

DAS GESUNDHEITS-MAGAZIN FÜR DIE REGION HÖXTER-PADERBORN

# CARE



GESUNDHEIT & LEBENSQUALITÄT



PFLEGE & BETREUUNG



ALLTAGSHILFE



Seniorenresidenz   
**STELLBERG**

Kurzzeitpflege • Verhinderungspflege • Langzeitpflege

Wir bedanken uns für Ihr  
entgegengebrachtes Vertrauen in den  
letzten 20 Jahren und freuen uns  
auch in Zukunft für Sie da zu sein.



Doppel-  
jubiläum  
2026



100 Jahre Haus Stellberg

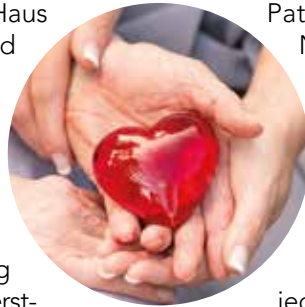
[kontakt@residenz-stellberg.de](mailto:kontakt@residenz-stellberg.de) | Tel.: 05253 - 935120

# DOPPEL-JUBILÄUM - 100 Jahre Haus Stellberg – 20 Jahre Seniorenresidenz



*Die Seniorenresidenz Stellberg bietet hell und freundlich gestaltete Räume sowie großzügig gestaltete Außenanlagen. Hier fühlt man sich auf Anhieb wohl.*

Wir feiern im Juni 2026 DOPPEL-JUBILÄUM, zum einen das hundertjährige Bestehen des Haupthauses und zum anderen das 20-jährige Betriebsjubiläum von uns. Das Haupthaus hat eine bewegte Geschichte und wurde in verschiedensten Bereichen eingesetzt. Nach zehnjährigem Dornröschenschlaf haben wir das Haus übernommen, kostenintensiv umgebaut und zur jetzigen Seniorenresidenz Stellberg verwandelt. Aus diesem Grund freuen wir uns sehr, dieses Jubiläum mit den Bewohnern, Angehörigen und Mitarbeitern zu feiern. Um zu verstehen, was dieses Haus heute bedeutet, lohnt sich ein Blick zurück. Die Geschichte begann im Jahr 1924, als auf einer Tagung des Verbandes Westfälischer Krankenkassen erstmals über den Bau eines Genesungsheims gesprochen wurde. Nach mehreren Besichtigungen fiel die Wahl auf ein Grundstück in Bad Driburg. Bereits 1925 begannen die Bauarbeiten, und am 18. Juli 1926 wurde das Genesungsheim Stellberg feierlich eröffnet. Es diente Mitgliedern der Krankenkassen zur Genesung und zur Stärkung ihrer Gesundheit.



*Pflege und Betreuung mit Herz - lautet das Motto von Einrichtungsleitung Ljiljana Sangerhausen und Geschäftsführer Jens Sangerhausen*

In den folgenden Jahrzehnten erfüllte das Gebäude unterschiedliche Aufgaben. Zeitweise wurde es als Lazarett und Krankenhaus genutzt, bevor es später wieder als Genesungsheim diente. Immer wieder wurde das Haus renoviert und modernisiert, um den Bedürfnissen der Patienten gerecht zu werden.

Nach vielen Jahren stellte sich schließlich die Frage, wie die Zukunft dieses geschichtsträchtigen Hauses aussehen sollte. Mit dem Ziel, seinen besonderen Charakter zu bewahren und ihm zugleich neues Leben zu geben, begannen wir 2005 mit umfangreichen Umbauarbeiten. Aus früheren Doppelzimmern entstanden gemütliche Einzelzimmer, damit jeder Bewohner seinen eigenen Rückzugsort hat. Im Februar 2007 haben wir schließlich das neue Altenheim Bad Driburgs eröffnet. Seitdem ist es unser Wunsch, dass dieser Ort weiterhin von Wärme, Menschlichkeit und Geborgenheit geprägt bleibt und für viele Menschen ein echtes Zuhause ist. Denn wir als Familienbetrieb leben das Motto: Pflegen und Betreuen mit Herz.



*Ein besonderes Highlight ist der Spiegelsaal im Haupthaus. Er versprüht das Ambiente eines Wiener Caféhauses. In ihm wurden schon zahlreiche Festivitäten wie Weihnachtsfeiern, Jubiläen und Karnevalsveranstaltungen abgehalten.*



*Die Seniorenresidenz Stellberg bietet auch die Möglichkeit der Kurzzeitpflege und Verhinderungspflege an, so können die Gäste am besten die Pflege- und Betreuungseinrichtung kennenlernen.*



**12** „Urlaub' Dich gesund“ - Bad Driburg lädt vom 24. bis 30. August zum LoSaGa-Gesundheitsfestival



**18** Stoffwechselaktivierung und mehr Energie durch Höhentaining mit dem IHHT Gerät (Martina Ivanda)



**20** Ein Genuss für alle Sinne! Der Deutsche Käsemarkt in Nieheim vom 4. bis 6. September 2026

DOPPEL-JUBILÄUM - 100 Jahre Haus Stellberg – 20 Jahre Seniorenresidenz.....02

St. Marien Seniorentreff erfolgreich eingeweiht .....04

Mental Health Café Steinheim..06

Driburg Therme wieder mehrfach ausgezeichnet .....08

Philip Frahmke - Ihre Mitarbeitenden sind Ihr wichtigstes Kapital..... 10

Modern, regional, sportlich stark: Der REWE Stein in Nieheim..... 11

Dr. Lohe - Zahngesundheit ganzheitlich gedacht..... 14

Sehen neu erleben bei Schürmann Brille + Linse..... 15

Reha-Trainer Andreas Kraft aus Bad Driburg ..... 16

Praxisgemeinschaft für Ergotherapie und Logopädie ... 17

Das Bad am Holsterberg in Nieheim .....21

Durchatmen wie am Meer - SalzGrotte Bad Driburg .....22

Moderne Kieferorthopadie in Steinheim (Angelica Rosero) .23

Wohlfühlort Senioren-Park carpe diem in Bad Driburg.....24

Seniorenzentrums Altenbeken .26

Messtechnik und Erfahrung von Familie Brockmann.....28

Pflegeselbsthilfe (KoPS) .....30

Schröder´s Reise-Treff .....31

Gesundheitsversorgung mit Zukunft - das MVZ Marienmünster .....32

Kompressionsversorgung mit Sanitätshaus RAKERS.....34

Kanzlei unter der Iburg .....35

Moorerlebnisswelt in Bad Driburg..36

MCS Steinheim .....38

Evangelische Johanneswerk .....39

## Wissen Sie, was Ihre Immobilie heute wert ist?

Ob Sie verkaufen möchten, über Veränderungen nachdenken oder einfach gut informiert sein wollen:

Eine fundierte Wertermittlung schafft Transparenz und gibt Sicherheit für die nächsten Schritte.

Als regionaler Immobilienmakler biete ich Ihnen eine **kostenfreie** und **unverbindliche** Wertermittlung Ihrer Immobilie – persönlich, ehrlich und zuverlässig.

**Jetzt Wertermittlung anfordern.**

**Benjamin Hartmann** - Inhaber & Immobilienmakler (IHK)  
0170-5821002 | kontakt@immo33.de | www.immo33.de





# St. Marien Seniorentreff

## am Kump in Steinheim



### Tagsüber nicht allein, abends daheim.

Unser Seniorentreff bietet Menschen mit Unterstützungsbedarf eine liebevolle und qualifizierte Betreuung. Dort erwartet die Gäste ein Tag in Gemeinschaft voller Leben, Lachen und Begegnungen. Qualifizierte Unterstützung steht dabei jederzeit verlässlich an ihrer Seite.



### DAS ANGEBOT AB PFLEGEGRAD 2

#### BIS ZU 5 BESUCHSTAGE PRO WOCHE

Inklusive Fahrdienst, flexibel und passend zum Alltag.

#### FINANZIERUNG DURCH DIE PFLEGEKASSE

Der Besuch der Tagespflege wird ab Pflegegrad 2 von der Pflegekasse finanziert.

#### ZUSÄTZLICHER ANSPRUCH

Der Anspruch auf Tagespflege besteht zusätzlich zu ambulanten Sachleistungen und reduziert nicht das Pflegegeld.

#### KEINE SORGE UM FINANZIELLE VERLUSTE

Viele Menschen wissen nicht, dass sie diesen Anspruch haben. Lassen Sie sich von uns beraten.



### FÜR SIE BEDEUTET DAS

#### ENTLASTUNG FÜR ANGEHÖRIGE

Sie wissen Ihre Liebsten gut versorgt, während Sie Zeit für sich haben.

#### ABWECHSLUNGSREICHE TAGE

Gemeinschaft, Aktivierung und vielfältige Angebote fördern das Wohlbefinden.

#### SICHERHEIT & GEWOHNTE UMGEBUNG

Unsere Gäste bleiben in ihrem vertrauten Zuhause und kommen tagsüber zu uns.

#### WIR FREUEN UNS AUF SIE!

Vereinbaren Sie gerne einen kostenlosen Schnuppertag.



#WirinddieKHWE

khwe.de   

### SENIORENTREFF ST. MARIEN

Marktstraße 9, 32839 Steinheim

Telefon: 05233/208 24 00

Mail: seniorentreff.steinheim@khwe.de

Montags bis freitags von 8 bis 15.30 Uhr

NEU  
AM  
KUMP

# Mental Health Café Steinheim

## Rückblick und Ausblick

Das Mental Health Café in Steinheim ist erfolgreich in sein zweites Jahr gestartet.

**Anne Bielemeier berichtet:**

Wenn ich auf das vergangene Jahr zurückblicke, zeigt sich für mich sehr klar: Dieses Format wird gebraucht.

Alle Termine waren gut besucht, die Resonanz durchweg positiv.

Das berührt mich - und bestätigt gleichzeitig das, was ich schon lange beobachte: Viele Menschen suchen nach einem Raum, in dem sie sich mit dem Thema mentale Gesundheit auseinandersetzen können - ohne Druck, ohne Bewertung.

Das Mental Health Café war von Anfang an nicht als reine Vortragsreihe gedacht.

Mir war wichtig, einen Rahmen zu schaffen, in dem Wissen und Begegnung zusammenkommen dürfen.

Impuls und Austausch. Inhalt und Verbindung. Nach jedem Termin bleibt bewusst Zeit für Gespräche, Fragen und Begegnung. Genau dort entsteht oft das, was im Alltag so selten geworden ist: echtes Verstehen. Im vergangenen Jahr durfte ich mit vielen engagierten und kompetenten Referentinnen und Referenten zusammenarbeiten. Auch im kommenden Halbjahr wird es wieder unterschiedliche Themen und Perspektiven geben. Was mich dabei besonders freut: Dass sich nicht nur Inhalte entwickeln, sondern auch ein Netzwerk. Für mich ist dieses entstehende Netzwerk ein zentraler Bestandteil. Gerade im Bereich



*Dr. Anne Bielemeier,  
Heilpraktikerin  
für Psychotherapie*

der mentalen Gesundheit braucht es mehr Zusammenarbeit - nicht weniger. Unterschiedliche fachliche Perspektiven dürfen nebeneinander stehen, sich ergänzen und weiterführen.

Damit Menschen nicht nur Informationen bekommen, sondern auch Orientierung. Denn genau daran fehlt es häufig: Viele wissen nicht, welche Form von Unterstützung für sie eigentlich passend ist.

Therapie, Coaching, Beratung, Begleitung - die Unterschiede sind nicht immer klar. Ich erlebe immer wieder, wie viel Unsicherheit daraus entsteht. Umso wichtiger ist es, dass wir hier sauber arbeiten, uns innerhalb unserer Kompetenzen bewegen und gleichzeitig gut vernetzt sind. Gleichzeitig bin ich überzeugt: Wir befinden uns gesellschaftlich an einem Punkt, an dem mentale Gesundheit nicht länger ein Randthema sein kann. Die steigenden Zahlen von Erschöpfung, Angst und Depression - auch bei jungen Menschen - machen deutlich, dass wir neue Wege brauchen.

Für mich ist das Mental Health Café ein solcher Weg. Ein erster Schritt. Ein Raum, in dem mentale Gesundheit sichtbar werden darf. Ein Ort, an dem Wissen zugänglich ist und Gespräche entstehen können. Und vielleicht auch ein Anfang, dieses Thema Stück für Stück aus der Scham zu holen - hinein in die Mitte unserer Gesellschaft.



*Elke Freitag,  
Hebamme*



*Susanne Brunnert,  
Heilpraktikerin  
für Psychotherapie*



*Sarah Wesdijk - Eigentümerin des „café heiter bis lecker“ - und Dr. Anne Bielemeier (links im Bild) freuen sich auf das MENTAL HEALTH CAFÉ*



Christine Eickert,  
Künstlerin & Coach (Weseratelier)



Marina Hein,  
Ganzheitliche Frauenbegleiterin

# MENTAL HEALTH CAFÉ

Psychische Erkrankungen sind kein Randphänomen, sondern treffen jede:n dritte:n Deutsche:n. Wir müssen ändern, dass und wie wir über psychische Gesundheit reden - auch hier vor Ort! Dieses Café richtet sich an Betroffene, Angehörige und jeden der sich für das Thema „**Mental Health**“ interessiert.



## Diese spannenden Themen erwarten Dich:

- 09.07.2026** Dr. Anne Bielemeier – Heilpraktikerin für Psychotherapie & Mentorin, „Ängste verstehen und mit ihnen umgehen lernen – in herausfordernden Zeiten“
- 03.09.2026** Elke Freitag – Hebamme – Darmberaterin „Frauenpower aus dem Darm heraus“
- 01.10.2026** Susanne Brunnert, Heilpraktikerin für Psychotherapie, „ADHS und Autismus bei Frauen – warum Neurodivergenz oft lange unerkannt bleibt“
- 05.11.2026** Christine Eickert, Künstlerin & Coach (Weseratelier), „Wie wirkt sich Kunst auf deine Gesundheit aus“
- 03.12.2026** Marina Hein, Ganzheitliche Frauenbegleiterin „Zwischen Alltag und Funktionieren – Wie Körperarbeit uns wieder ins Spüren bringen kann“



Das Café findet in den Räumlichkeiten des **CAFÉ HEITER BIS LECKER STATT.**



*Ich freu mich riesig auf dich und deine Geschichte.  
Deine Anne*

**Café Heiter bis Lecker**  
Chemical Check Platz 25 · 32839 Steinheim



*Abtauchen und Wohlfühlen - die Driburg Therme bietet eine moderne Thermal-Badelandschaft mit staatlich anerkanntem Heilwasser.*

## Driburg Therme wieder mehrfach ausgezeichnet

Fragt man Verena Reimann, die Geschäftsführerin der Stadtwerke Bad Driburg GmbH, nach der Entwicklung der Driburg Therme im vergangenen Jahr, sagt sie nur „Ausgezeichnet!“ und meint das gleich in mehrfacher Hinsicht: Denn nicht nur die Besucher- und Umsatzzahlen der Therme sind erneut gestiegen. Die Driburg Therme erhielt zudem erneut das Prädikat „Sauna Premium“ des Deutschen Sauna-Bundes und die Bestätigung der „Barrierefreiheit“ der Bundeskoordinierungsstelle „Reisen für Alle“.

Über 112.000 Personen haben die Driburg Therme im Jahr 2025 besucht - so viel, wie schon lange nicht mehr. Zudem ist die durchschnittliche Aufenthaltsdauer in der Therme spürbar gestiegen: Immer mehr Gäste aus nah und fern entscheiden sich für einen Tagesaufenthalt in der Driburg Therme und/oder einen Besuch des Café/Bistros.

Dabei muss Erholen nicht teuer sein: Trotz der im Mai 2025 vorgenommenen Anpassung der Eintrittsentgelte ist die



*In der modernen Saunalandschaft erwarten die Besucher zahlreiche Angebote zur Entspannung und Regeneration. Fotos: Bad Driburger Touristik GmbH / D. Ketz*

Driburg Therme weiterhin einer der Anbieter mit dem bestem Preis-/Leistungsverhältnis am deutschen Markt. So steht die Driburg Therme bei „reisereporter.de“ ganz oben auf der Liste von sechs empfohlenen Bade- und Saunalandschaften und wird gern von jungen Familien für die Wassergewöhnung von Kleinkindern genutzt.

Um dem eigenen und dem Qualitätsanspruch ihrer Gäste zu entsprechen, lässt die Driburg Therme ihr Angebot regelmäßig unabhängig prüfen. So erreichte sie im vergangenen Jahr erneut die Auszeichnung „Sauna Premium“ des Deutschen Sauna-Bundes und darf sich mit dieser Auszeichnung in den nächsten drei Jahren schmücken. Das Zertifizierungssystem des Deutschen Sauna-Bundes gibt es seit 2008. Es besteht aus den drei Qualitätszeichen „SaunaClassic“, „SaunaSelection“ und „SaunaPremium“ und legt ein großes Augenmerk auf Qualität und Kundenzufriedenheit. Dabei stellt die Stufe „SaunaPremium“ die höchsten Anforderungen an die Betreiber. Nach Angaben des Deutschen Sauna-Bundes sind zurzeit rund 150 öffentliche Saunabetriebe in Deutschland und Österreich zertifiziert. Im Hochstift, also in den Kreisen Höxter und Paderborn, ist die Driburg Therme das einzige Thermalbad mit einer Auszeichnung dieser Qualitätszeichen.

Das Angebot der Driburg Therme wurde im letzten Jahr zudem erneut nach den Kriterien der bundesweiten Kennzeichnung „Reisen für Alle“ eingestuft. Die Driburg Therme ist damit berechtigt, im Zeitraum bis Juni 2028 die Auszeichnung „Barrierefreiheit geprüft“ sowie die dazu gehörigen Piktogramme zu führen. Die Kennzeichnung „Reisen für Alle“ basiert auf bundesweit einheitlichen, gemeinsam mit Betroffenenverbänden, touristischen Institutionen und Experten entwickelten Kriterien und gewährleistet Transparenz, Sicherheit und verlässliche Vergleichbarkeit.



**Die Driburg Therme sieht sich als Gesundheitsbad, in dem beim Baden in Heilwasser und beim Saunieren Ruhe und Erholung genossen werden kann.**

Das Gebäude der Driburg Therme ist ebenso stufenlos erreichbar wie fast alle für den Gast nutzbaren Räume und Einrichtungen. Dazu gehört, dass die Durchgänge/Türen eine Mindestbreite von 90 cm aufweisen und ein „Sanitär-raum für alle“ - also auch für Menschen mit Behinderung - bereitsteht. Ebenso stehen Rollstühle und Rollatoren bereit, damit Menschen, die auf diese angewiesen sind, von ihren Geräten auf die im Bad zugelassenen umsteigen können.

Alles in allem bietet die Driburg Therme somit Besuchergruppen mit unterschiedlichen Wünschen und Anforderungen ein tolles Erholungsangebot zu einem attraktiven Preis-/Leistungsverhältnis. Egal, ob allein, mit Freunden oder der Familie: Ein Aufenthalt in der Driburg Therme ist wie ein Kurzurlaub. Beim Wasser in den Thermalbecken handelt es sich um Staatlich anerkanntes Heilwasser, das reich an Mineralien ist und bei verschiedenen körperlichen Beschwerden als lindernd und wohltuend empfunden wird.

Für Nutzer von Firmenfitness-Apps wie „Hansefit“, „Wellpass“ und „Sportnavi“ ist in der Mitgliedschaft je nach Anbieter freier Eintritt für einen 1 ½- oder 2 ½-stündigen Aufenthalt inkludiert. Bei Überschreiten der Zeit oder Nutzen zusätzlicher Angebote braucht der Gast nur die Differenz zum vom Anbieter übernommenen Tarif entrichten.

Die Driburg Therme ist samstags und an Sonn- und Feiertagen von 10:00 bis 20:00 Uhr, montags von 14:00 bis 22:00 Uhr und dienstags bis freitags von 10:00 bis 22:00 Uhr geöffnet. Am Mittwoch (außer an Feiertagen) bleibt die Saunalandschaft ab 18:00 Uhr den Damen vorbehalten. Am ersten Freitag im Monat ist „Kerzenscheinsauna“ - dann ist die Therme bis Mitternacht geöffnet und auch im Badbereich darf ab etwa 20:00 Uhr textilfrei geschwommen werden. Fällt der Tag auf einen Feiertag, wird die Kerzenscheinsauna am nächsten Freitag nachgeholt.

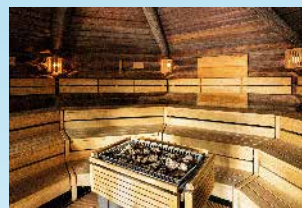
Weitere Informationen sind über die Internetseite [www.driburg-therme.de](http://www.driburg-therme.de) abrufbar.

**„Zeit, die wir uns nehmen,  
ist Zeit, die uns etwas gibt.“ Ernst Ferstl**

**Nimm dir jetzt deine Auszeit in der Driburg Therme,  
bade dich in Staatlich anerkanntem Heilwasser gesund,  
relax' beim Saunieren und Dampfbaden, genieß' eine Massage,  
gönn' dir ein kühles Getränk und verwöhn' deinen Gaumen im Thermen-Bistro!**



Fotos: Copyright by Bad Driburger Touristik GmbH / D. Ketz



**Die Driburg Therme ist  
samstags und sonntags sowie an Feiertagen von 10:00 bis 20:00 Uhr,  
montags von 14:00 bis 22:00 Uhr  
und dienstags bis freitags von 10:00 bis 22:00 Uhr geöffnet.  
Mittwochs bleibt die Saunalandschaft ab 18:00 Uhr den Damen vorbehalten.  
Am Kerzenscheinsaunaabend (erster Freitag im Monat,  
außer an Feiertagen) schließen wir erst um 24:00 Uhr.**



**www.driburg-therme.de**



# Ihre Mitarbeitenden sind Ihr wichtigstes Kapital.

## Zeit in Gesundheit zu investieren!

Eine betriebliche Krankenversicherung (bKV) ist heute weit mehr als ein zusätzlicher Benefit - sie ist ein starkes Instrument zur Mitarbeiterbindung und ein klares Zeichen moderner Unternehmenskultur. In Zeiten von Fachkräftemangel und steigendem Gesundheitsbewusstsein gewinnt sie zunehmend an Bedeutung.

Für Arbeitnehmer bietet die bKV einen direkten Mehrwert: Sie erhalten Zugang zu hochwertigen Gesundheitsleistungen, ohne Gesundheitsprüfung und mit sofortigem Versicherungsschutz - ohne Wartezeiten! Dazu zählen beispielsweise Zuschüsse für Zahnersatz, Sehhilfen, Vorsorgeuntersuchungen oder alternative Heilmethoden. Lange Wartezeiten und Versorgungslücken der gesetzlichen Krankenversicherung können so effektiv ausgeglichen werden. Das steigert nicht nur die individuelle Gesundheit, sondern auch das persönliche Wohlbefinden und die Motivation im Arbeitsalltag.

Auch Arbeitgeber profitieren in mehrfacher Hinsicht. Eine bKV erhöht die Attraktivität des Unternehmens im

Wettbewerb um qualifizierte Fachkräfte und stärkt gleichzeitig die Bindung bestehender Mitarbeiter. Gesunde und zufriedene Mitarbeiter sind nachweislich leistungsfähiger und fehlen seltener krankheitsbedingt. Dadurch lassen sich Ausfallzeiten reduzieren und die Produktivität langfristig sichern.

Ein weiterer Vorteil liegt in der einfachen Umsetzung: Die Beiträge werden in der Regel vom Arbeitgeber übernommen und können steuerlich geltend gemacht werden. Gleichzeitig bleibt der Verwaltungsaufwand überschaubar, da der Versicherer digitale und unkomplizierte Lösungen anbietet.

Die betriebliche Krankenversicherung ist somit eine Win-Win-Situation für beide Seiten: Mitarbeiter profitieren von besseren Gesundheitsleistungen und mehr Sicherheit, während Unternehmen ihre Attraktivität steigern, ihre Belegschaft stärken und nachhaltig in die Zukunft investieren.

## Ihre Mitarbeitenden sind Ihr wichtigstes Kapital. Zeit, in Gesundheit zu investieren!

# Betriebliche Krankenversicherung

- ✓ Attraktives Zusatzangebot zur gesetzlichen Krankenversicherung
- ✓ Mehrfach ausgezeichnete Leistungen
- ✓ Individuell anpassbare Tarife – steuerlich attraktiv
- ✓ Schnelle Umsetzung ohne großen Verwaltungsaufwand

### Gerne berate ich Sie persönlich!



## Versicherungen Philipp Frahmke

Caspar-Heinrich-Straße 4    Warburger Straße 13  
 33014 Bad Driburg            33034 Brakel  
 Telefon 05253 9347343    Telefon 05272 39777

## Modern, regional, sportlich stark: Der REWE Stein in Nieheim

Wer auf eine **proteinreiche Ernährung**, hochwertige **Sportlernahrung** und bewusstes Einkaufen setzt, ist im REWE-Markt von Kaufmann **Sebastian Stein, Alersfelde 28**, genau richtig. Der modern gestaltete Markt bietet alles, was aktive Menschen, Sportlerinnen und Sportler oder alle, die sich gesünder ernähren möchten, für ihren Alltag brauchen.

Das zeigt sich schon an der großen Auswahl an Proteinernahrung: Rund **vier Meter** Regalfläche sind gefüllt mit angesagten Marken wie ESN, Ahead, More Nutrition und Koro. Von Proteinpulvern über Riegel und Snacks bis hin zu funktionalen Lebensmitteln - hier findet jeder das passende Produkt zur Unterstützung seines Trainings und seiner Ernährungsziele.

### Frische, die man schmeckt

Eines der Highlights des Marktes ist die Obst- und Gemüse-Abteilung. Neben exotischen und regionalen Vitaminbomben bietet die Salatbar auch eine große Auswahl an fertig geschnittenen Zutaten, aus denen sich jede:r eine eigene Mahlzeit zusammenstellen kann. Auch die Convenience-Truhen bieten täglich frisch zubereitete Snacks für den schnellen und bewussten Genuss. Genauso vielfältig ist die **Frischetheke** für Fleisch, Wurst und Käse. Hier finden Kund:innen nicht nur köstliche Spezialitäten, u.a. auch aus eigener Herstellung, sondern auch ein starkes Team,

das jederzeit mit Tipps und einer kompetenten Beratung zur Verfügung steht.

### Mehr Service

Beim Einkaufen profitieren Kundinnen und Kunden von einem umfangreichen Serviceangebot. Dazu gehören der praktische **REWE Abholservice**, mit dem Einkäufe bequem online bestellt und fertig gepackt im Markt abgeholt werden können. Für alle, die gerne selbst einkaufen, aber dennoch Zeit sparen möchten, bieten die SCO-Kassen einen schnellen Kassiervorgang ohne langes Schlange stehen. Wer beim Einkaufen zusätzlich punkten möchte, profitiert vom **REWE Bonus** - ideal für alle, die clever sparen und noch mehr aus ihrem Einkauf herausholen wollen. Der großzügige Parkplatz ermöglicht zudem einen bequemen Einkauf. Das Team des REWE Sebastian Stein steht den Kund:innen montags bis samstags von 7 bis 22 Uhr zur Verfügung.

### Stark für die Region

Kaufmann Sebastian Stein ist nicht nur Kaufmann aus Leidenschaft, sondern darüber hinaus für Nieheim aktiv: Er unterstützt den **FC Nieheim**, den **Schwimmverein**, arbeitet eng mit **Kitas** zusammen und engagiert sich gemeinsam mit **Expica** für lokale Projekte. Dieser Einsatz zeigt: REWE Stein ist nicht nur ein Markt, sondern ein lebendiger Teil der Gemeinschaft.



**REWE**  
Familie Stein  
Dein Markt

Die Zutaten, die  
zu deinem Leben  
passen – findest  
du bei uns im  
**REWE Markt.**

Alersfelde 28 • 33039 Nieheim

Für dich geöffnet:  
Montag – Samstag von 7 bis 22 Uhr

Sammler  
Euros in der  
REWE App!

REWE  
Bonus

rewe.de



# „Urlaub‘ Dich gesund“ - Bad Driburg bringt Gesundheit auf die Bühne

„Gesundheit ist hier!“ -

Bad Driburg lädt vom 24. - 30. August zum LoSaGa-Gesundheitsfestival ein



*Die Kombination aus klassischen Gesundheitsangeboten und Outdoor-Aktivitäten zeigen Alternativen auf, wie Gesundheit gelebt werden kann*

(© Bad Driburger Touristik GmbH / D.Ketz)

Sieben Tage wird ganz Bad Driburg zur Bühne für Gesundheit. Was liegt dabei näher, als die vorhandene medizinische Kompetenz, die sich in dem traditionellen Moor- und Mineralheilbad über Jahrhunderte aufgebaut hat, zu nutzen.

Unter dem Motto „Urlaub‘ Dich gesund - wir kreieren mit Ihnen Ihr Gesundheitsglück“ lädt Bad Driburg in diesem Jahr erstmals zur LoSaGa-Woche ein. Im Mittelpunkt stehen Gesundheit, Erholung und Lebensfreude. LoSaGa steht dabei für LOngevity, SAnus und Gesundheits-Akademie, also für die Idee, länger gesund zu leben und nicht nur älter zu werden. Vom 24. - 30. August 2026 finden in Kliniken, Gesundheitseinrichtungen, Hotels, Parks und öffentlichen Räumen interessante Workshops, Vorträge und Erlebnisformate statt, die zeigen, wie Gesundheit gestaltet und gelebt werden kann: praxisnah, inspirierend und gemeinschaftlich. Eine Woche, in der Bad Driburg und Gesundheit erlebbar werden. Die Teilnehmer können während der LoSaGa-Woche aus einer Vielzahl an Gesundheitsangeboten und Veranstaltungen ihren eigenen Aktionsplanplan zusammenstellen. Dabei wird das gesamte Stadtgebiet mit einbezogen. Das Programm reicht von klassischen Indoor-Angeboten bis hin zu Aktivitäten in den Parkanlagen und den Wäldern rund um Bad Driburg.

## #Gesundheitsglück

Die LoSaGa-Woche ist kein virtuelles Konzept, sondern ein reales Erlebnis. Eine Woche, ein Ort, viele Erlebnisse, die zum Wohlfühlen beitragen, denn ein buntes Rahmenprogramm mit Musik und Kulinarik verleiht der Gesundheitswoche einen Festivalcharakter. Jeden Tag



*Viele Gesundheitseinrichtungen in Bad Driburg beteiligen sich mit ihrem Knowhow an der LoSaGa-Woche mit einem abwechslungsreichen Programm*

(© Teutoburger Wald Tourismus-Klinik Berlin / sabrinity)

um 17 Uhr bilden die Brunnenarkaden im Gräflichen Park einen Treffpunkt zum gemeinsamen Kennenlernen, Netzwerken und Austauschen mit anderen Teilnehmern und Akteuren.

## Ein Baukasten voller Gesundheit

Der „Baukasten“, aus dem die Teilnehmer der LoSaGa-Woche ihre Aktivitäten buchen können, ist reich gefüllt. Es gibt spannende Fachvorträge, medizinische und therapeutische Workshops, außergewöhnliche Erlebnisformate sowie diverse Sport- und Entspannungsangebote für jedes Fitness- und Wissenslevel. Weiterhin öffnen verschiedene Gesundheitseinrichtungen ihre Türen oder sind mit fachlichen Infoständen vor Ort. Dabei stellen sich die Teilnehmer nach den eigenen Interessen selbst ihren Plan zusammen und entscheiden individuell, ob sie die gesamte LoSaGa-Woche teilnehmen oder nur einzelne Veranstaltungen buchen. Unter [www.losaga.de](http://www.losaga.de) findet man eine Übersicht aller Veranstaltungen, die online auch bereits gebucht werden können, wie beispielsweise Gesundheitspsychologie oder Medizinisches Qi Gong, Atem-Einzeltherapien, Meditation, Yoga oder Aquafitness, Workouts zu Kraft und Ausdauer oder „Wandern und Wasser“ nach Kneipp.



## Weitere Informationen gibt es bei der

Bad Driburger Touristik GmbH  
Lange Str. 87, 33014 Bad Driburg,  
Tel.: 05253 98940

E-Mail: [info@losaga.de](mailto:info@losaga.de), [www.losaga.de](http://www.losaga.de)



**BAD DRIBURG**  
GRÄFLICHES HEILBAD

## GESUNDHEITSGLÜCK



**24. - 30. AUGUST 2026**

### URLAUB' DICH GESUND – WIR KREIEREN IHR GESUNDHEITSGLÜCK

In diesem Jahr lädt Bad Driburg erstmals zum Gesundheitsfestival **LoSaGa** ein. Unter dem Leitgedanken **Longevity**, **Sanus** und **Gesundheitsakademie** erwartet Sie eine inspirierende Woche, in der sich alles um ein Ziel dreht: lange gesund leben!

Erleben Sie, wie moderne Longevity-Forschung praktisch umgesetzt wird – mit den zentralen Säulen Bewegung, erholsamer Schlaf, bewusste Ernährung sowie mentale und seelische Gesundheit. Freuen Sie sich auf ein vielfältiges Programm, das zeigt, wie Gesundheit aktiv gestaltet und nachhaltig gelebt werden kann.

#### GESUND ALT WERDEN – VITAL JUNG BLEIBEN!

LoSaGa ist mehr als ein Festival: Es ist ein Ort der Erholung, Lebensfreude und neuen Energie. Ganz nach dem Motto „Gesundheit ist hier!“ verwandelt sich Bad Driburg in eine lebendige Gesundheitswelt: In Kliniken, Gesundheitszentren, Hotels, Parks und öffentlichen Räumen erwarten Sie praxisnahe Workshops, spannende Vorträge und interaktive Erlebnisformate – inspirierend, gemeinschaftlich und direkt umsetzbar.

**Erleben Sie bewegende Tage für Ihr Wohlbefinden.**

Weitere Informationen zu Anmeldung und Teilnahme unter [www.losaga.de](http://www.losaga.de) oder per QR-Code



**i BAD DRIBURGER TOURISTIK GMBH**

Lange Straße 87 · 33014 Bad Driburg · Telefon 05253 9894-0 · [info@bad-driburg.com](mailto:info@bad-driburg.com) · [www.bad-driburg.com](http://www.bad-driburg.com)

# Zahngesundheit ganzheitlich gedacht



Dr. Cornelia Lohe im Beratungsgespräch.

Für viele Menschen bedeutet der Zahnarztbesuch vor allem Kontrolle oder Prophylaxe. In der Praxis von Dr. Cornelia Lohe steht jedoch ein ganzheitlicher Blick auf den Mundraum im Mittelpunkt. Das Konzept verbindet Zahnmedizin, Kieferorthopädie, Prophylaxe und Parodontologie bis hin zur Kindersprechstunde - individuell abgestimmt auf jeden Patienten.

## Kieferorthopädie - für jedes Alter

Die Behandlung richtet sich an Kinder, Jugendliche und Erwachsene. Ein Schwerpunkt liegt auf der frühzeitigen

Erkennung von Fehlentwicklungen, um das Wachstum gezielt zu begleiten. Auch Erwachsene können noch Korrekturen vornehmen lassen - neben klassischen Zahnspangen kommen moderne, nahezu unsichtbare Aligner zum Einsatz. Ergänzend bietet die Praxis Behandlungen bei Kiefergelenksbeschwerden (CMD-Therapie) an.

Außerdem werden Lösungen durch individuell angepasste Schienen für Schlafapnoe oder Schnarchen angeboten.

## Kindersprechstunde - frühzeitig begleiten

Die Kindersprechstunde der Praxis richtet sich an die Kleinsten und macht den Zahnarztbesuch zu einem positiven Erlebnis. In einer freundlichen, kindgerechten Atmosphäre steht nicht nur die gründliche Diagnostik im Vordergrund, sondern auch das Wohlbefinden der Kinder. Spielerisch lernen sie, wie wichtig Zahnpflege ist, und entwickeln eine positive Beziehung zur Zahnmedizin.

## Prophylaxe - mehr als Zahnreinigung

Die Prophylaxe geht über die klassische Zahnreinigung hinaus. Mit der Guided Biofilm Therapy wird Biofilm schonend und gründlich entfernt. Ergänzend ermöglicht ein Blutanalysegerät die Bestimmung wichtiger Werte wie Vitamin D oder Entzündungsmarker, die in die individuelle Beratung einfließen.

Denn ein gesunder Mund wirkt sich auf den gesamten Körper aus. Regelmäßige Vorsorge unterstützt langfristig nicht nur die Zahngesundheit, sondern auch das allgemeine Wohlbefinden. Im Mittelpunkt steht dabei stets ein Ziel: nachhaltige Zahngesundheit und ein gutes Gefühl - in jedem Alter.

ZAHNARZTPRAXIS DR. LOHE  
STEINHEIM

# Ein starkes Team

für Ihr schönstes Lächeln.

MODERNE ZAHNMEDIZIN  
MIT HERZ.  
PERSÖNLICH. KOMPETENT. GANZHEITLICH.

<p>KINDERZAHNHEILKUNDE</p> <p>Mit Gefühl und Einfühlungsvermögen für unsere kleinen Patienten</p>	<p>PARADONTHOLOGIE &amp; PROPHYLAXE</p> <p>Gesundes Zahnfleisch für starke Zähne und mehr Wohlbefinden</p>	<p>KIEFERORTHOPÄDIE</p> <p>für gerade Zähne bei Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen</p>	<p>GANZHEITLICH ORIENTIERTE ZAHNMEDIZIN</p> <p>Zahnmedizin im Einklang mit Ihrem Körper und Wohlbefinden</p>
---	--	---	--

Möchten Sie auch ein Teil des Teams sein?  
DANN BEWERBEN SIE SICH JETZT.

ZÄHNÄRZTIN | Dr. med. dent. Cornelia Lohe | Moskauerstr. 42 | 31233 Steinkirchen | 05233 998 998 | za@zahnlohe.de

Alle Behandlungen erfolgen nach den individuellen Voraussetzungen und in Absprache mit Ihnen.



# Sehen neu erleben: Der PASKAL 3D-Erlebnis-Sehtest bei Schürmann Brille + Linse

Moderne Augenoptik geht heute weit über das klassische „Buchstabenlesen“ hinaus. Bei Schürmann Brille + Linse setzt man deshalb auf eine innovative Technologie: den PASKAL 3D-Erlebnis-Sehtest. Dieses Verfahren verbindet höchste Messpräzision mit einem völlig neuen Seherlebnis - realitätsnah, komfortabel und beeindruckend zugleich.

## Augenprüfung wie im echten Leben

Während bei herkömmlichen Sehtests meist ein Auge abgedeckt wird, bleiben beim PASKAL 3D-Sehtest beide Augen durchgehend geöffnet. So wird das Sehen unter natürlichen Bedingungen geprüft - genau so, wie es im Alltag tatsächlich stattfindet.

Möglich wird dies durch modernste 3D-Technologie: Jedes Auge erhält gezielt unterschiedliche Bildinformationen, ohne dass der Kunde dies bewusst wahrnimmt. Statt nüchterner Sehzeichen betrachten die Kundinnen und Kunden farbige Landschaften oder dreidimensionale Szenen - ein Sehtest, der sich fast wie ein visuelles Erlebnis anfühlt.

## Mehr Präzision durch binokulares Sehen

Der entscheidende Vorteil liegt im sogenannten binokularen Messverfahren. Beide Augen arbeiten gleichzeitig zusammen, wodurch das Zusammenspiel - also das räumliche Sehen - exakt analysiert werden kann.

Das Ergebnis: deutlich präzisere Messwerte, beispielsweise auch bei Hornhautverkrümmung oder komplexeren Sehproblemen. Selbst kleinste Abweichungen können erkannt und korrigiert werden - eine wichtige Grundlage für optimal angepasste Brillengläser.

## Komfortabel, natürlich und entspannt

Ein weiterer Vorteil: Die Messung erfolgt in einer angenehmen, entspannten Sehsituation. Durch die realitätsnahen Bilder und das natürliche Sehverhalten empfinden viele Kundinnen und Kunden den Test deutlich komfortabler als klassische Verfahren. Gleichzeitig wird neben der Sehschärfe auch das Kontrastsehen überprüft - ein wichtiger Faktor für gutes Sehen bei Dämmerung oder im Straßenverkehr.

## Grundlage für besseres Sehen im Alltag

Die präzisen Messergebnisse bilden die Basis für individuell angepasste Brillengläser. Das bedeutet für die Kundinnen und Kunden:

- bessere Sehschärfe
- schnelleres Eingewöhnen an neue Brillen
- mehr Sicherheit im Alltag

Durch die realitätsnahe Messung kann das Sehen gezielt optimiert werden - ob beim Lesen, Autofahren oder Arbeiten am Bildschirm.



Das Team von Schürmann Brille + Linse setzt auf Innovation und Qualität: Markus Schürmann mit Mitarbeiterin Mara Hüpping

## Innovation bei Schürmann Brille + Linse

Mit dem Einsatz des PASKAL 3D-Erlebnis-Sehtests unterstreicht Schürmann Brille + Linse seinen Anspruch, modernste Technik mit persönlicher Beratung zu verbinden.

Das Ergebnis ist ein Sehtest, der nicht nur präziser ist als herkömmliche Methoden, sondern auch deutlich angenehmer - und damit ein echter Fortschritt für alle, die Wert auf bestmögliche Sehqualität legen.



**PASKAL 3D-Erlebnis**  
in Bad Driburg

**Einladung zum PASKAL  
3D-Erlebnis-Sehtest!**

**Wir freuen uns auf Ihren Besuch!**  
**Ihr Team von Schürmann brille + linse**

**SCHÜRMMANN**  
brille + linse

Lange Straße 102 · 33014 Bad Driburg  
Fon 05253.4383 · Fax 05253.1248

[www.schuermann-brille.de](http://www.schuermann-brille.de)



Paskal 3D Sehtest - 3-dimensionale Augenprüfung in 3D-Technik (räumliches Sehen)

# Bewegungstherapie bei Krebserkrankung

Reha-Trainer Andreas Kraft aus Bad Driburg ist als OTT-Therapeut zertifiziert

Bad Driburg. In seinem Studio in der City-Passage in Bad Driburg an der Langen Straße 106 bietet Reha-Therapeut Andreas Kraft (60) seit fast zwei Jahren persönliche Trainings und Gruppenkurse sowie Gesundheits- und Sportberatung, verschiedene Massagen für Wellness, Massage und Prävention an.

Jetzt sind dort auch Krebspatienten in guten Händen. „Es ist mir schon seit längerer Zeit ein besonderes Anliegen, denn ich war früher selbst Krebspatient und hätte mir gewünscht, dass es diese Form der begleitenden Unterstützung gegeben hätte“, erzählt Andreas Kraft. Dazu hat Andreas Kraft an einem besonderen Qualifikation zur OTT-Zertifizierung teilgenommen. „Die ist jetzt abgeschlossen und ich darf offiziell das OTT-Siegel verwenden“, freut sich OTT-Therapeut Andreas Kraft.

Die Abkürzung OTT steht für Onkologische Trainings- und Bewegungstherapie und ist ein von der medizinischen Universität Köln entwickeltes Programm. Früher galt für Krebspatientinnen und -patienten: möglichst schonen und wenig Belastung. Das ist mittlerweile überholt. Heute sind Medizinerinnen und Mediziner sowie Wissenschaftlerinnen



**OTT-Therapeut Andreas Kraft hilft Menschen mit einer onkologischen Diagnose.**

und Wissenschaftler von einem positiven Zusammenhang von körperlicher Aktivität und der psychischen Verfassung von Krebskranken überzeugt.

Das Hauptziel der Onkologischen Trainings- und Bewegungstherapie ist die Reduzierung und Verhinderung erkrankungsbedingter Auswirkungen sowie die Minderung von Nebenwirkungen, die durch die Vielzahl therapeutischer Maßnahmen wie Chemotherapie, Bestrahlung, Operation, Hormontherapie, Antikörpertherapie oder Immuntherapie entstehen können.

Die Trainingsfläche ist mit verschiedenen Geräten zum Kraft- und Ausdauertraining ausgestattet, die dem aktuellen Stand entsprechen. Persönliche Trainingsdaten und individuelle Geräteeinstellungen der Patientinnen und Patienten werden automatisch erfasst. Die Patientinnen und Patienten trainieren so jederzeit entsprechend

ihrer Belastbarkeit und Leistungsfähigkeit. Dies ermöglicht eine sehr selbstständige und unkomplizierte Trainingsform. „Auch meine Räumlichkeiten wurden als OTT-geeignet zertifiziert, und entsprechen den Voraussetzungen“, betont der Reha-Therapeut. Wichtig ist dabei der ganzheitliche Ansatz. Auch eine angepasste Ernährung ist ein entscheidender Bestandteil der Begleittherapie bei Krebserkrankungen und soll in enger Abstimmung mit der Bewegungstherapie erfolgen. Andreas Kraft rät dazu, dass direkt nach der Diagnosestellung mit OTT begonnen werden sollte. „Es geht auch darum, den Körper auf die sehr belastende Krebstherapie vorzubereiten und je besser man vorbereitet ist, umso besser sind auch die Erfolgsaussichten“, weiß der OTT-Therapeut aus eigener Erfahrung. Eine bedarfsgerechte Ernährung hilft, den Körper während der anstrengenden Behandlungen (wie Chemotherapie oder Bestrahlung) zu stärken und Nebenwirkungen abzumildern. Bestimmte Nährstoffe können helfen, die Immunabwehr zu unterstützen.

Das Physio-Training dient vor allem dem Erhalt von Muskelmasse. Viele Krebspatienten leiden unter ungewolltem Gewichts- und Muskelverlust (Tumorkachexie), was zu Schwäche und Müdigkeit führt. Eine eiweißreiche Ernährung wirkt dem entgegen. In manchen Fällen werden die Kosten der OTT auch von der Krankenkasse übernommen.



*In seinem Studio verfügt Andreas Kraft über alle notwendigen Trainingsgeräte.*

**OTT – Onkologische Trainings- & Bewegungstherapie**

Training gegen Krebs





**Andreas Kraft**  
 zertifizierter OTT-Therapeut  
 Zertifizierter Heilpraktiker  
 Zertifizierter Heilpraktiker  
 Psychotherapie

Termine nach Vereinbarung  
**Tel.: 05253 / 93 999 02 · Mobil: 0151 / 26 06 35 47**

**Langestr. 106, 33014 Bad Driburg**  
**Mail: andreas kraft65@gmx.de**

# Praxisgemeinschaft für Ergotherapie und Logopädie

(sie) Kirsten Volmer und Martina Lohre ergänzen sich beruflich hervorragend und haben sich in Steinheim in 2023 zu einer Praxisgemeinschaft zusammengeschlossen. Ergotherapie und Logopädie haben unterschiedliche Behandlungsansätze, die Arbeit am Menschen, egal welchen Alters ist es, was die beiden Therapeutinnen an ihrer Arbeit lieben.

Die Praxis für Logopädie Kirsten Volmer steht seit vielen Jahren für kompetente und einfühlsame Therapie in der Region. Bereits seit 2004 in Steinheim und seit 2007 auch

in Nieheim tätig, bietet das engagierte Team umfassende logopädische Behandlungen für Kinder und Erwachsene an. Mit vier qualifizierten Therapeutinnen deckt die Praxis ein breites Spektrum ab: Behandelt werden Sprachentwicklungsstörungen bei Kindern, Artikulations- und Aussprachstörungen, Stimmstörungen sowie neurologisch bedingte Sprach- und Sprechstörungen, etwa nach einem Schlaganfall. Auch Schluckstörungen (Dysphagie) und Hörverarbeitungsstörungen gehören zum Therapiespektrum.

Ein besonderer Schwerpunkt liegt auf spezialisierten Therapieformen wie der LRS- und Legasthenie Förderung sowie der AUDIVA-Therapie zur Behandlung zentral-auditiver Wahrnehmungs- und Verarbeitungsstörungen. Die Therapieansätze werden individuell abgestimmt und orientieren sich stets an den persönlichen Bedürfnissen und Zielen der Patientinnen und Patienten.

In enger Zusammenarbeit mit Ärzten, Kitas und Altenheimen wird eine ganzheitliche Versorgung sichergestellt. Behandlungen finden flexibel in der Praxis oder als Hausbesuch statt. So verbindet die Praxis fachliche Kompetenz mit persönlicher Betreuung - für eine bestmögliche Unterstützung in jeder Lebensphase.



*Martina Lohre (links) und Kirsten Volmer lieben ihre therapeutische Arbeit. Foto: Margret Sieland*

Seit vielen Jahren steht Martina Lohre in Lemgo für eine ganzheitliche ergotherapeutische Behandlung. Bereits seit 2004 ist sie mit eigener Praxis in Lemgo tätig und seit 2023 auch in Steinheim.

Sie begleitet Menschen jeden Alters mit viel Erfahrung und Einfühlungsvermögen auf ihrem therapeutischen Weg.

Im Mittelpunkt ihrer Arbeit stehen individuelle Therapieansätze, die den Menschen in seiner Gesamtheit betrachten. Ein besonderer

Fokus liegt auf der Pädiatrie - dem medizinischen Fachgebiet, das sich mit der körperlichen, geistigen und seelischen Entwicklung von Kindern und Jugendlichen vom Neugeborenen bis zum jungen Erwachsenen befasst. Es umfasst die Prävention, Diagnostik und Behandlung von akuten sowie chronischen Erkrankungen, Entwicklungsstörungen und Fehlbildungen. In diesem Bereich behandelt Martina Lohre insbesondere Störungen der Feinmotorik, Konzentration und des Verhaltens. Ebenso begleitet sie Erwachsene mit psychischen und neurologischen Erkrankungen sowie Patientinnen und Patienten aus dem geriatrischen Bereich - insbesondere Menschen mit Demenz.

Ergänzt wird das Angebot seit 2024 durch kunsttherapeutische Elemente im Rahmen der Ergotherapie. Zudem arbeitet Martina Lohre nach dem Marte-Meo-Ansatz und schult Fachpersonal in dieser Methode.

Die Therapie erfolgt flexibel in der Praxis oder als Hausbesuch. Besonders in der Palliativmedizin ist ihr die Nähe zum Patienten ein zentrales Anliegen. Durch enge Kooperationen mit Kitas, Altenheimen und ihre Tätigkeit als Dozentin im Bereich Geriatrie - insbesondere Demenz - bietet sie eine umfassende und vernetzte Versorgung.



**PRAXIS FÜR LOGOPÄDIE**  
**KIRSTEN VOLMER** staatl. anerk. Logopädin,  
 diplomierte Legasthietrainerin EÖDL

**Praxis Steinheim**

Höxterstr. 16  
 32839 Steinheim

Fon: 0 52 33 - 95 44 84

Fax: 0 52 33 - 95 44 85

**Praxis Nieheim**

Kupferschmiede 15  
 33039 Nieheim

Fon: 0 52 74 - 95 31 25

Fax: 0 52 74 - 95 31 26

eMail: [info@logopaedie-volmer.de](mailto:info@logopaedie-volmer.de)  
[www.logopaedie-volmer.de](http://www.logopaedie-volmer.de)

**(e) engadina**  
 ergotherapeutische praxis  
 Martina Lohre



[www.engadina-ergotherapie.de](http://www.engadina-ergotherapie.de)

[info@engadina-ergotherapie.de](mailto:info@engadina-ergotherapie.de)

**Lagesche Str. 13**  
**32657 Lemgo**  
**05261 . 9 21 48 96**

**Höxterstr. 14**  
**32839 Steinheim**  
**05233 . 9 51 90 76**

Anzeige

## Stoffwechselaktivierung und mehr Energie durch IHHT



### Höhentraining mit dem IHHT Gerät

Die Intervall-Hypoxie-Hyperoxie-Therapie (IHHT) stammt ursprünglich aus der Höhenmedizin und wird heute zunehmend in der modernen orthopädischen Privatpraxis eingesetzt. Dabei atmen Patientinnen und Patienten im Wechsel sauerstoffarme und sauerstoffreiche Luft. Dieser Reiz aktiviert den Zellstoffwechsel und unterstützt Regenerationsprozesse.

Im Mittelpunkt stehen die Mitochondrien, die „Kraft-

werke“ der Zellen. Geschädigte Mitochondrien werden abgebaut und neue leistungsfähige aufgebaut. Dadurch verbessert sich die Sauerstoffverwertung, die Energieproduktion steigt und oxidativer Stress kann reduziert werden. Mögliche positive Effekte:

- gesteigerte Leistungsfähigkeit und Regeneration
  - bessere Durchblutung und Mikrozirkulation
  - Aktivierung des Fettstoffwechsels
  - erholsamer Schlaf und höhere Stressresistenz
  - Unterstützung von Fitness und allgemeinem Wohlbefinden
- IHHT wird meist in ein ganzheitliches Behandlungskonzept integriert - beispielsweise in Kombination mit Physiotherapie, manueller Medizin oder Ernährungsberatung.

## Ganzheitliche Medizin in der orthopädischen Privatpraxis



Ganzheitliche Verfahren verstehen sich nicht als Ersatz, sondern als sinnvolle Ergänzung zur klassischen Schulmedizin - besonders bei chronischen oder komplexen Beschwerden.

Immer mehr Menschen wünschen sich eine Medizin, die nicht nur Symptome behandelt, sondern den gesamten

Menschen betrachtet. In der ganzheitlichen Orthopädie werden daher neben strukturellen Veränderungen auch muskuläre Dysbalancen, Funktionsstörungen, nervale Fehlsteuerungen und Lebensstilfaktoren berücksichtigt.

Zum Einsatz kommen unter anderem:

- Manuelle Medizin
- Osteopathie
- Akupunktur
- Neuraltherapie
- Applied Kinesiologie

Ziel ist nicht nur Schmerzfremheit, sondern die nachhaltige Wiederherstellung von Beweglichkeit, Stabilität und Lebensqualität.

Ein besonderer Vorteil der orthopädischen Privatpraxis liegt in der individuellen Betreuung. Nach ausführlicher Diagnostik werden verschiedene Methoden gezielt kombiniert, um die Therapie optimal auf die Beschwerden und Bedürfnisse der Patientinnen und Patienten abzustimmen. Ganzheitliche Verfahren verstehen sich dabei nicht als Ersatz, sondern als sinnvolle Ergänzung zur klassischen Schulmedizin - besonders bei chronischen oder komplexen Beschwerden.

## Darmgesundheit und Mikrobiom

Die moderne orthopädische Privatpraxis setzt auf Prävention und ursachenorientierte Behandlung. Mithilfe moderner Diagnostik können Fehlbelastungen und Dysbalancen früh erkannt werden.

Der Darm gilt heute als Schlüsselorgan für die Gesundheit. Sein Mikrobiom - die Gesamtheit aller Darmbakterien - beeinflusst nicht nur Verdauung und Nährstoffaufnahme, sondern auch Immunsystem, Stoffwechsel und über die Darm-Hirn-Achse sogar das psychische Wohlbefinden.

Ein Ungleichgewicht des Mikrobioms wird mit Beschwerden wie Reizdarmsyndrom, Allergien, Übergewicht oder chronischen Entzündungen in Verbindung gebracht.

Eine Mikrobiomanalyse untersucht anhand einer Stuhlprobe die Zusammensetzung der Darmflora. Analysiert werden unter anderem:

- Vielfalt der Bakterienarten
- Verhältnis günstiger und problematischer Keime
- Hinweise auf Entzündungen oder Verdauungsstörungen
- Stoffwechselprodukte der Darmbakterien

Die Ergebnisse liefern wertvolle Hinweise, müssen jedoch immer individuell interpretiert werden, da jeder Mensch ein einzigartiges Mikrobiom besitzt.



Besonders sinnvoll kann eine Analyse sein bei:

- chronischen Verdauungsbeschwerden
- Reizdarmsyndrom
- häufigen Infekten
- nach Antibiotikatherapien
- Allergien oder Hautproblemen

Zur Förderung der Darmgesundheit empfehlen sich ballaststoffreiche Ernährung, fermentierte Lebensmittel, regelmäßige Bewegung, Stressreduktion und ein bewusster Umgang mit Antibiotika.

Die Mikrobiomforschung entwickelt sich rasant und gilt als wichtiger Bestandteil zukünftiger personalisierter Medizin.

## Longevity und orthopädische Gesundheit



Fachärztin Martina Ivanda verbindet klassische Orthopädie mit moderner Präventions- und Regenerationsmedizin. Longevity bedeutet nicht nur ein langes Leben, sondern möglichst gesund, aktiv und schmerzfrei zu altern. Eine zentrale Rolle spielt dabei der Bewegungsapparat. Gelenke, Muskeln, Sehnen und Knochen sind Voraussetzung für Mobilität, Selbstständigkeit und körperliche Leistungsfähigkeit. Beschwerden wie Arthrose, Fehlhaltungen oder chronische Schmerzen führen dagegen häufig zu Bewegungsmangel - einem bedeutenden Risikofaktor für altersbedingte Erkrankungen.

Die moderne orthopädische Privatpraxis setzt deshalb auf Prävention und ursachenorientierte Behandlung. Mithilfe moderner Diagnostik können Fehlbelastungen und Dysbalancen früh erkannt werden. Darauf aufbauend entstehen individuelle Therapie- und Trainingskonzepte.

Zu den häufig eingesetzten Maßnahmen gehören:

- Physiotherapie und manuelle Therapie
- gezieltes Kraft- und Stabilisationstraining
- regenerative Verfahren und Injektionstherapien
- individuelle Bewegungs- und Präventionskonzepte

Regelmäßige Bewegung verbessert Muskulatur, Gelenkstabilität und Knochendichte und wirkt gleichzeitig entzündungshemmend. Ziel ist eine nachhaltige Schmerzreduktion sowie der Erhalt von Beweglichkeit und Lebensqualität bis ins hohe Alter.

## Ganzheitliche Behandlung von Golfportlern

Die orthopädische Praxis von Martina Ivanda bietet eine spezialisierte Betreuung für Golfportler aller Leistungsniveaus an. Der Golfsport stellt hohe Anforderungen an Wirbelsäule, Schultern, Ellenbogen und Hüfte. In unserer orthopädischen Privatpraxis bieten wir daher eine spezialisierte Betreuung für Golfportler aller Leistungsniveaus. Im Mittelpunkt steht eine individuelle Analyse der Beschwerden unter Berücksichtigung von Golftechnik, Bewegungsmustern und Trainingsgewohnheiten. Unsere Schwerpunkte:



- orthopädische Diagnostik golfbedingter Beschwerden
  - individuelle konservative und regenerative Therapien
  - Behandlung typischer Beschwerden wie Golferellenbogen oder Rückenschmerzen
  - funktionelle Bewegungsanalyse
  - Prävention und Leistungsoptimierung
- Ziel ist es, Schmerzen nachhaltig zu reduzieren, die Bewegungsqualität zu verbessern und die langfristige Leistungsfähigkeit auf dem Golfplatz zu erhalten.

PRIVATPRAXIS



**Martina Ivanda**

Fachärztin für Orthopädie und Unfallchirurgie

Ganzheitliche orthopädische Medizin  
Manuelle Medizin · Chirotherapie  
Akupunktur · Osteopathie · Schmerztherapie

Poststraße 1 · 33014 Bad Driburg

Termine nach Absprache  
Telefon: (05253) 93 488 18  
Mobil: (0176) 533 670 48





## Ein Genuss für alle Sinne!

### Der Deutsche Käsemarkt in Nieheim

Wenn Anfang September ein aromatischer Duft durch die Gassen des historischen Ortskerns zieht, hält ein ganz besonderes Event Einzug: Der Deutsche Käsemarkt in Nieheim. Vom 4. bis 6. September 2026 verwandelt sich die ganze Stadt in ein Paradies für Genießer. Käserinnen und Käser reisen aus ganz Deutschland und dem europäischen Ausland an und bringen ihre handwerklich hergestellten Schätze direkt aus der Heimat mit. Mild, würzig, cremig oder kräftig, Kuh oder Schaf, Ziege oder Büffel - Probieren ist ausdrücklich erwünscht. Dazu reichen Winzer aus verschiedenen Anbaugebieten passende Weine, die den Charakter der Käsesorten unterstreichen. Regionale Spezialitäten und kulinarische Entdeckungen sowie ein vielfältiges Unterhaltungsprogramm machen den Markt zu einem Fest für alle Sinne. Längst kein Geheimtipp mehr: Der „Raum des Geschmacks“, die längste Käsetheke Deutschlands im Deutschen Käsemuseum. Hier können Sie sich - begleitet von Feinkostexperten - quer durch den Markt probieren und gleich herausfinden, welcher der auf dem

Markt angebotenen Weine am besten zum neuen Lieblingskäse passt. Wer den kulinarischen Ausnahmezustand im ostwestfälischen Nieheim gern selbst erleben möchte, der ist vom 04. - 06. September herzlich willkommen!

Es erwarten Sie: über 60 handwerklich arbeitende Käsereien, Winzer aus verschiedenen Anbaugebieten, Live-Musik, Walking-Acts, Kinderprogramm, regionale Spezialitäten und vieles mehr!

#### Marktzeiten

Freitag: 14:00 - 20:00 Uhr

Samstag: 10:00 - 20:00 Uhr

Sonntag: 10:00 - 18:00 Uhr

#### Shuttle-Service (kostenlos)

Freitag: 13:30 - 20:30 Uhr

Samstag: 10:00 - 23:00 Uhr

Sonntag: 10:00 - 18:00 Uhr

#### Verkaufsoffener Sonntag:

13:00 - 18:00 Uhr

# DEUTSCHER KÄSEMARKT

...Käsevielfalt und mehr!



## 4.-6. SEPT. 2026

- über 60 handwerkliche Käsereien
- Winzer aus verschiedenen Anbaugebieten
- Live-Musik
- Walking-Acts
- Kinderprogramm
- regionale Spezialitäten
- und vieles mehr!

Veranstalter: Stadt Nieheim • [nieheim.de](http://nieheim.de)



Niklas-Schulz-Photography

# Das Bad am Holsterberg in Nieheim – Badespaß bei jedem Wetter

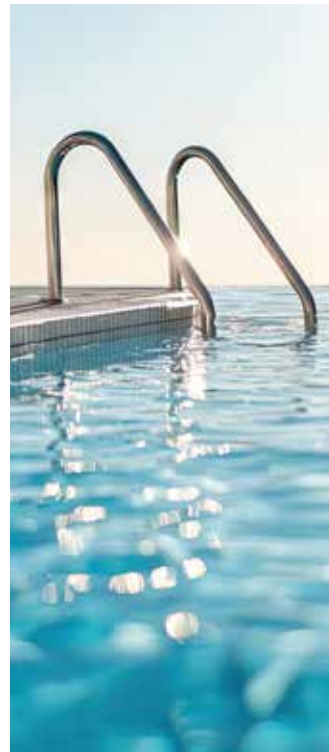
Der Heilklimatische Kurort Nieheim lässt nicht nur Wandererherzen höherschlagen. Beste Voraussetzungen, um Bewegung, Erholung und Freizeitspaß miteinander zu verbinden, bietet auch das Bad am Holsterberg. Das Besondere an diesem Schwimmbad: Es ist das einzige Kombibad im Kreis Höxter. Hallenbad und Freibadbereich mit großer Liegewiese und Kinderbecken im Bad am Holsterberg laden ganzjährig und wetterunabhängig zu Spiel und Sport ein.

Ob Ausdauertraining beim Bahnenziehen, gesundheitsfördernde Übungen wie Wassergymnastik oder entspannte Stunden mit der ganzen Familie, das Nieheimer Schwimmbad verbindet Aktivität und Erholung auf ideale Weise. Besonders für Gesundheitsbewusste, Seniorinnen und Senioren sowie Familien mit Kindern aller Altersgruppen ist das vielseitige Angebot ein echter Mehrwert. Das Hallenbad sorgt auch an kühleren Tagen für angenehme Bedingungen beim Schwimmen oder Planschen, während in der Freibadsaison der großzügige Außenbereich nach Draußen lockt.

Ein besonderes Highlight ist der frisch sanierte Freibadbereich. Das modernisierte Außenbecken präsentiert sich seit 2026 im neuen Gewand und bietet beste Voraussetzungen für unbeschwertes Badespaß im Sommer. Selbstverständlich ist auch die allseits beliebte Rutsche am neuen Becken wieder aufgestellt worden. Auf der großen Liegewiese können Besucherinnen und Besucher nach Herzenslust entspannen, Volleyball spielen oder picknicken. Wer vom kleinen Hunger überrascht wird, der wird an den Sommerwochenenden von Ehrenamtlichen in der Schwimmbadcafeteria bestens versorgt. Ergänzt wird das Angebot durch den ebenfalls rundum erneuerten Kinderbeckenbereich, der in Kürze eröffnet wird und den jüngsten Gästen sicheren und abwechslungsreichen Wasserspaß ermöglicht. Ein besonderes Highlight für die kleinen Gäste sind die regelmäßig stattfindenden Spaßbadetage. Der Förderverein Nieheimer Kombibad e.V. und Bademeister Roland Baak freuen sich an mehreren Terminen im Jahr mit allen kleinen Wasserratten ab sechs Jahren, die schon schwimmen können, auf actionreiche Stunden im Wasser.

Die Öffnungszeiten des Bades am Holsterberg sind saisonabhängig. Aktuelle Öffnungszeiten sowie die anstehenden Termine für Spaßbadetage finden Sie auf der Website der Stadt Nieheim unter „Tourismus & Freizeit – Sport- & Freizeitangebote“.

Auch die aktuell gültigen Eintrittspreise können auf dieser Seite eingesehen werden. An gesetzlichen Feiertagen bleibt das Schwimmbad geschlossen.



**IMPRESSUM**  
 DAS GESUNDHEITS-MAGAZIN  
 FÜR DIE REGION  
 HÖXTER-PADERBORN

## CARE

**HERAUSGEBER, DRUCK UND VERLAG**  
 RAUTENBERG MEDIA KG  
 Kasinostraße 28-30 · 53840 Troisdorf  
 HRA 3455 (Amtsgericht Siegburg)  
 USt-ID: De214364185  
 Komplementär: Dr. Franz-Wilhelm Otten  
 Tel. 02241 260-0  
 willkommen@rautenberg.media

Verantwortlich gemäß § 18 Abs. 2 MStV:  
 Nathalie Lang und Corinna Hanf  
 Verantwortlich für den Anzeigenteil:  
 Dunja Rebinski

**ERSCHEINUNG** jährlich

**MEDIENBERATERINNEN**  
 Petra Saggel  
 Fon 05259 932-444  
 p.saggel@rautenberg.media  
 Margarethe Sieland  
 Fon 0157 55 65 92 66  
 m.sieland@rautenberg.media  
 Jana Tegethoff  
 Fon 02241 260-181  
 j.tegethoff@rautenberg.media



■ ZEITUNG  
■ DRUCK  
■ WEB  
■ FILM



**Neu erleben,  
entspannt genießen!**

**Willkommen im frisch sanierten Bad am Holsterberg!**

Genießen Sie Erholung in ruhiger Atmosphäre - modern, gepflegt und komfortabel.

Als einziges Kombibad im Kreis Höxter bietet das Bad am Holsterberg Badevergnügen bei jedem Wetter: Hallen- und Freibad vereint.

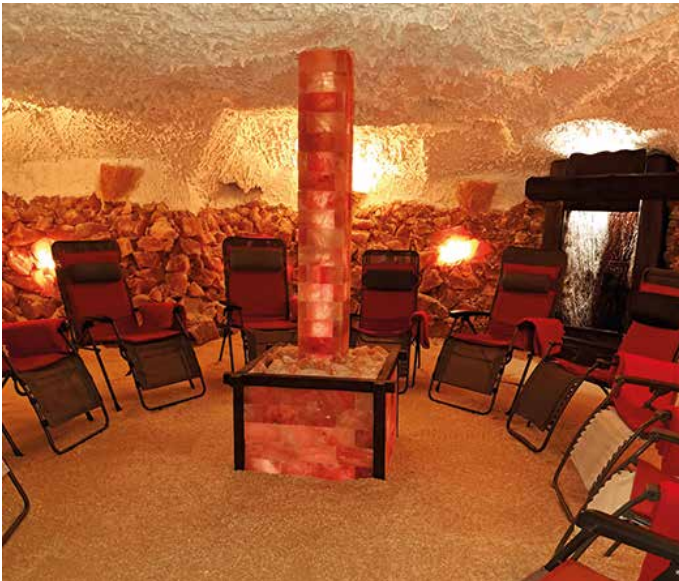
- Angenehme Wassertemperaturen
- Große Liegewiese
- Entspanntes Ambiente



Ideal auch für gemeinsame Familienzeit oder Zeit mit Ihren Enkeln - mit separatem Kinderbecken. Gönnen Sie sich eine Pause vom Alltag.



# Durchatmen wie am Meer - Mitten in Bad Driburg



*Sie nehmen in bequemen Liegen Platz und können sich, bei sanfter Entspannungsmusik vom Alltagsstress erholen.*

*Eine besondere Möglichkeit der Entspannung bieten die Massagen bei Marion Weber (Physiotherapeutin und Entspannungstrainerin) in dem außergewöhnlichem Ambiente der Salzgrotte.*

In unserer SalzGrotte im Zentrum von Bad Driburg entsteht durch 20 Tonnen Kristall- und Meersalz sowie drei Salinen ein besonderes Mikroklima - inspiriert von der Atmosphäre am Meer.

Die aktuellen Termine finden Sie auf [www.salzgrotte-bad-driburg.de](http://www.salzgrotte-bad-driburg.de).

Genießen Sie einen Moment der Ruhe und lehnen Sie sich zurück. Das angenehme Ambiente lädt zum Durchatmen und Entspannen ein, wie ein kleiner Kurzurlaub am Meer. Lassen Sie den Alltag hinter sich und gönnen Sie sich eine wohltuende Auszeit für Körper und Geist. Ein Besuch der SalzGrotte kann zur Entspannung und Stressreduktion beitragen, sowie das allgemeine Wohlbefinden fördern.

Oder Sie gönnen sich besondere Erholung bei einer Massage in dem außergewöhnlichen Ambiente der SalzGrotte.

Bewusstes und freies Atmen wird unterstützt und das Raumklima ist angenehm für Haut und Atemwege.

**Öffnungszeiten:**

**Schalten Sie ab und kommen Sie zur Ruhe.**

Machen Sie es sich in unseren bequemen Liegen gemütlich und genießen Sie entspannende Musik, sowie beruhigende Lichteffekte, um dem Alltagsstress zu entfliehen. Zusätzlich bieten wir regelmäßig Entspannungsangebote, wie Klangmeditation an.

Montag - Freitag : 9:45- 12:00 Uhr und 13:45 - 17:00 Uhr  
Samstag, Sonn- und Feiertag: 10:45 - 13:00 Uhr und 13:45 - 16:00 Uhr

**Ruhetage:**

Mai - September: Dienstag & Donnerstag  
Oktober - April: Dienstag

Rufen Sie uns gerne an unter der Telefonnummer: 05253/ 974238

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

**SalzGrotte Bad Driburg**

Am Hellweg 10, 33014 Bad Driburg

[www.salzgrotte-bad-driburg.de](http://www.salzgrotte-bad-driburg.de)

[info@salzgrotte-bad-driburg.de](mailto:info@salzgrotte-bad-driburg.de)

**SalzGrotte**  
BAD DRIBURG

WOHLFÜHLEN · ENTSPANNEN · DURCHATMEN

**Ihre Auszeit vom Alltag**  
... wie ein Tag am Meer

[www.salzgrotte-bad-driburg.de](http://www.salzgrotte-bad-driburg.de)

**Dienstag ist Ruhetag. Wir freuen uns auf Sie!**  
05253 974238 · Am Hellweg 10 · 33014 Bad Driburg

# Moderne Kieferorthopädie in Steinheim

## Seit 5 Jahren für Ihr Lächeln da

Seit 5 Jahren ist die Kieferorthopädie Dr. Angelica Rosero in Steinheim ein verlässlicher Ansprechpartner für gesunde und schöne Zähne. In dieser Zeit hat sich die Praxis als moderne Anlaufstelle für Kinder, Jugendliche und Erwachsene etabliert – mit einem klaren Fokus auf Qualität, Ästhetik und individuelle Betreuung.

Unsere Praxis steht für eine Kombination aus fachlicher Kompetenz, moderner Technik und persönlicher Atmosphäre. Von Anfang an war es unser Ziel, einen Ort zu schaffen, an dem sich Patientinnen und Patienten gut aufgehoben fühlen und Vertrauen entwickeln können.

## Moderne Behandlung – individuell abgestimmt

Jeder Mensch ist einzigartig – und genauso individuell sollte auch die kieferorthopädische Behandlung sein. Deshalb legen wir großen Wert auf eine ausführliche Beratung und maßgeschneiderte Therapieplanung.

Dank moderner Technologien ermöglichen wir präzise Diagnosen und schonende Behandlungen, die optimal auf die Bedürfnisse unserer Patientinnen und Patienten abgestimmt sind.

## Mehr als nur gerade Zähne

Ein schönes Lächeln bedeutet mehr als Ästhetik – es steht für Gesundheit, Lebensqualität und Selbstbewusstsein. Deshalb betrachten wir jede Behandlung ganzheitlich und achten nicht nur auf die Zahnstellung, sondern auch auf Funktion,

Wohlbefinden und eine langfristigen Stabilisierung der Ergebnisse durch gezielte Nachsorge. Ein weiterer Schwerpunkt liegt auf der Kiefergelenktherapie (CMD) sowie der Behandlung von Funktionsstörungen im Kausystem. Beschwerden wie Kieferknacken, Kopf- oder Nackenschmerzen können auf eine CMD hinweisen, durch gezielte Diagnostik und individuell abgestimmte Therapie bringen wir Zähne, Muskel und Gelenke wieder ins Gleichgewicht und lindert Beschwerden nachhaltig.

## Persönlich. Nah. Vertrauensvoll.

Was unsere Praxis besonders macht, ist die persönliche Betreuung. Wir nehmen uns Zeit für Ihre Fragen, Wünsche und Anliegen und begleiten Sie Schritt für Schritt durch die Behandlung.

Unser freundliches Team sorgt dafür, dass Sie sich vom ersten Moment an wohlfühlen. Eine angenehme Atmosphäre, moderne Praxisräume und flexible Terminvergabe tragen dazu bei, Ihren Besuch so entspannt wie möglich zu gestalten.

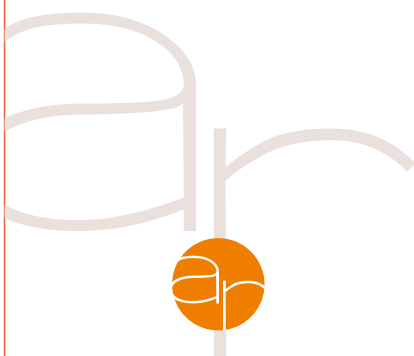
## Ihr Lächeln ist unsere Motivation

Wir arbeiten täglich daran, die Zahngesundheit unserer Patientinnen und Patienten zu verbessern und ihnen zu einem strahlenden, selbstbewussten Lächeln zu verhelfen. Wir freuen uns darauf, auch Sie persönlich in unserer Praxis in Steinheim begrüßen zu dürfen.



## Unsere Leistung für Ihr Lächeln

- Individuelle Diagnostik & Planung
- Frühbehandlung für Kinder (6-9 Jahren)
- Zahnkorrektur bei Kindern & Jugendlichen
- Feste & Herausnehmbare Zahnspangen
- Retention zur Sicherung des Ergebnisses
- Kieferorthopädie für Erwachsene
- Ästhetische Lösungen z. B. Keramikbrackets oder Unauffällige Aligner Schienen
- Schnarcherschienen
- Kiefergelenktherapie



Dr.-medic. stom.  
Angelica Rosero  
Zahnärztin  
MSc. Kieferorthopädie

Hospitalstraße 6b  
32839 Steinheim  
fon: 05233 954880





*Das Restaurant ‚Vier Jahreszeiten‘ im Senioren-Park carpe diem ist auch für die Allgemeinheit täglich geöffnet. Das Service-Team mit Einrichtungsleiterin Ulrike Roxlau.*

## Wohlfühlort im Herzen der Stadt

Der Senioren-Park carpe diem in Bad Driburg ist eine erste Adresse in der Kurstadt

Bad Driburg. Man muss nicht im Senioren-Park carpe diem in Bad Driburg wohnen, um dort die besonderen Annehmlichkeiten genießen zu können. Vor allem das Restaurant Vier Jahreszeiten ist ein öffentlicher Gastronomiebetrieb, der jeden Tag Besucherinnen und Besucher von außen einlädt, zu verweilen und ein gutes Mittagessen oder Kaffee und Kuchen oder ein leckeres Eis zu genießen. Der Senioren-Park carpe diem in der Caspar-Heinrich-Straße 14-16 in Bad Driburg ist mit seinen 87 stationären Pflegeplätzen eine erste Adresse im Herzen der Kurstadt. „Darüber hinaus bieten wir aber auch die Möglichkeit der Tagespflege an“, erklärt Einrichtungsleiterin Ulrike Roxlau. Hier stehen täglich 15 Plätze zur Verfügung. Da nicht alle Tagesgäste an jedem Tag kommen, sind das ungefähr bis zu 45 Teilnehmende.

Tagespflege bedeutet, gemeinsam den Tag zu gestalten. Hier finden sich auch im Alter neue soziale Kontakte. Die Tagesgäste erleben Aktivitäten in der Gemeinschaft. Das carpe diem bietet Betreuung und Pflege in einem dafür geeigneten Umfeld mit ausgebildetem Personal. „Je nach Pflegegrad und Umfang übernehmen die Krankenkassen die Kosten, ohne dass das Pflegegeld gekürzt wird“, erläutert die Einrichtungsleiterin. Die Tagespflege ist eine vom Gesetzgeber gewollte Betreuungsform, um pflegende Angehörige zu entlasten. Die Tagespflege trägt erheblich dazu bei, das Seniorinnen und Senioren zu lange wie möglich in ihrem Zuhause leben können. Für die Tagespflege steht auch ein bequemer Abhol- und Bringdienst zur Verfügung, um den Tag so unkompliziert wie möglich zu gestalten. Ulrike Roxlau: „Im Vordergrund steht das Gemeinschaftserlebnis in der Tagespflege. Täglich findet ein abwechslungsreiches Betreuungsangebot statt. Aber auch Rückzugsmöglichkeiten sind wichtig, damit jeder Gast sich individuell wohlfühlen kann. Kontaktieren Sie uns und profitieren Sie von einem kostenfreien Probetag.“

Einen wichtigen Beitrag zur Tagesgestaltung leistet auch das Café-Restaurant „Vier Jahreszeiten“. Es steht als öffentlicher Ort allen Besuchern zur Verfügung. Die barrierefreien, großzügigen Räumlichkeiten sind hell und freundlich mit breiten rollstuhlgerechten Tischzugängen. Hier werden auch regelmäßig Familienfeier wie Geburtstage, Kommunion, Taufe oder auch Beerdigungskaffees mit bis zu 50 Personen veranstaltet. Geöffnet ist das Vier Jahreszeiten Montag bis Sonntag von 10 bis 17 Uhr. Es gibt täglich von 12 bis 14 Uhr wechselnde Mittagsgespeisen und eine abwechslungsreiche á la carte Karte für warme und kalte Gerichte. Leckere Kuchen, Torten und liebevoll hergerichtete Eisspezialitäten runden das Angebot im Café ab.



*Der Senioren-Park carpe diem in Bad Driburg befindet sich in ruhiger Lage zwischen Innenstadt und Kurpark.*



Lustiges Üben der Gäste der Tagespflege für das Sommerfest mit Einrichtungsleitung Ulrike Roxlau, Pflegedienstleitung Sonja Niggemeyer und Betreuungsassistentin Diana Meyer.

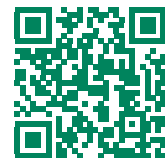


Wir sind  
gerne für  
Sie da!

## Senioren-Park carpe diem Bad Driburg

### Mehr Lebensqualität im Alter!

- ✓ Stationäre Pflege
- ✓ Betreutes Wohnen
- ✓ Tagespflege
- ✓ Öffentliches Café-Restaurant  
„Vier Jahreszeiten“



Für weitere Informationen rufen Sie uns gerne an:



**Senioren-Park carpe diem  
Bad Driburg**  
Caspar-Heinrich-Straße 14-16  
33014 Bad Driburg  
Tel.: 05253/4047-0  
[bad-driburg@senioren-park.de](mailto:bad-driburg@senioren-park.de)  
[www.senioren-park.de](http://www.senioren-park.de)



...mehr als gute Pflege!

# Pflegekompetenz auf allen Ebenen

Ein Porträt des Seniorenzentrums Altenbeken

Altenbeken. Das Seniorenzentrum Altenbeken festigt seinen Ruf als eine der führenden Einrichtungen der Region. Als „Garant für gute Versorgung“ deckt das Haus ein breites Spektrum an Pflegebedarfen ab und verbindet dabei höchste medizinische Standards mit einer tiefen menschlichen Note.

## Ein Zuhause für alle Generationen

Dass im Seniorenzentrum Altenbeken weit mehr als klassische Altenpflege geleistet wird, zeigt die Geschichte von Manuel Wulf.

Der heute 35-Jährige lebt seit über zehn Jahren in der Einrichtung, nachdem er im Alter von 15 Jahren ein Apallisches Syndrom (Wachkoma) erlitt. Seine Mutter, Anke Wulf, schätzt besonders die familiäre Atmosphäre: „In Altenbeken fühlen wir uns einfach wohler und Manuel geht es hier besser, das merkt man ihm deutlich an.“ Die Berücksichtigung individueller Identitäten - wie Manuels Leidenschaft für den BVB - ist fester Bestandteil des Pflegealltags.

## Spezialisierte Fachpflege und modernste Technik

Einrichtungsleiterin Sylvia Rüter betont die strategische Ausrichtung: „Unser Seniorenzentrum verfügt über besondere Ausstattung und speziell ausgebildetes Personal.“ Dies ermöglicht es der Einrichtung, hochspezialisierte Sonderwohnformen anzubieten. Das Seniorenzentrum Altenbeken verfügt über Fachplätze für Wachkomapatienten, bei denen modernste Medizintechnik mit einer empathischen und menschlichen Betreuung kombiniert wird. Darüber hinaus setzt die Einrichtung auf eine individuelle Versorgung und erstellt maßgeschneiderte Pflegepläne für Bewohner mit komplexen medizinischen Hintergründen.



*Die verschiedenen Außenanlagen sind je nach Bedarf offen oder geschützt und es gibt sogar eine Rollstuhlschaukel.*

## Vorbildliche Demenzbetreuung

Ein besonderer Schwerpunkt liegt auf der Betreuung von Menschen mit Demenz. Dabei verfolgt das Seniorenzentrum ein Konzept der „maximalen Freiheit im sicheren Rahmen“. Den Bewohnern stehen sowohl offene als auch geschützte Wohngruppen zur Verfügung, sodass die Wohnform individuell an die jeweiligen Bedürfnisse angepasst werden kann. Gleichzeitig sorgt ein heimeliges Umfeld dafür, dass sich die Bewohner sicher und geborgen fühlen.

Architektur und Gestaltung

der Einrichtung orientieren sich bewusst an den biografischen Bedürfnissen der Menschen. Ergänzt wird dieses Konzept durch einen geschützten Außenbereich mit einem speziell angelegten Garten, der Raum für Bewegung und Naturerleben bietet, ohne dabei Sicherheitsrisiken entstehen zu lassen.

## Fazit: Qualität und Empathie

Das Seniorenzentrum Altenbeken beweist damit, dass professionelle Pflege und eine wohnliche Atmosphäre kein Widerspruch sein müssen. Durch die kontinuierliche Weiterbildung des Personals sowie die moderne technische Ausstattung garantiert die Einrichtung eine bestmögliche Versorgung, bei der der Mensch stets im Mittelpunkt steht.

Mit speziell ausgebildetem Fachpersonal wird die professionelle gerontopsychiatrische Versorgung der Bewohner und Gäste sichergestellt. Aber auch für Menschen mit Multipler Sklerose oder Portversorgung gibt es im Seniorenzentrum Altenbeken spezielle Fachplätze. Angebote in Kurzzeit- und Verhinderungspflege runden das Angebot ab.



*Die Therapiehunde Phibie und Seppel sind bei den Bewohnern sehr beliebt.*



*Einrichtungsleiterin Sylvia Rüter (r.) mit Bewohner Manuel und Mutter Anke Wulf*

Das ist uns allen sehr wichtig. Wir geben älteren und jüngeren Menschen, die auf fremde Hilfe angewiesen sind, ein neues Zuhause, einen Platz, an dem sie sich geborgen fühlen. Mit viel Verständnis ermöglichen wir eine fachgerechte, einfühlsame Pflege und Betreuung in einem angenehmen Wohn- und Lebensumfeld. Wir legen großen Wert auf die Förderung und Achtung der Selbstständigkeit und Zufriedenheit aller Menschen in unserem Haus. Neben der Pflege gehören dazu auch bedarfs- und seniorengerechte Angebote, Freizeitaktivitäten und gesellige Unternehmungen.

### Räumlichkeiten und Serviceangebote

Das Seniorenzentrum Altenbeken bietet:

- ✓ 119 Plätze (91 Einzelzimmer und 14 Doppelzimmer)
- ✓ gemütliche hauseigene Cafeteria
- ✓ Andachtsraum
- ✓ Gemeinschafts- und Veranstaltungsräume
- ✓ hauseigenen Garten
- ✓ Friseursalon
- ✓ hauseigenes, behindertengerechtes Fahrzeug
- ✓ vielfältige Hilfs- und Pflegemittel

### Fachbereiche und Therapieangebote

Unsere Fachbereiche sorgen für die optimale Unterstützung unserer Bewohner. Dazu bieten wir individuelle pflegerische Begleitung, als auch eine Reihe von Angeboten zur therapeutischen Unterstützung:

- ✓ geschlossene Gerontopsychiatrie mit Garten
- ✓ Bewohner mit Wachkoma
- ✓ Palliativpflege und individuelle Sterbebegleitung
- ✓ zusätzliche Betreuung für Menschen mit eingeschränkter Alltagskompetenz
- ✓ Physiotherapiepraxis im Haus
- ✓ Mobilitätstraining (PATRAS)
- ✓ Kurzzeitpflege
- ✓ Therapien durch externe Dienstleister, wie Logopädie, Ergotherapie und Massagen, können bei uns im Haus durchgeführt werden



### Prinzipien unserer ganzheitlichen Pflege und Betreuung

- ✓ hochwertige Pflege, Betreuung und Beratung rund um die Uhr
- ✓ Pflege und Betreuung unter Achtung persönlicher Wünsche, Abneigungen & Lebensgewohnheiten
- ✓ Achtung der Selbstbestimmung der Bewohner
- ✓ Fort- und Weiterbildung der Mitarbeiter

Eine  
Einrichtung  
der Stiftung

Reichsbund  
Freier  
Schwestern

### Betreuungs-Angebot

Zu unserem Selbstverständnis gehört, dass unsere Bewohnerinnen und Bewohner im größtmöglichen Rahmen am gesellschaftlichen Leben teilnehmen können. Um andere Menschen zu treffen, gibt es viele gemütliche Ecken in unserer Einrichtung. Mit unserem hauseigenen Kleinbus unternehmen wir regelmäßig Fahrten zu unterschiedlichen Ausflugszielen. Diese beliebten Ausflüge führen uns in nahe gelegene Städte, in die Natur oder zu ausgesuchten Veranstaltungen. Darüber hinaus sind viele verschiedene Angebote für unsere Bewohner verfügbar, wie beispielsweise:

- ✓ breites Kultur- und Freizeitangebot, Gruppenangebote / Feste und Feiern
- ✓ Gottesdienste und heilige Messen / seelsorgerische Begleitung
- ✓ außergewöhnliche Projekte wie Restaurantwoche, Wellnessstag und vieles mehr

Wir stehen Ihnen gern für Ihre Fragen, für das persönliche Kennenlernen und zur Vorstellung der Einrichtung jederzeit zur Verfügung.

0 52 55 - 93 39-0

Sylvia Rüther,  
Einrichtungsleitung





# Endlich wieder schmerzfrei bewegen

## Wie moderne Messtechnik und Erfahrung den Unterschied machen

Schmerzen beim Gehen, schwere Beine am Abend oder Druckstellen im Alltag - viele Menschen kennen diese Probleme. Oft werden sie lange hingenommen, obwohl die Ursache häufig ganz einfach ist: Eine Versorgung, die nicht richtig passt. Genau hier setzt die Orthopädie-Schuhtechnik Brockmann aus Steinheim an. Seit Generationen geht es hier um mehr als nur Schuhe - es geht darum, Menschen wieder zu mehr Bewegungsfreiheit, Komfort und Lebensqualität zu verhelfen.

Heute verbindet das Familienunternehmen traditionelles Handwerk mit modernster Technik - mit einem klaren Ziel: Lösungen, die sich im Alltag wirklich gut anfühlen.

### Wenn Versorgung wirklich passt

Ob Kompressionsstrümpfe, Bandagen oder orthopädische Hilfsmittel - entscheidend ist immer die Passform. Denn nur was richtig sitzt, kann auch richtig wirken.

Mit dem neuen **BodyLux Ganzkörper-3D-Messsystem** wird die Vermessung so präzise wie nie zuvor. Innerhalb weniger Sekunden entsteht ein exaktes digitales Abbild des Körpers - kontaktlos und angenehm.

Für die Kundinnen und Kunden bedeutet das vor allem eines: **mehr Komfort, weniger Druckstellen und eine spürbar bessere Wirkung der Versorgung.**

Gerade bei schweren oder müden Beinen kann eine optimal angepasste Kompression den Alltag deutlich erleichtern - man fühlt sich leichter, beweglicher und einfach wohler.

### Spürbare Verbesserung im Alltag

Viele Beschwerden entstehen schleichend: Fehlstellungen, falsche Belastung oder unzureichende Unterstützung. Die Folge sind Schmerzen in Füßen, Knien oder Rücken.

Hier setzen individuell 3-D gefertigte Einlagen an. Bei Brockmann werden diese



*Stefan Brockmann bei der Anpassung*

auf Basis moderner Analysen exakt auf jeden Fuß abgestimmt und digital gefertigt - präzise, reproduzierbar und auf den persönlichen Bedarf zugeschnitten.

Das Ziel ist klar:

**Schmerzen reduzieren, Bewegungsabläufe verbessern und den Körper spürbar entlasten.**

Viele Kundinnen und Kunden berichten schon nach kurzer Zeit von einem völlig neuen Laufgefühl.

**Individuell statt „von der Stange“**

Auch bei Maßschuhen zeigt

sich, wie wichtig Individualität ist. Wenn herkömmliche Schuhe nicht mehr passen oder Beschwerden verursachen, können maßgefertigte Lösungen den entscheidenden Unterschied machen.

Dabei geht es längst nicht mehr um „orthopädische Optik“, sondern um moderne, alltagstaugliche Schuhe, die Funktion und Design verbinden.

Das Ergebnis: Schuhe, die nicht nur passen - sondern die man auch gerne trägt.

### Vertrauen durch Erfahrung

So wichtig moderne Technik auch ist - entscheidend bleibt der Mensch. Die Erfahrung, das Fachwissen und das Verständnis für individuelle Bedürfnisse machen den Unterschied.

„Wir hören zu und schauen genau hin“, sagt Inhaber Stefan

Brockmann. „Denn jede Versorgung ist so individuell wie der Mensch selbst.“

### Mehr Lebensqualität Schritt für Schritt

Als Familienunternehmen in fünfter Generation steht Brockmann für persönliche Beratung, Qualität und Verlässlichkeit.

Das Ziel ist dabei immer gleich:

Menschen dabei zu helfen, sich wieder sicher, schmerzfrei und gerne zu bewegen.

Denn wenn alles richtig passt, fühlt sich Bewegung einfach wieder gut an.



*Stefan Brockmann mit seinen Eltern Mathilde und Bernd.*

## - 140 Jahre in Bewegung -



• Einlagenversorgung



• 3-D Scan & Druck



• Schuhverkauf



• Schuhänderungen



• Kompressionsstrümpfe



• Kinder Versorgung



• Bandagen



• Orthesen



• Bewegungsanalysen



• Modische Maßschuhe



• Diabetesversorgung



• Schuhreparaturen



**BROCKMANN**

SEIT 1882

Orthopädie-Schuhtechnik  
Beller Str. 2a  
32839 Steinheim

• **Telefon** 05233/7348  
• **Mail** [hallo@brockmann-1882.de](mailto:hallo@brockmann-1882.de)  
• **Web** [www.brockmann-1882.de](http://www.brockmann-1882.de)

# Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe (KoPS) Kreis Höxter - Pflegernde Angehörige kommen ins Gespräch



Das „Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Höxter“ in Trägerschaft des Paritätischen Kreis Höxter richtet sich an Menschen, die Angehörige pflegen und dabei im Alltag stark gefordert sind. Häufig bleibt dabei wenig Zeit für die eigene Gesundheit und soziale Kontakte.

Das Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe unterstützt die Gründung neuer Selbsthilfegruppen und begleitet diese. Vorrangig geht es darum, Menschen zusammenzubringen, um ihnen den Austausch zu ermöglichen. Dabei spielt es keine Rolle, ob die pflegebedürftigen Personen in der eigenen Häuslichkeit leben, in stationärer Pflege betreut werden oder ob sie lediglich auf die Distanz emotional von ihren Angehörigen unterstützt werden.

Außerdem ergänzen verschiedene Veranstaltungen das Angebot: Im Mittelpunkt stehen Angebote zur Selbstpflege sowie thematische Veranstaltungen, die sowohl emotionale Entlastung als auch gezielte Informationen bieten. Das gesamte KoPS-Jahresprogramm steht auf der Website [www.pflegeselbsthilfe-hoexter.de](http://www.pflegeselbsthilfe-hoexter.de) unter „Aktuelles und Termine“ zum Download bereit oder kann auf Anfrage per Post zugesandt werden.

Die Teilnahme an allen Veranstaltungen ist kostenfrei und unverbindlich. Der Veranstaltungsort wird jeweils bei Anmeldung bekannt gegeben.

Das Kontaktbüro für den Kreis Höxter ist seit 2021 Anlaufstelle für pflegende Angehörige und eins von 53 sogenannten „KoPS“ in NRW. Die Räumlichkeiten sind barrierefrei erreichbar.



### Kontaktdaten:

Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Höxter  
Möllingerstraße 5  
37671 Höxter  
Telefon: 05271 96 69 875

### Sprechzeit:

Donnerstag 10:00 bis 12:00 Uhr  
und nach Vereinbarung

E-Mail: [pflegeselbsthilfe-hoexter@paritaet.org](mailto:pflegeselbsthilfe-hoexter@paritaet.org)

Gefördert wird das Projekt durch das Land NRW, die Landesverbände der Pflegekassen und den Verband der Privaten Krankenkassen.

## Selbsthilfe für pflegende Angehörige Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe (KoPS) Kreis Höxter

Möllingerstr. 5 · 37671 Höxter

Tel.: 05271 96 69 875 (Donnerstag 10:00 bis 12:00 Uhr)

E-Mail: [pflegeselbsthilfe-hoexter@paritaet-nrw.org](mailto:pflegeselbsthilfe-hoexter@paritaet-nrw.org)

Das Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe des PARITÄTISCHEN informiert über Selbsthilfegruppen für pflegende Angehörige, begleitet und unterstützt bestehende Gruppen und hilft bei der Gründung und dem Aufbau neuer Selbsthilfegruppen. Die Einrichtung wird gefördert durch das Ministerium für Arbeit, Gesundheit und Soziales des Landes NRW, der Landesverbände der Pflegekassen und des Verbandes der Privaten Krankenversicherung.



# Wanderreise Mallorca 2024

## Reisebericht von Wiebke Schröder

Im April begann unsere geführte Wanderreise auf der sonnigen Insel Mallorca. Bereits am Vormittag erreichten wir unser Hotel an der Playa de Palma - der perfekte Start in eine unvergessliche Woche voller Natur, Bewegung und Genuss. An fünf abwechslungsreichen Wandertagen entdeckten wir die schönsten Seiten der Baleareninsel. Unsere erfahrenen Guides führten uns nicht nur auf bekannten Routen, sondern auch auf versteckten Wegen abseits des Trubels. Jede Etappe begeisterte mit einzigartigen Landschaften - von beeindruckenden Steilküsten bis hin zu idyllischen Dörfern. Und nach jeder Wanderung warteten gemütliche Lokale auf uns, in denen wir die Tage entspannt ausklingen lassen konnten.

Von der malerischen Küstenwanderung am Cap Blanc bis zur traumhaften Bucht Cala Pi bot bereits die erste Tour unvergessliche Eindrücke. Anspruchsvoller wurde es zwischen Estellencs und Banyalbufar, wo uns spektakuläre Ausblicke belohnten. Ein echtes Highlight war die Königs-etappe vom Mirador de ses Barques bis zur Cala Tuent - eine beeindruckende Mischung aus Natur, Weitblick und mediterranem Flair. Entspannter ging es anschließend von Alcanada nach Alcúdia weiter.



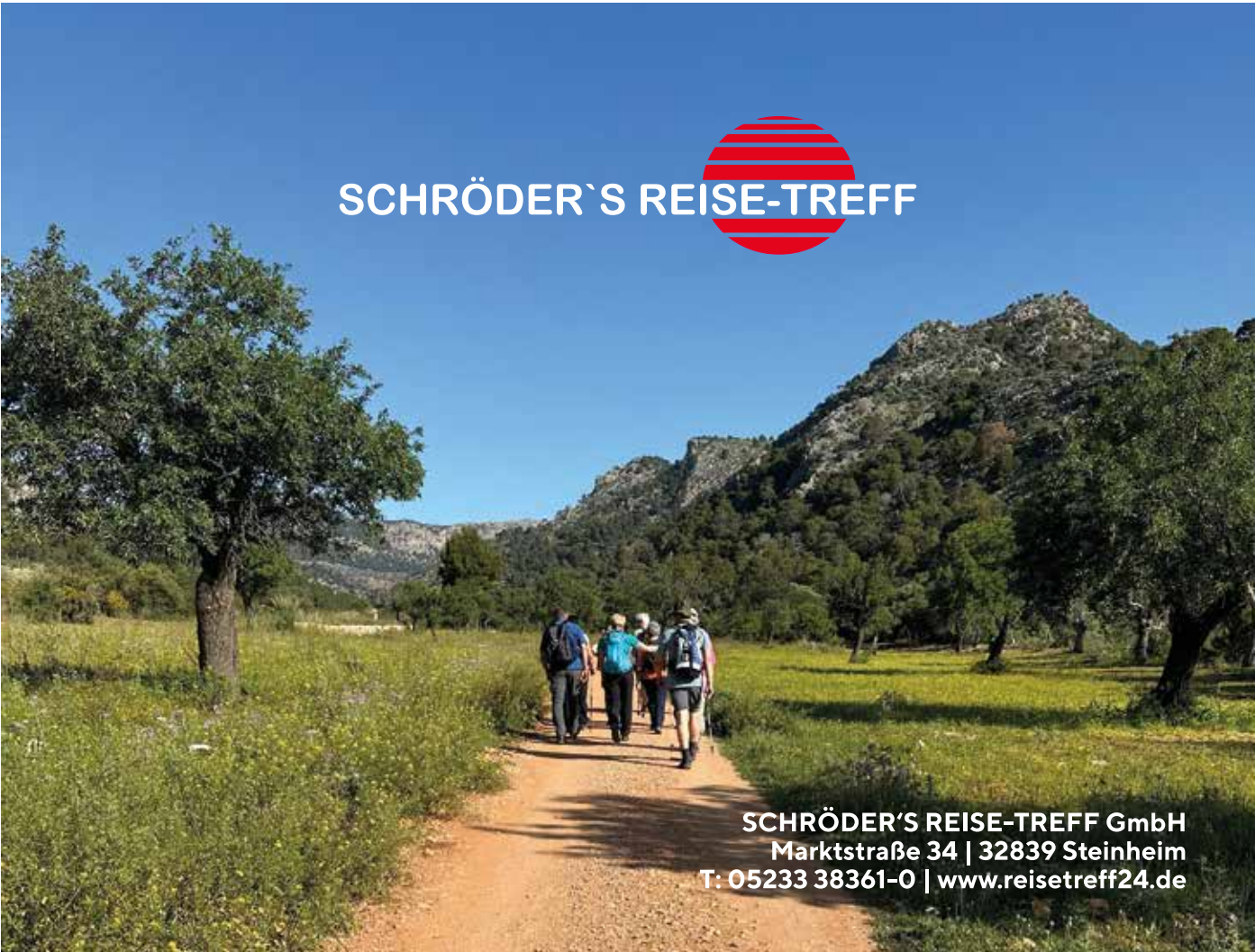
*Traumhafte Aussichten begleiteten die Wandergruppe.*

Den krönenden Abschluss bildete die Wanderung von Bunyola ins charmante Valldemossa. Ein zusätzlicher freier Tag rundete die Reise perfekt ab - ob Strand, Fahrrad oder Palma-Stadtbummel.

Diese Reise vereint Aktivurlaub, Erholung und unvergessliche Naturerlebnisse - Mallorca von seiner schönsten Seite!



SCHRÖDER'S REISE-TREFF



SCHRÖDER'S REISE-TREFF GmbH  
Marktstraße 34 | 32839 Steinheim  
T: 05233 38361-0 | [www.reisetreff24.de](http://www.reisetreff24.de)

## Gesundheitsversorgung mit Zukunft - das MVZ Marienmünster

Die medizinische Versorgung im ländlichen Raum steht vielerorts vor großen Herausforderungen. Die Stadt Marienmünster geht hier bewusst einen eigenen Weg: Mit dem kommunalen Medizinischen Versorgungszentrum (MVZ) sichern wir die hausärztliche Versorgung vor Ort – verlässlich, modern und zukunftsorientiert.

Bereits heute arbeiten im MVZ vier Hausärzte und ein Neurologe mit ihrem Team – ein starkes Fundament für eine wohnortnahe medizinische Betreuung.

Das MVZ ist dabei mehr als eine medizinische Einrichtung. Es ist Ausdruck unseres Verständnisses von kommunaler Verantwortung. Gesundheitsversorgung gehört zur Daseinsvorsorge – und genau dieser Verantwortung stellen wir uns.

Mit dem Neubau entsteht derzeit ein moderner Standort für medizinische Versorgung. Helle, funktionale Räume und eine zeitgemäße Ausstattung schaffen beste Voraussetzungen – sowohl für Patientinnen und Patienten als auch für das medizinische Personal. Die Bauarbeiten schreiten planmäßig voran. Der Innenausbau ist in vollem Gange, Zeit- und Kostenrahmen werden eingehalten.

Der Umzug ist für Ende September, die Einweihung für Anfang Oktober vorgesehen.

Das MVZ ist zudem stets auf der Suche nach engagierten und qualifizierten Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern, die das Team verstärken möchten. Interessierte erwarten ein modernes Arbeitsumfeld mit spannenden und abwechslungsreichen Aufgaben sowie attraktiven Rahmenbedingungen. Dazu gehören eine faire Vergütung, flexible Arbeitszeiten, vermögenswirksame Leistungen, ein unbefristeter Arbeitsvertrag und weitere Benefits. Als zukunftsorientierter Arbeitgeber bietet das MVZ beste Perspektiven für Fachkräfte, die die Gesundheitsversorgung im ländlichen Raum aktiv mitgestalten möchten.

Mit dem MVZ setzt Marienmünster ein klares Zeichen: Auch im ländlichen Raum lassen sich tragfähige und zukunftssichere Lösungen entwickeln – wenn man Verantwortung übernimmt und gemeinsam an einem Ziel arbeitet.

**MVZ Marienmünster –  
Ihr Partner für Gesundheit. Vorsorge. Therapie. Diagnostik.**

Medizinisches Versorgungszentrum Marienmünster GmbH  
Windmühlenweg 4  
37696 Marienmünster  
Telefon : (0 52 76) 10 21  
E-Mail : [info@mvz-marienmuenster.de](mailto:info@mvz-marienmuenster.de)  
[www.mvz-marienmuenster.de/](http://www.mvz-marienmuenster.de/)





Die persönliche Leistungsfähigkeit steigern.  
Lebensqualität gewinnen.

**Physiotherapeutin**  
**Heilpraktikerin für Physiotherapie**  
**Sportphysiotherapeutin I.A.S.**  
**Osteopathie**  
**DOSB-Sportphysiotherapie**  
**Golf-Physio-Trainerin**



**Privatpraxis für Physiotherapie und Sport**  
Ortwaldstr. 11 · 33184 Altenbeken  
Tel. 0174 - 975 72 90  
[www.birgit-halsband.de](http://www.birgit-halsband.de) · [info@birgit-halsband.de](mailto:info@birgit-halsband.de)

Schwimmbad - Kinderbecken - Elefantenrutsche - Sauna - Dampfbad - Whirlpool



[www.hallenbad-marienmuenster.de](http://www.hallenbad-marienmuenster.de)



**Freizeithallenbad**  
**Marienmünster**  
**Schulstraße 3c**  
**37696 Marienmünster - Vörden**



# Gezielter Druck, spürbare Entlastung

## Kompressionsversorgung bei Lip- und Lymphödem: weniger Beschwerden, mehr Lebensqualität

Die Kompressionsversorgung ist ein zentraler Bestandteil der Therapie bei Lipödem und Lymphödem und entscheidend im Umgang mit diesen chronischen Erkrankungen. Trotz unterschiedlicher Ursachen verfolgen beide Therapien ein gemeinsames Ziel: die Reduktion von Schwellungen, Schmerzen und Spannungsgefühlen sowie die Verbesserung der Lebensqualität.

Beim Lymphödem ist das Lymphsystem in seiner Transportfunktion eingeschränkt. Flüssigkeit sammelt sich im Gewebe und führt zu Schwellungen, die unbehandelt verhärtet können. Die Kompressionstherapie setzt hier gezielt an: Durch gleichmäßigen Druck wird das Gewebe stabilisiert und der Abtransport der Flüssigkeit gefördert. Sie unterstützt die natürliche Pumpfunktion des Körpers und hilft, neue Einlagerungen zu reduzieren.

Beim Lipödem steht eine Fettverteilungsstörung im Vordergrund, meist an Beinen und Armen. Betroffene leiden unter Schmerzen, Druckempfindlichkeit und Spannungsgefühlen sowie einer erhöhten Neigung zu Blutergüssen.

Kompressionskleidung stabilisiert das Gewebe, lindert Beschwerden und kann das Fortschreiten verlangsamen. Viele Patientinnen berichten zudem von einem besseren Körpergefühl und mehr Sicherheit im Alltag.

Entscheidend für den Therapieerfolg ist die individuelle Anpassung. Nur wenn Material, Druck und Passform exakt abgestimmt sind, kann die Versorgung optimal wirken. Moderne Materialien sind atmungsaktiv, elastisch und bieten hohe Bewegungsfreiheit - wichtige Voraussetzungen für die langfristige Akzeptanz.

Ergänzend spielen Bewegung und beim Lymphödem die manuelle Lymphdrainage eine wichtige Rolle. Durch Aktivierung der Muskelpumpe wird der Lymphabfluss zusätzlich unterstützt. Erst das Zusammenspiel aller Maßnahmen ermöglicht einen nachhaltigen Therapieerfolg.

Kompressionsversorgung ist damit weit mehr als nur äußerer Druck: Sie ist ein wirksames Hilfsmittel zur Symptomlinderung und unterstützt Betroffene dabei, ihren Alltag wieder aktiver und selbstbestimmter zu gestalten.

**LEICHTIGKEIT  
IST KEIN LUXUS  
SO FÜHLEN  
SICH IHRE  
BEINE WIEDER  
AKTIV UND  
STARK AN**

Mit Kompressionsversorgung für Ihre Venen-, Lip- und Lymphgesundheits. Unsere geschulten Fachkräfte beraten Sie gern kostenlos – auch direkt bei Ihnen zu Hause. Rufen Sie uns einfach an und vereinbaren Sie Ihren Termin: [05252-924030!](tel:05252-924030)



[www.rakers-medizinbedarf.de](http://www.rakers-medizinbedarf.de)  
Bildquelle: [www.juzo.de](http://www.juzo.de)



## Das Behindertentestament - Erbt jetzt der Sozialhilfeträger?



*Als Notarin berät die Bad Driburger Rechtsanwältin und Notarin Kirsten Sagel-Will bei der Erstellung von Urkunden, wie zum Beispiel Erbverträgen und Testamenten, aber auch bei Grundstückskaufverträgen, bei Eheverträgen oder Scheidungsfolgevereinbarungen. Hierbei kann sie auf ihre langjährige Erfahrung auf diesen Gebieten zurückgreifen.*

Angehörige mit körperlichen oder geistigen Beeinträchtigungen gehören genauso zur Familie wie diejenigen ohne Beeinträchtigungen. Daher sollen sie selbstverständlich auch im Erbfall berücksichtigt werden. Menschen mit Behinderung erhalten oftmals Sozialleistungen, welche einkommens- und vermögensabhängig sind. Der Sozialhilfeträger gewährt daher keine Leistungen, wenn der Leistungsempfänger selber über ausreichend Einkommen und Vermögen verfügt. Erbt nun ein Mensch mit Behinderung, so erhält er Vermögenswerte. Die Folge ist, dass dieser nach einem Erbfall, oftmals nicht mehr leistungsberechtigt ist und keine Sozialleistungen mehr empfängt. Vielmehr müssen die Sozialleistungen dann aus dem Erbe bezahlt werden, bis der Behinderte wieder sozialhilfeberechtigt ist. Regelmäßig wird der Fehler gemacht, dass das behinderte Kind vollständig enterbt wird mit der Hoffnung, dass das Vermögen in der Familie bleibt und nicht dem Sozialhilfeträger zugutekommt. Im deutschen Erbrecht herrscht jedoch ein Pflichtteilsanspruch. Das bedeutet, dass

die gesetzlichen Erben einen Anspruch auf die Hälfte des Ihnen ursprünglich zustehenden gesetzlichen Erbteils haben. Bei einer Enterbung würde dem behinderten Kind nun dennoch die Hälfte des gesetzlichen Erbteils zustehen. Dieses würde wiederum dem Sozialhilfeträger zufließen, welcher davon die Sozialleistungen bezahlen würde. Somit würde dem behinderten Erben durchgehend lediglich ein Leben auf Sozialhilfeniveau ermöglicht werden. Ein Behindertentestament würde das verhindern. Das Ziel eines solchen Testamentes ist es, dem behinderten Kind eine Verbesserung der Lebensqualität zu ermöglichen. Für das Behindertentestament gibt es keineswegs ein bestimmtes Muster. Eine individuelle Beratung um Ihren Wünschen und spezifischen Umständen gerecht zu werden ist daher von großer Bedeutung.



KANZLEI  
UNTER  
DER  
IBURG

### Kirsten Sagel-Will, LL.M.

**Rechtsanwältin und Notarin**

Fachanwältin für Familienrecht,  
Fachanwältin für Miet- und  
Wohnungseigentumsrecht,  
Fachanwältin für Steuerrecht,  
Mediatorin

### Monika Werschmann

**angestellte Rechtsanwältin**

Helmtrudisstraße 2  
33014 Bad Driburg  
T 05253 9352 900  
sekretariat@kanzlei-unter-der-iburg.de  
www.kanzlei-unter-der-iburg.de



Der Kinofilm „Sommer im Moor“ zeigt beeindruckende Aufnahmen aus dem Naturschutzgebiet Satzer Moor bei Bad Driburg

## Ein Ort zum Staunen – die Moorerlebniswelt in Bad Driburg



MOOR ist langweilig? Auf gar keinen Fall! Das zeigt die modern inszenierte Moorerlebniswelt in Bad Driburg, die den Naturstoff aus ganz verschiedenen Perspektiven in den Blick nimmt: Moor als einzigartiges Ökosystem, Moor als Heilmittel und als Inspirationsquelle für die Kunst. Spannende und lustige Mitmachstationen wechseln sich mit informativen und interaktiven Beiträgen ab. Die Moorerlebniswelt in täglich geöffnet. Der Eintritt ist frei.

### Die Idee

Bad Driburg ist ein traditionelles Moor- und Mineralheilbad. Bereits seit 200 Jahren werden hier im Naturpark Teutoburger Wald / Eggegebirge wohltuende Moorbäder bis heute inmitten der Idylle des Gräflichen Parks angeboten. Zu Beginn wurden die Torfvorkommen vor Ort genutzt, z.B. aus dem Satzer Moor bei Bad Driburg. Bald reichte dies jedoch nicht mehr aus und es wurden weitere Moore in der Region für den Torfabbau genutzt. So kommt der Torf für die Heilanwendungen bis heute aus dem Hiller Moor in Minden-Lübbecke, der vor Ort gemischt wird. Denn der genutzte Heilschlamm wird anschließend in die Moorteiche im Gräflichen Park in Bad Driburg zur Regeneration zurückgeführt und kann somit nach circa sieben Jahren erneut gestochen und wiederverwendet werden. Das Satzer Moor hingegen ist Naturschutzgebiet und bietet als Niedermoor vielen seltenen Pflanzen und Insekten einen seltenen Lebensraum. Durch den Klimawandel sind die Moorflächen als CO<sub>2</sub> Speicher wieder als wichtige Ökosysteme in den Fokus der Wissenschaft und damit auch der Wahrnehmung gerückt. Die Nutzung und Bedeutung der Moore ist so

vielfältig und spannend, dass 2019 die Idee entstand, zu diesem Thema eine Erlebnisausstellung zu machen. Die Eröffnung der Moorerlebniswelt in Bad Driburg erfolgte im Oktober 2024, die zu 80 % in gleichen Teilen aus GRW-Mitteln vom Bund und dem Land NRW gefördert wurde.

### Ausstellung

Auf einer Ausstellungsfläche von 175 m<sup>2</sup> erwarten den Besucher fünf spannende und sehr unterschiedliche Erlebnisräume. Der Zugang erfolgt über die Tourist Information. Man steigt ein paar Stufen hinab in eine atmosphärische Dunkelheit und steht direkt vor einer imposanten drei Meter hohen und rund viereinhalb Meter breiten Moorwand, die eine naturgetreue Nachbildung eines Querschnitts durch das Moor der letzten 3.000 Jahre darstellt. Um die Ecke funkelt es geheimnisvoll in der Moorwunderkammer. Hier werden 19 spannende und kuriose Ausstellungsstücke ins richtige Licht gesetzt, die die vielen Facetten des Moores widerspiegeln. Das nächste Kabinett ist das „Moorlabor“ und es lädt die Besucher ein, selbst zu Forschern zu werden. Moor hat ganz besondere chemische, physikalische und biologische Eigenschaften. Leuchtkästen zeigen faszinierende Großaufnahmen von Pflanzendetails und Mikroorganismen. Auf einem Monitor werden Zeitraffer- und Videoaufnahmen von Moorlebewesen gezeigt. Klemmbretter mit Funfacts, ein Spaßspiegel und verschiedene Experimentierstationen wie Mikroskop, Chemiebaukasten oder ein Terrarium sollen insbesondere die jüngeren Besucher der Erlebnisausstellung spielerisch an das Thema Moor heranführen.



*Moore sind erhaltenswerte Landschaften und spielen für den Klimaschutz eine wichtige Rolle.*

Ein weiterer Erlebnisraum widmet sich der über 200-jährigen Tradition Bad Driburgs als Moorheilbad. Ausgewählte Fundstücke und historische Fotos dokumentieren die Entwicklung als privat geführtes Heilbad. Aber es wird in diesem Kabinett nicht nur Geschichte vermittelt, sondern auch die gesundheitsfördernden Aspekte des Naturheilmittels werden anschaulich präsentiert. Eine Badewanne lädt zu einem virtuellen Moorbad ein. Die Besucher spüren die Wärme und erhalten wertvolle Tipps von einer Badetherapeutin – über den Duschkopf erläutert diese die Wirkung von Moorbädern. Ein Erinnerungsfoto gefällig? Am Ende der Wanne befindet sich eine Handyhalterung für das passende Selfie.

Aber Moore sind vor allem erhaltenswerte Landschaften und spielen für den Klimaschutz eine wichtige Rolle, daher kommen in der Moorerlebniswelt ebenfalls namhafte Experten zu Wort. In dem Kabinett „Moor liebt Wasser“ wird die Bedeutung der Moore und ihre Nutzung vorgestellt. Auf zwei beeindruckenden Wandillustrationen, die das trockengelegte und das nasse Moor darstellen, gibt es viel zu entdecken. Nicht alles auf den ersten Blick, denn einiges ist nur mit AR-Ferngläsern sichtbar. An einem interaktiven Infoscreen können Besucher sich zudem über aktuelle Moorschutzprojekte der Region informieren. Spannend, was man hier alles erfährt!

Für die meisten Gäste ist jedoch das Kino der Höhepunkt der Erlebnisausstellung, denn hier erwartet den Besucher

ein achtminütiges und einmaliges Showerlebnis. Der bekannte und preisgekrönte Naturfilmer Robin Jähne hat fast zwei Jahre lang einzigartige Aufnahmen von faszinierenden Lebewesen in den Moorlandschaften der Region gemacht, insbesondere im Naturschutzgebiet Satzer Moor bei Bad Driburg. Es ist ein fantastischer und einzigartiger Kurzfilm „Sommer im Moor“ mit ganz viel Lokalkolorit entstanden, den man mit verschiedenen Sinnen und nur in der Moorerlebniswelt Bad Driburg erleben kann.



*In dem Kabinett „Heilung mit Historie“ wird die Geschichte Bad Driburgs als Moorheilbad präsentiert*

#### Öffnungszeiten:

Montag - Freitag: 10:00 – 17:00 Uhr  
 Samstag - Sonntag: 11:00 - 17:00 Uhr  
 Letzter Einlass: 16:00 Uhr  
 Sonderöffnungszeiten an Fest- und Feiertagen

#### Weitere Informationen:

Moorerlebniswelt Bad Driburg  
 Lange Str. 87 - 89, 33015 Bad Driburg  
 Telefon 05253 989413  
[www.moorerlebniswelt.de](http://www.moorerlebniswelt.de), [info@moorerlebniswelt.de](mailto:info@moorerlebniswelt.de)

# MCS Steinheim - Souveräne Mobilität und logistische Kompetenz im Gesundheitswesen



*Rene Twers ist mit seiner Fahrzeugflotte (hier ein kleiner Teil davon) und seinem sympathischen Team ein verlässlicher Partner im Gesundheitswesen. Foto: Margret Sieland*

Wenn es um den sensiblen Bereich der Patientenbeförderung und medizinischen Logistik geht, sind Präzision und Empathie untrennbar miteinander verbunden. MCS Steinheim hat sich als moderner Mobilitätsdienstleister darauf spezialisiert, genau diese Brücke zu schlagen. Mit einem klaren Fokus auf Qualität, Sicherheit und menschliche Nähe definieren wir die Beförderung im Gesundheitssektor neu - als ganzheitliche Dienstleistung, die weit über das reine Fahren hinausgeht. In einem Marktumfeld, das oft von Anonymität geprägt ist, setzen wir auf ein fest angestelltes Team aus Mitarbeitern, die nicht nur technisch versiert, sondern auch im menschlichen Umgang geübt sind. Für uns ist jede Fahrt eine Visitenkarte unseres Hauses. Das Vertrauen unserer Kunden - ob Privatpersonen, Krankenkassen oder medizinische Einrichtungen - ist unser wertvollstes Kapital.

**Krankenfahrten & Patientenbeförderung:** Wir begleiten Menschen sicher zur Dialyse, Strahlentherapie oder zu Reha-Maßnahmen. Dabei umfasst unsere Flotte spezialisierte Fahrzeuge für sitzende Transporte sowie Rollstuhl- und Liegendbeförderungen.

**Medizinische Kurierfahrten:** Zeitkritische Transporte von Laborproben, Medikamenten oder medizinischen Geräten

führen wir mit der notwendigen Diskretion und unter Einhaltung höchster Sicherheitsstandards durch.

**Individuelle Mobilitätslösungen:** Wir bieten flexible Konzepte für Tagespflegen und soziale Einrichtungen, die eine zuverlässige Anbindung benötigen.

**Modernste Technik trifft auf menschliche Werte**



Hinter der Zuverlässigkeit von MCS Steinheim steht eine moderne Infrastruktur. Eine effiziente Disposition sorgt für Pünktlichkeit und kurze Wartezeiten, während unsere Fahrzeugflotte kontinuierlich gewartet und nach aktuellen Sicherheitsaspekten modernisiert wird. Doch Technik ist bei uns nur das Mittel zum Zweck. Der wahre Kern des Unternehmens ist die Empathie. Wir nehmen uns die Zeit für den kleinen Handgriff extra, für das beruhigende Wort vor einer schweren Behandlung und für die Sicherheit, dass niemand „nur eine Nummer“ im Fahrtenbuch ist.



**Ihr Partner für die Region**

Als tief in Steinheim und der Region verwurzelt Unternehmen verstehen wir uns als verlässlicher Teil der lokalen Gesundheitsinfrastruktur. Wir sind stolz darauf, durch unsere Arbeit einen aktiven Beitrag zur Lebensqualität und zur medizinischen Versorgungssicherheit zu leisten.

**MCS** Patiententransporte  
Steinheim Personenbeförderung



 0 52 33 99 81 07  
 0 52 33 81 94

 Industriestraße 3 · 32839 Steinheim  
 [www.mcs-steinheim.de](http://www.mcs-steinheim.de)



# Alles für ein gutes Leben im Alter

Das Evangelische Johanneswerk im Kreis Höxter stellt seine Angebote vor



Älter werden bedeutet Veränderung - und manchmal auch den Wunsch nach Unterstützung, Sicherheit und Gemeinschaft. Im Kreis Höxter finden Seniorinnen und Senioren sowie ihre Angehörigen dafür verlässliche Partner. Mehrere Einrichtungen der Altenhilfe des Evangelischen Johanneswerks gGmbH bieten ein vielfältiges Netzwerk aus Pflege, Betreuung, Wohnen und Begleitung. Gemeinsam verfolgen sie ein Ziel: Menschen im Alter ein Leben in Würde, Geborgenheit und Lebensfreude zu ermöglichen.

Das Helene-Schweitzer-Zentrum in Steinheim steht beispielhaft für ein modernes Verständnis von Pflege. Als vollstationäre Einrichtung ist es fest im Leben der Stadt verankert und setzt auf eine aktive Quartiersarbeit. Begegnungen zwischen Bewohnerinnen, Bewohnern und Menschen aus Steinheim gehören hier selbstverständlich zum Alltag. Für dieses Engagement wurde das Haus 2018 mit dem Pflegeinnovationspreis ausgezeichnet. Das Projekt „GeiSt - Gemeinsam in Steinheim“ zeigt eindrucksvoll, wie Pflegeeinrichtung und Stadtgesellschaft zusammenwachsen können. Direkt angrenzend ermöglichen Servicewohnungen ein selbstständiges Leben mit der Sicherheit eines unterstützenden Umfelds.

Ein weiteres Zuhause mit Herz ist das Albert-Schweitzer-Haus in Marienmünster-Vörden. Die vollstationäre Einrichtung verbindet professionelle Pflege mit persönlicher Zuwendung und einem familiären Miteinander. Ein besonderer Schwerpunkt liegt auf der Begleitung von Menschen mit Demenz. Für demenziell veränderte Bewohnerinnen und Bewohner steht eine geschützte Wohnform mit einem eigenen geschützten Außenbereich zur Verfügung. Diese bietet Sicherheit, Orientierung und zugleich Raum für Bewegung und Aufenthalt im Freien.

In Bad Driburg ergänzt ein breites Angebot der Altenhilfe das regionale Netzwerk. Das Philipp-Melanchthon-Zentrum ist eine vollstationäre Pflegeeinrichtung, die besonders durch ihre ausgeprägte palliative Versorgung und eine individuelle Gestaltung des Alltags überzeugt. Hier stehen nicht nur Pflege und Betreuung im Mittelpunkt, sondern vor allem die Persönlichkeit jedes einzelnen Menschen.

Die Tagespflege Philipp-Melanchthon ermöglicht Seniorinnen und Senioren, weiterhin zuhause zu leben und gleichzeitig tagsüber Gemeinschaft, Aktivierung und Betreuung zu erleben - eine wertvolle Entlastung für viele Angehörige.

Unterstützung im eigenen Zuhause bietet außerdem der ambulante Pflegedienst, der mit Fachkompetenz und Verlässlichkeit hilft, ein selbstbestimmtes Leben in der vertrauten Umgebung möglichst lange zu erhalten.

Wer eigenständig wohnen möchte und gleichzeitig Sicherheit schätzt, findet in den Servicewohnanlagen in Bad Driburg ein passendes Zuhause. Dazu gehören die Servicewohnanlagen Haus Lebensart, Haus Lebensform sowie die Residenz am Kurpark. Ergänzt wird dieses Angebot durch eine Wohngemeinschaft für Jedermann, in der gemeinschaftliches Leben und gegenseitige Unterstützung im Mittelpunkt stehen.

Ein besonderer Bestandteil unseres Angebots ist die Begleitung durch unsere Hospizgruppe. An allen Standorten im Kreis Höxter stehen ehrenamtlich geschulte Begleiterinnen und Begleiter schwersterkrankten und sterbenden Menschen sowie ihren Angehörigen zur Seite. Im Mittelpunkt steht dabei vor allem eines: Zeit - Zeit zum Zuhören, für Gespräche und einfach zum Da-Sein. Diese Begleitung kann Angehörigen Entlastung schenken, Raum zum Durchatmen geben und Betroffenen in einer sensiblen Lebensphase Nähe und Unterstützung vermitteln.

So entsteht im Kreis Höxter ein starkes Netzwerk der Altenhilfe mit vielfältigen Angeboten - von ambulanter Unterstützung über Tagespflege und betreutes Wohnen bis zur vollstationären Pflege. Viele dieser Angebote greifen ineinander und lassen sich flexibel kombinieren.

Welche Unterstützung im Einzelfall sinnvoll ist, hängt immer von der persönlichen Lebenssituation ab. Deshalb legen wir großen Wert auf eine individuelle Beratung gemeinsam mit Betroffenen und Angehörigen.

Immer im Mittelpunkt steht der Mensch - mit seiner Lebensgeschichte, seinen Bedürfnissen und seinem Wunsch nach einem guten, selbstbestimmten Leben im Alter.

Alle Kontaktdaten sowie die jeweiligen Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner der Einrichtungen finden Sie auf der Rückseite dieses Magazins.



# Das Johanneswerk

## Ihr Altenhilfepartner im Kreis Höxter

Wir freuen  
uns auf Sie!

### Unsere Angebote:

#### Bad Driburg

Philipp-Melanchthon-Zentrum, Auf der Mühlenstätte 25

☎ 05253 9763-131 ✉ pmz@johanneswerk.de

Johanneswerk ambulant, Dringenberger Straße 50

☎ 05253 975362 ✉ ambulant-bad-driburg@johanneswerk.de

Tagespflege Philipp-Melanchthon, Mühlenstraße 27

☎ 05253 4059845 ✉ pm-tagespflege@johanneswerk.de

#### Marienmünster

Albert-Schweitzer-Haus, Berliner Straße 16

☎ 05276 9850-131 ✉ ash-verwaltung@johanneswerk.de

#### Steinheim

Helene-Schweitzer-Zentrum, Flurstraße 2 & 2a

☎ 05233 702030 ✉ hsz@johanneswerk.de

#### Blomberg

Pflegeschule Lippe, Detmolder Straße 50

☎ 05235 5026013 ✉ pflegeschulelippe@johanneswerk.de

#### Hospizarbeit im Kreis Höxter

Büro Bad Driburg: Auf der Mühlenstätte 25 ☎ 0171 2669522

✉ ramona.schwertges@johanneswerk.de

