Besichtigungstermin kann man beispielsweise die "Checkliste Gebrauchtwagen" unter

[www.dastelefonbuch.de](http://www.dastelefonbuch.de) nutzen. Das spezielle Online-Tool fasst alle wichtigen Prüfkriterien zusammen - vom Zustand der Reifen über die einwandfreie Funktion von Kupplung und Bremsen bis zu eventuell versteckten Rostschäden. Dank der integrierten Links ist es zudem ganz einfach, Ansprechpartner etwa für die Finanzierung des neuen oder die Entsorgung des alten Fahrzeugs zu finden. (djd).



Zur Allenstadt 2  
33165 Lichtenau  
Tel.: 05295 9987870  
Mail: [groepper-classic@t-online.de](mailto:groepper-classic@t-online.de)  
[www.groepper-classic.de](http://www.groepper-classic.de)



**MIETEN SIE UNSEREN VOLKSWAGEN T1 BULLI ODER KÄFER CABRIO FÜR IHREN BESONDEREN ANLASS!**

# Rolladen

Sebastian Rose & Jörg Feuchthofen GbR

Reparatur  
05252 81317 Modernisierung  
Fertigung

Gewerbepark 18 \* 33189 Schlangen  
www.rolladen-schlengen.de

Wir sind immer in Ihrer Nähe!

High-End | Surround | Car-HiFi  
TV | HiFi | Multimedia  
Satellite | Headphone | Zubehör



## SOUND-SYSTEMS

J. Zellerhoff AUTO-HIFI · TV · HIFI · MULTIMEDIA

Tel. 05251 - 408080 Detmolder Str 192  
www.sound-systems.de 33100 Paderborn

Sanitär + Heizung **Athens**

### Klimakomfort für Wohlfühlräume



Der nächste Sommer kommt bestimmt...  
Raumklimageräte in Wohn- und Schlafräumen sorgen für eine perfekte Raumklimaqualität, indem sie die Luft kühlen, entfeuchten, filtern und auf Wunsch auch heizen.



Wärmepumpen | Solarthermie | Gas/Öl-Brennwert | Enthärtungsanlagen | Bäder

Mergelweg 21 | 33161Hövelhof | 0 52 57 / 9 77 98-0 | www.athens-hoewelhof.de

# Heizöl, Diesel und Schmierstoffe



## Lausen

Mineralöl- und Schmierstoffhandel GmbH  
Grüner Weg 24 · 33098 Paderborn  
www.lausen-mineraloel.de

Lausen Paderborn	☎ 0 52 51 / 75 00 77
Ostermöller Bad Lippspringe	☎ 0 52 52 / 58 08
Lütge Paderborn	☎ 0 52 51 / 340 46
Verkaufsbüro Geseke	☎ 0 29 42 / 988 68 77
Verkaufsbüro Rietberg	☎ 0 52 44 / 26 16

# BAUEN & WOHNEN



## Die Inneneinrichtung passt sich den Bewohnern an

### So werden Haus oder Wohnung familienfreundlich



Zu einer familienfreundlichen Einrichtung gehört auch ein großes Sofa. Foto: djd/Henders & Hazel

Wir alle wollen zu Hause einen gemütlichen Platz haben, an dem sich jedes Familienmitglied wohlfühlt. So sollten auch die Möbel nach den Bedürfnissen aller Mitbewohner ausgewählt werden. Um die passenden Einrichtungsstücke zu finden, gilt es, vor der Anschaffung einige Fragen zu beantworten. Welche Gewohnheiten gibt es in der Familie? Findet das Essen normalerweise vor dem Fernseher, an der Kochinsel oder am Tisch im Esszimmer statt? Wie viele Leute müssen am Tisch und auf der Couch sitzen können? Und welche Stimmung soll in einem Raum herrschen?

#### Eine echte Familiencouch ist groß und gemütlich

In einem vollen Haus braucht es ein Sofa, auf dem jeder einen Platz findet. Für Familien mit zwei, drei, vier oder noch mehr Kindern ist daher ein Ecksofa eine gute Wahl. Ist die Bande mal ausgeflogen, können Mama und Papa sich hier für einen Moment der Ruhe sogar kurz hinlegen. Die Couch ist zudem ein aussagekräftiges Möbelstück in jedem Interieur. Wer sich traut, darf hier gern eine kühne auffällige Farbe wählen, etwa Senfgelb beim Modell Napels von Henders & Hazel. Für Familien mit jüngeren Kindern macht es Sinn, einen Stoff zu wählen, der wenig Pflege benötigt, etwa ein Mikrofasersofa. Wenn der Nachwuchs älter ist, darf man sich auch an etwas empfindlichere Stoffe wagen. Im Trend liegen derzeit Samtsofas.



Offene Schränke setzen Liebingsammelstücke in Szene. Foto: djd/Henders & Hazel

#### Einzigartige Aufbewahrungsmöglichkeiten mit Charakter

Auch Stauraum ist in einem Familienhaushalt wertvoll. Schränke müssen in erster Linie funktional sein, um darin Bücher, Tischwäsche oder Geschirr aufzubewahren. Doch kann ein schöner Schrank auch den eigenen Stil repräsentieren. Ein stattlicher Bücherschrank verleiht dem Wohnzimmer Charakter. Die offene Optik eine Bücherregals dagegen stellt die Lieblingsbücher, eine Sammlung von Gegenständen oder Souvenirs ins Rampenlicht.

#### Der multifunktionale Esstisch

Der Esstisch ist das Herzstück eines Raumes. Er sollte groß genug sein, aber auch gut zum Zweck passen, den

er erfüllen muss. Schließlich ist es nicht wirklich bequem, mit zwölf Personen an einem kleinen Tisch zu essen oder zu zweit an einem drei Meter langen Esstisch zu sitzen. Auch die Form des Tisches spielt eine wesentliche Rolle. Unter [www.hendersandhazel.de](http://www.hendersandhazel.de) gibt es Inspirationen zu verschiedenen Modellen. Generell schafft ein ovales oder runder Tisch eine intime Atmosphäre. Ein quadratischer Tisch hingegen ist ideal für kleine gemeinsame Mahlzeiten, ohne gleich zu viel Platz einzunehmen. Der rechteckige Tisch ist die klassische Variante und oft auch als Ausziehtisch erhältlich, sodass die Familie im Handumdrehen genügend Platz für unerwartete Gäste schaffen kann. (djd).

# BAUEN & WOHNEN

## Abendliches Glück auf der Terrasse

Gaskamine und Dekofeuer verlängern bis in den Herbst hinein jeden Gartentag

Die Outdoor-Saison ist in vollem Gange. In einer gemütlichen Sitzcke im Garten oder auf einer liebevoll dekorierten Terrasse lässt sich das schöne Wetter genießen. Ein Außenkamin oder ein dekoratives Gasfeuer bieten die Möglichkeit, die Gartenzeit bis in den späten Abend hinein zu verlängern - auch dann, wenn es nachts einmal abkühlen sollte. Wer eine solche Feuerstelle einbauen möchte, kann sich beispielsweise über moderne Flüssiggaskamine informieren. Der Energieträger Flüssiggas besteht aus Propan, Butan oder Gemischen beider Gase und wird bereits unter geringem Druck flüssig. Er verbrennt CO<sub>2</sub>-reduziert und schadstoffarm. Zudem bieten gasbetriebene Kamine und Dekofeuer weitere Vorteile.

**Gasfeuer hält Nachtschwärmer warm**  
So sind sie als nächtliche Wärmequelle für die Terrasse leicht zu regulieren. "Der Komfort in der Bedienung ist sehr hoch", erklärt Sabine Egidius vom

Deutschen Verband Flüssiggas (DVFG). "Die Wärme steht ohne langen Vorlauf direkt auf Knopfdruck zur Verfügung, und ein Flammenregulierer sorgt für einfache Bedienbarkeit." Bei dem gasbetriebenen Feuer riecht es nicht nach Rauch, es muss auch keine Asche entsorgt werden. Außerdem entsteht bei der Verbrennung von Gas nahezu kein Feinstaub. Das macht Gaskamine im Vergleich zu Ölfeuerungen und Festbrennstoffen umweltfreundlich und pflegeleicht. Unter [www.dvfg.de](http://www.dvfg.de) gibt es weitere Informationen zum Energieträger Flüssiggas.

### Unabhängigkeit vom Gasnetz

Mit Flüssiggas aus Flaschen können Außenkamine und Dekofeuer auch ohne Zugang zum Gasnetz betrieben werden. Bei der Nutzung mehrerer Behälter müssen diese in einem Flaschenschrank außerhalb des Wohngebäudes aufbewahrt werden. Ein Elf-Kilogramm-Behälter reicht bei einem durchschnittlichen Verbraucher

für circa 25 Stunden wohliges Feuer. Für den Betrieb eines ortsfest installierten Außenkamins - und nur für diesen - benötigen Gartenfreunde eine Feuerstätteneignung. Diese erteilt der zuständige Bezirksschornsteinfeger. Der Einbau sollte über einen Fachbetrieb erfolgen.

### Dekorativer Feuertisch

Ein besonderes Erlebnis im Garten ist auch ein Feuertisch, bei dem das gut kontrollierbare Feuer in der Mitte platziert wird. In der Regel sind die Gasflaschen direkt im Tisch integriert, sodass man keinen Gasschlauch wegleiten muss. Zudem lässt sich ein sogenannter Einsatzbrenner nachträglich in einen bereits vorhandenen Lieblingstisch integrieren. Wichtig ist bei allen Feuerstätten im Garten: Sowohl Kamine als auch Feuertische oder andere Dekofeuer sollten auf einem feuerfesten Untergrund stehen, der sich über mindestens 50 Zentimeter zu jeder Seite erstreckt. (djd).

## Metallbau Spieker

GmbH & Co.KG

HANDWERKSBEREIT  
SEIT 1873

Telefon: 0 52 51 - 57 2 51  
[www.metallbau-spieker.de](http://www.metallbau-spieker.de)

Otto-Stadler-Straße 13  
33100 Paderborn



## Glücksbringer Eigenheim

Umfrage: Hausbesitzer sind zufriedener und optimistischer

(djd). Mieten oder kaufen? Wer bei der Suche nach einem neuen Zuhause vor dieser Frage steht, hat viele Aspekte zu bedenken. Finanzielle Überlegungen haben dabei Priorität. Allerdings sind auch emotionale Aspekte wichtig - schließlich verbinden sich mit den eigenen vier Wänden Gefühle wie Sicherheit für sich selbst und die ganze Familie. Eine deutschlandweite Umfrage im Auftrag von Dr. Klein zeigt: Eigenheimbesitzer sind zufriedener mit ihrer finanziellen Situation als Mieter. Auch beim Blick in die Zukunft wirkt sich der tatsächliche oder sogar der geplante Immobilienbesitz positiv aus. Während 64 Prozent der Käufer und Kaufinteressenten davon ausgehen, dass sich ihre finanzielle Lage verbessert, sind es bei der mietenden Bevölkerung lediglich 38 Prozent.

# In den Ferien nur

Hier finden Sie die größte Auswahl!

• 250 Sorten sofort zum Mitnehmen

# 90% zahlen!

Bis zum 11.08.2020 erhalten Sie gegen Vorlage dieser Werbung 10% Rabatt auf die ausgezeichneten Preise ab 5,99 € - (gilt nicht für bereits getätigte Aufträge sowie für Sonderbestellungen) Alle Angebote nur solange Vorrat reicht! Abgabe nur in haushaltsüblichen Mengen.



Dämmung und die passende Fußleiste  
**kostenlos**  
bei jedem Hartboden-Kauf

### Click-Laminat

Bewährte Einstiegsqualität in 6 mm, z. B. Nussbaum Italia (8759) oder Kanadische Ulme (9400). Nutzungsklasse 23, 8 Jahre Garantie, Format 1.383 x 193 mm.

Kollektionspreis bei Einzelbestellung \* inklusive Fußleiste & Dämmung €/m<sup>2</sup>

~~12.97~~

Unser Preis €/m<sup>2</sup>

~~6.99~~

Sie zahlen nur 90% = €/m<sup>2</sup>

**6.29**

einschließlich Fußleiste & PE-Dämmung

# Laminat DEPOT



**Bielefeld**  
Herforder Str. 158 · Tel: 0521-4481030



**Paderborn**  
Frankfurter Weg 27d · Tel: 05251-1845726



**Porta Westfalica**  
Erbeweg 3 · Tel: 0571-82946898

Öffnungszeiten: Mo-Fr 10 - 19 Uhr · Sa 9 - 18 Uhr

Jetzt 14x - auch in: Bochum, Dortmund, Duisburg, Essen, Gelsenkirchen, Halstenbek, Lippstadt, Mülheim/Ruhr, Solingen, Velbert und Wuppertal

\* Verkaufspreis bei Sonderbestellung nach Produktmuster ohne Palettenlagerware

Laminat-Lager OWL GmbH  
Herforder Str. 158 · 33609 Bielefeld

Ausgezeichnet:  
Heimtex Star 2019  
Fachhändler des Jahres  
BTH Heimtex Hamburg  
[www.raumausstattung.de](http://www.raumausstattung.de)  
Soziales Engagement

**Sonntag ist Schautag!**  
Jeden Sonntag von 12-16 Uhr geöffnet  
keine Beratung u. kein Verkauf außerhalb der gesetzlichen Ladenöffnungszeiten!

[www.laminatdepot.de](http://www.laminatdepot.de)

# BERUF & KARRIERE



## Bewerberbörse für Pflegefachkräfte

Das Brüderkrankenhaus St. Josef Paderborn stellt sich Pflegenden als Arbeitgeber vor

Interessierte Pflegefachkräfte sind am Samstag, den 4. Juli zwischen 10 und 14 Uhr eingeladen, sich das Brüderkrankenhaus St. Josef Paderborn als möglichen Arbeitgeber anzusehen. Ganz unkompliziert: ohne Anmeldung, ohne aufwändige Bewerbungsunterlagen im Gepäck. Die Pflegedirektion stellt sich und die Pflegeteams vor und möchte mit Pflegekräften zwanglos ins Gespräch kommen. „Wir wollen examinierten Kolleginnen und Kollegen zeigen, wer wir sind und wie wir arbeiten. Und ihnen so die Möglichkeit geben, uns als Arbeitgeber kennenzulernen und zu sehen, ob es passt“, erklärt Pflegedirektor Klaus Niggemann. Auch die Teamleitungen werden für Fragen

zur Verfügung stehen und Einblicke in ihren jeweiligen Bereichen anbieten. „Nach einer erfolgreichen ersten Bewerberbörse im Februar freuen wir uns nun erneut darauf, neue Kollegen kennenzulernen“, so Niggemann.

Aufgrund der aktuellen Corona-Sicherheitsmaßnahmen ist der Zutritt ins Krankenhaus nur mit Angabe der persönlichen Kontaktdaten möglich. Außerdem ist im Haus durchgängig ein Mund-Nasenschutz zu tragen sowie auf die Einhaltung der Abstandsregeln zu achten. Aufgrund der Beschränkungen sind leider auch Führungen in bestimmten Bereichen nicht oder nur bedingt möglich.

Das Brüderkrankenhaus St. Josef Paderborn führt 439 Betten und ist Teil der BBT-Gruppe, einem der großen christlichen Träger von Krankenhäusern und Sozialeinrichtungen in Deutschland (Barmherzige Brüder Trier). Es bestehen enge Kooperationen mit dem St.-Marien-Hospital Marsberg. Pro Jahr versorgen 1200 Mitarbeitende aus Medizin, Pflege und Therapie etwa 20.000 stationäre und 40.000 ambulante Patienten in 13 Fachkliniken und mehreren fachübergreifenden Kompetenzzentren.

Weitere Informationen unter Tel: 05251/702-1880 oder unter [www.bk-paderborn.de](http://www.bk-paderborn.de).

Lust auf ein Date mit uns?

### Bewerberbörse für Pflegende

4. Juli 2020 | 10 - 14 Uhr

Brüderkrankenhaus St. Josef Paderborn  
Konferenzräume hinter dem Café/Restaurant Ambiente

Einfach vorbeikommen und ins Gespräch kommen - unkompliziert und ohne Vorbereitung aufwändiger Bewerbungsunterlagen.

Machen Sie sich ein Bild von uns! Wir freuen uns auf Sie!  
Infos: [www.bk-paderborn.de](http://www.bk-paderborn.de) oder Tel: 05251 702-1880



[www.paderborner-journal.de](http://www.paderborner-journal.de)

## Nochmal durchstarten mit 50 plus

Beruflich noch einmal neu anfangen mit 50 plus? Das ist in jedem Fall eine Herausforderung, erst recht in wirtschaftlich angespannten Zeiten. Dennoch können ältere Mitarbeiter bei potenziellen Arbeitgebern mit ihrer Erfahrung punkten - vorausgesetzt,

man bringt neben dem Fachwissen auch die Bereitschaft mit, sich neue Qualifikationen anzueignen. Ein Weg zum Erfolg können gezielte Initiativbewerbungen sein. Eine oft unterschätzte Möglichkeit ist außerdem die Zeitarbeit. Die Zahl älterer

Arbeitnehmer, die beispielsweise die Adecco Group vermitteln konnte, hat sich in den letzten Jahren verdreifacht. Rund 60 Prozent von ihnen erhalten einen Anschlussvertrag und kommen damit wieder in ein langfristiges Beschäftigungsverhältnis. (djd.)

# RECHT & STEUERN



Rechtsanwalt und Notar  
Fachanwalt für Familienrecht



**Cem Kaba**



Warburger Straße 25, 33098 PADERBORN

Tel: 05251/870 83 66, Fax: 05251/870 63 67

[www.hausjurist.net](http://www.hausjurist.net) • Mail: [post@hausjurist.net](mailto:post@hausjurist.net)

## Kleine Tricks mit großem Spareffekt

So behalten Ruheständler den Überblick über ihre Finanzen

(djd). Mit dem Eintritt in den Ruhestand beginnt nicht einfach nur ein neuer Lebensabschnitt. Verbunden damit sind grundlegende Veränderungen, die einen oft unvorbereitet treffen. Was möchte man beispielsweise tun mit der freien Zeit? Wie gibt man dem Tag ohne Arbeitszeiten dennoch eine neue, feste Struktur? Und wie kommt man finanziell klar, wenn monatlich weniger in der Haushaltskasse zur Verfügung steht? So mancher wundert sich, wenn plötzlich das Konto wie leer gefegt wirkt. Umso wichtiger ist es, für die richtige Balance bei den Ausgaben zu sorgen. Der erste Schritt dazu ist es, sich einen besseren Überblick über die eigenen Finanzen zu verschaffen und bewusster zu konsumieren. Bereits einige kleine Tricks helfen dabei.

### Budgets festlegen und anonym mit anderen vergleichen

Wie viel Geld steht jeden Monat zur Verfügung, was kann und möchte man

wofür ausgeben? Ein Haushaltsbuch, das man schriftlich oder online (etwa mit dem kostenlosen Web-Budgetplaner unter [www.web-budgetplaner.de](http://www.web-budgetplaner.de)) führen kann, sorgt für mehr Durchblick. „Setzen Sie sich Limits für die einzelnen Ausgabenbereiche und bewegen Sie sich nur in diesem Rahmen“, empfiehlt Korina Dörr vom Beratungsdienst Geld und Haushalt. Dabei hilft die „Briefumschlag-Methode“. Dazu wird das Geld am Monatsanfang auf verschiedene Briefumschläge verteilt, diese werden mit den einzelnen Positionen wie „Auto“, „Kleidung“ oder „Haushalt“ beschriftet. Ist der Umschlag leer, ist auch das Monatsbudget für diesen Lebensbereich aufgebraucht. Solche Teilbudgets kann man auch mit einem klassischen oder digitalen Haushaltsbuch leicht erstellen. Nützlich ist es zudem, die eigenen Ausgaben mit anderen zu vergleichen, etwa unter [www.referenzbudgets.de](http://www.referenzbudgets.de). Kostenfrei und anonym erfährt man hier, welche Ausgaben andere Haushalte

haben, die sich in einer ähnlichen Lebenssituation befinden.

### Psychologie beim Einkaufen

Schon kleine Tricks beim Einkaufen können große Wirkung auf die Ausgaben haben. „Man sollte vermeiden, müde in den Supermarkt zu gehen, und lieber morgens und am Anfang der Woche einkaufen“, sagt Dörr weiter. Denn laut Einkaufsforschern sind dann die Chancen am größten, das Budget einzuhalten. Vorsicht sei zudem angebracht bei Angeboten, die in den Gängen stehen - oft sind die vermeintlichen Schnäppchen gar nicht preisgünstig. Ein weiterer Tipp lautet, alle Ausgaben in drei Gruppen einzuteilen: notwendig, angenehm und überflüssig. So macht man sich unnötige Posten bewusst, kann Prioritäten setzen und Einsparungen leichter umsetzen. Hilfreich ist es auch, bei größeren Anschaffungen noch einmal eine Nacht darüber zu schlafen, statt spontan aus einer Laune heraus viel Geld auszugeben.

### Clever werben!!!

- Eigenständiger Lesewert
- Abdeckung genau definierter Gebiete
- Vermeidung von Streuverlusten

Mit Beilagen  
in Ihrer gewählten Region

Tel. 05252 - 96530

# FIT & AKTIV

## Mit Schwung in die reifen Jahre...

## Endlich wieder klönen und „tuckeln“\*!

„Endlich darf ich wieder hier sein!“ mit Tränen in den Augen haben wieder erste Gäste „ihre“ Tagespflege im St. Johannisstift betreten. Wegen Corona war wochenlang geschlossen und die hellen, freundlichen Räume lagen brach – jetzt läuft der Betrieb wieder an. Selbstverständlich haben die Mitarbeitenden ein Konzept erarbeitet, das einen hygienisch einwandfreien Ablauf verspricht. Das beginnt schon bei der Anfahrt: um eine Ansteckung auszuschließen, fahren die Johanniter mit weniger Fahrgästen und häufiger – so lassen sich die Abstandsregeln einhalten. Im Haus selber sind die Räume so großzügig, dass auf das Tragen einer Maske für die Tagesgäste verzichtet werden kann! Das Essen wird aus

Hygienegründen nicht gemeinsam zubereitet – aber ansonsten läuft der Betrieb schon wieder erfreulich normal: mit Zeitungsstunden, in denen das aktuelle Geschehen in Paderborn und dem Rest der Welt besprochen wird, Bastelarbeiten (hier wird das Material zugeteilt, um Ansteckungen zu vermeiden) sowie Gang – und Balancetraining zur Sturzvermeidung und Gymnastik. Dazu kommen aktuelle Aktionen wie zum Beispiel heute Vormittag: Aus Dankbarkeit für die eigene Gesundheit und das Wiedersehen nach der langen Coronaunterbrechung und als bunter Gruß an Paderborn wurde heute Luftballons auf den Weg geschickt (siehe Foto), daran flattern Karten mit guten Wünschen und lieben Grüßen.

In der Zeit von 7.30 Uhr bis um 16.30 Uhr kommen Senioren mit Pflegestufe 1 aufwärts wieder ins St. Johannisstift – dabei sind Frühstück, Mittagessen und Kaffee inklusive. In Abhängigkeit vom Pflegegrad werden die Kosten ganz oder zum Teil von den Pflegekassen übernommen. Unsere Tagespflege kann Vieles bieten, was Angehörige nicht können: Begegnungen und Gespräche unter Gleichaltrigen – Inspirationen und Anregungen durch unsere Mitarbeitenden und Ehrenamtliche. Bei Interesse melden Sie sich doch gerne hier: Frau Yvonne Kuhs, Pflegegediensteitung der Tagespflege. 05251 401 951 oder schauen Sie auf unsere Homepage [www.johannisstift.de](http://www.johannisstift.de)

\*westfälisch für: basteln

### WIR SUCHEN SIE

**Pflegefachkräfte in Voll- und Teilzeit (w/m/d) für das St. Johannisstift**

- ✓ **Einrichtungen der Altenhilfe:** Ambulante Pflege, Tagespflege, Kurzzeitpflege, Betreutes Wohnen, Wohngemeinschaften, stationäre Pflege (auch für Menschen mit Demenz)

**Wir würden uns freuen, wenn wir Sie schon bald als Teil unseres Teams begrüßen dürfen!**

Alle Infos unter: [www.karriere.johannisstift.de](http://www.karriere.johannisstift.de)

## Seniorenzentrum St. Johannes



## Nah am Menschen

- 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](http://www.st-johannes-stukenbrock.de)



## APOTHEKEN-NOTDIENSTE

- 01.07. Westfalen-Apotheke, Von-Ketteler-Str. 26, 33106 Paderborn, 05254/97800
- 02.07. Marienloher-Apotheke, Von-Haxthausenweg 10, 33104 Paderborn, 05252/933883
- 03.07. Apotheke im Kaufland, Riemekestr. 37, 33102 Paderborn, 05251/8744733
- 04.07. St. Christophorus-Apotheke, Bahnhofstr. 18, 33102 Paderborn, 05251/10520
- 05.07. Bonifatius-Apotheke, Dr.-Rörig-Damm 84-86, 33102 Paderborn, 05251/4224
- 06.07. Heide-Apotheke, Dr.-Rörig-Damm 94, 33102 Paderborn, 05251/49696
- 07.07. St. Meinolf-Apotheke, Winfriedstr. 73, 33098 Paderborn, 05251/72259
- 08.07. Kastanien-Apotheke, Eggestr. 57, 33100 Paderborn, 05252/932024
- 09.07. Apotheke im Medico oHG, Husener Str. 48, 33098 Paderborn, 05251/8773580
- 10.07. Dom Apotheke, Neuer Platz 2, 33098 Paderborn, 05251/282865
- 11.07. Apotheke am Nordbahnhof, Nordstr. 40-42, 33102 Paderborn, 05251/6888866
- 12.07. Residenz-Apotheke, Schattenweg 2 A, 33104 Paderborn, 05254/2150
- 13.07. Alme-Apotheke, Alter Hellweg 29, 33106 Paderborn, 05251/930330
- 14.07. Apotheke Am Lichtenturm, Lichtenturmweg 41, 33100 Paderborn, 05251/64555
- 15.07. Löwen-Apotheke, Kamp 25, 33098 Paderborn, 05251/23516

**Arztzufentrale des Notfalldienstes 116 + 117**  
Mo, Di, Do 18-08 Uhr | Mi, Fr 13-08 Uhr | Sa, So + Feiertag 08-08 Uhr  
Änderungen vorbehalten! Mehr Informationen unter  
[www.akwl.de/notdienstkalender](http://www.akwl.de/notdienstkalender) | Hotline 0800 - 002833

## Schritt für Schritt ins Leben zurück

### Nordic Walking als Therapie und Reha-Sport

Infolge einer Krankheit oder einer Operation leiden viele Menschen unter Einschränkungen im Alltag. Je nach Befund gilt es daher individuelle Rehabilitationsmaßnahmen zur Besserung oder Erhaltung des Gesundheitszustands zu ergreifen. Um den Bewegungsapparat und das Herz-Kreislauf-System wieder richtig in Schwung zu bringen, macht Sport in vielen Fällen einen wichtigen Teil eines erfolgreichen Behandlungsplans aus. „Sowohl in der Prävention als auch bei der Rehabilitation stärkt ein gezieltes Aufbautraining die körperliche Verfassung und unterstützt den Heilungsprozess“, weiß Sportwissenschaftler Dr. Sven Bartosch. „Nordic Walking bietet dabei ein umfangreiches Bewegungskonzept für Personen mit unterschiedlichen Einschränkungen und Krankheitsbildern.“



Foto: Borgmeier Public Relations

**Von A wie Arthrose bis Z wie Zerrung**  
Als effektives Ganzkörpertraining aktiviert Nordic Walking 90 Prozent der gesamten Körpermuskulatur und stärkt die Knochenstruktur. Durch den dynamischen Bewegungsablauf kommt auch das Herz-Kreislauf-System auf Touren. „Das Abdrücken vom Boden mit den Stöcken trainiert neben Beinen und Gesäß auch die Brust-, Schulter- und Armmuskulatur“, weiß Dr. Sven Bartosch. „Durch diese Syn-

nergieeffekte eignet sich der Ausdauersport sowohl zur Therapie von inneren Erkrankungen als auch zur Rehabilitation orthopädischer Krankheitsbilder wie Knie- und Rückenschmerzen, Schulterverletzungen und Hüft-Arthrose.“ Im Fall von Osteoporose stellen sich beispielsweise gleich zwei positive Effekte ein: Zum einen stimuliert Nordic Walking die Muskulatur und stärkt die Knochenstruktur. Das Frakturrisiko sinkt. Zum anderen ist der Ausdauersport ein ideales Gleichgewichts- und Koordinationstraining, das in Verbindung mit einer gestärkten Muskulatur die Gangsicherheit fördert, wodurch die Sturzhäufigkeit sinkt.

#### Individuelle Indikation

Trotz aller positiven Auswirkungen von sportlicher Betätigung gibt es in der Rehabilitation keine Pauschallösungen. Jedes Krankheitsbild und jeder Patient erfordert eine gezielte Anpassung der Maßnahmen. Eine Rücksprache mit dem behandelnden Arzt ist obligatorisch. „Je nach Fitness-Niveau und Gesundheitszustand sollte beim Nordic Walking die Intensität der Trai-

ningseinheit durch Geschwindigkeit, Streckenprofil und Stockeinsatz angepasst werden“, erläutert Dr. Sven Bartosch. „Das ermöglicht einen moderaten Einstieg mit schrittweiser Steigerung der Intensität. Eine professionelle Trainingsbegleitung sowie das passende Equipment unterstützen dabei den gesundheitlichen Fortschritt.“ Ergonomisch geformte Laufstöcke von N&W curve fördern einen natürlichen Bewegungsablauf und wirken Fehlhaltungen von vornherein entgegen. „Wichtig ist es, dass unnatürliche Streck- und Beugephasen vermieden werden“, ergänzt der Sportwissenschaftler. Durch ein doppeltes Verriegelungssystem lässt sich der Ergo-curve ONE+ in der Höhe anpassen. Durch eine verkürzte Stocklänge führen Patienten zunächst kleinere Schritte aus und reduzieren somit die Stoßbelastung und die Beanspruchung der Fersen. Ein positiver Nebeneffekt des Outdoor-Sports: Die Bewegung an der frischen Luft versorgt das Gehirn mit zusätzlichem Sauerstoff, fördert die Produktion von Vitamin D und wirkt Stress entgegen.



Foto: Borgmeier Public Relations

## VERKÄUFE

**Porzellangeschirr** Schirding Bawaria, Essgeschirr mit Suppenterrinen und Schüsseln etc. und Kaffeegeschirr mit Kaffeekanne, Weiß mit Goldrand jeweils für 12 Personen zus. nur 49 Euro, sowie 7 weiße Mitterteich Porzellanteller, VB 5 Euro. Außerdem diverse Porzellanfiguren, Wein-, Schnaps- und Biergläser, etc. Preis VS, Tel.: 05257/ 4055 (Hövelhof)

**Gartenhäcksler** Turbo Hochleistungshäcksler Elektro Beckum Typ: TH 2500 WNB, 2,2 KW, einsatzbereit, Preis nach Gebot, ab 10 Euro, Tel.: 05251/ 32462

**Liboriglas** von 1977 mit Siegel „1200 Jahre Paderborn“ für 5 Euro, sowie 10 Biergläser von 1983 „Paderborner Gold-Pilsener“ Stück 1 Euro (sehr guter, fast neuwertiger Zustand) und weitere gut erhaltene Bier-, Wein- und Schnapsgläser günstig zu verkaufen, Tel.: 05257/ 4055

Die nächste  
Ausgabe erscheint  
am Mittwoch,  
den 15.07.2020

**1 Flasche** 1978er Klosterneuburger „Fensterl“ Grüner Veltliner für 8 Euro, sowie 3 Flaschen 1999er Oppenheimer Krötenbrunnen Qualitätswein b. A. für 14 Euro zu verkaufen, auch Einzelverkauf (für 5 Euro) möglich, die Weine wurden stets liegend im Keller gelagert, Tel.: 05257/ 4055 (Hövelhof)

**Alte Porzellan Mokkatassen** Pirkenhammer Nr. 42, unbenutzte Vitrinenobjekte, ca. 55 bis 60 Jahre alt, 6 Tassen und 6 Untertassen, rot-gold-weiß, VB 49 Euro zu verkaufen, Tel.: 05257/ 4055

**Geschenk!** Bestimmter Jahrgang gesucht? 1958, 1959, 1961, 1962, 1963, 1964, Weinflaschen, leer aber sehr historische deutsche Etiketten von Rhein und Mosel, auch Versand. Und alte Schreibmaschine im Koffer, sowie BRD-Münzen von 1949, Tel.: 0174/ 7447207

**Römer Auto-Kindersitz:** KING TS plus 9-18 kg, Prüfungszulassung nach ECE R 44/04, Unfallfrei zu verkaufen, 25 Euro, Tel.: 0172/ 5335177

**Garderoben-Wandleiste**, Format ca. 90 x 40 cm, aus Naturholz mit 2 Reihen rustikaler Metallhaken mit je 4 und 3 Haken, Tel.: 05254/ 4554

**Lederjacken**, 1x bourdeaux natur in Größe L, in Größe 50 = 1x schwarz, 1x hellbraun, 1x dkl.-braun, Tel.: 05254/ 4554

**Zubehör für Vorwerkstaubsauger:** Neues Abdeckgitter mit Feinstaubfilter für Tiger 251, sowie weiteres Zubehör überwiegend mit Wappen- bzw. Knopfanschluss (aber es gibt Adapter) z. T. neuwertig unbenutzt und z. T. gebraucht aber gut erhalten. Verstellbare Softdüse (Staubrüssel entfernt Staub ohne Kratzer), Fugendüse, Heizkörperbürste, 2 Polsterdüsen mit modernen rundem Anschluss, 2 Adapter von neu (Rundanschluss) auf alt (Knopfanschluss), 1 Adapter von alt auf neu, Bürstenrollen für Teppichbürste 340 etc., günstig (ab 3 Euro bis 7 Euro/ Stück) zu verkaufen, Tel.: 05257/ 4055 (Hövelhof)

**E-Bike**, Marke Zoikes, 26er, 5 Gänge, Farbe schwarz, Batterie defekt, VHB 200 Euro, Tel.: 02955/ 1057

**Heimwerker Aufstisch-Tischkreissäge**, einsatzbereit, komplett mit Original-Sägeblatt und Profi-HM- Zusatzblatt, 200 mm Durchm., Tisch Höhen- und Neigungsverstellung, Tischfläche 40 x 52 cm, Führungsanschlag verstellbar, max. Schnitttiefe 4 cm. Spanabsaugung mit Industriesauger möglich, Preis: 20 Euro VHB, dazu kostenlos: Industrie-Staubsauger, gebraucht, Tel.: 05251/ 32462

**2 Bräter** + div. Auflaufformen u. a. 1 Bräter aus Glas und 1 Bräter aus Ton, Tel.: 05254/ 4554

**Jesus-Christ-Superstar**, 2er-CD-Box „The Original motion Picture Sound Track Album“, Tel.: 05254/ 4554

**Trettauto Mercedes SL**, 1-3 J., 100 Euro. Aquarium, 150 cm, Pumpen, Luft. Heiz. Sand Fische, 2x LED, 170 Euro. Unterschränk, 2 türig, 120 cm, 25 Euro. Hunde-/ Kleintierhütte, 50 Euro. LED TV, 32 Zoll, 50 Euro. Hitachi Akkuschauber, 1x 14,4 V., 30 Euro. Akkuschauber, 2x 36 V., 50 Euro. Große Gartenspinne, 25 Euro. Kinder Gartensitzgruppe, 30 Euro. Regentonne, 300 L., 20 Euro, Tel.: 05258/ 6053671

**Kindersitz** für 9-36 kg, selten gebraucht, VB 90 Euro, Tel.: 05252/ 51190

**2 Lautsprecherboxen Pioneer**, 3-WAY Speaker System CS-3070, Maximum Power 120 W, Puissance Maximale 120 W, gebraucht zu verkaufen, Preis: 20 Euro, Tel.: 0172/ 5335177

**Kniebundhose** aus Leder für sportlich-rustikales Outfit, für Wanderer und Lederfreunde, aus weichem samtigen Rothirsch-Leder, Bundweite innen ca. 85 cm, neuwertig, optisch ansprechend, Tel.: 05254/ 4554

# MARKT-PLATZ

Der Kleinanzeigen-Markt

## KLEINANZEIGEN

bitte schriftlich per  
Email senden an:

kleinanzeigen@  
heggemannmedien.de

**Ledermantel hell**, soft natur, Pelzkragen, Hornknöpfe, Größe 50, sehr schön, Tel.: 05254/ 4554

**Wohnzimmer- und Esszimmerschrank** zu verkaufen. Abmess.: B.: 3,79 m, T.: 0,58/0,45 m, H.: 2,16 m und B.: 1,87 m, T.: 0,46/0,38 m, H.: 1,90 m für 450 Euro VHB nur gegen Abholung, Tel.: 05258/ 3012

### Ihre Kundenberaterin:

VORWERK

Claudia Köster  
SCHLOSS NEUHAUS,  
SENNELAGER,  
MARIENLOH PADERBORN  
Tel. 0152 04980786

Kostenlose Wartung -  
Filtertüten & Zubehör -  
Testen der Kobold Produkte

**Schöne offene Glasvitrine** mit Spiegelfrückwand, 4 festen Böden, (mit Bleinähte eingefasst), H.: 1,30 m, B.: 0,50 m, T.: 0,35 m, günstig abzugeben, Tel.: 0170/ 8712778

**Ausserirdische Besucher?** Prä-Astronautik-Bücher, etwa 14 Stück, von Däniken und Sitchin, gebundene und Taschenbücher, Tel.: 05254/ 4554

**Musical-Highlights** in einer 3er-CD-Box, Tel.: 05254/ 4554

**Tennis-Freizeit-Set** (keine Profischläger!) unbenutzt, mit zwei Leichtmetallschlägern einschl. Netz, im Original-Karton, wie neu, Tel.: 05254/ 4554

**Reichlich Trödesachen:** Original amerikanische Nummernschilder, Kleinmöbel, verschiedenen Uhren, Werkzeug und Halterungen und viele andere Sachen wie Taschen Rucksäcke, Jacken usw., Tel.: 0157/ 82523217 oder 05252/ 9311559

**Kerzenständer** aus Metall, massiv - geschmiedet, ca. 70 cm Höhe, stattlich und stabil, Tel.: 05254/ 4554

**Wegen Haushaltsverkleinerung** günstig abzugeben: Kleiderschrank, 3-türig, weiß, 1,50 m breit, Schlafcouch 2,30 m breit, apricotfarben, 3-Sitzer-Sofa, 2 m breit, beigefarben, Anbauwand, 2 m breit, mit Fernsehfach, helles Holz, Tel.: 05252/ 934370

**MEINDL Herrenschürze**, Größe 8 (EU), „FLORIDA GTX“ mit GORE-TEX Membrane, dunkelblaues Verlourleder/Mesh abzugeben, wegen Größenänderung für 45 Euro abzugeben, Tel.: 05252/ 3660

**UFOS's u. a.**, es muss sie geben: etwa 14 Bücher über das Thema Prä-Astronautik von Erich von Däniken und Zacharia Sitchin, hpts. gebunden und in sehr gutem bis neuwertigem Zustand, Tel.: 05254/ 4554

**Pop-Balladen**, blauer Schuber mit 20 CD's „Feelings - Die schönsten Pop-Balladen der 70er & 80er Jahre“, Tel.: 05254/ 4554

**Häcksler** von Mr. Gardener, NP 189 Euro (Haggebaumarkt) für 135 Euro, wurde 2x benutzt. Benzin Trimmer gebraucht für 90 Euro VB. Sicherheitsschuhe Neu, Gr. 44, schwarz, 60 Euro, in Büren, Tel.: 0157/ 77098935

**4 Bildreiche Kinderbibel-Bücher**, großformatige Bücher über biblische Gestalten und Geschichten der Bibel mit schönen kindgerechten Zeichnungen, Tel.: 05254/ 4554

**2 Packungen je 1 Berrbezug** einschl. je 1 Kopfkissenebezug - Biberflanel, Größe 1,55 x 2,20 / 0,80 x 0,80, beide noch originalverpackt, Tel.: 05254/ 4554

**Automodelle**, verschiedene Größen, Ausführungen usw. Tel.: 05254/ 4554

**2 Drucker** für Endlospapier mit Farbband zu verkaufen, Preis zusammen 60 Euro, Tel.: 05252/ 3421

**Standard-Wellensittiche**, Zuchtboxen, Ausstellungskäfige abzugeben: Zuchtaufgabe aus Altersgründe, Tel.: 05251/ 1841346

**Für Sammler** oder jeden: Wand- bzw. Zier-teller Motiv: „Schloss Neuhaus“ plus einige Untersetzer mit Motiv „Bad Lippspringe“ und einen „Bad Pyrmont“, Tel.: 05254/ 4554

**Fahrrad** (Kynast Shopping - Dreirad), 24 Zoll, schwarz, tiefer Einstieg, mit großem Korb hinten, wenig genutzt, VHB 420 Euro, Tekt.: 05252/ 51190

**Federball- (Badminton-) Schläger**, verschiedene Qualitäten und auch Softball-Schläger, Tel.: 05254/ 4554

**1 Oldie- Schallplatte** „The Best of The Monkees“, originalverpackt, Tel.: 05254/ 4554

**Zeugen für Christus**, zwei Bücher „Das deutsche Martyrologium des 20. Jahrhunderts“, wie neu noch in Folie, die Bände waren sehr teuer! Tel.: 05254/ 4554

**Echte Nepalbrücke** (Galerie), Naturfarben mit Pastellfarben, Bordüre, Maße 2,85 x 0,75 m, umstandshalber zu verkaufen, Tel.: 05252/ 6988

**Aluminium-Profil**, L. 6 m, T. 5 cm, B. 6 cm, Gewicht 9 kg. Die Profile sind geeignet für PV-Anlage, sowie für viele andere Zwecke wie z.B. Vordächer, Zäune u. vieles mehr, günstig zu verkaufen, Preis VHB, Tel.: 0171/ 7733360

**1 elektr. Lattenrost** und Matratze, 120 x 100 cm, Bett in Weiß, VHB, Tel.: 05252/ 9382506

**Anhänger** für Fahrräder, Omas Kaffeesevice, Tel.: 05252/ 82148

**Comedy-CD's:** Die BR-Comedy Show - Heinz Erhardt/Noch' Gedicht - Comedy! - Witziges zwischen Nord und Süd - Humor & Kabarett - Doppel-CD - Piet Klocke - HipHop für Angestellte - Hagen Rether - LIEBE - Rüdiger Hoffmann - Der Hauptgewinner - Dieter Nuhr - Weiter so. DVD's: Der wunderbare Märchenfilm - Frau Holle - DVD's: Trennung mit Hindernissen / ... und dann kam Polly - The Best of Magnum (Tom Selleck) - Die Siebtalbauern - Wasserschutzgebiete - Die vom Aussterben bedrohte Welt - Welt Weit - Polen - Expeditionen ins Tierreich: Die Hyänen vom Mara Fluss / Marderhunde - vom Amur bis zur Elbe - Nationalparks: Geheimnisse des Eisgebirges (Hohe Tauern) / Wilder Wald im Land des Eisens (Kalkalpen) / Grüne Inseln im Steinernen Meer (Nockberge), Tel.: 05254/ 4554

**Spargeltopf** günstig abzugeben, Tel.: 05252/ 6988

**CD Regal**, Maße, 55 x 16 x 36cm, je 60 CD x 6, zu 15 Euro, stapelbar. Vorwerk-Teppichreiniger, externes Gerät, 50 Euro. Damenkleidung, Größe 42/44, hochwertig, Marken, modern. Neuwertige Schuhe, Größe 43, Tel.: 05252/ 9331528 ab 18 Uhr

**Wegen Größenänderung**, Herren Wintergarderobe, Mäntel, Anzüge, Hosen, Blazer, Jacken usw., Gr. 52-54. Damen Lederjacken, Ledermäntel, Kleider, Röcke, Jacken, Blusen u. vieles mehr. Verdienstorden, Uhren, alte Schreibmaschine, Aktenvernichter, Kassetteneckrekorder, Fernglas, usw. nach Vereinbarung günstig abzugeben, Tel.: 05251/ 21701, Mo. 11-14 Uhr, Di. 12-15 Uhr, Mi. 11-13 Uhr, Sa. 14-19 Uhr

**Kaminofen** zu verkaufen, Tel.: 0157/ 59440251

**Neuwertige Taeun Holzbank**, aus Platzmangel zu verkaufen, Maße 1,50 x 0,60 m, Preis VHB, Tel.: 05252/ 6988

**Gebrauchte Küche** mit E-Herd + Kühlschrank, 3 m, blau, kostenlos bei Selbstabbau. Fernseherschrank, Eiche, 90 cm, 30 Euro. Bett, 1,40 x 2 m, orange, 30 Euro. Sofa mit Sessel, orange, 80 Euro. Schreibtisch, 1,10 m, Eiche, 30 Euro, Musiktruhe, 0,90 m, 50-er Jahre. 6 gepolsterte Esszimmerstühle, Buche, 80 Euro, Tel.: 0176/ 53067636

**Für Liebhaber:** Infolge Wohnungsauflösung große Puppenansammlung, sehr gepflegt, teils neuwertig, preiswert abzugeben, Tel.: 0170/ 4112681 oder 05252/ 51662

**Küche**, Buche, Block 1: BHT 260 x 210 x 60 cm inkl. Mikrowelle, Kühl-Gefrierschrank, Spülmaschine. Block 2: BHT 260 x 87 x 60 cm mit E-Herd, Miele Geräte zu verkaufen, Preis VHB, Tel.: 0179/ 5319723

**Werkzeug**, Gartengeräte, Schallplatten und CD: Rock-, Beat- und Pop-Sammlung, Tel.: 05251/ 74363

## VERSCHIEDENES

**Wer** hat Lust mit mir, 63 Jahre, weiblich, des Nachmittags spazieren zu gehen, anschließend ins Kaffee, bummeln, usw. bei Interesse bitte melden, unter Tel.: 05252/ 9382506

**Suche Militaria.** Zahle z.B. für EK 1 bis 200 Euro, EK2 bis 70 Euro, Fotoalben bis 500 Euro, Deutsches Kreuz in Gold Nachlass ab 2500 Euro, Uniformen bis 3000 Euro, Ritterkreuz Nachlass ab 8000 Euro, Schirmmützen, Pickelhauben & Helme bis 1000 Euro, Dolche & Säbel bis 1000 Euro, Orden, Urkunden bis 500 Euro, Pässe bis 500 Euro, Bücher sowie alles militärische bitte anbieten - seriöse und sehr diskrete Abwicklung garantiert! Tel.: 05252/ 9157896 oder 0176/ 32498647

**Goldankauf**  
Königsplatz 18 Paderborn 052 51-14 74 799 0177 75 44 398 Lange Straße 94 Driburg 052 53-86 89 518

**GOLDANKAUF SOFORT BARGELD**  
Vertrauen Sie auf unsere Seriosität,  
profitieren Sie von unserer langjährigen Erfahrung

- Ihr Schmuck wird sofort vor Ihren Augen ausgewertet und geschätzt
- Keine Verkaufsverpflichtung
- 100% seriös und diskret
- Keine versteckten Kosten
- Ehrliche Beratung:

Mo.-Fr. 10-18 h / Sa. 10-16 h (B. Driburg -14 h)

Wir zahlen faire Preise

Gold-Barren • Gold-Münzen • Gold-Schmuck • Zahngold • Gold-Uhren  
auch mit Zinsen Markennühren

Bruch-Gold • Platin-Silber-Schmuck • Silber-Münzen • Silber-Besteck • Zinn  
auch Tafelsilber mit 90, 90, 100er Auflage

Paderborn - Königsplatz 18 - 05251/1474799

**KOSTENLOSE PRIVATE KLEINANZEIGEN**  
Per Email an: [kleinanzeigen@heggemannmedien.de](mailto:kleinanzeigen@heggemannmedien.de)  
oder per Post an: HEGGEMANNMEDIEN GmbH  
Kleinanzeigen • Burgstr. 2 • 33175 Bad Lippspringe

Vermietungs- u. Immobilienanzeigen sind kostenpflichtig:  
Wir berechnen diese Anzeige je Zeitung pro Zeile mit 1,- Euro.

Nächste Ausgabe erscheint am:  
**Mittwoch, 15.07.2020**

# MARKT-PLATZ

Der Kleinanzeigen-Markt

WWW.STELLENANGEBOTE-OWL.DE



HEGGEMANN MEDIEN GmbH

## Büroräume in zentraler Lage zu vermieten

Moderne Büroräume in schönem Ambiente im Zentrum von Schlangen zu vermieten, gut geeignet für Steuerberater, Dienstleister und Rechtsanwälte. Die Technik ist auf dem aktuellen Stand.

Ca. 80 bis 120 qm - auf Wunsch auch möbliert.

Bei Fragen helfen wir Ihnen gerne weiter.

Telefon: 0 52 52 / 933 45 94

**Schulzettel-Service**  
Das Sorglos-Paket zum Schulanfang 2020!  
Schulzettel abgeben!  
Engagement  
Schulsachen und Schulbücher abholen!

Zahlreiche **KOSTENLOSE PARKPLÄTZE** direkt vor der Tür!

**Wir freuen uns auf Ihren Besuch und beraten Sie gerne:**

**PAPYR**  
Karl-Schurz-Str. 54  
33100 Paderborn  
Tel.: 0 52 51 / 39 888-90  
www.papyr-paderborn.de

**Fit in der Schule?** Bewährter, erfahrener Förderlehrer, mit viel Freude an seiner Arbeit, erteilt qualifizierten, gezielten Nachhilfeunterricht, insbesondere in den Schulfächern: Deutsch, Mathematik, Englisch u. Französisch. Ab der Grundschule bis zum Abitur! Habe mich bereits seit Jahrzehnten im Förderbereich spezialisiert u. arbeite dort mit sehr guten Erfolgen! Ich bin engagiert, freundlich, geduldig, gewissenhaft, absolut zuverlässig u. humorvoll. Hole jeden Schüler, nach gründlicher Analyse dort ab, wo er sich mit seinem individuellen Lernstand befindet u. unterstütze ihn gezielt anhand spezieller Übungen. Interessiert? Dann melden Sie sich bitte zunächst per SMS unter Angabe Ihrer Festn.-Nr. bei mir! Tel.: 0176/31075884

**Hobby-Imker** sucht dauerhaften Stellplatz für Bienen in der näheren Umgebung von Schlangen (+ - 25 km). Bevorzugte Stellen, die über einen Feldweg oder eine Straße in der Nähe erreichbar sind und keine Nachbarn stören. Gerne umzäunt aber kein muss. Sie haben eine Wiese oder eine ungenutzte Brachfläche oder eine Fläche am Waldrand? Dann melden Sie sich bitte bei mir unter Tel.: 05252/ 93315

**Wir suchen** eine 2 Zimmer Wohnung in Bad Lippspringe, die Tierhaltung sollte erlaubt sein, da wir ein kleinen Hund besitzen. Tel.: 0157/ 34553443

**Rentnerhepaar** sucht Whg. 2-3 ZKBK, EG, gerne kl. Garten/Balkon in PB bis 400 Euro KM, ab sofort o. später, Tel.: 05251/1841346

**Frau**, zuverlässig, sucht Whg. bis 380 Euro WM in PB ab sofort o. später, Tel.: 05251/1422472

**Suche 1 Zi.**, Küche, Bad, Balkon u. Keller, Angebote unter Tel.: 0176/ 52664474

**Suche 3 ZKB**, Bad mit Fenster, barrierefrei, EG, bei Aufzug auch weitere Etage, bis 650 Euro warm, sep. Eingang wäre schön. Oder 3-4 Zimmer, kleines Haus mit Garten in BL, 650 Euro bis 700 Euro warm, Tel.: 0176/ 86661964

**Rentner**, 70 J. ruhig, ordentlich sucht ab sofort oder später eine kleine Wohnung in Hövelhof, Tel.: 0171/ 7733360

**Angestellte** im öffentlichen Dienst sucht in Schlangen ab sofort, schöne helle Wohnung, ruhig, rauchfrei, barrierefrei, bezahlbar, 3 Zimmer, ca. 70 qm, mit Balkon, Keller, Stellplatz oder kleine Eigentumswohnung, Tel.: 0151/ 75054229

**Suche dringend** ab sofort 2-3 gr. Zimmer, Küche, Bad m. Wanne + Fenster, gr. Balkon, Kellerraum, 1. Stock, 450 Euro warm, BL oder Umgebung, Tel.: 0151/ 42428307

**Junger Mann**, Anfang 40, sucht zu sofort in Schlangen schöne, ruhige, helle, bezahlbare WHG, 2 bis 2,5 Zimmer, bis 70 qm, mit Keller, Stellplatz, schön wäre mit Balkon und Wohnung ohne Schräge, Tel.: 0160/ 96830835

**Freundlich**, zuverlässige, berufstätige Dame, mittleren Alters sucht 2 ZKBK, bis 360 Euro KM, in BL oder Schlangen, Tel.: 0151/ 50760012

**Brauchen Sie Unterstützung** bei Ihrem Alltag, z.B. Einkaufen, Arztbesuche oder andere Tätigkeiten oder auch Übernahme der Tierpflege, Tel.: 0157/ 59440251

**Jahrespraktikum 2020/21**

Du beabsichtigst im kommenden Schuljahr die Fachoberschule im Bereich Gestaltung zu absolvieren und suchst dafür noch einen vielseitigen Jahrespraktikumsplatz?

**Wir freuen uns auf Deine Bewerbung unter:**  
info@heggemannmedien.de

HEGGEMANN MEDIEN GmbH

**Erfahrene Krankenpflegerin** pflegt 24 Stunden, in Paderborn und Bad Lippspringe, Tel.: 05252/ 930704

**Ich suche Putzstelle** in Familienhaushalte oder Büros. Ich habe Erfahrung, bin seriös und mache die Arbeit gründlich und sehr gut, Paderborn und Umgebung, Tel.: 0163/ 4059826

**Pflasterstein-Reinigung & Langzeit-Pilzschutz 5 €/qm.**  
Terrassen, Fassaden usw.  
**J.Gröne 0152 - 22839722**  
gebäudereinigung-grüne.de

**AUTOMARKT**

**Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen**  
03944-36160 · www.wm-aw.de.Fa.

Weitere Anzeigen finden Sie auf der **KFZ-Sonderseite 17**

**MIETGESUCHE**

**Wir (53/49)** suchen 3 Zi. Wohnung in Bad Lippspringe oder Umgebung, bis 500 Euro kalt, Tierhaltung muss gestattet sein, Tel.: 05254/ 1432

**Suche 2-3 Zi.** KBB mit Garage in PB u. Umgebung, gerne auch ländlich mit Garten, Tel.: 0175/ 4410703

**Suche 2 Zi.**, Küche, Bad m. Wanne, großer Balkon u. Keller, Angebote unter Tel.: 0176/ 52664474

**Neuwertige Garderobe**, 44/46 zu verschenken, Tel.: 05252/ 919600

**Kaufe Goldmünzen/Medaillen** und Silbermünzen/Barren aller Art zu Höchstpreisen. Gerne auch ganze Münzen Sammlungen und Nachlässe - Bitte alles anbieten! Tel.: 05252/ 9893112

**Interesse am Skat?** Wer Lust hat kann nach Westenholz kommen. Immer Sonntag's um 10.00 Uhr. Swin Golf Westenholz, Tel.: 0175/ 6167555

**Sportschütze** sucht Luftgewehr, LuPi+Vordrfl. von privat, Tel.: 0152/ 55895651

**Suche Münzen**, Briefmarken, Postkarten, Telefonkarten, Orden, Abzeichen, Medaillen, Feldpost, Zinn, alte Krüge usw., alles anbieten, Tel.: 0179/ 9869337

**Antikes**, historisches u. nostalgisches gesucht: Gemälde, Ölbilder, antikes Glas, Porzellanfiguren, alte Technik, Postkarten, Fotos, antike Werbung, Design, hist. Fotos u. Dokumente, Porzellan u. Glas, antikes Spielzeug, hist. Bücher, Tel.: 0179/ 9869337 oder 0160/ 2633835

**Schallplatten - Vinyls gesucht.** Rock - Beat - Jazz - LPs, Singles, Sammlungen, ab 1950er Jahre, Tel.: 0160/ 2633835

**Wer hat eine gut erhaltene**, stabile Staffelei abzugeben? Wir freuen uns über Ihren Anruf, Tel.: 05252/ 8398212

**Privat sucht:** Kaufe alte Weine und Weingläser, Sekt und Champagner, Tel.: 0157/ 72471063

**Wer hat Trüdel**, Werkzeug, Deko und Angelzubehör zu verschenken oder günstig abzugeben, Tel.: 0176/ 43025694

**Wir**, schon etwas älteres Semester, wollen noch nicht auf den Schaukelstuhl und gehen deshalb auf dem Flohmarkt um unsere Haushaltskasse aufzubessern. Dazu suchen wir kostenlos oder günstig Flohmarktsachen, Werkzeug, Modeschmuck und Angelsachen, gerne holen wir die Sachen ab, Tel.: 0176/ 43025694

**Suche Gartenschlauch**, ca. 10 m mit Zubehör zum Rasen sprengen, Tel.: 05252/ 2323

## STELLENMARKT

**Gebe Keyboard-/Klavier Unterricht**, Tel.: 0152/ 27664631

**Suche dringend** Reinigungskraft für Zimmer und Treppenhaus Reinigung in unserm Gästehaus, ca. 4 Std in der Woche, Tel.: 0157/ 37421833

**Nachhilfeunterricht** für Grundschüler/innen u. Gesamtschüler/innen erteilt erfahrene Sozialpädagogin, Tel.: 05252/ 8108680

**Klaviermusik** für Ihre Trauung, Geburtstag u. sonstige festliche Anlässe, Tel.: 0173/ 8307183

**Kinderbetreuen**, im Haushalt helfen. Suche auch stundenweise, Tel.: 0176/ 26296150

## MIETANGEBOTE

**BL**, 2 ZKB Balkon, 1. Etg., 60 qm und 3 ZKB, Terr., 90 qm, Keller, Stellplatz, gute Lage, Tel.: 0160/ 95475920

## IMMOBILIEN

**Suche** ein freistehendes Haus, Reihenhäuser oder Doppelhaushälfte in Hövelhof u. Umgebung. Bitte alles anbieten. Angebote auch sehr gern von Makler, Tel.: 0171/ 7733360

## HEGGEMANN MEDIEN GmbH

**PADERBÖRNER JOURNAL**  
**BAD LIPPSPRINGER NACHRICHTEN**

Unsere Publikationen werden kostenlos an Haushalte und Auslagestellen verteilt. Es werden Anzeigen aller Interessengruppen veröffentlicht, für deren Inhalt allein der Inserent verantwortlich ist. Zur Zeit gilt die Anzeigenpreisliste 1/12. Das Reproduzieren v. Anzeigen ist nicht gestattet. Für eingereichte Manuskripte übernimmt der Verlag keine Haftung. Postzustellung außerhalb unseres Verteilungsbereiches: 30,- € halbjährlich.

**HEGGEMANN MEDIEN GmbH**  
Burgstr. 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,  
HRB 14064

**Gesamtanfrage 107.525 Exemplare**

**Anzeigen:**  
Stefanie Bensmain  
Tel.: 0 52 52 / 96 53-207  
bensmain@heggemannmedien.de  
Doris Clasbrummel  
Tel.: 0 52 52 / 96 53-212  
clasbrummel@heggemannmedien.de  
Heike Knop  
Tel.: 0 52 52 / 96 53-201  
knop@heggemannmedien.de  
Anastasia Rößler  
Tel.: 0 52 52 / 96 53-213  
roessler.a@heggemannmedien.de  
Susanne Rößler-Garbe  
Tel.: 0 52 52 / 96 53-205  
roessler@heggemannmedien.de  
Petra Steuter  
Tel.: 0 52 52 / 96 53-211  
steuter@heggemannmedien.de

**Redaktion:**  
Heinz Georg Heggemann (hh) (verantwortlich)  
Monika Heggemann (mh)  
Herbert Gruber (hg)  
Dennis Roger (dr)  
Mark Heinemann (he)  
Dietmar Gröbning (dg)

**Satz + Druck:**  
**OFFSET + DIGITAL DRUCK POINT**  
Burgstr. 2, 33175 Bad Lippspringe



# PELZ- UND GOLDANKAUF

Bielefelder Straße 121 in 33104 PB-Sennelager



**JULI 01.**  
9 - 18 Uhr

**JULI 02.**  
9 - 18 Uhr

**JULI 03.**  
9 - 18 Uhr

**JULI 04.**  
9 - 18 Uhr

## Aktion nur 4 Tage gültig!

Nutzen Sie die einmalige Gelegenheit

Ohne Risiko!  
Militärorden  
Unverbindliche Beratung  
Transparente Abwicklung  
Seriouser Ankauf  
Sofortige Barauszahlung

### WIR KAUFEN AN: Wir zahlen bis zu

# 55 €\*

pro Gramm



Wir halten uns an  
die aktuellen  
Hygienemaßnahmen!

### Ankauf von:



Edelsteinen



Mäntel



**Für Pelze und Nerze bis zu 5.000,- €\***

Wir suchen täglich dringend Pelze aller Art für den russischen Markt. Ankauf zum doppelten Preis mit sofortiger Barauszahlung. Bewertung je nach Qualität und Verarbeitung.

#### Ankauf von Goldschmuck aller Art:

Altgold, Bruchgold, Münzen, Barren, Platin sowie gut erhaltene Ringe, Broschen, Ketten (Armbänder bevorzugt in breiter Form), Colliers, Medaillons, Golduhren – auch defekt, VB Pelz mit Gold

**ANTIKER KORALLENSCHMUCK,  
KORALLENKETTEN,  
KORALLENSCHNITZEREIEN** (bevorzugt in blutrot),  
**ZAHNGOLD** (mit und ohne Zähne),  
**PELZMÄNTEL**

**Hausbesuche bis zu  
100 km kostenlos!**

**Gerne prüfen wir Ihren  
Schmuck auf Echtheit!**

\* für antiken Schmuck



Uhren



Abzeichen



Gold- und  
Silbermünzen



Schmuck

**Bernsteine**



**SOFORT BARGELD**



Porzellan



Wir prüfen  
Ihren alten  
Schmuck auf  
Echtheit  
kostenlos

**Wir schätzen Ihre Antiquitäten, Pelze und Ihren Schmuck kostenlos und unverbindlich!**

**Paderborn.** Goldankauf, Mäntel, Höchstpreise bis zu 5000 € für den Export nach Russland. In PB in der Bielefelder Straße 121 werden jede Art von Pelz gekauft.

Bei dem Gold- & Pelzankauf werden Zahngold, Bruchgold, alte Ringe, Ketten, Broschen mit Diamanten, Perlen, Antiquitäten, Möbel, Bilder, Pelze, Silber, Goldmünzen, Silbermünzen, Zinn, Uhren (Rolex, Cartier, Omega etc.) Bernsteine, Korallen, Orden, Abzeichen, Nähmaschinen sowie Abendgarderobe und vieles mehr zu Höchstpreisen aufgekauft.

Holen Sie sich eine kostenlose Beratung ein und lassen Sie Ihre Wertgegenstände schätzen.

Diskretion und Transparenz sind bei dem Gold- & Pelzankauf natürlich selbstverständlich. Die Experten von Gold- & Pelzankauf bearbeiten die verschied-

enen Anliegen der Kunden natürlich sofort und das ganz ohne versteckte Kosten oder eine Verkaufsverpflichtung.

Wählen Sie den sicheren Weg und lassen Sie sich von Fachleuten beim Verkauf Ihres Edelmetalls freundlich, fachkundig und seriös beraten, denn auf Fairness, Ehrlichkeit und Professionalität können sich Kunden bei Goldankauf Aalen verlassen. Gerne bieten wir unseren Kunden auch kostenlose Beratung bei Ihnen zu Hause an. Bei Ankauf erfolgt eine sofortige Barauszahlung. Höchstpreise bis zu 55 Euro pro Gramm Gold.

Gerade jetzt bietet der Verkauf von altem Edelmetall, Antiquitäten und Pelzen eine tolle Möglichkeit, Höchstpreise zu erzielen.

## Pelz- und Goldankauf

**Bielefelder Straße 121  
33104 PB-Sennelager**

**Telefon 05254 8279509  
Mobil 0176 61721155**

**Mo. - Fr. 09.00 - 18.00 Uhr  
Sa. 10.00 - 16.00 Uhr**

Gerne vereinbaren wir auch einen Termin bei Ihnen zu Hause!  
Kostenlos bis zu 100 km!