

COS MOS

NO 22

Journal der Unternehmensgruppe Graf von Oeynhausen-Sierstorff | Mai 2018



PARK

Rückenexperte Prof. Dr. Grönemeyer gibt seinem Publikum wertvolle Tipps zur Rückengesundheit (links Annabelle Gräfin von Oeynhausen-Sierstorff).

Seite 10

FOTO: SILKE RIETHMÜLLER

LIEBE COSMOS-LESERINNEN UND -LESER,



MAIK PRAGER
(FOTO: ANNEKA J. HILGENBERG)

Was denken Sie, wo stehen wir in der Zukunft?

Neulich überraschte mich meine Schwiegertochter mit dem Wunsch, meinem Enkel zum ersten Geburtstag einen Brief zu schreiben.

Eine schöne Idee, dachte ich, und soweit ja auch kein Problem. Aber: Er soll den Brief erst an seinem 18. Geburtstag lesen... Einen Brief in die Zukunft also. Wie schreibt man einen Brief in die Zukunft, ins Jahr 2035? Das ist aufregend, spannend und irritierend zugleich. Das ist also so, als hätte man heute einen Brief aus dem Jahr 2001 vor sich. Einen Brief aus dem Jahr des Terroran-

Fortsetzung auf Seite 2



KLINIKEN

Das Team der Patientenaufnahme hat sich in den Räumen der Holding eingelebt.

(Foto: Anna-Lena Thuns)

Seite 24



QUELLEN

Die Bad Driburger Naturparkquellen sind weiterhin Partner von Paderborns „Hochstift à la Carte“.

(Foto: Stadtmarketing Paderborn)

Seite 42

EDITORIAL	S. 1
UGOS	
Interview mit Gräfin von Oeynhausen-Sierstorff	S. 3
Wie wir die Schönheit unserer Parkanlage erhalten können	S. 5
Zweiter Azubi-Tag in der UGOS	S. 7
Die Entstehung der COSMOS	S. 8
UGOS-Mitarbeiter in Frühlingsstimmung	S. 9
GRÄFLICHER PARK	
Prof. Dr. Grönemeyer stellt sein Rückenbuch vor	S. 10
Yoga-Workshop mit Liebesgeschichte	S. 12
Gräflicher Park als Studienobjekt	S. 14
Einmal in Champagner baden?	S. 15
Der Dampfer kommt – Zwanzig Jahre F.X. Mayr	S. 16
Nobelpreis für Grundlagenforschung	S. 18
Sparkassenpokal	S. 18
Auszeichnung Tagungs-Hideway	S. 19
Certified Star Award	S. 20
Pilgern mit therapeutischer Begleitung	S. 21
Saisonstart im Park	S. 22
GRÄFLICHE KLINIKEN	
Die Zentrale Patientenaufnahme ist umgezogen	S. 24
Zweites Bebo-Meeting	S. 25
Focus Auszeichnung der Gräflichen Kliniken	S. 26
Kooperation mit Pflegeschülern	S. 27
Den Farben sind keine Grenzen gesetzt	S. 28
Gräfliche Kliniken präsentieren sich auf der „Gesund + fit“ in Bad Salzuflen	S. 29
Betriebsfest der Caspar Heinrich Klinik	S. 29
Dajana, rodel zum Sieg	S. 31
Premium-Zertifizierung für Rehabilitationskliniken	S. 32
Erfolgsgeschichte der Konditorei	S. 33
Therapiehund Paul und Phibie	S. 34
Konditorin aus der CHK bastelt Lebkuchenhäuser mit drei KITAS	S. 35
Tagung für Ernährungsfachkräfte	S. 36
Sonderpreis für das Brandverletztenteam in der Moritz Klinik	S. 36
Die Gehschule in neuem Glanz	S. 37
Vorstellung des Wundzimmers in der Park Klinik	S. 38
GRÄFLICHE QUELLEN	
Naturparkquellen erneut Partner des Viaduktfestes	S. 39
Stimmenfestival Voices	S. 40
Naturparkquellen mit neuem Markenbotschafter	S. 42
Sponsoring geht in die Verlängerung	S. 42
Alle Süssgetränke mit dem V-Label lizenziert	S. 43
EXPERTENTIPPS	S. 44
Personalien	S. 47
Termine	S. 48

Fortsetzung von Titelseite

schlags in New York, oder einen Brief aus der Zeit, in der ich etwa so alt war wie meine Kinder heute.

Ich habe mich förmlich in diesen Brief hineinfallen lassen. Herausgekommen sind über vier Seiten voller Wünsche, Träume und Gedanken, aber auch voller Sorgen und Hoffnungen. Ein schönes und spannendes Gefühl.

WIE SIEHT IHRE ZUKUNFT AUS?

Machen Sie sich doch auch einmal Gedanken darüber, wo Sie stehen und wo Sie stehen werden. Was Sie sich heute wünschen und was Sie sich für die Zukunft wünschen, wie wir leben werden, was wir für unsere Kinder sind und sein werden. Vor allem aber, was wir ihnen hinterlassen... Wie wird die Zukunft sein, wie schnell wird sich alles entwickeln? Denken Sie einmal zurück ins Jahr 2001 und wie sich alles verändert hat. Ich verspreche Ihnen: Es wird nichts im gleichen Tempo passieren wie in den letzten 17 Jahren. Forscher gehen davon aus, dass bis zum Jahr 2023 die Entwicklungsgeschwindigkeit steil nach oben geht. Ein Beispiel? Denken Sie an Ihr Handy 2001. Wir schrieben SMS und die Handys wurden immer kleiner...

...Und heute? Das Handy ist zum Smartphone geworden, kann mehr als die damaligen Computer und wird sich rasant immer weiter entwickeln. Nicht zu vergessen die Entwicklung durch Youtube, Instagram und Co., von Influencern ganz zu schweigen...

Ich habe mich schon sehr oft gefragt, wo ich stehe und was mir die Zukunft bringen wird. Wie wird mein heutiges Tun meine eigene Zukunft beeinflussen? Wie fühle ich mich heute und wo will ich hin...?

UNTERWEGS IM AUFTRAG DER ZUKUNFT

Wenn ich zum Beispiel oft gefragt werde, warum ich nicht in meinem Büro zu erreichen bin, so kann ich antworten: Weil ich viel unterwegs bin, um meinen Teil zur Gestaltung der Zukunft beizutragen 😊!

Ich betreue seit nunmehr sechs Jahren alle Küchen und Cafeterien der „Gräflichen Kliniken“. Dazu gehören neben den Bad Driburger Häusern auch die Moritz Klinik in Bad Klosterlausnitz und das ARZ in Jena. Allein durch das Pendeln nach Thüringen kommen mehr als 40.000 Kilometer Fahrleistung im Jahr zusammen.

Wenn ich in Bad Driburg unterwegs bin, dann bin ich nicht selten erst ab 14 Uhr im Büro. Denn auch zwischen den Personalabteilungen der Kliniken und der UGOS, der Buchhaltung im Brunnen und

den Geschäftsführern bin ich unterwegs. Nicht zu vergessen unsere Kunden. Zu diesen gehören n Bad Driburg derzeit drei städtische Kindergärten und vier Kantinen der INTEG GmbH und das Seniorenzentrum „Kraft“ in Bad Klosterlausnitz.

Wir produzieren neben unseren täglichen 1.300 Essen für Patienten und Mitarbeiter mehr als 500 Mittagessen für außerhalb. Dazu kommen noch die Caterings. In den Cafeterien der Kliniken sorgen sich die Mitarbeiter um das Wohl der Patienten außerhalb der Speiserversorgung in den Speisesälen. Hier gehen jeweils täglich 80 bis 100 Mal Kaffee und Kuchen über den Tisch, die in unserer eigenen Konditorei hergestellt werden. Um dies alles abzudecken, sind jährlich rund zwei Millionen Euro notwendig. Bei beinahe wöchentlichen Preisschwankungen und extremen Preisentwicklungen (ich erinnere hier nur an den um über 100 % explodierenden Butterpreis im letzten Jahr) ist ein tägliches Augenmerk darauf wichtig. Enge Kontakte zu Zulieferern und Partnern gehören also ebenso in meinen Aufgabenbereich.

In allen Abteilungen unterstützen mich engagierte Mitarbeiter. Neben den Küchenleitern gibt es Leiter für den Servicebereich (Patientenspeisesaal), leitende Diätassistentinnen und die Leitungen in den Cafeterien, ebenso wie die Leitung der Konditorei. Ich kann dieses Arbeitsaufkommen nur bewältigen, weil ich mich auf meine Führungskräfte und ihre Mitstreiter voll verlassen kann. Jeder einzelne ist hier täglich für das Kundenwohl im Einsatz und kümmert sich auch um die tägliche Einteilung und Führung unserer Mitarbeiter.

WAS WIR GESCHAFFT HABEN

Wir haben hier in den letzten sechs Jahren an der Zukunft gearbeitet und sehr viel erreicht. Nur mit der Delegation von Verantwortung war das zu schaffen. Mir ist es wichtig, den Abteilungsleitern Spielraum zu geben, um Entscheidungen selbstständig und kundenorientiert treffen zu können. Auszubrechen aus der Abhängigkeit und den Vorgaben der vorherigen Caterer war das Ziel.

Eigeninitiative und Kreativität zur Umsetzung der vorhandenen Leitlinien bei der Versorgung unserer Patienten gehören zu unseren täglichen Aufgaben. Entwicklung und Förderung engagierter Mitarbeiter führte dazu, dass zum Beispiel stellvertretene Küchenleiter in anderen Kliniken Führungsaufgaben übernehmen konnten. Neues wurde geschaffen und auch dies würde nicht funktionieren, wenn wir nicht Mitarbeiter hätten, die verantwortungsbewusst entscheiden wollen, sollen und auch müssen. Denn ich kann nicht in allen Bereichen täglich dabei sein und entscheiden.

Für mich ist klar: Ich habe als Koch den schönsten Beruf der Welt erlernt und gestalte meine Zukunft

mit Hilfe meiner Kollegen selbst. Wir haben noch viele Ideen und werden diese nach und nach leben. Wir können aber nur dann etwas umsetzen, wenn wir andere überzeugen und diese sich überzeugen lassen. Wir gestalten die Bereiche so, wie wir die Zukunft und auch uns sehen möchten. Wir gehen mit der Zeit, passen uns den täglichen Herausforderungen und Gegebenheiten an. Das machen wir gemeinsam prima.

UND JETZT SIE!

Schreiben Sie sich oder Ihren Lieben doch auch einfach einmal so einen Brief in die Zukunft. Sie werden reflektieren, wo Sie stehen und sich wünschen, wo Sie in der Zukunft stehen werden. Und dann, dann arbeiten und handeln Sie danach, denn nur so können Sie Ihren eigenen Weg gestalten...

Herzlich

Ihr Maik Prager, Prokurist der
MOK-, CHK- und MCK-Service GmbHs

„WIR WOLLTEN EINE UNAUFGEREGTE ELEGANZ“

Annabelle Gräfin von Oeynhausen-Sierstorpf über die individuelle Gestaltung der Logierhäuser

Im Interview mit Anna-Lena Thuns, Auszubildende der UGOS, verrät Annabelle Gräfin Oeynhausen-Sierstorpf, was ihr bei der Gestaltung der sechs Logierhäuser im Park wichtig war. Sie spricht über ihre Liebe zu Farben, Licht im Badezimmer und einen Stil, der sich nicht in Schubladen stecken lässt.

Gräfin Oeynhausen, wer war zuständig für die Inneneinrichtung im Hotel?

„Die Inneneinrichtung hatte und habe ich im gesamten Hotel zu verantworten. Da ich Kunsthistorikerin bin und Innenarchitektur nie gelernt habe, habe ich mit verschiedenen Innenarchitekten zusammen gearbeitet. Wobei ich sagen muss, dass ich den Pferdestall mit einem Tischler geplant habe. Also ohne professionelle Design-Hilfe! Da bin ich sehr stolz drauf. Das Droste- und Hölderlin Haus habe ich mit dem englischen Innenarchitekten Simon Playle geplant. Er half schon früher meiner Schwiegermutter bei Umbauten im Hotel und im Gräflichen Haus. Die restlichen Häuser und die öffentlichen Räume wie die Oscar's Bar, das Caspar's, die Säle, das GARTEN SPA und die Orangerie habe ich mit Prinzessin Helen zu Oettingen geplant. Sie hatte schon viel Erfahrung mit der Einrichtung von Hotels, konnte Architekturzeichnungen für die Ausschreibung machen. Ihr Stil kam dem meiner Ideen sehr entgegen, wir haben uns super verstanden.“

Was ist mit der äußeren Gestaltung der neueren Gebäude?

„Für die Architektur der Neubauten hatte ich den Architekten Andreas Veauthier aus Berlin vorgeschlagen. Mein Mann und ich haben uns sehr intensiv und lange mit der äußeren Schale der Gebäude und mit den Abläufen im Hotel beschäftigt. Im GARTEN SPA haben wir das ganze Konzept und die Architektur mit Dagmar

Rizzato, einer SPA-Beraterin, und mit den beiden italienischen Innenarchitektinnen Ondine de la Feld und Guendalina di Lorenzo gemacht.“

Was war die Grundidee bei der Gestaltung der Räume?

„Wir wollten die Zimmer vergrößern, weil Platz ein großer Luxus geworden ist. Das erlebt man, wenn man in Stadthotels geht, wo wirklich jeder Zentimeter eingespart wird. Wir hatten vor dem Umbau vor 11 Jahren 185 Zimmer, davon 120

Einzelzimmer. Heute haben wir 135 Zimmer, die meisten davon sind Doppelzimmer. Das gesamte Gebäude-Ensemble inklusive Park steht unter Denkmalschutz, der uns genaue Vorgaben gemacht hat. Die zweite Rahmenbedingung waren die Fachwerkstrukturen und die tragenden Wände in den alten Gebäuden. Die Gebäude selbst haben uns also diktiert, wie wir die Räume vergrößern können.“

Fortsetzung auf Seite 4



Annabelle Gräfin von Oeynhausen-Sierstorpf im Hölderlin Haus (Foto: Anna-Lena Thuns)

Fortsetzung von Seite 3



Das Droste Haus wirkt imposant – im Vordergrund ist das Lesezimmer zu sehen (Foto: Anna-Lena Thuns)



Blumendesign im Sierstorppf Haus (Foto: Anna-Lena Thuns)

Wie ist es Ihnen gelungen, Platz zu schaffen?

„Wir haben es häufig so gemacht, dass zwischen zwei Zimmern ein Zimmer zu zwei Badezimmern wurde. Also aus drei Zimmern wurden zwei Zimmer plus je ein Badezimmer.“

Waren die Voraussetzungen für alle Gebäude gleich?

„Es war von vorneherein klar, dass das Droste und Hölderlin Haus nicht an den Neubau anzubinden sind. Deswegen haben wir dort die Junior-Suiten geplant, damit der Gast durch mehr Platz belohnt wird, wenn er nicht an die Hauptgebäude angebunden ist. Das ist heute ein Vorteil. Im Droste Haus wohnen gern Gäste mit Hunden. Im Hölderlin Haus haben wir das F.X.

Mayr-Zentrum mit dem Speiseraum, die Teebar, die Praxis von Dr. Hietkamp und die Therapie-räume untergebracht. Die Gäste, die zum Entgiften kommen, müssen also nicht unbedingt mit dem Tagungsgast oder dem Wellness-Gast in Berührung kommen.“

Hat jedes Logierhaus einen eigenen Stil?

„Wir wollten jedes Logierhaus unterschiedlich einrichten, um jedem Haus seinen eigenen individuellen Charakter zu geben. Zudem haben wir dann in einigen Häusern die Zimmer nochmal ganz anders gemacht, zum Beispiel die Dachzimmer im Doktorhaus. Manche Zimmer im Hedwigs Haus waren gerade renoviert worden, deshalb war dort kein Bedarf.“

Beim Einrichtungsstil orientierte ich mich am Stil des Gräflichen Hauses, unseres Privathauses. Das Gebäude-Ensemble ist im späten 18. Jahrhundert entstanden, als der klassizistische Stil vorherrschte. Graf Caspar Heinrich von Sierstorppf, der Gründer des Kurbades, hat alle Häuser selber entworfen und er wollte eher eine Ansammlung von Gutshäusern bauen als ein imposantes oder pompöses Bad errichten.“

Wie wohnen Sie selbst?

„Unser Haus ist von der Erscheinung kein Schloss, sondern eher ein Gutshaus. Es ist also stilistisch zwischen einem Landhaus und einem klassizistischen Schloss angesiedelt. Ich liebe Farben und wir haben die ursprünglichen Farben, die wir unter den 50 Tapetenschichten gefunden haben, als Vorlage für die Zimmerfarben in den Logierhäusern verwendet.“

Haben Sie konkrete Beispiele hierfür?

Ja. Im Droste Haus dominiert gelb, grün dagegen im Vincke- und Hölderlin Haus. Im Doktor- und Hedwigs Haus findet sich viel Terracotta-Rot, eine Senf-Farbe hingegen in den Tapeten der Dachzimmer im Doktorhaus.... Zum Teil haben wir das

Thema Garten und Blumen in Tapeten (Sierstorppf Haus) oder in Vorhängen aufgegriffen. Aber eben nicht im Landhaus-Stil, sondern in einem modernen klassisch-eleganten Stil.“

Welche Ansprüche hatten Sie an die Möbel?

„Wichtig bei der Einrichtung der Zimmer war uns, dass sie unverwechselbar ist und natürlich gastkompatibel ist. Das heißt, die Möbel müssen strapazierfähig sein. Wir haben aber auch viele unserer privaten Antiquitäten in den Fluren und in den öffentlichen Bereichen des Hotels aufgestellt. Die Einrichtung darf nicht so schnell alt oder unmodern wirken. Der klassisch-zeitlose elegante Stil hat sich gelohnt. Erst kürzlich sagte mir jemand, es sähe alles aus wie neu. Das ist natürlich auch der guten und sorgsamen Pflege unseres Housekeepings und unserer Techniker zu verdanken!“

Hatten Sie persönliche Anliegen bei der Zimmer-Gestaltung?

„Mir persönlich war wichtig, dass in den Bädern so viel Ablagefläche wie möglich ist. Daran fehlt es in fast jedem Hotel. Die Beleuchtung dort ist auch enorm wichtig; zum Schminken braucht man immer Licht von vorne. Überall hängen Bilder, die mit dem Gräflichen Park zu tun haben.“



Das Thema „Rot“ im Doppelzimmer im Doktor Haus (Foto: Anna-Lena Thuns)



Überall im Hotel stehen Antiquitäten, hier eine Sänfte im Roten Salon. (Foto: Annela J. Hilgenberg)



Licht und Ablageflächen im Badezimmer waren bei der Planung wichtig. (Foto: Anna-Lena Thuns)



Anna-Lena Thuns beim Fotografieren der Zimmer (Foto: Verena Jansen)

die Zeit der Gründung des Gräflichen Parks (1782), den Klassizismus, genauso einfließen lassen wie die ländliche Umgebung und den eleganten Park. Wir wollten nicht in einen Landhausstil verfallen, der eher zu Bauernhäusern oder Scheunen passt. Zu „städtisch“ oder „schlossig“ durfte es auch nicht werden. Wir wollten für den Gast großzügige Räume schaffen, die gemütlich und unvergleichlich sind, die eine gehobene und unaufgeregte Eleganz und doch Understatement haben. Wie Sie sehen, ist unser Stil sehr individuell und basiert auf unserer lange Geschichte. Wir schmücken uns mit unseren eigenen Federn.

Vielen Dank für das Interview!

Das Interview wurde geführt von Anna-Lena Thuns, Auszubildende Büromanagement, UGOS

Zeichnungen von Caspar Heinrich von Sierstorppf oder von den Gebrüdern Achenbach, Illustrationen aus unserem Privatarchiv, Stiche und Fotografien habe ich vervielfältigen und vergrößern lassen.“

Wie heißen die Einrichtungsstile in den einzelnen Häusern?

„Das ist schwer zu sagen, weil jedes Haus anders ist, aber keinem Stil zuzuordnen ist.... Im Droste Haus könnte man von einem Biedermeier-Stil

sprechen, weil die Möbel biedermeierlich anmuten. Aber dann müssten dort viel mehr Blumendekore sein. Sehen wir es positiv: Das Schöne ist, dass der Stil nicht in Schubladen einzuordnen ist. Er ist einmalig, wie der Gräfliche Park. So ein Hotel gibt es nicht noch einmal. Er ist eben gräflich.“

Warum wurden diese Stile gewählt?

„Ziel war es, das Hotel so authentisch und unvergleichbar einzurichten wie möglich. Wir wollten

WAS MUSS, DAS MUSS!

Wie wir die Schönheit unserer Parkanlagen erhalten können

GEHÖLZ-PFLEGEMASSNAHMEN IN DEN HISTORISCHEN KURPARK-ANLAGEN DER FAMILIE GRAF VON OEYNHAUSEN-SIERSTORPFF

Seit Jahrzehnten kenne und schätze ich die in meiner alten Heimat Westfalen gelegenen Kurparkanlagen von Bad Driburg und Bad Hermannsborn. In Paderborn in einem Forsthauhalt aufgewachsen, bin ich mit Bad Driburg und seinen schönen Kurparkanlagen seit frühester Kindheit vertraut. Schon vor mehr als zehn Jahren forderte mich schließlich die Gräfliche Familie in Bad Driburg auf, mich als Gartenhistoriker mit meinem langjährigen garten- denkmalpflegerischen Sachverstand auch der dringend notwendigen Revitalisierung, Restaurierung und gartenkünstlerischen Erneuerung des Driburger Kurparkes anzunehmen. Ferner bat die Familie mich, mir den ebenfalls nicht unbedeutenden, aber doch stark überalterten Kurpark der Klinik in Bad Hermannsborn einmal anzuschauen und fachlichen Rat zu geben. *Fortsetzung auf Seite 6*



Manchmal muss es eben weniger sein - Heinz-Josef Bickmann, Marcus Graf von Oeynhausen-Sierstorppf und Dr. Klaus-Henning von Krosigk begutachten die Fäll-Arbeiten in den Park-Anlagen (Foto: privat)

Die Park Klinik in Bad Hermansborn strahlt auf dem weitläufigen Gelände des Parks (Foto: Sascha Reichert)



Fortsetzung von Seite 5

Ich bin dieser ehrenamtlichen Bitte besonders gerne nachgekommen, zumal ich mehr denn je von der ausgezeichneten fachlichen Arbeit des gräflichen Parkdirektors, Heinz Josef Bickmann, der seit einigen Jahren auch die dringend erforderlichen Revitalisierungsarbeiten in Bad Hermansborn beaufsichtigt, überzeugt bin. Seit Jahrzehnten im Berliner Raum, aber auch als Präsident der Deutschen Gesellschaft für Gartenkunst und Landschaftskultur (DGGL) im ganzen Bundesgebiet mit der gartendenkmalpflegerischen Grunderneuerung und Instandsetzung von in die Jahre gekommenen Lenné'schen Parkanlagen und weiterer bedeutender Schloss- und Gutsgärten, aber auch von historischen Kurparkanlagen vertraut, war es mir eine große Freude und Genugtuung, meinen fachlichen Rat auch den beiden Gräflichen Parkanlagen angedeihen zu lassen.

Ich bin besonders froh, dass mein Rat auch in der Park Klinik gerne gesehen wird. Heinz-Josef Bickmann hat dem leider doch sehr zugewachsenen und überalterten Kurpark seine lichte Schönheit, seine Vitalität, die freundliche Großzügigkeit und seine Weiträumigkeit zurückgegeben. Diese Charaktereigenschaften des Parks gehen auf die Jahre nach dem Ersten Weltkrieg zurück, und getreu dem berühmten parkerhaltenden Grundsatz von Peter Joseph Lenné „Nichts gedeiht ohne Pflege und selbst die die vortrefflichsten Dinge verlieren durch unzumutbare Behandlung ihren Wert!“

sind wir angetreten, ihn zu revitalisieren und behutsam zu erneuern.

ES FEHLTEN FENSTER

Als Fachmann schließe ich mich dieser Haltung Lenné's an. Ich muss sagen, dass nur durch kontinuierliche Pflege – wozu vor allem Fällmaßnahmen von Wildwuchs, aber auch Nachpflanzungen gehören – ein Park auf lange Sicht in seinem gartenkünstlerisch gewollten Konzept zu erhalten ist. Leider wurde eine solche parkerhaltende Gehölzpflege in Bad Hermansborn über einen längeren Zeitraum vernachlässigt, so dass viele Parkbereiche inzwischen zu verschatten drohten. Die vormaligen schönen Ausblicke oder „Fenster“ in die weite, schöne, westfälische Landschaft waren ziemlich zugewachsen. Mangels guter und kontinuierlicher Gehölzpflege waren viele Parkpartien inzwischen verbuscht und unansehnlich geworden.

Auch aus unbedingt notwendigen Verkehrssicherheitsgründen muss es in solchen Fällen dann auch zur Fällung – aufgrund von zu dichtem Stand – kommen. Eng stehende und damit wenig lebensfähige Stangenhölzer entwickeln nun mal keine zukunftsfähigen und ökologisch gesunden Laubbäume. Auch das gehört zu einer Parkpflege, nämlich wie schon Hermann Fürst von Pückler sagte: „Es ist der Gebrauch der silbernen Axt“, der gerade bei alten Parkanlagen die Vitalität und Schönheit dieser Anlagen erhält.

DIE WÜRDE ERHALTEN

Dass all diese oft mühsamen und höchst arbeitsintensiven Pflegemaßnahmen, aber auch entsprechende Arbeitserfolge in Bad Hermansborn inzwischen nicht nur den gartenhistorischen Fachmann erfreuen, zeigen längst auch zahlreiche Kommentare von Parkbesuchern und Klinikgästen. Kurzum, ein jahrzehntelanger Pflegestau in Bad Hermansborn war ursächlich für die bekannten Probleme, vor denen man stand. Doch mit Umsicht und einem hohen Maß an Sachverstand wurde dies inzwischen in Angriff genommen. Nicht zuletzt ich persönlich biete die Gewähr dafür, dass dem besonders schönen Kurpark von Bad Hermansborn seine gartenkünstlerische Würde und Schönheit und damit die Freude aller Klinikgäste und Patienten erhalten bleibt.

von Dr. Ing Klaus-Henning von Krosigk,
langjähriger Chef der Berliner
Gartendenkmalpflege und stellvertretender
Landeskonservator von Berlin

AZUBI-TAG GEHT IN DIE NÄCHSTE RUNDE

Zum zweiten Mal fanden sich die Auszubildenden der Unternehmensgruppe zusammen.

Jan Nowak und Anna-Lena Thuns lassen Revue passieren.

Um die beim letzten Azubi-Tag kennengelernten Kolleginnen und Kollegen nicht aus den Augen zu verlieren, fand im Februar ein weiteres Azubi-Treffen statt. Es trafen sich 16 Auszubildende der Unternehmensgruppe am 22. Februar 2018 in der Marcus Klinik. Diesmal stand das Thema „Kommunikation“ im Vordergrund. Zunächst gaben Annela Hilgenberg (PR-Abteilung), Jan Nowak und Anna-Lena Thuns (beide Azubis Holding) einen kleinen Workshop zum oben genannten Thema. Hierbei wurde den Azubis gezeigt, wie man kommunizieren kann und wie wichtig Kommunikation ist – gerade im Beruf. Nachdem die Kommunikationsgrundlagen geklärt waren, wurde anhand eines Rätsels auf die Tücken bei Gestik und Mimik hingewiesen. Dazu gab es natürlich noch den ein oder anderen Tipp, um die eigene Körpersprache besser zu kontrollieren und ein paar Beispiele, wie besonders in Gruppenchats Missverständnisse bei der schriftlichen Kommunikation auftreten können. Zum Abschluss gab Annela Hilgenberg einen kleinen Überblick über den Wandel der Kommunikation im Hinblick auf betriebliche Vorgänge. Denn auch vor 25 Jahren konnte man schon weltweit Geschäfte betreiben, wenn auch mit einer etwas anderen Geschwindigkeit

als heute. Eine Antwort auf ein zentral versandtes Telefax kam manches Mal erst nach einigen Tagen. Durch die heutigen technischen Möglichkeiten wird eine Antwort innerhalb weniger Minuten erwartet.

TEAMBUILDING MIT M & Ms

Im Anschluss gab es, wie beim letzten Azubi-Tag auch, eine Teambuilding-Maßnahme unter der Leitung von Sandra Nowak (Gesundheits- und Sozialcoach, Gräfliche Kliniken). Dort sollte das gerade Gelernte in der Praxis angewandt werden. Zu Beginn gab es für jeden Azubi Süßigkeiten, allerdings nicht ohne Hintergedanken. Jeder durfte sich zwei M&M's in verschiedenen Farben aussuchen, zu jeder Farbe gab es ein bestimmtes Thema. Hat man sich zum Beispiel für ein braunes M&M entschieden, sollte man etwas vom vorherigen Tag erzählen. Nach jeder Einheit folgte eine kurze Feedbackrunde, bei der die Erkenntnisse der Einheit auf einer Flip-Chart festgehalten wurden. Bei der nächsten Übung konnte sich jeder einen Partner aussuchen, mit dem er sich auf zwei Panzerbandstreifen stellen musste, um sich wie auf Skiern vorwärtszubewegen – möglichst ohne hinzufallen. Nach kurzer Zeit klappte das so gut, dass sich alle 16 Azubis auf zwei lange Skier stellten und so als Gruppe voran kommen mussten.

REDEN OHNE PUNKT UND KOMMA

„Eddie Murphy-Übung“, nannte sich unsere dritte Herausforderung, jeder suchte sich wieder einen Partner und musste nichts weiter tun, als diesen drei Minuten lang voll zu quatschen. Das hört sich allerdings leichter an, als es ist, denn beide Personen führten einen Monolog ohne Gegenspieler

Genau so sollte es nicht sein: Jan Nowak eröffnet die Veranstaltung absichtlich ohne Begrüßung. Ohne zu fragen filmt er die Anwesenden mit seinem Handy.

Jannik Lessmann und Sara Wüllner lassen sich als „Blinde Kühe“ durch den Parcours lotsen. (Fotos: Anna-Lena Thuns)



Dieses Mal trafen wir uns am Nachmittag, etliche hatten schon einen Tag Arbeit oder Schule hinter sich.

und es ergaben sich wenig neue Themen. Die letzte Aufgabe hatte viel mit einfacher und deutlicher Kommunikation zu tun. Zwei Azubis wurden die Augen verbunden, zwei weitere mussten diese dann mit Hilfe von Beschreibung durch einen aus Bauklötzen bestehenden Parcours lotsen, ohne dass sie die Bauklötze umstoßen. Nach einer weiteren Feedback-

runde war auch das Teambuilding beendet. Beim anschließenden Finger-Food Buffet gab es dann noch reichlich Gelegenheit sich in lockerer Atmosphäre miteinander auszutauschen.

von Jan Nowak und Anna-Lena Thuns, Auszubildende Büromanagement, UGOS



Ski Heil! Nur durch gemeinsame Bewegungen konnten wir mit unseren imaginären Riesen-Skiern ans Ziel kommen



DIE ENTSTEHUNG DER COSMOS

Wie wird das Unternehmensjournal eigentlich gemacht?

Vielleicht haben sich einige schon einmal die Frage gestellt, wie das Unternehmensjournal COSMOS überhaupt entsteht. Ich, Anna-Lena Thuns, bin Azubi für Büromanagement in der UGOS und derzeit in der Abteilung „Public Relations (PR)“. Diese Abteilung ist zuständig für Presse- und Öffentlichkeitsarbeit. Hier laufen auch die Fäden für die COSMOS zusammen. „Nach der COSMOS ist vor der COSMOS“, heißt es so schön. In der PR sammeln wir alle Ideen, Informationen, Artikel und Bilder, die von den Mitarbeitern oder Externen für die Unternehmenszeitschrift abgegeben werden. Außerdem steuern wir Pressemeldungen bei, kümmern uns um neue Ideen, tragen die anstehenden Termine und Veranstaltungen zusammen, erstellen das Inhaltsverzeichnis und schreiben natürlich auch eigene Beiträge.

Dateien auf einem Datenträger. Um ein paar Informationen und Eindrücke über die Produktion des Journals zu bekommen, habe ich mich mit Bernhard Egeling, Geschäftsführer der Druckerei Egeling GmbH, in der Druckerei getroffen.

VIRTUELLE COSMOS

Bernhard Egeling macht an seinem PC eine Sichtkontrolle und entwirft ein erstes Layout. Für den Aufbau einer einzigen Seite braucht er durchschnittlich circa 45 Minuten. Zeitaufwendig ist das Aufhellen und Nachschärfen vieler Fotos für ein druckbares Ergebnis. Wenn er mit dem ersten Entwurf des ganzen Journals fertig ist, schickt er uns diesen als PDF-Datei. Wir prüfen gemeinsam, an welcher Stelle vielleicht noch ein Bild vergrößert werden soll oder ein Seitenumbruch geändert werden



Für jede der vier Farben „Cyan, Magenta, Yellow und Black“ wird eine Druckplatte erstellt. Links die Cyan-, rechts die Magenta-Druckform auf dem Kontrollschirm des Plattenbelichtes.

wir hoffentlich alle Fehlerteufel besiegt haben. Es folgt noch eine Korrekturschleife mit den Autoren der Beiträge, bis es endlich mit der Druckfreigabe grünes Licht für die Produktion gibt.

JETZT WIRD'S TECHNISCH

Layout steht, Texte sind in Ordnung – jetzt kann es losgehen. Das Unternehmensjournal COSMOS wird im Offset-Druck (= Flachdruck) herge-

stoßend und gleichzeitig farbfreundlich. Im Gegensatz dazu sind die Bereiche, die nicht gedruckt werden, farbabstoßend und wasserfreundlich. Das ist das Entscheidende beim Flachdruck im Gegensatz zum Hochdruck, bei dem die zu druckenden Flächen „erhaben“ sind, also emporstehen wie bei einem Stempel. Für jede der vier Grundfarben Cyan, Magenta, Yellow und Black wird eine Druckplatte erstellt, auf einer Platte sind acht Sei-



Ski Heil! Nur durch gemeinsame Bewegungen konnten wir mit unseren imaginären Riesen-Skiern ans Ziel kommen. (Alle Fotos: Anna-Lena Thuns)



Sieht unspektakulär aus, aber ohne sie geht nichts: Hier stellt Kai Marquard, Medientechnologe Druck, eine Druckplatte in einem sogenannten prozesslosen (chemiefreien) Plattenbelichter her.

WAS PASSIERT NACH REDAKTIONSSCHLUSS?

Ungefähr sechs Wochen vor der geplanten Erscheinung ist Redaktionsschluss. Beiträge, die dann noch eingehen, können erst in der nächsten Ausgabe berücksichtigt werden. Spätestens mit Redaktionsschluss fangen wir an, alle Texte zu prüfen. Sind sie fehlerfrei, haben wir geeignete Bilder, wer ist der Autor, wer ist Fotograf und wie heißen die Menschen auf den Fotos? All dies muss geklärt und entsprechend eingearbeitet werden - da kann schon einmal eine Woche ins Land gehen. Wenn alles vollständig ist, bekommt die Druckerei alle

muss. Wenn alle mit dem Layout zufrieden sind, geht es an die Detail-Korrektur. Wir drucken uns den „Rohling“ der COSMOS aus und lesen. Und lesen und lesen und lesen. Sämtliche Texte, Überschriften, Autorennamen, Bildunterzeilen, Fotografenangaben, Seitenzahlen und das Inhaltsverzeichnis werden von vorne bis hinten und von hinten nach vorne geprüft. Dann geht es in die Korrekturschleifen: Wir machen unsere Anmerkungen im Dokument kenntlich und schicken es als Datei an Bernhard Egeling. Er arbeitet die Änderungen ein, schickt es wieder an uns zurück. Das machen wir so oft, bis



Ab mit der Druckplatte in die Druckmaschine.



3, 2, 1- und los! Der Druck läuft.

stellt: Die „druckenden Flächen“ – also Text und Bilder – und die „nicht-druckenden Flächen“ befinden sich auf einer Ebene auf einer Druckplatte aus Aluminium. Die Partien, die später das Motiv ergeben, sind wasserab-

ten der COSMOS abgebildet. Die Druckplatte wird in die Maschine gespannt, in der sich vier Druckwerke befinden: Jedes Druckwerk besteht aus Farbwalzen, Feuchtwalzen, einem Plattenzylinder, einem Gummizylinder



Das Schneiden ist Präzisionsarbeit für den Buchbinder Pascal Bertinchamps.

der und dem Gegendruckzylinder. Kai Marquard (Medientechnologie Druck), muss Wasserzufuhr und Farbauftrag so einstellen, dass das beste Ergebnis aus der Maschine kommt. Er füllt Farbe und Papier nach und überwacht die Qualität des Drucks. Die Druckplatte läuft erst durch das Feuchtwerk, wo sie mit Wasser benetzt wird. Die farbfreundliche Schicht stößt das Wasser ab. Es folgt das Farbwerk; dort nehmen die farbfreundlichen Flächen die ölhaltige Farbe auf. Zum Schluss wird über ein Gumm Tuch das Motiv auf Papier



Fertig.

übertragen. Das Gumm Tuch ist deshalb wichtig, weil es sich durch seine Flexibilität an die raue Oberfläche des Papiers anschmiegen kann und so ein

sauberer, scharfer Druck entsteht. Nach ca. 24 Stunden ist die Farbe getrocknet und das Papier kann weiterverarbeitet werden.

FAST GESCHAFFT

Beim nächsten Schritt werden die Seiten der COSMOS auf das richtige Format zugeschnitten. Dieses wird im Planschneider gemacht, den der Buchbinder Pascal Bertinchamps bedient. Im sogenannten „Zusammenragturm“ werden die Seiten zusammengetragen, geheftet und endbeschnitten.

EGELING IST EXPERTE

Wer noch mehr Details erfahren möchte, ist bei Bernhard Egeling übrigens an der richtigen Adresse: Er hat den Beruf des Schriftsetzers – heute Mediengestalter digital und print – von der Pike auf gelernt und weiß noch, wie mühsam es ist, Buchstabe für Buchstabe einzeln zu setzen... Heute ist er Experte für alle Druckverfahren und -maschinen und beliefert etliche Unternehmensbereiche der UGOS mit Flyern, Einladungen, Briefsendungen, Schildern, Bildern, Aufklebern und vielem mehr.

FERTIG!

von Anna-Lena Thuns,
Auszubildende Büromanagement,
UGOS und Anneka J. Hilgenberg,
Public Relations, UGOS
Mit freundlicher Unterstützung von
Bernhard Egeling, Geschäftsführer
der Druckerei Egeling GmbH

UGOS-MITARBEITER IN FRÜHLINGSSTIMMUNG

Wie macht sich der Frühling bei Ihnen bemerkbar und was lieben Sie daran am meisten?

Die Winterjacken sind verstaut und das schöne Wetter nähert sich endlich wieder. Auszubildende Anna-Lena Thuns hat sich unter einigen Mitarbeitern umgehört, wie sich der Frühling bei ihnen bemerkbar macht und worauf sie sich am meisten freuen.



Ingrid Rinke mit dem Pferd ihrer Tochter
(Foto: privat)

INGRID RINKE, VERWALTUNGSFACHANGESTELLTE, CASPAR HEINRICH KLINIK

„Sobald die Sonne raus kommt und sich der Frühling anmeldet, steigt die Motivation der Menschen. Ich halte mich sehr gerne draußen auf und gehe mit dem Hund meiner Tochter spazieren. Ich liebe es aber auch, einfach mal auf dem Balkon zu sitzen, die Sonne zu genießen, dabei ein Buch zu lesen und dem Vogelgezwitscher zu lauschen. Frühling bedeutet gleichzei-

tig, dass die Reitturniersaison wieder los geht. Ich begleite meine Tochter sehr gerne zu den Reitturnieren, dieses ist schon ein Hobby von mir geworden. Ich selbst bin auch ein totaler Pferdeliebhaber (bin zum OTT aufgestiegen - Turnierreiter wissen, was das bedeutet 😊). Sobald der Frühling da ist, gehe ich viel öfter durch die Natur und erfreue mich,

wie diese sich von Tag zu Tag verändert. Blumen wachsen, Bäume werden grün und vieles mehr. Wenn die Natur erwacht, kommt eine Freude auf und man weiß, dass der Frühling endlich da ist.“

Fortsetzung auf Seite 10

**LORENA BREKER,
KOSMETIKERIN, GARTEN SPA**



Lorena Breker (Foto: Anna-Lena Thuns)

„Ich liebe am Frühling besonders, dass sich nach den vielen dunklen und verregneten Tagen die Laune verbessert, weil das Wetter endlich schöner wird. Wenn man aus dem Fenster schaut, sieht man überall die frohen und bunten Farben der Blumen. Man merkt es auch an der Haut, sie spannt nicht mehr so und man benötigt nicht mehr so reichhaltige Pflege.“

**ARNE HAUSMANN,
HAUSTECHNIKER, CASPAR HEINRICH KLINIK**



Arne Hausmann im Winterurlaub beim Schlitten fahren (Foto: privat)

„Endlich kommen die Winterjacken nach hinten und die dünnen Jacken werden herausgeholt. Die Aktivität steigt und ich bin viel fröhlicher als sonst. Ich freue mich, dass ich im Hellen zur Arbeit fahren kann sowie im Hellen nach Hause komme. Ich freue mich jetzt schon auf das Vogelgezwitscher, die bunten Blumen und dass die Natur endlich wieder Farbe zeigt. Der Wohnwagen wird aus dem Winterschlaf geholt und das Verreisen kann endlich wieder beginnen.“

**STEFAN WAHDEN,
THERAPIELEITER, CASPAR HEINRICH KLINIK**



Stefan Wahden während seiner Arbeit im Therapiezentrum der Caspar Heinrich Klinik (Foto: Sascha Reichert)

„Ich freue mich riesig auf den Frühling, da ich eher ein Wintermuffel bin. Das Aufstehen in der dunklen Jahreszeit mag ich gar nicht. Im Frühling kann ich meinen Hobbys wieder freien Lauf lassen, denn als Gartenliebhaber freue ich mich auf die ersten Schneeglöckchen und Krokusse. Im letzten Jahr habe ich mir zusammen mit meiner Partnerin ein E-Bike zugelegt. Wir

fahren besonders bei schönem und warmem Wetter gerne längere Touren rund um das Paderborner Land. Ab und zu packen wir aber auch die Bikes auf den Autogepäckträger und touren dann durch das Sauerland.“

GRÄFLICHER PARK

PROF. DR. DIETRICH GRÖNEMEYER BRINGT SEIN PUBLIKUM IN WALLUNG

Der Rückenexperte stellt sein Buch vor und hält alles andere als eine besinnliche Lesung

Im November 2017 haben Prof. Dr. Dietrich Grönemeyer und Marcus Graf von Oeynhausen-Sierstorff gemeinsam das MEDICAL HEALTH SPA im „Gräflicher Park Grand Resort“ eröffnet. Der Rückenexperte hat hierfür eigens seine Grönemeyer RückenWellnessKur® konzipiert. Und auch im Januar bei seinem Vortrag dreht sich alles um das Volksleiden Nr. 1: Rücken. Vor voll besetztem Saal referiert er aus „Mein großes Rückenbuch – Wie Sie Ihren Schmerz besiegen“.

VON WEGEN!

Wer sich auf eine besinnliche Lesung eingestellt hatte, wurde allerdings eines Besseren belehrt. Gleich zu Beginn der Veranstaltung der Diotima Gesellschaft holte der Arzt die rund 300 Zuhörer von ihren Stühlen. Im Verlauf des Abends animierte der Mediziner sein Publikum immer wieder, sich in Bewegung zu setzen. Denn „Bewegungslosigkeit ist das neue Rauchen“, weiß er. Wer zu viel sitzt, hemmt seinen Stoffwechsel. Das

Herz bekommt Druck von unten, die Gefäße leiden. Die Folge: Der Rücken leidet. Schon Kinder stöhnen heute über Rücken, oft wird vorschnell eine Operation in Erwägung gezogen. Das muss nicht sein, meint Grönemeyer.

ALLES EINE FRAGE DER HALTUNG

„Alles eine Frage der Haltung“ – diese zentrale Aussage Grönemeyers bezieht sich nicht nur auf die Körperhaltung, sondern auch auf die innere

**DIE GRÖNEMEYER
RückenWellnessKur®**

basiert auf der Kombination traditioneller Heilmethoden mit schulmedizinischer Expertise. Zentraler Bestandteil sind die fünf Säulen

- 1 Heilwasser & Moor
- 2 HighTech Diagnostik & MikroTherapie in Bochum, Berlin, Ratingen und Leverkusen
- 3 Traditionelle Heilverfahren & Manualtherapie
- 4 Stoffwechsellumstellung & Gewichtsreduktion
- 5 Bewegung & Entspannung

INTERVIEW MIT PROF. DIETRICH GRÖNEMEYER

Herbert F. Gruber, stellv. Chefredakteur des Magazins „Westfalium“, hat Prof. Dr. Grönemeyer in Bochum zum Interview getroffen. Darin spricht der Rückenexperte über sein Institut, die veränderten Bedingungen im Arbeitsleben und sein neues Kochbuch. Er erklärt außerdem, was ihn am Bad Diburger Kurbad fasziniert:

„Als Rückenspezialist schätze ich die heilende Wirkung des klassischen Moorbades. Es bietet eine Wärme, die den Körper bis ins Mark durchdringt. Das ist nicht nur gut für verspannte Muskeln und den Rücken, sondern auch für die Seele. In der wohltuenden Atmosphäre Bad Driburgs können gestresste Menschen wieder zu sich selbst finden.“

In der Frühjahrsausgabe des „Westfaliums“ finden Sie das komplette Interview. Das Magazin ist erhältlich im gut sortierten westfälischen Zeitschriftenhandel und in Bahnhofsbuchhandlungen.

Einstellung. „Der Rücken ist ein psychosomatisches Organ“, stellt Grönemeyer fest. Wer der Meinung ist, er bekommt den Herzinfarkt aufgrund seiner erblichen Veranlagung sowieso, der liegt falsch, meint Grönemeyer. „Wir beeinflussen 60% unserer Gesundheit durch unser eigenes Verhalten“, so der Experte. In seinem Buch beschreibt er anschaulich und leicht verständlich, wie man sich selbst helfen kann. Während er spricht, ist er ständig in Bewegung. Er läuft auf und ab und veranschaulicht, wie sich die Körperhaltung im Sitzen verändert. Zum Abschluss seines Vortrags beantwortete der Experte Fragen aus dem Publikum.



Mit einfachen Worten erklärt Prof. Grönemeyer in seinem Rückenbuch komplexe Themen.



Turne bis zur Urne – frei nach diesem Motto von Turnvater Jahn hält Prof. Dr. Grönemeyer Bewegungslosigkeit für das neue Rauchen. (Fotos: Herbert F. Gruber)



Von wegen „besinnliche Lesung! Auf auf Leute, bewegt Euch!“

YOGA WORKSHOP MIT LIEBESGESCHICHTE

Zum Abschluss seines dritten Yoga Retreats zeigt Ralf Bauer mit Ann-Cathrin Sudhoff seine schauspielerische Seite



Ralf Bauer alias Leo Leike und Ann-Cathrin Sudhoff alias Emmi Rotmer beeindrucken mit brillantem Wortwitz (Foto: Ralf Meier, meierpress)

Es ist der dritte Yoga-Workshop, den Ralf Bauer im Gräflichen Park hält. Und er ist wieder ausverkauft. Drei Tage lang lernen die Teilnehmerinnen eine Menge über ihren Lehrer und seine persönlichen Erfahrungen mit Yoga. Ruhig und besonnen unterrichtet er seine Einheiten und beantwortet die Fragen der Teilnehmerinnen. Etliche der Frauen sind nicht zum ersten Mal bei einem Workshop Bauers' im Park dabei.

VOM YOGA ZUR SHOWBÜHNE

Doch mit dem Yoga-Retreat nicht genug: Dieses Mal hat Ralf Bauer noch mehr im Gepäck. Seine Schauspiel-Kollegin Ann-Cathrin Sudhoff, bekannt aus dem „Tatort“ oder Inga-Lindström-Verfilmungen, gesellt sich während des Workshops ganz ungezwungen zu der Gruppe. Denn zum Abschluss des Workshops ist ein doppeltes Gastspiel auf der Bühne des Theatersaals angesagt: Ralf Bauer und Ann-Cathrin Sudhoff schlüpfen in ihre Rollen als Leo Leike und Emmi Rothner. Ähn-

liches gilt übrigens auch für den Festsaal: eben noch ein ruhiger Sport-Ort, jetzt schon ein mit Leben gefüllter, voll bestuhlter Saal. Denn auch diese Veranstaltung der Diotima Gesellschaft e.V. ist ausverkauft. Lange vor Beginn strömen die Zuschauer zum Theatersaal, um Ralf Bauer und Ann-Cathrin Sudhoff live in „Gut gegen Nordwind“ und dessen Fortsetzung „Alle Sieben Wellen“ zu sehen.

GÄNSEHAUT-KINO

Es ist ein sehr persönlicher Dialog, dem die 250 Anwesenden gebannt folgen. In dem eine „Beziehung“ als „die Zeit zwischen Anfang und Ende“ definiert wird und „ein Ende manchmal nicht dramatisch ist, weil sich nichts ausschalten lässt, das nie an war“.

Ralf Bauer und Ann-Cathrin Sudhoff spielen in „Gut gegen Nordwind“ mit den vorhandenen einfachen Mitteln einen Dialog nach, der eigentlich schriftlich stattfindet – und zwar per E-Mail. In

dem Bestseller von Daniel Glattauer verfangen Leo Leike und Emmi Rothner sich mittels elektronischer Post ineinander. Was mit einem einfachen Kündigungsschreiben begann, führt zu schicksalhaften Veränderungen im Leben beider.

HOTELZIMMER GEPLÜNDERT

Für das Bühnenbild wurden Hotelzimmer im Gräflichen Park geplündert: Emmi und Leo haben jeder einen Schreibtisch und ein Bett, um ihr jeweiliges Refugium darzustellen – mehr brauchen sie auch nicht, denn sie haben ja sich. Mit brillantem Wortwitz erzählen sie die Geschichte von Leo und Emmi, die schon bald nicht mehr ohne einander sein können. Emmi versucht, etwas über Leo herauszufinden, doch sie muss feststellen, dass ihre Möglichkeiten begrenzt sind: „Google kennt Sie nicht!“ Und als sie ihre „E-vor-I-Schwäche“ damit erklärt, dass ihre Mittelfingerkuppen sich auf der Tastatur bekriegen, nimmt das Schicksal seinen Lauf. Leo, der Sprachwissenschaftler, will wissen, wie lange sie für diese Mail gebraucht hat. Sie fangen an, Mutmaßungen anzustellen. Über Alter, Schuhgröße und Haarfarbe. Sie beginnen, sich schriftlich ihre Leben zu Füßen zu legen. Anfänglich noch vorsichtige Gefühle lesen sich in den Mails, bald mischen sich Neid, Eifersucht und schlaflose Nächte ein.

LEOOOO? BIST DU DA??



Thomas Blümel und seine Küchencrew haben eine riesige Auswahl an exotischen Gerichten, Salaten und Desserts kreiert. Das Buffet wird vom Publikum gut angenommen und hoch gelobt.

Sie unternehmen einen vorsichtigen Versuch, sich zu treffen, ohne sich zu treffen, indem sie zur selben Zeit im selben Café sein wollen. Und? Anschließend tauschen sie sich per E-Mail rege über ihre Nicht-Begegnung aus. Als Emmi herausfindet, dass Leo an einer Studie über „E-Mails als Transportmittel für Emotionen“ arbeitet, bekommt die bis dahin so entzückende Geschichte einen dramatischen Bruch.

Die Inszenierung ist trotz der einfachen Mittel erstaunlich. Wenn Emmi alias Ann-Cathrin Sudhoff ein verzweifelt flehendes „LEO?? Bist Du da???“ mit Worten in den Raum schreibt, dann bangt der Saal mit. Und als Leo alias Ralf Bauer mit echten Tränen in den Augen das endgültige Ende der Romanze verkündet, schweigen die Zuschauer betreten. Die Tragik ist in den Theatersaal geschwappt, die Zuschauer halten den Atem an.

SEI NIE EINSAM UND BETRUNKEN GLEICHZEITIG

Gut, dass die Geschichte nach diesem entsetzlichen Ende noch weiter geht. Auch in der Fortsetzung „Alle sieben Wellen“ sind die beiden Darstel-



Der E-Mail Chat zur späten Stunde wird mit Worten in den Raum geschrieben.



„Du kannst ruhig betrunken sein, du kannst auch ruhig einsam sein- aber sei nie beides gleichzeitig“ stellt Leo Leike weinselig fest.

Tosender Applaus - Gräfin Oeynhausens bedankt sich bei den beiden Schauspielern für die gelungenen Aufführungen



In der Küche vom „Caspar's Restaurant“ gab es beim Yoga-Workshop eine tibetanische Frühstückszereemonie

ler in ihren Mails und Worten verfangen, es kommt keine Sekunde Langeweile auf.

Doch dann: Leo kann ihn nicht finden, den Schlüssel zum Schrank mit der Aufschrift „Vernunft“. Und er stellt fest: „Du kannst ruhig einsam sein, du kannst auch betrunken sein. Aber sei niemals beides gleichzeitig!“ Und wieder wollen sie sich treffen, Emmi und Leo. So planen sie einen „gräflichen Abend im ‚Caspar's Restaurant‘“ und freuen sich darauf, dort „Thomas Blümel's Kochkunst zu genießen“. Sehr zur Freude des Publikums haben

sie ihren eigentlichen Text spontan auf Bad Driburg umgemünzt.

Ende gut, alles gut: Emmi und Leo haben also nach langen Wirrungen endlich zueinander gefunden und beschließen, ihr Leben gemeinsam fortzuführen. Und doch hält Emmi Rothner's Satz: „Die Zukunft ist weiblich und deshalb unberechenbar!“ ein wenig nach...

von Anneka J. Hilgenberg, Public Relations, UGOS



Erste Vorbereitungen im Theatersaal: Ralf Bauer legt die tibetischen Kissen bereit.



Der Theatersaal zeigt sich bis mittags noch im Yoga-Gewand, ehe er fürs Bühnenschauspiel verwandelt wird.

GRÄFLICHER PARK ALS STUDIENOBJEKT

Hochschule Ostwestfalen-Lippe führt mit Parkdirektor Heinz Josef Bickmann praktische Studien zum „Lernobjekt Pflanze“ durch



Die Gruppe der Hochschulstudenten nimmt praktischen Unterricht bei Heinz Josef Bickmann im Piet Oudolf Garten. Unten rechts: Laura Milde (Foto: Annela J. Hilgenberg)

Piet Oudolfs Staudenbeete im Gräflichen Park sind ein Paradebeispiel von besonderer Staudenverwendung. Damit befassten auch wir uns, die Studenten des Fachbereichs Landschaftsarchitektur und Umweltplanung von der Hochschule Höxter.

Im Rahmen des Moduls „Standortgerechte Pflanzenverwendung“ zeigte uns Frau Aland von der Hochschule Höxter, auf welche Art und Weise Stauden angeordnet und gestaltet werden können.

Einer der Schwerpunkte lag hierbei bei den Driftpflanzungen, die den englischen Staudenrabatten nachempfunden sind. Bei einem Drift werden gleiche Pflanzen in langgezogenen Flächen angeordnet. Da sich dies stark in den Staudenbeeten Oudolfs wiederfindet, besuchte Frau Aland mit uns Hochschülern an einem kalten, doch schönen Dezembermorgen vergangenen Jahres den Gräflichen Park.

RÜCKSICHT NEHMEN AUF DIE PFLANZE

Nach der Begrüßung erklärte der Parkdirektor Heinz-Josef Bickmann uns anhand originaler Pflanzpläne und Fotos den beachtlichen Aufwand der Planung und Bepflanzung der Staudenrabatten. Auch wurden unsere Fragen über Pflege und Instandhaltung fachgerecht beantwortet. Es kristallisierte sich heraus, dass die Pflanzung mehr auf eine attraktive Wirkung im Herbst und Winter abzielte, als auf eine standortgerechte Verwendung. Standortgerechte Pflanzenverwendung bedeutet, dass beim Pflanzstandort auf die Ansprüche der Pflanze und die gegebenen Umweltfaktoren Rücksicht genommen wird. Wie eine durch Frau Aland vorgenommene Bodenprobe zeigte, war der Boden sehr lehmhaltig und in den unteren Bereichen nicht gut wasser-durchlässig. Somit wären für diesen sogenannten Extremstandort Spezialisten, wie eine Feuchtwiese oder feuchtliebende Stauden, optimal gewesen. Der Schwerpunkt wurde hier aber auf ästhetische Winterra-

spekte und auffällige Samenstände und Gräser gesetzt, was die Pflanzung im Hinblick auf Pflege und Funktion noch interessanter macht.

Zur Veranschaulichung führte uns der Parkleiter zu den Staudenrabatten, bei welcher wir die verschiedenen Samenstände zusammentrugen und nach ihrer Struktur ordneten. Während bei den Gräsern eine eher zarte und leichte Struktur zu erkennen war, wiesen Fetthenne (*Sedum telephium*), Indianernessel (*Monarda*) und Ziest (*Stachys*) robuste Sprossen mit kräftigen Samenständen auf.

TIEFE RÖTE IM HERBST

Auch bemerkten wir beim Herbstaspekt unter anderem, dass die Farbpalette der Gräser und Stauden von beige über braun bis hin zu verschiedenen Rottönen reichte, wodurch dem Beobachter eine noch stärkere Reliefbildung und Tiefe vorgetäuscht wird.

Durch die Bewegung der leichten Gräser im Wind entsteht ein lebendiges und lockeres Erscheinungsbild, welches sich mit der fürs Auge eher starren Haltung anderer Stauden abwechselt. Somit sorgt das gesamte Konzept aus Samenständen, Farbe und Bewegung für ein aufregendes und abwechslungsreiches Staudenbeet in einer eher farbärmeren und trostloseren Jahreszeit.

Durch Schneefall im Winter zeigt sich der Vorteil robuster Sprossen für das ästhetische Gesamtbild. Wenn sich



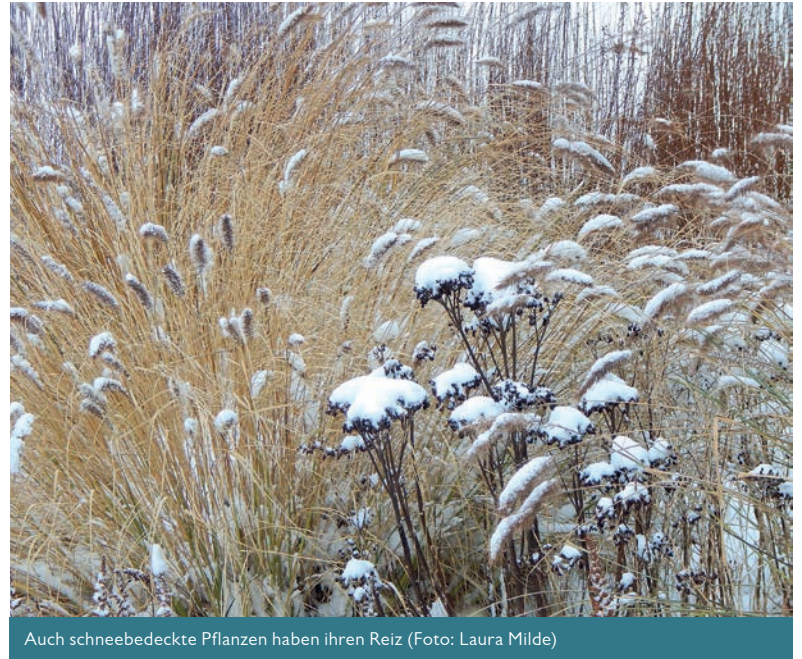
Mit der Theorie in der Garage fängt alles an. (Foto: Laura Milde)

der Schnee auf den unterschiedlichen Samenständen ansammelt, verstärkt sich auf diese Weise der Strukturcharakter der Pflanzen, wie beispielsweise die optischen „flachen Teller“ der Fetthenne oder die kugelig stacheligen Samenstände des Roten Sonnenhuts (*Echinacea purpurea*). Während die meisten Gärten und Staudenbeete zur Winterzeit oftmals leblos und kahl wirken, zeigten sich die Staudenbeeten von Piet Oudolf im Park geradezu lebendig. Die vielen Stauden, leider häufig schon Ende des Sommers in vielen Privatgärten abgeschnitten, füllten die Beete in ihrem Erscheinungsbild harmonisch und versorgten viele Kleintiere mit ihren Samen und Körnern.

PRAXIS GEHT ÜBER THEORIE

Nicht nur unser Semester, sondern auch Studenten aus den späteren Semestergängen wurden anhand dieser Staudenbeete im Gräflichen Park im Bezug auf Pflanzenverwendung in alle Richtungen hin geschult. Es ist immer vorteilhaft für Lernende, nicht nur die Theorie, sondern anhand von praktischen, realitätsnahen Beispielen und Exkursionen Kenntnisse über das „Lernobjekt Pflanze“ zu erfahren. In diesem Punkt nutzt die Hochschule die in der Nähe liegenden Angebote hervorragend, und es war für uns Studenten ein interessanter, informativer und freudiger Tag. Sehr gerne kommen wir im Sommer wieder!

von Laura Milde und Abigail Fuhse,
Hochschule Ostwestfalen-Lippe



Auch schneebedeckte Pflanzen haben ihren Reiz (Foto: Laura Milde)

EINMAL IN CHAMPAGNER BADEN?

Ich habe es gemacht!

Ich habe vorher noch nicht wirklich viel über ein Kohlensäuremineralbad gehört, und ich bin froh, dass ich die Chance bekommen habe, so ein Bad einmal auszuprobieren.

Ich war den ganzen Morgen aufgeregt, da ich keine Ahnung hatte, was heute auf mich zukommt. Dann machte ich mich auf den Weg in das Therapiezentrum zu Susanne Müller. Sie ließ das 33 Grad warme Wasser mit frischer Kohlensäure aus haus-eigenen Quellen in die Metallbadewanne fließen. Als ich in die Metallwanne eingestiegen bin, war es

ein ziemlich ungewohntes Gefühl, als sich die Kohlensäure plötzlich wie eine zweite Schicht auf die Haut gesetzt hat. Außerdem fühlte ich mich festgehalten von der Kohlensäure. Das Wasser hat geprickelt und der Geruch hat mich an die Führung bei den Naturparkquellen am Azubi-Tag erinnert. Für mich hörte sich das Einlassen der Kohlensäure in das Wasser so an, als wenn ich mir ein Glas Wasser mit viel Kohlensäure einschütten würde. Das Wasser war schön warm im Gegensatz zu dem Sturm und Regen, der draußen tobte. Der Wind piff um das Gebäude und die Fenster klapperten. Die Metallbadewanne steht sehr nah am Fenster, dadurch hatte ich einen sehr schönen Blick auf den Gräflichen Park und konnte die Bäume bei dem starken Sturm und Regen sehr gut beobachten. Ich konnte also 15 Minuten lang einfach nur richtig entspannen. Nach dem Kohlensäuremineralbad war ich sehr kaputt und müde. Das Arbeiten nach der Entspannung ist mir sehr schwer gefallen. Nach Feierabend bin ich dann sofort ins Bett gegangen und habe bis zum Schellen des Weckers am nächsten Morgen durchgeschlafen wie ein Stein.

Ich bin überglücklich, diese Chance bekommen zu haben und kann es nur jedem empfehlen. Es ist ein schönes und lustiges Gefühl, das sehr schwer zu beschreiben ist. Probiert es selber einmal aus. „Geht einmal im Champagner baden!“

von Anna-Lena Thuns,
Auszubildende Büromanagement, UGOS



Einladend: die Wannen im Therapiezentrum mit Ausblick in den Himmel und den Park (Foto: Anna-Lena Thuns)



Das Kohlensäuremineralbad prickelt so schön auf der Haut. So muss baden in Champagner sein! (Foto: Susanne Müller)

DER DAMPFER KOMMT!

Seit zwanzig Jahren arbeiten der Experte Dr. Henk C. Hietkamp und die gute Seele des Hauses Monika Fockel zusammen im F.X. Mayr-Zentrum



Monika Fockel und Dr. Henk C. Hietkamp sind seit 20 Jahren gemeinsam an Bord des F.X. Mayr Zentrums.
(Foto: Anneka J. Hilgenberg)

Es ist eine ungewöhnliche Geschichte, die Dr. Henk C. Hietkamp und Monika Fockel anlässlich des 20jährigen Bestehens des F.X. Mayr-Zentrums im „Gräflichen Park Grand Resort“ erzählen können. Unabhängig voneinander sind beide im Jahr 1997 auf Umwegen im Gräflichen Park gelandet. Seitdem haben sie als harmonisches Team zahlreiche „Auf und Abs“ und „Hochs und Tiefs“ gemeistert.

Dr. Henk C. Hietkamp wurde in Afrika, genaue genommen in Johannesburg, geboren. Als er 12 Jahre alt war, ging er mit seinen Eltern in die Schweiz. Er erinnert sich gern an seine ersten Begegnungen mit der Diätetik, denn seine Familie lebte vegetarisch. „Ich wurde oft danach gefragt und musste ständig begründen, verteidigen und erklären – ich brauchte Antworten!“ Naturheilkundliche Bausteine und Verfahren waren somit schon immer sein steter Begleiter. Und auch, wenn er das F.X.

Mayr - Verfahren nicht von Beginn an als sinnvoll empfand – grundsätzlich hatte die Diätetik immer einen Platz in seinem Leben.

Monika Fockel dagegen hatte in ihrem Leben „vor dem Gräflichen Park“ beruflich keinerlei Verbindungen zur Ernährung oder zur Medizin. Die gebürtige Brakelerin war eher heimatgebunden und hat nach der Schule eine Ausbildung zur Rechtsanwaltsfachangestellten absolviert. Anschließend übte sie sich in einer Bank im Umgang mit Zahlen. Später wurde sie Assistentin des kaufmännischen Leiters einer weltweit tätigen Glasfirma in Lauenförde. Zu ihren Aufgaben gehörte neben dem Tagesgeschäft der kaufmännischen Bereiche, die Reisen der Mitarbeiter zu organisieren.

F.X. MAYR:

Die Folgen falscher Ernährung und falschen Essens sind weitreichend: Unwohlsein, Allergien, Übergewicht, Verdauungsstörungen, Bluthochdruck, Herz-Kreislauf-Beschwerden. Um diese Folgekrankheiten zu vermeiden oder zu bekämpfen, müssen Ernährungsgewohnheiten aufgebrochen werden. Das ist schwierig, aber es ist möglich: Der österreichische Naturarzt Franz Xaver Mayr hat mit seiner Methode einen praktikablen Ausweg aus diesem Teufelskreis erschaffen. Die nach ihm benannte F.X. Mayr-Kur beruht auf der Erkenntnis, dass die meisten gesundheitlichen Probleme durch die Überforderung des Verdauungstraktes hervorgerufen werden. Um das Problem bei den Wurzeln zu packen, braucht es eine ganzheitliche Sicht. Nach einer umfassenden Diagnose des Gesundheitszustandes zu Beginn einer Kur bauen im Anschluss daran die individuellen Behandlungen und Diätempfehlung auf. Heilwasser und Kräutertees sorgen für eine gründliche Säuberung des Verdauungstraktes. Bauchmassagen verstärken die Durchblutung im Bauchraum, entstauen die Leber und regen die Darmtätigkeit an. Die körpereigenen Heilkräfte werden aktiviert. „Wer sich einmal intensiv mit der Thematik befasst hat, kann ein gesundes Fasten bei normaler Ernährung im Alltag unterbringen, denn Fasten ist ein relativer Begriff.“ Die positiven Effekte der F.X. Mayr-Kur strahlen auch nach außen ab. Dr. Henk C. Hietkamp weiß: „Wenn Patienten nach der Kur nach Hause kommen, werden sie häufig darauf angesprochen, dass sie so gut und erfrischt aussehen.“ In Deutschland gibt es derzeit etwa 350 F.X. Mayr-Ärzte.

EIN BRIEF BESIEGELT DAS SCHICKSAL

Als Dr. Henk C. Hietkamp 1997 beschloss, sich auf die Suche nach einem neuen Wirkungskreis zu machen, fand er ihn recht schnell – und zwar in seinem Briefkasten. Wie der Zufall es wollte, war das Driburger Kurbad genau zur selben Zeit auf der Suche nach einer Stärkung durch neue Impulse. Der damalige Geschäftsführer, Hubert Möstl, gab durch eigene positive Erfahrungen den Anstoß, es doch einmal mit F.X. Mayr Kuren zu versuchen. Und so kam es, dass Caspar Graf von Oeynhhausen-Sierstorff persönlich alle F.X. Mayr Ärzte in Deutschland anscrieb – unter ihnen Dr. Henk C. Hietkamp.

Ziemlich genau zur gleichen Zeit beschloss auch Monika Fockel, sich neu zu orientieren. Sie bewarb

sich auf die ausgeschriebene Assistenz-Stelle mit der für sie neuen Herausforderung: eine Position, die sich am Gast ausrichtet und einen medizinischen Bezug hat – Monika Fockel wagte einen Neustart.

Einige Wochen später wurde das Schicksal besiegelt. Nach mehreren Besuchen im Kurbad hielten Dr. Henk C. Hietkamp und Monika Fockel Einzug im Gräflichen Park. Im Februar 2008 war es dann endlich so weit:

DER DAMPFER KOMMT!

Es wurde ernst: Die ersten Gäste reisten an. Immer, wenn Monika Fockel daran denkt, kommt ihr der Satz aus dem Film „Das weiße Rössl“ in den Kopf: „Der Dampfer kommt!“ Dass die Ankunft der ersten Gäste sehr aufregend gewesen sein muss, das spürt man im Gespräch noch heute. Das adlige Ehepaar wurde damals mit offenen Armen und großer Freude empfangen.

„Der Umgang mit den Gästen war von Anfang an wie in einer große Familie“, erinnert sich Monika Fockel und strahlt. Seit der Ankunft des ersten „Dampfers“ sind mittlerweile 20 Jahre vergangen. Das F.X. Mayr Zentrum hat sich verändert, doch Dr. Henk C. Hietkamp und Monika Fockel sind sich und ihren Philosophien treu geblieben. Der Arzt wurde zum Spezialisten für alle Ernährungsfragen, Monika Fockel kümmerte sich um das Wohlbefinden der Gäste. „Durch ihre zugewandte Art und ihr Gespür für Unsicherheiten fühlen die Mayr-Gäste sich immer angenommen. Sie kümmert sich wirklich gern“, beschreibt Dr. Henk C. Hietkamp „die gute Seele“ des Hauses. Beide erinnern sich gern an die erste Zeit und sind sich einig, dass sie sich von Anfang an perfekt ergänzten.

DR. HENK C. HIETKAMP

Dr. Henk C. Hietkamp erblickte 1954 in Johannesburg das Licht der Welt, mit 12 Jahren ging er mit seinen Eltern in die Schweiz. Schon früh entdeckte er seine Affinität zur Erforschung der Zusammenhänge von Ernährung und medizinischen Aspekten. Nach Lebensphasen in Deutschland und der Schweiz verbrachte er eine intensive, arbeitsreiche und sehr naturnahe Zeit in einem Busch-Krankenhaus nahe des Krüger-Nationalparks in Afrika. Einige Jahre in südafrikanischen Uni-Kliniken in der inneren Medizin und später in der Allgemeinmedizin säumen seinen Weg. Naturheilkundliche Verfahren und Diätetik waren sein steter Begleiter. Ab 1991 arbeitete er im stationären Mayr-Bereich und durchlief die Ausbildung zum Mayr-Arzt, Naturheilverfahren und Chirotherapie. Seit der Eröffnung des F.X. Mayr Zentrums 1997 ist er für die medizinische Versorgung der Mayr-Gäste verantwortlich.

MONIKA FOCKEL

Als Monika Wottke wurde sie 1960 als drittes Kind ihrer Eltern in Brakel geboren. Nach Abschluss der Realschule ging es zur Ausbildung zu Rechtsanwalt und Notar Diethelm Beer in Brakel als Rechtsanwalts- und Notargehilfin. Danach folgten elf Jahre buchhalterische Tätigkeiten in einer hiesigen Bank, bevor sie sich neuen Herausforderungen in der Industrie stellte, wo ihr Aufgabengebiet ein Großteil an organisatorischen Aufgaben beinhaltete. Nach der Geburt ihrer Tochter folgte der berufliche Neuanfang im Gräflichen Park.

Seit mittlerweile sechs Jahren widmet Monika Fockel sich im Gräflichen Park der „Tagespost“, auch bekannt als „TaPo“. Unermüdlich und mit viel Liebe stellt sie das kleine Info-Blättchen für die Gäste mit aktuellen Veranstaltungen, allgemeinen Tipps und Ausflugszielen zusammen.



Als Monika Fockel „ihr Baby“ übernahm, taufte sie es von „Morgenpost“ um in „Tagespost“ – so sicherte sie dem kleinen Blättchen täglich ein längeres Überleben!
(Foto: Anneka J. Hilgenberg)



Das F.X. Mayr Zentrum ist heute im Hölderlin Haus untergebracht, die Anfänge waren noch im Hedwigs Haus. (Foto: Gräflicher Park)

„Dr. Hietkamp ist der ruhende Pol hier im Haus“, bringt Monika Fockel es auf den Punkt.

BALANCE IN ALLEN BEREICHEN

Nicht nur in Ernährungsangelegenheiten sind die Gäste des F.X-Mayr-Zentrums seit 20 Jahren in guten Händen. Sie haben dort Ansprechpartner, die ihnen immer und für all ihre Anliegen ein offenes Ohr leihen und den Gast als Menschen in seiner Ganzheit sehen und respektieren. Und sicher ist auch das „Dinosaurier-Gedächtnis“ von Monika Fockel nicht ganz unschuldig daran, dass manche Gäste, die schon vor 20 Jahren auf dem Dampfer waren, immer wieder regelmäßig zum „Mayrn“ nach Bad Driburg kommen!

von Anneka J. Hilgenberg, Public Relations, UGOS

Regenerationszeit für die Zelle

Autophagie als Housekeeping: Zellbiologe erhält Nobelpreis für Grundlagenforschung



„Es ist wichtig, die Autophagie als eine Art Housekeeping zu pflegen“, sagt Dr. Henk C. Hietkamp (Foto: Sascha Reichert)

Der Zellbiologe Yoshinori Ohsumi erhielt im Dezember 2016 den Nobelpreis der Medizin für seine Grundlagenforschung auf dem Gebiet der Autophagie. Das ist ein zellbiologischer Reparaturvorgang, der den Abbau von alt oder unbrauchbar gewordenen Zellbestandteilen regelt. Gestörte Autophagie wird nach aktuellen Forschungsergebnissen mit verschiedenen chronischen Erkrankungen in ursächlichen Zusammenhang gebracht. Beim Fasten können die Abbau- und Regenerationsprozesse am optimalsten ablaufen. Yoshinori Ohsumi und Mitarbeiter erforschten in den 1990er Jahren die Abbauwege im Zellhaushalt.

In weiten Bereichen der Forschung konzentriert man sich sonst auf die anabole, aufbauende Seite. So kann zum Beispiel die Synthese von Zellbestandteilen und Enzymen gestört sein und in der Folge zu verschiedensten gesundheitlichen Störungen führen. Der Abbau von gealterten und funktionsunfähigen Zellbestandteilen wurde bisher wenig erforscht und in der Entstehung von Erkrankungen nur unzureichend berücksichtigt. Die Tatsache, dass Enzyme, Transport- oder Stützproteine nicht dauerhaft stabil sind, mit der Zeit an verschiedenen Stellen zerstört oder verändert werden, wurde in ihrer Tragweite bisher nicht hinreichend verstanden. Ohsumis Arbeiten am Tokyo Institute of Technology sind tatsächlich ein vorzüglicher Anteil in der zunehmenden Erkenntnis, wie relevant alte, funktionsgestörte Zellbestandteile im Blick auf die Entstehung chronischer und degenerativer Krankheiten sind. Für seine Forschung erhielt er im Dezember 2016 den Nobelpreis der Medizin.

Ohsumi hat über seine Forschungsarbeit die zellulären Abläufe der Autophagie grundlegend beschrieben. In der Zelle gibt es sogenannte „erkennungs-kompetente Moleküle“, die defekte und gealterte Strukturen erkennen, markieren und den Lysosomen zuführen. In den Lysosomen erfolgt dann der Zerlegungsprozess. Mitochondrien (Untereinheiten der Zellen, die für die Energiebereitstellung und Informationstransfer nötig sind) der Leber haben zum Beispiel eine Lebenszeit von circa zehn Tagen, dann werden sie als „alt“ erkannt und durch den Prozess der Autophagie abgebaut.

Die gestörte Autophagie wird mit chronischen degenerativen, bösartigen und chronisch entzündlichen Erkrankungen in Zusammenhang gebracht. Um diesen Erkrankungen vorzubeugen, ist es wichtig, die Autophagie als eine Art „Housekeeping“ zu pflegen. Dies geschieht am besten durch regelmäßige Zeiten reduzierter Kalorienzufuhr. Dabei kann ein möglichst langes Übernacht-Fastenfenster hilfreich sein (12 – 14 Stunden zwischen Abendmahlzeit und Frühstück) oder zwei Tage in der Woche mit reduzierter Kalorienzufuhr (sogenannter 5:2-Plan) oder die ein bis zweimal jährlich eingelegte (Teil-)Fastenzeit über ein bis zwei Wochen.

Interessant ist auch die Tatsache, dass durch höheren Energieverbrauch, wie beim Sport, die Autophagie gefördert werden kann. Bewegung in diesem Kontext findet am besten im Nüchternzustand, also morgens vor dem Frühstück, statt. Aristoteles meinte schon: „Wer stark, gesund und jung bleiben und seine Lebenszeit verlängern will, der sei mäßig in allem, atme reine Luft, treibe täglich Hautpflege und Körperübung, halte den Kopf kalt, die Füße warm und heile ein kleines Weh eher durch Fasten als durch Arznei.“ Keine Frage, Dr. F.X. Mayr hätte sich riesig über die Arbeiten von Ohsumi gefreut! Ob letztgenannter weiß, dass es im Okzident jemanden gab, der schon vor über 100 Jahren „Autophagie-Kuren“ auf medizinischem Hintergrund durchführte?

von Dr. Henk C. Hietkamp,
Naturheilverfahren, Diagnostik und Therapie
nach F.X. Mayr, Chirotherapie

AZUBIS BEREITEN „PERFEKTES DINNER“ ZU

Auszubildende aus Hotellerie und Gastronomie beim Sparkassenpokal auf dem Prüfstand

Ein kreatives und schmackhaftes Menü aus vier Gängen und ein festlich gedeckter Saal - das waren die Herausforderungen, denen sich die Teilnehmer des Sparkassenpokals im Restaurant „Zu den Fischteischen“ in Paderborn stellen mussten. Es galt, eine fünfköpfige Fachjury und 80 Gäste zufriedenzustellen. Julia Althoff und Verena Jansen, Aus-

zubildende aus dem „Gräflicher Park Grand Resort“, gingen beide mit einem zweiten Platz aus dem Wettbewerb hervor.

Julia Althoff ist Auszubildende als Köchin und hat sich im Vorfeld viele Gedanken gemacht, um der Jury und den Gästen an dem ihr zugeteilten Tisch

ein perfektes Menü zu servieren. Ein offener Lachs-Spinat-Strudel und eine Kokos-Curry-Kürbissuppe punkteten als Vorspeisen. Ihre Entscheidung für ein gebratenes Schweinefilet mit Portweinjus, Zwiebelmarmelade, Frühlingslauch und Birnen-Sellerie-Püree als Hauptgericht fand ebenfalls Anklang. Abgerundet wurde das Menü durch

eine vielfältige Variation vom Apfel, darunter eine karamellierte Apfel-Schmandtorte und pochierter Apfel in Rotweinsud. Die 20-Jährige lag mit ihrer Kreation nur 1,2 Punkte hinter dem Erstplatzierten Pascal Pontzen aus dem Restaurant „Balthasar“ in Paderborn.

Die angehende Hotelfachfrau Verena Jansen musste sich mit der Anfertigung eines kreativen Blumengestecks für die Tisch-Dekoration und mit der Gestaltung ansprechender Menükarten auseinandersetzen. Zu den Anforderungen gehörte außerdem, die Menüs zu servieren und einen Free-style-Cocktail zu mixen. Auch sie hatte die Nase weit vorn und landete auf Platz 2.

Der Wettbewerb wird von der Köchevereinigung Paderborner Land mit Unterstützung der Sparkasse Paderborn ausgetragen. Der Verband macht sich mit der Veranstaltung ein Bild vom Leistungsgrad der Azubis. Neben Hotelfachfrauen und Köchen werden Restaurantfachleute geprüft, alle Teilnehmer sind im dritten Lehrjahr. Zusätzlich zu kulinarischen Kreationen, unauffälliger Umsorgung der Gäste und kreativen Dekorationen konnten alle Auszubildenden Punkte bei gastorientierten Verkaufsgesprächen sammeln.

Der Sparkassenpokal war die Vorstufe zu den Bezirksmeisterschaften, die von der DEHOGA Ostwestfalen gemeinsam mit der Köchevereini-

Andrea Schäfers als Ausbildungs-betreuerin und Dirk Schäfer, Geschäftsführer des „Gräflicher Park Grand Resort“, freuen sich mit Verena Jansen (Mitte links) und Julia Althoff (Mitte rechts) (Foto: Anna-Lena Thuns)



gung veranstaltet werden. Die Bezirksmeisterschaften wurden am Montag, 16. April 2018 im „Gräflicher Park Grand Resort“ in

Bad Driburg ausgetragen.

von Aneka J. Hilgenberg, Public Relations, UGOS

PREISGEKRÖNTE KOMBINATION AUS TAGUNGS- UND RÜCKZUGSORT

„Gräflicher Park Grand Resort“ als „Tagungs-Hideaway 2018 / 2019“ ausgezeichnet



Martin Schulte, Head of Sales im Gräflichen Park, nimmt in Stuttgart die Auszeichnung entgegen. (Foto: Top Hotel)

Die herausragendsten Tagungshotels wurden jüngst in Stuttgart beim „Grand Prix der Tagungshotellerie“ ausgezeichnet. Zum 23. Mal waren 15.000 Tagungsentscheider, Trainer und Weiterbildner aufgerufen, die Besten unter den zu „Mein Tagungshotel“ gehörenden Hotels zu wählen. Daneben gab es einen Jurypreis als „Tagungs-Hideaway 2018/2019“, der an das „Gräflicher Park Grand Resort“ in Bad Driburg ging. Ausschlaggebend für die Jury war die Ruhe im weitläufigen Park kombiniert mit der modernen technischen Ausstattung der Räume. Auch das umfangreiche Rahmenprogramm, das ‚Medical Health Spa‘ und die Kulinarik flossen in die Entscheidung ein.

Im vergangenen Jahr konnte der bekannte „Stangl-Wirt“ aus Österreich die heiß begehrte Trophäe für das „Tagungs-Hideaway“ ergattern. In diesem *Fortsetzung auf Seite 20*

Fortsetzung von Seite 19

Jahr darf Martin Schulte, Head of Sales im „Gräflicher Park Grand Resort“, die Auszeichnung entgegennehmen. „Ich freue mich natürlich sehr, dass unsere Kompetenz im Tagungs-Segment auf diese Weise gewürdigt wird und unser Haus als verstecktes Refugium für geschäftliche Anlässe anerkannt ist“, so Schulte.

TECHNIK UND OPTIK ENTSCHEIDEN

Das 4*-Superior-Hotel im Gräflichen Park hat erst im vergangenen Jahr ein technisches Upgrade durchlaufen. Seit Juli 2016 ist mit Manuel Kohler außerdem ein versierter Veranstaltungstechniker vor Ort. Für das neue Konzept spielte neben technischer Perfektion die Optik eine Rolle, um der Einbettung in die historische Kulisse gerecht zu werden. In den Tagungsräumen wurde die Aus-

stattung auf das höchste Niveau angehoben: Die harmlos wirkenden Screens auf Rollfüßen mit einer Bildschirmdiagonale von mehr als zwei Metern haben es technisch gesehen in sich und bieten absoluten Komfort für die Tagungsgäste. Notizen werden während einer Präsentation per Touch-Funktion auf dem Bildschirm festgehalten und jeder Teilnehmer kann per E-Mail sofort über die aktuelle Version verfügen. „Durch das Upgrade haben wir in allen 13 Tagungsräumen einen Level geschaffen, der unserem Standard gerecht wird. Für Firmenkunden ist die technische Ausstattung ein wesentlicher Entscheidungsfaktor. Das positive Feedback, das wir von den Gästen bekommen, zeigt, dass unser Equipment als sehr attraktiv wahrgenommen wird“, weiß auch Dirk Schäfer, Geschäftsführer des „Gräflicher Park Grand Resort“.

RUHE-OASE IM HEKTISCHEN ALLTAG

In der Begründung der Jury für die Auszeichnung heißt es wörtlich: „Das ‚Gräflicher Park Grand Resort‘ ist im hektischen Alltag eine Ruhe-Oase für Körper und Geist sowie ein Ort, der inspiriert.“

In der Jury für den Award befinden sich alle Fachautoren, die Hotels für den Sonderpreis mit einer stichhaltigen Begründung vorschlagen. Dann entscheidet die Verlagsleitung des Fachmagazins „Top Hotel“ sowie die Chefredaktion von „MeinTophotel.de“ darüber, welches Hotel es verdient hat, den Award zu bekommen.

von Anneka J. Hilgenberg, Public Relations, UGOS

NACHHALTIGKEIT IM „GRÄFLICHER PARK GRAND RESORT“ AUSGEZEICHNET

„Certified Star Award“ geht in zwei Kategorien an das 4-Superior-Hotel*

Das „Gräflicher Park Grand Resort“ schaffte es in gleich zwei Kategorien unter die Top 15 des „Certified Star Award“: Als ausgezeichnetes Veranstaltungshotel in der Rubrik „Certified Conference Hotel“ bis 150 Zimmer und als „Certified Green Hotel“ für Nachhaltigkeit in verschiedenen Kategorien. Im Online-Voting hatten Travel und Event Manager sowie Geschäftsreisende die Wahl zwischen Hoteleinrichtungen aus sechs Kategorien. „Certified“ wertete das Votum aller Stimmberechtigten aus und prämierte dann die verdienten Sieger im ATLANTIC Congress Hotel Essen.

Der Certified Star-Award wurde bereits zum sechsten Mal an die besten Business- und Tagungshotels verliehen. „Wir freuen uns sehr über die erneuten Auszeichnungen. Sie zeigen, dass wir insbesondere im Veranstaltungsbereich und bei der Nachhaltigkeit auf dem richtigen Weg sind“, erläutert Dirk Schäfer, Geschäftsführer des „Gräflicher Park Grand Resort“ und ergänzt: „Das Thema Nachhaltigkeit wird auch für Geschäftskunden immer wichtiger. Wir haben diesen Trend erkannt und umgesetzt. Schließlich sind wir als Familienunternehmen, das bereits seit über 230 Jahren auf natürliche Ressourcen setzt, per se zur Nachhaltigkeit verpflichtet.“

ÜBER CERTIFIED

Die Mitglieder des Geschäftsreise Verbands VDR erteilten ihrem Präsidium im April 2000 den Auftrag, ein objektives Gütesiegel zu entwickeln, das speziell die Bedürfnisse von Geschäftsreisenden widerspiegelt. Es entstanden die Marken „Certified Business Hotel“, „Certified Conference Hotel“ und „Certified Conference Ship“. Das Zertifikat „Certified Conference Hotel“ wird von den Initiatoren VDR, DGVM, GCB sowie seit 2007 weiterhin von der Vereinigung Deutscher Veranstaltungsorganisatoren e.V. getragen. Mit dem Gütesiegel „Certified Green Hotel“ können Geschäftsreisende und Veranstaltungsteilnehmer auf einen Blick ein Hotel erkennen, das nachhaltigen und ökologischen Anforderungen, bzw. den 70 Kriterien in den Kategorien Energie, Wasser, Müll, Essen & Trinken, Mobilität, gesellschaftliche Verantwortung (CSR)



Geschäftsführer des „Gräflicher Park Grand Resort“ Dirk Schäfer und Daniela Broll, Regional Sales Manager, nahmen die Auszeichnungen gern an.

und Information & verantwortungsvolles Management entscheidet.

von Anneka J. Hilgenberg, Public Relations, UGOS

PILGERN MIT THERAPEUTISCHER BEGLEITUNG

Klärung aktueller Lebensfragen auf Schusters Rappen

Unter dem Dach des Medical Health Spa im Gräflichen Park vereinen sich traditionelle Heilweisen mit schulmedizinischer Expertise. Auch die Idee des therapeutischen Pilgerns folgt diesem Konzept.

„Der Weg ist das Ziel!“, sagt der Volksmund. Um zu klären, was an dieser Behauptung dran ist, machte sich Dr. Martin Sonnabend aus Bad Driburg auf, um den regionalen Verlauf des Jakobsweges zu erkunden. „Kann dieser Weg,



Dr. med. Martin Sonnabend vor dem Haus der Jakobusfreunde in Paderborn (Foto: privat)

auf dem schon -zig tausende Pilger sehr erstaunliche und oft unerwartete, persönliche Erfahrungen und manchmal sogar Offenbarungen erlebt haben, tatsächlich hilfreich sein, auch wenn man sich nur für kurze Zeit und ohne das Ziel zu erreichen, der besonderen Wirkung des Pilgerns hingibt?“, fragte sich der Internist und Naturheilkundler. Denn mitten durch das (Heil-) Bad Driburg, mitten durch den Gräflichen Park, verläuft einer der bekannten Jakobswege, der vom Kloster Corvey kommend über Paderborn, Lippstadt und Köln, dann durch Frankreich und Nord-Spanien bis nach Santiago de Compostela führt. Hier liegen, wie es heißt, seit dem frühen 9. Jahrhundert die Gebeine des Heiligen Jakobs, wodurch der Ort zum dritt wichtigsten Pilgerziel der christlichen Welt -gleich nach Jerusalem und Rom - wurde. Doch auch Gläubige anderer Religionen wandern den Weg zur individuellen spirituellen Reifung.

DER ERSTE SCHRITT ENTSCHEIDET

Nach gründlichen Recherchen und eigenen Tests ist der Arzt überzeugt, dass auch ein kurzes Stück des Weges dem Wanderer schon dienen kann, persönlich weiter zu kommen. Das Losgehen, der erste Schritt, ist meist entscheidend. Und dann – auf der schön geplanten Tour - dreht sich manches um. Jetzt heißt es: Loslassen, kommen lassen, nur noch wahrnehmen, betrachten, hören, fühlen, riechen, schmecken, staunen, lächeln, hungern, weitergehen ... und die typischen Pilger-Fragen wie zum Beispiel ‚Was mache ich hier eigentlich?‘ überleben. Ja, der Camino, wie der Weg im Spanischen heißt, hat viele Gesichter. Er kann auch durchaus schmerzhaft sein, körperlich wie seelisch!

Fortsetzung auf Seite 22

Pilgern fern von Alltagsstress: Weser-Wendungen lassen die Natur erleben (Foto: privat)



Auf dem richtigen Weg – manchmal liegt das Gute so nah! (Foto: privat)



1. PILGERTOUR VOR PFINGSTEN

Die erste ärztlich-therapeutisch begleitete Pilgertour findet von Sonntag, den 13. Mai bis Freitag, den 18. Mai statt. An fünf Tagen pilgern die Teilnehmer mit Dr. Martin Sonnabend etappenweise vom Gräflichen Park aus über Brakel, Höxter/Corvey, Altenbeken, Paderborn und Geseke, vielleicht sogar bis Lippstadt. An jedem Tag wird nach einem ausgiebigen Frühstück eine Strecke von 15 bis 20 Kilometern gelaufen. Teilstrecken werden mit dem Zug oder der Bahn zurückgelegt. An den Nachmittagen sind Entspannung und Anwendungen im Resort vorgesehen. Nach dem gemeinsamen Abendessen folgt eine Gruppengesprächsrunde, bei Bedarf auch therapeutische Einzelgespräche.

Die Kosten für die Pilgertour mit ärztlicher Begleitung betragen (je nach Hotel-Zimmer) 1.690,- Euro inklusive Übernachtung für fünf Tage mit Halbpension.

Zur Anmeldung ist eine ärztliche Bestätigung der entsprechenden körperlichen Fitness notwendig. Eine weitere Tour ist vom 21. bis 26. Oktober 2018 in Planung.

Für weitere Informationen sowie die Anmeldung können Sie Dr. med. Martin Sonnabend gerne telefonisch erreichen unter der Nummer 05253-407411



(Landkarte: Land NRW, Kreis Höxter sowie OpenStreetmap Mitwirkende, 2018)

Fortsetzung von Seite 21

Dieser Weg, der bereits vor Karl dem Großen als Handels- und sogenannter „Hellweg“ genutzt wurde, hat viele Geheimnisse und Antworten. Manche davon offenbaren sich aber erst in der Zeit nach dem Pilgern, wie wir aus zahlreichen Berichten wissen.

Nachzulesen ist dies unter anderem in dem Buch von Stefan Albus „Jakobsweg – und dann? Was Pilgern mit Menschen macht.“ Für ihn wurde seine Pilgerreise zu einem biographisch einschneidenden Erlebnis. Der Weg im Zeichen der Muschel veränderte sein Leben; und das etlicher anderer Ex-Pilgerer, die er in seinem lesenswerten Buch porträtiert. Neben den unzähligen Büchern wurden die wundersame Wirkung und die manchmal fast magisch anmutende Energie des Pilgerns in mehreren Filmen geschildert. Am bekanntesten ist sicherlich Hape Kerkelings „Ich bin dann mal weg!“ und der sehr einfühlsam gedrehte Streifen von Coline Serreau „Pilgern auf Französisch“.

DIE SEELE KANN MITHALTEN

Auch der Doktor aus dem Kur- und Badeort im Naturpark Teutoburger Wald kommt zu dem Schluss, dass das bewusst geplante Wandern entlang des Jakobswegs nicht nur geeignet ist, um aktuelle Lebensfragen zu klären, sondern darüber hinaus als intensivierte Achtsamkeitsübung zur Schärfung der Sinne, Gesundheit und zur Weiterentwicklung der eigenen Persönlichkeit führt. Die Begegnung mit dem eigenen Ich, mit der Natur und mit Gott ist beim therapeutisch begleiteten Pilgern erfahrbar: „Es kann der Beginn einer bedeutsamen Lebensreise werden, auch, weil die Seele endlich einmal Zeit hat, Schritt zu halten!“

von Dr. med. Martin Sonnabend, Park Klinik Bad Hermannsborn

RAUS AUS DEN FEDERN, REIN IN DEN FRÜHLING!

Blüten im Park stehen in den Startlöchern

Ohne Fleiß kein Preis! Im Frühjahr zeigt sich, was schon im vergangenen Herbst mühsam gepflanzt wurde. Parkdirektor Heinz Josef Bickmann hat nach den Plänen der holländischen „Tulpenqueen“ Jacqueline van der Kloet etwa 120.000 Zwiebeln im Piet-Oudolf-Garten gesetzt. Von Ende März bis Anfang Juni verwandeln diese den Piet-Oudolf-Garten in ein holländisches Farbenmeer, ehe Stauden- und Gräserblüten die Frühblüher dort im Juni ablösen. Rund um die historischen Gebäude strahlen 30.000 Tulpen und Narzissen mit 35.000 Stiefmütterchen um die Wette, hinzu kommen 28.600 eindrucksvolle und farbenfrohe Liliengewächse in den 286 Beeten der Tulpenshow an den Tennisplätzen an der Gräfin-Margarethe-Allee. Die Beete werden jedes Jahr von Annabelle Gräfin Oeynhausens-Sierstorpf design. Die Bepflanzung ist so angelegt, dass von April bis Oktober durchgehend verschiedene Blütenmeere bewundert werden können.

Der Frühling hält Einzug in den Park! (Foto: Gräflicher Park)



JACQUELINE VAN DER KLOET

Jacqueline van der Kloet ist Gartenarchitektin und Buchautorin. Seit 1983 betreibt sie in ihrem 1500m² großen Teegarten in Holland ihr eigenes Büro für Garten- und Landschaftsarchitektur, entwirft Gärten und vor allem durchdachte Bepflanzungspläne. Ihre Arrangements sind weltweit verbreitet: ob auf der Expo 2000 in Hannover, dem Regierungsviertel in Kuwait oder dem River Park in Shenyang. Zu ihren gemeinsamen Arbeiten mit Piet Oudolf gehört der Pflanzplan für die Zwiebel-Frühlingsbepflanzung für „The Lurie Garden“ im Millennium Park, Chicago. Die studierte Garten- und Landschaftsarchitektin hat bereits mehrere erfolgreiche Bücher geschrieben. Ihr jüngstes Werk „Colour your Garden“ ist im Juli 2017 erschienen.



Jacqueline van der Kloet (Foto: Gräflicher Park)

„TULPENQUEEN“ KOMMT PERSÖNLICH

Und das beste: Jacqueline van der Kloet, auch bekannt als „Grande Dame der Bloembollen“ kommt persönlich in den Park und erklärt ihre Arbeit. Am 5. Mai 2018 hält sie um 15 Uhr einen Vortrag, anschließend veranschaulicht sie ihre Arbeit bei einer Führung durch den Park (näheres dazu: siehe „Termine“).

von Annela J. Hilgenberg, Public Relations, UGOS



Es wird wieder bunt! Nach der langen grauen und kalten Zeit tun wärmende Sonnenstrahlen auf der Haut und frohe Farben in den Beeten besonders gut! (Foto: René Antonoff)

DER GRÄFLICHE PARK

Öffnungszeiten

April bis Oktober täglich 8-18 Uhr

Eintrittspreise

Tageskarten inkl. 50% Gutschein
 Erwachsene 5,00 €
 Kinder bis 14 Jahre frei

Sonderregelungen

Besucher Piet Oudolf Garten bis 30 Min. (nur über Südkasse) frei

Jahreskarten für Bad Driburger Bürger

inkl. 100 % Verzehr-Gutschein
 Erwachsene 19,50 €
 Schüler/Studenten (ab 14 J.) 15,00 €
 Familien 30,00 €
 (2 Erwachsene + minderjährige Kinder)

Jahreskarten für Bürger umliegender Städte

ohne Gutschein
 Erwachsene 25,00 €
 Schüler/Studenten 15,00 €
 Familien 40,00 €

Parkführungen

Ausführliche Park-Führungen bietet Heinz-Josef Bickmann jeden Dienstag um 14.30 Uhr an (pro Person 3 Euro).

Eine Anmeldung im Gäste-Servicecenter sollte bis spätestens 11 Uhr am jeweiligen Tag erfolgen.
 Telefon: 05253-9523700

GEMEINSAM GEHT'S BESSER

Die drei Bad Driburger Gräflichen Kliniken wachsen zusammen

Leere Büros in der Holding und verlorene Synergien bei der Bettenbelegung durch eine dezentrale Patientenannahme? Das ruft nach Veränderung. Anfang Dezember 2017 siedelten die Patientenaufnahmen der drei Bad Driburger Kliniken in die leerstehenden Büros im Gebäude der Holding um. Für die betroffenen Mitarbeiterinnen und den einzigen betroffenen männlichen Mitarbeiter war dies eine große Umstellung und bedeutete viele Vorbe-

reitungen. Grund für die Umstrukturierung ist die Vereinfachung der klinikübergreifenden Bettenbelegung. Ist in der „Marcus Klinik“ nichts frei, kann der Patient vielleicht in der „Park Klinik“ oder der „Caspar Heinrich Klinik“ untergebracht werden? Das können die Mitarbeiter nun klären, in dem sie nur einmal kurz über den Flur gehen. Wir wollten wissen, ob sie sich mittlerweile gut eingelebt haben und haben herausgefunden, dass sie sich

nach spannenden Startwochen pudelwohl fühlen. Ich, Anna-Lena Thuns, Auszubildende in der UGOS, habe mir ein paar Meinungen geholt, wie der Umzug verlaufen ist und was vielleicht auch vermisst wird.

von Anna-Lena Thuns,
Auszubildende Büromanagement, UGOS

Neue Herausforderungen für uns ALLE.

Mit viel Freude gemeinsam an neuen Aufgaben wachsen.

Wir vermissen die Cafeteria.

Bild links
V.l.: Ulrike Kierdorff (CHK) und Katharina Kolodziej (PK) (rechts)

Bild rechts
V.l.: Silvia Helling (MK), Simone Fieber (MK), Ursula Lausen (MK), Björn Peine (PK), Annette Bader (CHK), Sandra Hasenbein (CHK)
Es fehlt:
Ursula Schrenner (CHK)
(Fotos: Anna-Lena Thuns)



Wir haben neue Kolleginnen und Kollegen dazugewonnen und stellen uns gemeinsam den neuen Aufgaben.

Mit schwerem Herzen mussten wir unsere Kliniken verlassen, somit auch unseren engen Kollegenkreis.

Gemeinsam sind wir stark.

DER BECKENBODEN IM SPORT

Zweites BeBo®-Meeting beschäftigt sich mit Problemen bei Sportlern

In besonderer Atmosphäre startete das zweite BeBo®-Meeting in Bad Driburg. Das Thema „Der Beckenboden im Sport“ fand viel Interesse und so kam es, dass der Vortragssaal gut gefüllt war.

Spannend startete Lars Jäger, Master of Science, mit seinem bekannten Thema „Der Beckenboden in der Bewegung – Probleme bei Sportlern“. Das Ergebnis der nunmehr abgeschlossenen Studie präsentierte er dem wissbegierigen Publikum sehr authentisch. Quasi gelöchert wurde er mit Fragen von allen Seiten und erfüllte mit seinen offenen und ehrlichen Antworten nicht nur alle Erwartungen, sondern machte Lust auf mehr. Wir freuen uns, diesen Referenten wiederzutreffen, um das Ergebnis seiner nächsten Studie zu erfahren.



Neue, aber auch viele vertraute Gesichter waren dabei und haben für viel Freude gesorgt. So sind alle schon in Erwartung, wenn es in 2018 am 6. Oktober wieder heißt – BeBo® Meeting in Bad Driburg! (Fotos: Ilka Kaffer)



Bettina Blomenkamp, Leiterin Fort- und Weiterbildungsinstitut in der „Marcus Klinik“ zusammen mit Christine Kaffer, Geschäftsleitung BeBo® Gesundheitstraining Deutschland.

An dieser Stelle schon einmal der Hinweis auf den nächsten Termin in 2018!



DAMIT DU NICHT VOM HOCKER FÄLLST

Christine Kaffer startete sodann den praktischen Teil des Tages. Ihr Workshop „Damit du nicht vom Hocker fällst“, begeisterte nicht nur alle Teilnehmer, sondern sorgte für Wow-Momente. Wer hier eine gewöhnliche Hockergymnastik erwartet hat, wurde enttäuscht. Dass ein anspruchsvoller Sport in jeder Lebenslage möglich ist, zeigte dieser Workshop sehr gut.

„Eine bewegte Stunde“, so startete Maria Müller ihren Workshop, „Das Becken und seine Beweglichkeit“. Abwechslungsreich und mit diversen Hilfsmitteln wurden hier den Teilnehmern verschiedenste Blickwinkel und ein besonderes Bewegungsbewusstsein verständlich gemacht und liebevoll vermittelt. Wer die gebürtige Saarländerin einmal live erlebt hat, weiß genau, dass der Spruch „Klein aber Oho“ hier genau an der richtigen Stelle ist.

BESONDERE BÄLLE

Nach einem üppigen Mittagessen führte Gabi Fastner den Workshop mit dem besonderen „Baum“ und den faszinierten Teilnehmern fort. Begeisterung löste der neu entwickelte Ball der Firma TOGU® - Jacaranda® aus und führte dazu, dass die fließende Bewegung trotz anfänglicher Schwierigkeiten nicht nur für das beobachtende Auge toll anzuschauen war, sondern auch, dass die Teilnehmer sich sichtlich dabei wohl fühlten und es genossen haben.

So hat Gabi Fastner den Endspurt mit einem weiteren Trainingsgerät von TOGU®, dem Redondo® Ball Plus, noch dafür gesorgt, dass in dem letzten Workshop des Tages alle Teilnehmer ordentlich schwitzen durften. Gut gelaunt und völlig glücklich konnten die Teilnehmer mit Witz und Humor in ihrem individuellen Tempo mitmachen.

Nun war es an der Zeit „Vielen DANK und auf Wiedersehen!“ zu sagen. Besonderer Dank gilt allen helfenden Händen, die beim Auf- oder Abbau tatkräftig mit angepackt haben. Großes Lob gebührt dem gesamten Team der „Marcus Klinik“ für die leckere und liebevoll angerichtete Verpflegung und besonders die Gastfreundschaft. Großen Spaß hat es uns gemacht, dieses Meeting zu organisieren und umzusetzen.



von Ilka Kaffer, Mitarbeiterin bei BeBo® Gesundheitstraining

GRÄFLICHE KLINIKEN UNTER DEN TOP-EINRICHTUNGEN IN DEUTSCHLAND

Aus dem Verbund der fünf Gräflichen Kliniken landen vier auf der FOCUS-Liste

Das Magazin „Focus“ gibt jedes Jahr die „Klinikliste“ heraus. Ein unabhängiges Recharteam von FOCUS GESUNDHEIT untersucht dafür mehr als tausend Reha-Einrichtungen und erstellt dann eine Liste der Top-Einrichtungen, sortiert nach Fachbereichen. Bei der ersten Durchführung des Reha-Klinik-Checks in 2017 waren drei der Gräflichen Kliniken gelistet, in 2018 haben es gleich vier Kliniken geschafft.

Unter den Top-Rehakliniken in Deutschland genannt zu sein, ist eine hohe Auszeichnung. „Seitdem das FOCUS-Magazin die Klinikliste herausgibt, fiebern viele Chefärzte jedes Jahr auf deren Veröffentlichung hin. Wer hier aufgeführt ist, fühlt sich zurecht in seiner Arbeit bestätigt. Dass wir im zweiten Jahr gleich mit allen Bad Driburger Einrichtungen dabei sind, bestärkt uns natürlich in unserer Strategie und unserem Tun“, bewertet Peer Kraatz, Geschäftsführer der Bad Driburger Kliniken, die Platzierungen. Und auch Ralf Winkhaus, Geschäftsführer der Moritz Klinik und des ARZ in Jena, meint: „Diese Auszeichnung dürften in erster Linie die Mitarbeiter, die auch unter hohem Druck erstklassige Arbeit machen, als Belohnung für ihre konstant gute Arbeit sehen.“

DIABETIKER-BETREUUNG AUSGEZEICHNET

Die „Caspar Heinrich Klinik“ ist mit den Fachbereichen Kardiologie und Orthopädie unter den Top-Rehakliniken der renommierten Focus-Liste



Peer Kraatz, Geschäftsführer der „Gräflichen Kliniken“ in Bad Driburg, präsentiert drei Bad Driburger Urkunden. (Foto: Anneka J. Hilgenberg)

aufgeführt, die „Marcus Klinik“ mit dem Fachbereich Neurologie. Am Standort Bad Hermannsborn ist erstmals die „Park Klinik“ - ebenfalls mit der Kardiologie - auf einen der begehrten Listenplätze gerutscht. Zusätzlich haben die Park- und

die Caspar-Heinrich- Klinik eine Auszeichnung für besonders gute Betreuung von Diabetiker-Patienten erhalten. Die „Moritz Klinik“ in Bad Klosterlausnitz wurde erneut in den Fachbereichen Orthopädie und Neurologie ausgezeichnet.

KEIN RANKING

In der Untersuchung wurde in diesem Jahr erstmals neben den Bereichen Herz, Krebs, Orthopädie, Sucht, Neurologie und Psyche die Geriatrie mit aufgenommen. Die Bausteine der Recherche des Instituts sind einerseits eine bundesweite Befragung der Kliniken mit wissenschaftlich fundiertem Fragebogen. Andererseits finden unter anderem auch die Reputation dieser Kliniken – aus der Sicht von Medizinern, Patienten und Sozialdiensten – sowie das medizinische und therapeutische Angebot und wichtige Ausstattungsmerkmale der Kliniken Beachtung im Vergleich. Bei der Liste handelt es sich nicht um ein Ranking der Kliniken, vielmehr ist sie eine nicht wertende Auflistung empfohlener Einrichtungen.

von Anneka J. Hilgenberg, Public Relations, UGOS



Auch die Moritz-Klinik in Bad Klosterlausnitz ist auf der Focus-Liste. (Foto: Gräfliche Kliniken)

VOLLE PUNKTZAHL FÜR DIE MARCUS KLINIK

Kooperation mit Pflegeschülern aus Paderborn erfolgreich umgesetzt

Ein halbes Jahr nach Beginn der Kooperation zwischen den Gräflichen Kliniken Bad Driburg und dem St. Johannisstift Paderborn ziehen die Pflegeschüler Bilanz. Sie wurden zu ihrer Ausbildung befragt und konnten verschiedene Aspekte bewerten. Die „Marcus Klinik“ aus dem Verbund der Gräflichen Kliniken hat bei der Betreuung der Schüler und der Vermittlung theoretischen Hintergrundwissens besonders gut abgeschnitten.

Jeder Schüler bekommt gleich zu Beginn des sechswöchigen Einsatzes in der „Marcus Klinik“ einen fachlich ausgebildeten Praxisanleiter zur Seite gestellt. „Gerade die neurologische Pflege ist sehr komplex, so dass die Schüler in den speziellen Pflegesituationen und Pflegeverfahren einen Ansprechpartner benötigen“, erklärt Thomas Graßhoff, Pflegedienstleiter der „Marcus Klinik“. „Außerdem

geben die Pflegeexperten den Auszubildenden einen zusätzlichen theoretischen Input zu den verschiedensten Themen. Im Schnitt wird pro Pflegeexperte und Einsatz eine Zeitstunde Unterricht eingeplant“, erläutert er das Konzept. Und dies findet Anklang, denn die Pflegeschüler haben in ihrer Praxisreflexion für die „Anleitungsqualität am Einsatzort“ und die „Bereitstellung einer anleitenden Pflegekraft“ volle Punktzahl an die „Marcus Klinik“ und somit auch an die dafür verantwortlichen Praxisanleiter und Pflegekräfte vergeben. Theoretischen Unterricht bekommen die Pflegeschüler in den Bereichen Schmerzmanagement; Förderung der Kontinenz; Lagerung, Transfertechniken und Entlassungsmanagement sowie Wundmanagement und neurologische Krankheitsbilder. Letzteres unterrichtet Pflegedienstleiter Thomas Graßhoff persönlich. Bereits

zehn Pflegeschüler waren in den vergangenen sechs Monaten in der „Marcus Klinik“ im Einsatz.

Für die angehenden Gesundheits- und Krankenpfleger und -pflegerinnen bietet die Kooperation die Möglichkeit, über den Tellerrand zu schauen. Sie werden dadurch nicht nur in einem Akut-Krankenhaus eingesetzt, sondern absolvieren auch einen Teil ihrer Ausbildung in Reha-Einrichtungen. „Von der Kooperation profitieren natürlich nicht nur die Auszubildenden, sondern auch wir versprechen uns einen Gewinn für die Gräflichen Kliniken und den Kreis Höxter“, erläutert Peer Kraatz, Geschäftsführer der Gräflichen Kliniken in Bad Driburg. „Da wir selbst über keine Pflegeschule verfügen, freuen wir uns über diese neue Möglichkeit, die Schüler schon während ihrer Ausbildung für den Reha-Bereich und

unsere Region zu interessieren. Letztlich ist dies auch eine Chance für uns, sich als potentieller Arbeitgeber zu präsentieren.“

Die Teilnahme an der Reflexion ist Pflicht für die Pflegeschüler, sie wird anonym durchgeführt und ausgewertet. „Unsere Pflegeschüler sind die Zukunft – sie sichern eine optimale pflegerische Versorgung unserer Patienten“, beschreibt Thomas Graßhoff, wie wichtig gut ausgebildete Pflegekräfte sind.

von Anneka J. Hilgenberg,
Public Relations, UGOS

Sorgen gemeinsam dafür, dass die Pflegeschüler aus der Kooperation gut ausgebildet werden: (von links) Bianca Sander, Bereichsleitung Neurologie; Stephan Funk, Praxisanleiter; Thomas Graßhoff, Pflegedienstleiter; Marie Johanna Lüttig, Gesundheits- und Krankenpflegeschülerin; Natali Iks, Praxisanleiterin; Ivonne Fischer, Praxisanleiterin (Foto: Anna-Lena Thuns)



WENN DIE LEIDENSCHAFT ZUM MALEN ZUM EIGENEN MEDIKAMENT WIRD

Den Farben sind keine Grenzen gesetzt

Rot, Grün, Blau, Gelb – den Farben sind keine Grenzen gesetzt. Bunt soll es sein und Lebensfreude versprühen. Hubert Schwartländer malt seine Bilder zu jeder Zeit an jedem Ort, aber mit Bedacht. Insbesondere während seiner Reha-Aufenthalte in der Park Klinik Bad Hermansborn lässt er sich von Mitmenschen und seinem eigenen Wohlbefinden inspirieren. Bereits in jungen Jahren entdeckte er das Zeichnen und Malen für sich. Doch dann brachte er jahrelang keinen Pinselstrich mehr auf die Leinwand. Erst im Laufe der Zeit gab es zwei Schlüsselerlebnisse, die ihn der Malerei wieder näher brachten.

Somit kam er 2003 erstmals als Patient nach Bad Hermansborn. Die ersten Gesichter, in die er während seines Aufenthaltes schauen sollte, waren die von Remigius Blicker, Sporttherapeut, und Martin Stanek, Rezeptionsmitarbeiter. Hier fühlte Hubert Schwartländer sich gut aufgehoben. Denn während er einerseits wieder an das Thema Bewegung herangeführt wurde, so hatte er andererseits ein wahres Organisationstalent an seiner Seite.

MUT ZUM MALEN

Doch es sollte noch eine dritte Person geben, die mit einer doch so naheliegenden Idee das Leben



In der Mitte das Licht – in der Park Klinik fand Hubert Schwartländer wieder zu sich und seiner Leidenschaft.



Hubert Schwartländer

INSPIRATION WEISSE WAND

Eine hohe weiße Wand in seinem neuen Eigenheim führte zum ersten Schlüsselerlebnis. Nach einer vergeblichen Suche nach den richtigen Bildern, entschied er sich letztendlich doch dafür, diese selbst zu gestalten. Gesagt, getan! Aus jedem Urlaubsort brachte er Erinnerungen mit, die er dann auf Leinwand brachte. Und so füllte und füllte sich seine Wand mit eigenen Kunstwerken .

Das zweite Schlüsselerlebnis sollte jedoch weniger positiv behaftet sein. Hubert Schwartländer, der in Ascheberg-Herbern zuhause ist, hatte vor mehreren Jahren zum ersten Mal Probleme mit seinem Herz: Herzinfarkt! Ein Workaholic zu sein, im Berufsleben keine Grenzen zu kennen, sich keine Pause zu gönnen - und wenn, dann nur mit einer Zigarette - dies führte letztendlich dazu, dass er sein Unternehmen verkaufen und mehrere Gänge zurückschalten musste. Doch der Blick auf die Realität sorgte für ein Gefühl des Unglücklichseins, Angst und Verzweiflung. Depressionen waren die Folge.

von Hubert Schwartländer verändern sollte: Silke Hedrich. Als Psychologin erkannte sie die Niedergeschlagenheit ihres Patienten und ermutigte ihn dazu, wieder mit der Malerei zu beginnen, damit ihm die Decke nicht auf den Kopf fiel und er weniger Zeit zum Nachdenken habe. Hier musste Hubert Schwartländer nicht lange überlegen, denn

Malen war nicht nur sein Hobby, sondern gar eine Leidenschaft! Und so verwandelte sich das Patientenzimmer kurzerhand in ein kleines Atelier. Und mit jedem Bild mehr wurden seine Depressionen weniger.

Bei seinem letzten Besuch Ende 2017 malte er gleich für eine kleine Ausstellung. Normalerweise hatte er die Bilder, die einige Zeit lang den Eingangsbereich der Park Klinik schmückten, für die Klinikmitarbeiter gestaltet. Das größte der Bilder jedoch war von Anfang an für die Klinik gedacht. Denn dieses Bild symbolisiert den Genesungsprozess von Hubert Schwartländer. Aus dem Dunklen wieder zu seiner eigenen Mitte finden, ein Licht am Ende des Tunnels sehen – das wollte er damit zum Ausdruck bringen.

von Julia Günther, Referentin für Marketing,
Gräflische Kliniken

So schmücken Schwartländers Bilder die Wände in der Park Klinik Bad Hermansborn (Fotos: Julia Günther)



„SIE KENNE ICH AUS BAD DRIBURG!“

Gräfliche Kliniken präsentierten sich auf der „Gesund + fit“ in Bad Salzuflen

„Bei Ihnen war ich schon einmal zur Reha. Schön war es da!“ Oder: „Sie kenne ich aus Bad Driburg!“ So begannen viele Gespräche zwischen den Besuchern und uns Mitarbeitern der Gräflichen Kliniken auf der „Gesund + fit“-Messe in Bad Salzuflen. Vom 12. bis 14. Januar hieß es drei Tage lang Gräfliche Kliniken pur.

Bunt gemischt war das Team am Messestand der Gräflichen Kliniken an diesem Wochenende in Bad Salzuflen. Vertriebsmitarbeiter, Diabetesberaterinnen, Therapeuten, Mitarbeiter aus Verwaltung und Marketing sowie Auszubildende unterstützten vor Ort die Präsentation unserer Kliniken – und hatten durchaus gut zu tun. Viele Besucher interessierten sich für das facettenreiche Leistungsspektrum der Kliniken, die Möglichkeit einer Reha oder Angebote in Richtung Gesundheitsurlaub. Wir beantworteten Fragen zu unserem Angebotsspektrum, lauschten Geschichten von ehemaligen Patienten, hörten uns Beschwerde- oder Krankheitsbilder an und sprachen Empfehlungen für eine Reha in einer unserer Kliniken aus.

WARTESCHLANGEN BEIM GESUNDHEITS-CHECK

Neben einem offenen Ohr hatten wir an diesem Wochenende auch Blutzucker- und Blutdruckmessungen sowie einen Gesundheitscheck im Angebot. Und auch hier waren die Stühle nur selten frei. Zum Teil bildeten sich bei den Kolleginnen und Kollegen, die für die Angebote zuständig waren, sogar schon Warteschlangen. Während wir zunächst in skeptische Gesichter schauten, ernteten wir anschließend ein Lächeln. Männer schickten zunächst ihre Frauen vor, um anschließend dann doch wie Super-



Der Messestand auf der „Gesund und fit“ in Bad Salzuflen war immer gut besucht. (Fotos: Julia Günther)

man selbst anzutreten. Ein kleiner Piks bei der Blutzuckermessung oder die Überprüfung der Werte von Körperfett, die BMI-Messung sowie Blutdruckbestimmung sorgten bei einigen Messebesuchern – insbesondere auch nach einem 20-minütigen Gespräch mit Therapieleiter Stefan Wahden aus der Caspar Heinrich Klinik – für einen neuen Blick auf die eigene Gesundheit und den eigenen Körper.

Zusätzlich zur guten Resonanz, die wir an allen drei Tagen verbuchen konnten, war aber auch die gute Laune im Team spürbar. Besonders schön war auch die Möglichkeit, dass hier Kolleginnen und Kollegen aufeinandertrafen, die sich bisher nur wenig oder gar nicht kannten. So hatte die Messe einerseits das Ziel, die Gräflichen Kliniken noch mehr zu bewerben und andererseits das Ergebnis, auch das Gemeinschaftsgefühl der Mitarbeiter zu stärken.

von Julia Günther, Referentin für Marketing,
Gräfliche Kliniken



Karin Volkhausen, Diabetesberaterin an der Park Klinik im Beratungsgespräch. Natürlich ist das gute Caspar Heinrich Wasser auch dabei!

KEINE PARTY? EIN NO GO!

Betriebsfest der CHK aufs Eis verlegt: Beim Eisstockschießen fiebern alle mit

„Wenn sich niemand für die Organisation findet, wird es in diesem Jahr kein Betriebsfest geben.“ Diese oder ähnliche Worte hallten noch in unseren Ohren, als wir uns zum Mittagessen zusammenfanden. Kein Betriebsfest?!? Irgendwie unvorstellbar... Schnell stand fest: Das möchten wir verhindern. Auf diese Weise nahm das Team der Psychologie sich der Sache an und die Planung und Organisa-

tion in die Hand. Eine Idee war fast genauso schnell geboren – Eisstockcurling sollte es sein. Für ein wenig körperliche Betätigung mit erfahrungsgemäß hohem Spaßfaktor (und das ganz ohne Vorkenntnisse) konnten wir uns direkt begeistern. Und ein anschließendes Curling-Bufferet für die notwendige Stärkung – damit auch das leibliche Wohl nicht zu kurz kommt.

PLANUNG GUT, ALLES GUT

So wurden dann Termine geprüft, Veranstalter kontaktiert, Rücksprachen gehalten, Busfahrten organisiert, Einladungen verschickt,... und am 12. Januar 2018 war es dann so weit! Im Paderborner Schützenhof war „Eisspielzeit“ angesagt! Eine erste positive Resonanz der Kolleginnen und *Fortsetzung auf Seite 30*

Fortsetzung von Seite 29

Kollegen konnten wir durch die erfreulich hohe Zahl an Anmeldungen (121!) erkennen – die Voraussetzungen für ein gelungenes Fest waren somit gegeben ☺.

Pünktlich um 15.30 Uhr stand der Bus abfahrtsbereit an der Caspar Heinrich Klinik, um einen Teil der feierfreudigen Gäste zum Veranstaltungsort zu bringen. Die restlichen Teilnehmer trafen dann nach und nach ein und mit der Zeit füllte sich die Halle, so dass unser Spielleiter Moritz mit der Einführung ins Curling beginnen konnte. Dabei erfuhren wir so einiges über die unterschiedliche Gleitgeschwindigkeit verschiedener Eisstöcke sowie verschiedene Spielvarianten. Da im Vorfeld wiederholt der Wunsch nach gemischten Teams geäußert worden war, kamen wir diesem selbstverständlich auch nach und nach etwas Suchen („Wo ist denn B2?“, „Hat noch jemand C4?“) hatte



Curling mit Disco-Feeling macht gleich doppelt Spaß!

„Curly Burly“ und „die flotten Zehn“ treten gegeneinander



Elisabeth Thrun (4. v. links) mit ihrem Reinigungsteam (von links): Ulrike Besche, Beate Swebodzinski, Elzbieta Nehring, Elisabeth Thrun, Olga Meinik, Raisa Klass, Dagmar Krull, Inna Kubach, Elena Maier und Natalia Bessonov (Fotos: privat)

jeder seine Mitspieler gefunden und es konnte losgehen. Manche Kollegen bewegten sich direkt mit vollem Elan aufs Parkett (bei dem es sich allerdings nicht um tatsächliches Eis, sondern um einen Kunststoffboden mit ähnlich guter Gleitfähigkeit handelte), andere blieben erst einmal skeptisch am Rand und schauten sich das Ganze in Ruhe an.

HÄTTE JA KLAPPEN KÖNNEN

Doch mit der Zeit war das Eis gebrochen und auch die etwas Zögerlichen wurden vom Curling-Fieber erfasst. Nach etwa einer Stunde meldete sich Moritz wieder zu Wort und kündigte für den Rest der Zeit ein kleines Turnier an. Somit galt es nun, die vorherigen „Gegner“ auf der gleichen Bahn nicht mehr zu verdrängen, sondern gemeinsam dafür zu sorgen, dass möglichst viele Curls in den Ringen landen und Punkte einbringen – um die Konkurrenz auf den anderen Bahnen hinter sich zu lassen. Teamnamen wie „Curly Burly“ und „Die flotten Zehn“ wurden erfunden – bei dem einen oder anderen wäre der von Herrn Kraatz leider etwas zu spät eingeworfene Name „Hätte ja klappen können!“ allerdings passender gewesen... Andere wiederum waren sehr erfolgreich und durften bei der anschließenden Siegerehrung eine Urkunde für ihre Leistungen entgegennehmen. So konnten dann nach zwei Stunden Teamgeist und Wettkampf alle Teilnehmenden (egal wie sie sich geschlagen haben – denn letztlich zählt ja nicht das Ergebnis, sondern der Spaß an der Sache, der hoffentlich nicht zu kurz gekommen ist) im Nachbar-

raum bei einem Curling-Buffer stärken, in gemütlicher Runde ihre Erfahrungen austauschen, den später Hinzugekommenen erzählen, was sie verpasst habe und den Abend gemeinsam ausklingen lassen. Allein der Wunsch nach einer Polonaise wie in den vergangenen Jahren – bei der Herr Kraatz seine Führungsqualitäten auch im privaten Bereich erfolgreich demonstrieren konnte – blieb aufgrund der für eine entsprechende Lautstärke nicht ausreichenden Musikanlage diesmal unerfüllt... Mit der Abfahrt des Busses um 22 Uhr leerte sich der Saal dann allmählich und die Feier neigte sich ihrem Ende zu.

So bleibt uns nur zu hoffen, dass das Fest allen Anwesenden ähnlich gut gefallen hat wie uns und wir auch in den kommenden Jahren schöne gemeinsame Zeiten miteinander verbringen werden. Vielleicht konnte dieser Abend ja bereits die eine oder andere Inspiration wecken...

von Julia Kubiak, Diplom-Psychologin,
Caspar Heinrich Klinik

DAJANA, RODEL ZUM SIEG!

Über einen in jeder Hinsicht erfolgreichen Teamausflug des ARZ Jena

Am Morgen des 13. Januar 2018 brachen wir, das Sporttherapie-Team des Ambulanten Reha-Zentrums in Jena, Richtung Oberhof auf. Dajana Eitberger hatte zu ihrem Heimweltcup im Rennrodeln geladen und für uns stand sofort fest, dass wir die Sportlerin, die von April bis Juni 2017 ihre Reha nach einer Schulterverletzung im ARZ durchführte, unterstützen wollten.

Dort angekommen, wurden die Akkreditierungen abgeholt und die Bahn inspiziert, an der bereits seit dem Morgen Wettkämpfe stattfanden. Am Zielbereich hatten wir dann, dank Dajana, Zugang zum VIP Haus, und so konnten wir uns bei Essen und Trinken aufwärmen, während wir auf den zweiten und entscheidenden Lauf der Damen warteten.

Um die Wartezeit zu überbrücken, wurden die Tagessieger im Doppelsitzer, Toni Eggert und Sascha Benecken, sowie Boblegende André Lange interviewt. Die familiäre Stimmung unter den Eiskanalathleten war deutlich zu spüren.

Anschließend verfolgten wir und zahlreiche weitere mitfiebernde Fans mit Spannung den zweiten Lauf der Damenkonkurrenz am Zielbereich, an dem die Stimmung auch aufgrund der guten Ergebnisse der deutschen Athleten ausgezeichnet war.

„Das ist mindestens so schön, wie verliebt sein!“

verkündet Dajana nach dem Gewinn der Olympischen Silbermedaille in Pyeongchang 2018 auf ihrer Homepage

Denn tatsächlich fuhr Dajana beim siebten Weltcup der Saison auf ihrer

Heimbahn, vor Natalie Geisenberger und Tatjana Hüfner, ihren ersten Saisonsieg ein! Nach der Siegerehrung fand die sympathische Sportlerin dann noch etwas Zeit, um bei uns vorbei zu schauen.

Auch ihr Trainer ließ es sich nicht nehmen, uns dafür zu danken, seinen Schützling wieder „in die Spur“ gebracht zu haben.

Dass sich die Reha in unserem Haus bewährte und Dajana wieder voll angreifen kann, zeigte sich auch während der olympischen Spiele in Pyeongchang, wo sie Silber im Einsitzer gewinnen konnte.

Vielleicht sollte sie uns im Jahr 2022 als Glücksbringer zu den Olympischen Winterspielen nach Peking einladen; dann stünde der Goldmedaille wohl nichts mehr im Weg.

von Marcus Kietzer, Sporttherapeut im Ambulanten Reha Zentrum Jena

DAJANA EITBERGER

Die Rennrodlerin wurde am 7. Januar 1991 in Ilmenau in Thüringen, geboren. Ihre Rennrodel-Karriere begann dort im Jahr 2001. Im Anschluss an das Abitur am Sportgymnasium Oberhof im Jahr 2010 begann Dajana Eitberger ihre Ausbildung in der Sportfördergruppe der Bundeswehr, die sie in 2014 erfolgreich beendete.

Im Jahr 2011 wurde sie als „Thüringer Juniorensportlerin des Jahres“ ausgezeichnet. Seit 2013 startet sie im Rodel-Weltcup-Team der deutschen Nationalmannschaft.

Freuen sich gemeinsam über den Sieg (v. links: Torsten Schaaf, Nancy Juschka, Dajana Eitberger, David Schmitt, Kerstin Erler, Marcus Kietzer (sitzend), Daniel Finner, Claudia Göbel, Katja Demut und Dani Janke (Foto: privat))



PREMIUM ERNÄHRUNG BIS 2020 BESTÄTIGT

DGE lobt perfekte Umsetzung der Richtlinien in den Gräflichen Kliniken



Zu recht sind die Kolleginnen stolz auf die Zertifizierung, die ihnen viel Arbeit gemacht hat
 Von links: Lisa Rüsing und Britta Mollemer von der MCK Service GmbH und Veronika Mikus von der CHK Service GmbH (Fotos: Maik Prager)

Die Premium-Zertifizierung der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE) haben die beiden Servicegesellschaften der Gräflichen Kliniken in Bad Driburg (MCK Service GmbH und CHK Service GmbH) bereits im Dezember 2015 erhalten. Sie haben damals 96 % erreicht und durften sich damit für zwei Jahre mit der Prämierung schmücken. Im Dezember 2017 haben sie erneut das Audit der DGE bestanden. Dieses Mal haben sie es geschafft, 100% der zu prüfenden Punkte zu erreichen – somit haben sie sich das PREMIUM-ZERTIFIKAT „Station Ernährung für Rehakliniken“ für die kommenden drei Jahre bis Dezember 2020 verdient.

Die Zertifizierung belegt, dass in den geprüften Kliniken eine gesundheitsfördernde Vollverpflegung angeboten wird. Für so ein Audit müssen sich die Mitarbeiter im Vorfeld ausführlich mit den von der DGE geforderten „Qualitätsstandards für die Verpflegung in Krankenhäusern“ auseinandersetzen. Zentraler Bestandteil sind zum Beispiel inten-

siv und umfangreich berechnete Rezepturen, die einem nährstoffoptimierten Speiseplan zugrunde liegen. Ordnerweise wurde die gesamte Dokumentation bei der DGE eingereicht, ehe diese überhaupt zu einem Audit-Termin in die Klinik kommt. Einen ganzen Tag lang begutachteten die Mitarbeiter der DGE vor Ort dann alles von der Warenannahme über die Einhaltung von Hygienestandards bis hin zum Fachwissen der Mitarbeiter. Die mühsame Arbeit hat sich aber gelohnt: „Nicht überall werden die Vorgaben so perfekt umgesetzt“, lobte die Prüferin der DGE die Gräflichen Kliniken.

von Maik Prager, Prokurist der Service-Gesellschaften der Gräflichen Kliniken

KRITERIEN FÜR EINE VOLLWERTIGE VERPFLEGUNG...

... sind im Bereich Lebensmittel eine optimale Lebensmittelauswahl und Anforderungen an den Speiseplan. Dazu gehört die Überprüfung von Vorgaben über die wöchentliche Verfügbarkeit von Brot, Brötchen, Kartoffeln, Reis, Teigwaren, Getreideprodukten, Vollkornprodukten, Gemüse, Hülsenfrüchten, Salaten, Rohkost, Obst, Käse, Milch und Milchprodukten. Auch die Menükomponenten wie Fleisch, Fleisch-Erzeugnisse, Wurstwaren, Seefisch und fettreicher Fisch wurden auf Maximal- und Mindestwerte überprüft. Die Verwendung von Rapsöl als Standardöl war dabei schon im Vorfeld selbstverständlich. Wichtig ist auch die Bereitstellung von Getränken. Hier in erster Linie Wasser.

- Im Bereich Speiseplanung ist die Einhaltung von Menüzyklen des Mittagessens von mindesten vier Wochen vorgegeben. Neben dem täglichen Angebot eines ovo-lacto-vegetabilen Gerichtes war auf saisonale und kulturspezifische Angebote, regionale Essgewohnheiten und Fleisch von unterschiedlichen Tierarten zu achten. Selbstredend sind Wahlmöglichkeiten bei Lebensmittelunverträglichkeiten und Allergien sowie besonderen Ernährungssituationen bei diätischen und ergänzenden Kostformen.
- Die Speisenherstellung ist ein umfangreicher Bereich, der ebenfalls kontrolliert wurde. Geachtet wird hier auf fettarme und nährstoffschonende Zubereitung. Ein sparsamer Umgang mit Jodsalz und Zucker sowie der Verzicht auf Alkohol sind weitere Punkte. Lager-, Transport- und Ausgabemperaturen sind wichtige Hygienekontrollpunkte, die ebenso geprüft werden wie Warmhaltezeiten.
- Bei der Gestaltung des Speiseplanes ist darauf zu achten, dass mehrere Menülinien übersichtlich dargestellt sind. Bezeichnungen, die nicht üblich und nicht eindeutig sind, müssen erklärt und bei den verschiedenen Fleischsorten die Tierarten eindeutig bezeichnet werden.
- In der so genannten Lebenswelt wird darauf geachtet, dass Essenszeiten festgelegt sind und ein angemessener Zeitraum zur Verfügung steht. Beratung und Hilfe bei der Speisenauswahl werden gestellt und unsere Diätassistentinnen sind die geforderten Fachkräfte bei Fragen zu Unverträglichkeiten, Speisewünschen, Portionsgrößen, vollwertiger Ernährung, Kostformen und Diäten



VON DER VISION ZUR WAHRHEIT

Die Konditorei der Gräflichen Kliniken beweist, dass sich eine Erfolgsgeschichte auch gegen den Trend schreiben lässt

Die Konditorin Heike Kurtz wollte eigentlich nie in einer Klinik arbeiten. Doch erstens kommt es anders, und zweitens als man denkt. Im November 2015 stellte Maik Prager, Prokurist der Service GmbHs, sie für die Gräflichen Kliniken ein. Er wollte ein wenig Abwechslung in das Kuchenprogramm bringen. Seine Vision lautete „Torten aus eigener Herstellung“. Diese Entscheidung widersprach absolut dem geläufigen Trend, die eigenen Küchen zu schließen und sich von Cateringfirmen beliefern zu lassen. Es dauerte damals drei (!) Tage, dann musste Heike Kurtz richtig loslegen, ob sie wollte oder nicht. Mit einer Ausstattung im Wert von 200 Euro experimentierte sie im Dampfgerar, statt einer Profi-Ausrüstung war gerade das Nötigste vorhanden. Nach einigen Tagen konnte sie die Cafeterien der Gräflichen Kliniken mit ihren ersten Werken beliefern. Und das Konzept schlug ein wie eine Bombe. Nach und nach wuchs die Ausstattung in der Küche und das Projekt finanziert sich selbst.

WAS WIR MACHEN, IST RICHTIG

Dass es richtig ist, was sie machen, zeigt sich in vielen Facetten. Eine davon ist, dass Heike Kurtz schon nach kurzer Zeit nicht mehr alles allein bewältigen kann. Angelika Sawazki wird als Auszubildende eingestellt. Dass Heike Kurtz dafür noch schnell den Ausbrowserschein machen muss, stellt

keine Hürde dar: „Packen wir es an“ lautet die Devise. Ärmel hoch und los. Mit voller Rückendeckung von Maik Prager. Denn: „Donuts will hier eh keiner essen“, ist Heike Kurtz sicher. Nach dem Ausbrowserschein stand die nächste Entscheidung an: Den Meister machen? Mit 49 Jahren? Okay!! Die praktischen Übungen waren ein Leichtes. Vor dem kaufmännischen Part allerdings hatte sie richtig Bammel. Doch konnte sie auf die Unterstützung von Maik Prager bauen: Abend für Abend setzten sich die beiden zusammen und paukten sich durch Bilanzen und Lohnsysteme. Ihre letzte Prüfung hat Heike Kurtz im Januar 2017 erfolgreich abgelegt. „Es ist ein tolles Gefühl, wenn man weiß, dass man ein Unternehmen im Rücken hat, das solche Dinge ermöglicht.“ Dies überträgt sich offensichtlich auf ihre Schützlinge: Im Sommer 2017 hat Angelika Sawazki ihre Ausbildung überraschend als Innungsbeste abgeschlossen.

WER NICHT WAGT...

Und die Abteilung wächst weiter: Neben der Konditorei schreibt die Brotbäckerei mit Manuel Eichler ihre eigene Erfolgsgeschichte. Die gesamte Abteilung ist von einer One-Woman-Show in 2015 auf beachtliche fünf Beschäftigte in 2017 gewachsen, auch wenn es nicht immer leicht war. Die Rechnung von Maik Prager ist aufgegangen und seine Vision wurde wahr. „Das alles ist nur mög-

lich, weil wir an einem Strang ziehen. Auch die Mitarbeiter aus den Cafeterien haben ihren Teil dazu beigetragen, dass wir jetzt da stehen, wo wir sind“, meint Heike Kurtz. „Immer hatte jemand eine Idee, wie es weitergehen könnte.“ Doch das wichtigste ist und war die volle Rückendeckung von Maik Prager und der Geschäftsleitung – eine vertrauensvolle Zusammenarbeit mit Freiheiten, wenn Freiheiten gebraucht werden und mit Unterstützung, wenn Unterstützung gebraucht wird.

von Anneka J. Hilgenberg, Public Relations, UGOS
und Heike Kurtz, Konditorin,
CHK Services GmbH

MIT BUTTER UND LEIDENSCHAFT

„Zum Kuchen essen gehört irgendwie immer auch so ein kleines bisschen schlechtes Gewissen. Und ich finde, wenn ich das schon riskiere, dann für etwas, was richtig gut schmeckt“, erklärt Heike Kurtz ihre Philosophie. Schon als Kind lernte sie bei ihrer Oma, wie man aus Kuchen eine Leidenschaft macht. Und das Konzept passt: die Patienten wissen, dass die Kuchen der Gräflichen Kliniken auch heute noch schmecken wie früher. An manchen Wochenenden sind 55 Torten ausverkauft, aber „Genuss trägt sicher auch zur Genesung bei!“ ist Heike Kurtz sicher. „Man darf nicht alle Zutaten in der ersten Sekunde schmecken, manche Nuancen dürfen erst bei Berührung mit dem Gaumen erkennbar werden.“ Nicht die Zutaten allein machen ihre Kreationen zu Suchtmitteln. Heike Kurtz steckt eine Menge Herzblut in ihre Torten und Kuchen. Sie liebt und lebt, was sie tut und backt nicht nur mit Butter, sondern vor allem mit Leidenschaft. Auf die Frage, was ihr Lieblingskuchen sei, antwortet Heike übrigens ohne zu zögern: „Eigentlich ess' ich lieber Chips.“



Mittlerweile hat sich Angelika Sawazki auf Hochzeitstorten spezialisiert. Seit Sommer 2017 sind die beiden Auszubildenden Selina Mae Johnson und Denise Thiele mit im Boot. Von Links: Denise Thiele, Heike Kurtz, Selina Mae Johnson, Manuel Eichler, Angelika Sawazki, Maik Prager (Foto: Anneka J. Hilgenberg)

DIE HUNDE-FLÜSTERIN

Therapiehunde Paul und Phibie sorgen für entzückte Gesichter



„Als Nachtschwester habe ich relativ viele freie Tage“, berichtet Susanne Tingelhoff. Und diese nutzt sie, um mit ihren Hunden Patienten zu helfen. Denn: „Wenn die Patienten auch mit den Therapeuten nicht sprechen, mit den Hunden tun sie es allemal!“, weiß die Hundebesitzerin.

Sie berichtet von Patienten, denen der Schluckreflex fehlt. „Wenn ich ein Leckerli auf der Schulter des Patienten platziere, muss der Hund ganz nah kommen. Bei der vorsichtigen Berührung spürt man schon eine Reaktion beim Menschen. Und wenn der Hund das Leckerli verschluckt, dann mag man es kaum glauben, aber der Patient schluckt mit – trotz fehlendem Schluckreflex.“ Immer wieder ist die erfahrene Hundebesitzerin erstaunt über die Wirkung, die sich mit den Hunden erzielen lässt. Sie besucht auch noch immer jeden Freitag André Beller, der seit seinem Motorradunfall vor 13 Jahren im Wachkoma liegt.

DIE FEENFRAGE

„Bei neuen Patienten darf die Feenfrage nicht fehlen“, meint Susanne Tingelhoff. Sie arbeitet zielorientiert und versucht herauszufinden, was der Patient überhaupt möchte. Hierbei spielen Motorik, Körpergefühl, Kognition, Kommunikation und Wahrnehmung eine große Rolle. Das wichtigste ist

1

2



1 | Susanne Tingelhoff kommt mit ihren beiden Therapiehunden viel herum. Demnächst darf sie selbst Hunde und Halter ausbilden. (Foto: Anna-Lena Thuns)

2 | Als wären sie täglich in fremden Büros unterwegs, liegen Phibie (ein französischer Wasserhund) und Paul (ein Labrador) brav und kuschelig nebeneinander (Foto: Anneka J. Hilgenberg)

3 | LIEBESANFALL! Ganz plötzlich tapst Phibie zu Susanne Tingelhoff und fällt ihr regelrecht um den Hals – wenn das nicht Liebe ist! (Foto: Anneka J. Hilgenberg)

3



Als Susanne Tingelhoff uns mit ihren beiden Hunden im Büro besucht, stecken immer wieder Kolleginnen den Kopf durch die Tür und wollen wissen, wer das ist? Die Tiere haben die gleiche Anziehungskraft wie eine frisch gebackene Mutter, deren Baby für verzückte Gesichter sorgt.

Dabei sind die beiden Hunde schon „alte Hasen“: Neun Jahre ist es her, dass Susanne Tingelhoff die Idee hatte, ihren Beruf mit ihrer Zuneigung zu Hunden zu verbinden. Mittlerweile macht die Nachtschwester aus der „Marcus Klinik“ nicht nur Therapiestunden mit Patienten, sondern sie bietet auch Kurse für Kinder an. Erst kürzlich hat sie in einem Kurs für die Volkshochschule

Paderborn Kinder mit den „Zwölf Goldenen Regeln“ im Umgang mit Hunden vertraut gemacht. Alle Kinder wurden als stolze Besitzer mit einer „Hundekenner“-Urkunde entlassen. Auch Hundephobien hat Susanne Tingelhoff schon bei zahlreichen Kindern erfolgreich behandeln können.

LIEBESANFALL

Während die Nachtschwester aus der „Marcus Klinik“ erzählt, haben die Hunde es sich gemütlich gemacht. Bis ein kleiner Liebesanfall Phibie aufspringen und Susanne Tingelhoff umarmen lässt. Die Hunde gehorchen aufs Wort: keine laute Stimme, kein scharfer Befehl.

aber die Feenfrage: Was wünscht sich der Patient? Und wenn Phibie, Paul und Susanne es gemeinsam schaffen, diesen Wunsch zu erfüllen, dann fühlen sie sich zurecht ein bißchen wie eine gute Fee... Nun hat Susanne Tingelhoff nach 16 erfolgreichen Fortbildungen mit und ohne Hunde beschlossen, sich selbst noch einmal weiterzubilden: Im Herbst 2018 beendet sie ihre Ausbildung als Therapiehundetrainerin. Dann darf sie deutschlandweit Hunde und Halter zu Therapiehundeteams ausbilden. Weitere Infos unter www.therapiehundebekannt.de.

von Anneka J. Hilgenberg, Public Relations, UGOS

KNUSPER, KNUSPER, KNÄUSCHEN

Kleine Künstler mit klebrigen Händen: Heike Kurtz, Konditorin aus der Caspar Heinrich Klinik bastelt Lebkuchenhäuser in drei KITAs

Eines Tages im Dezember erwartete die Kinder in drei verschiedenen Kindertageseinrichtungen eine süße Überraschung. Heike Kurtz kam zu Besuch und hatte jede Menge Lebkuchenplatten, Gummitiere, Schokolinsen und andere Süßigkeiten sowie ein Puderzucker-Eiweiß-Gemisch im Gepäck. Außerdem brachte sie noch verschiedene kleine Figuren, die sich als Hänsel und Gretel, Hexe und Katze entpuppten, mit.

JA, WAS SOLLTE DAS DENN WERDEN?

Gespannte Kinderaugen schauten sie an. Und dann wurde das Geheimnis gelüftet: In kleinen Gruppen durften die Kinder aus Lebkuchen und dem Puderzuckergemisch Lebkuchenhäuser bauen, wobei sie von Heike Kurtz mit ihrer ruhigen und freundlichen Art und viel Herzenswärme unterstützt wurden. Dann fanden die Figuren ihren Platz und zum Schluss wurden die noch kahlen Lebkuchenhäuser mit großer Begeisterung nach Herzenslust verziert. Mit vor Stolz funkelnden Augen zeigten die Kinder ihren Eltern die wunderschönen Hexenhäuschen. Bis zu den Weihnachtsfeiertagen durfte jeden Mittag eines geplündert und aufgegessen werden. Wir bedanken uns für diese tolle Aktion und freuen uns schon auf die Adventszeit 2018, wenn Heike Kurtz hoffentlich wiederkommt, um mit den Kindern so wunderschöne und leckere Hexenhäuschen zu gestalten.

von der Kita Zauberland, Alhausen

DANKE sagen

die KITA Zauberland in Alhausen, die KITA Löwenzahn in Reelsen und die KITA Kunterbunt in Herste.



Heike Kurtz hilft in Alhausen mit



Gemeinsam backt sich's besser



1



2



3

- 1 | Diese junge Dame ist in Herste vor lauter Eifer schon auf den Tisch gekrochen!
- 2 | Mitte: In Herste gibt es überall strahlende Gesichter!
- 3 | Rechts: Fertige Werke machen Lust auf Lebkuchenhäuser.



Auch die Jungs in Reelsen sind mit Eifer dabei.



Gemütlich ist es in der Weihnachtsbäckerei in Reelsen.

TAGUNG FÜR ERNÄHRUNGSFACHKRÄFTE

Ernährungsfachkräfte der „Gräflichen Kliniken“ folgen der Einladung der Arbeitsgemeinschaft Krebsbekämpfung zur Fachtagung

Zur Erklärung: Die Arbeitsgemeinschaft organisiert im Auftrag der Träger der gesetzlichen Kranken- und Rentenversicherung die medizinische Rehabilitation der Versicherten aus NRW nach einer Krebserkrankung. In dem ganzheitlichen therapeutischen Ansatz ist die Ernährungsschulung dabei ein wichtiges Beratungs- und Erfahrungsmodul, um den Gesundheitszustand des Patienten zu stabilisieren bzw. zu verbessern.

gramm mit einer großen Bandbreite. Neben dem Vortrag zur „Ernährungstherapie in der Onkologie – Screening, Einflussfaktoren und Risiken“ und der Aufarbeitung der Fragestellung „Einfluss der Ernährung auf die Lebenserwartung und Wiedererkrankung“ fand ein reger inhaltlicher Austausch in den verschiedenen Workshops statt. Themenschwerpunkte waren hier die Ernährungstherapie bei Darmproblemen, das Gewichtsmanagement bei Übergewicht, die Kau- und Schluckstörungen bei HNO-Patienten, die Mangelernährung sowie der Umgang mit Nahrungsmittelverträglichkeiten. Von besonderem Interesse waren auch die Ausführungen und Ergebnisse zu den verschiedenen Lehrküchenkonzepten. Ohne Zweifel sind die praktischen Übungen die effektivste Möglichkeit, Verhaltensänderungen zu bewirken. Und somit wird eine entsprechende Umsetzung dieser therapeutischen Einheit während des Aufenthaltes des Rehabilitanden erwartet. Am zweiten Tag der Tagung wurde ein Rückblick auf die Erfolge der Ernährungstherapie aus Sicht der ARGE gemacht

und auf die Reha-Therapie-Standards in Bezug auf die onkologische Reha verwiesen. Die Frage nach dem Umgang mit psychisch belasteten Rehabilitanden und wie die Ernährungstherapie in der FOR (= Familienorientierten Rehabilitation) aussieht, waren weitere Vortragsthemen.



Eine fröhliche Runde bei der Fachtagung, zu der die Arbeitsgemeinschaft Krebsbekämpfung geladen hatte (Foto: Michael Grosskurth, Bad Oexen)

Im Abstand von zwei bzw. drei Jahren richtet die Arbeitsgemeinschaft eine Fachtagung für Ernährungsfachkräfte aus. Ort der aktuellen Tagung war Bad Oexen. Angelegt an den Veranstaltungsort (in der Regel ein Vertragshaus der Arbeitsgemeinschaft) sind die inhaltlichen Schwerpunkte der Veranstaltung gewählt. Wie in den zurückliegenden Jahren zeigte sich das interessante Pro-

gramm mit einer großen Bandbreite. Neben dem Vortrag zur „Ernährungstherapie in der Onkologie – Screening, Einflussfaktoren und Risiken“ und der Aufarbeitung der Fragestellung „Einfluss der Ernährung auf die Lebenserwartung und Wiedererkrankung“ fand ein reger inhaltlicher Austausch in den verschiedenen Workshops statt. Themenschwerpunkte waren hier die Ernährungstherapie bei Darmproblemen, das Gewichtsmanagement bei Übergewicht, die Kau- und Schluckstörungen bei HNO-Patienten, die Mangelernährung sowie der Umgang mit Nahrungsmittelverträglichkeiten. Von besonderem Interesse waren auch die Ausführungen und Ergebnisse zu den verschiedenen Lehrküchenkonzepten. Ohne Zweifel sind die praktischen Übungen die effektivste Möglichkeit, Verhaltensänderungen zu bewirken. Und somit wird eine entsprechende Umsetzung dieser therapeutischen Einheit während des Aufenthaltes des Rehabilitanden erwartet. Am zweiten Tag der Tagung wurde ein Rückblick auf die Erfolge der Ernährungstherapie aus Sicht der ARGE gemacht

von Ludger Spille, Diätassistent, Marcus Klinik

SONDERPREIS FÜR DAS BRANDVERLETZTEN-TEAM IN DER MORITZ KLINIK

Ehemaliger Patient verleiht als Präsident von Cicatrix e.V. den Pflege-Sonderpreis

Der Unfall mit flüssigem Stahl veränderte sein Leben von Grund auf. Alexander Steurer ist heute 47 Jahre alt und lebt seit zehn Jahren mit den Folgen seines Arbeitsunfalls. 60 Prozent seiner Körperoberfläche erlitten Verbrennungen dritten Grades, mehr als 100 Operationen hat er hinter

sich. Jeder Krankenhausaufenthalt dauerte mehrere Wochen mit ebenso langer anschließender Rehabilitationsphase. Der gebürtige Kehler, wohnhaft in Oberkirch, ließ sich aber nicht unterkriegen. Er war bereits sieben Mal in der Moritz Klinik und weiß: „Das Team hier ist ein ganz besonderes!“

Im Dezember 2017 kam er wieder – aber dieses Mal nicht als Patient, sondern als Präsident. Alexander Steurer engagiert sich im Verein Cicatrix e.V., der „Gemeinschaft für Menschen mit Verbrennungen und Narben“. Seit 2004 vereinen sich hier Mediziner, Therapeuten, Juristen, Forschung

und Industrie mit Betroffenen und Angehörigen. Bewerben konnten sich Kliniken aus Deutschland, Österreich und der Schweiz. Alexander Steurer hat im September 2017 im Verein das Präsidentenamt übernommen und ließ es sich nun nicht nehmen, den Pflege-Sonderpreis persönlich zu überreichen.

PREISGEKRÖNTES KONZEPT

„Dies ist der erste große Preis für den Pflegedienst der „Moritz Klinik“, freut sich Pflegedienstleiterin Silke Radeck über diese besondere Wertschätzung und Auszeichnung der Pflege-Arbeit, die täglich in der Klinik geleistet wird. „Hinter all den Arbeitsanweisungen steckt schließlich noch viel mehr. Wir haben ein tolles Team, das die Patienten auffängt und Vertrauen aufbaut“, weiß sie. „Es ist schön, dass unsere Arbeit auf diese Weise gewürdigt wird.“ Silke Radeck hat das Konzept, nach dem das gesamte Pflegeteam für Brandverletzte ebenso in der Klinik schon lange arbeitet, formuliert. Das gesamte Team hat in den vergangenen Jahren an der Erstellung des Konzepts gearbeitet, auch Gabriele Wendland hat einen großen Teil dazu beigetragen. Ein Schwerpunkt darin liegt auf dem Aspekt des pflegetherapeutischen Handelns und des menschlichen Miteinanders – und das hat den Verein Cicatrix e.V. überzeugt.

Alexander Steurer, ehemaliger Patient der Moritz Klinik, ließ es sich nicht nehmen, den Pflege-Sonderpreis persönlich zu überreichen. Von links: Dr. Hans Ziegenthaler, Silke Radeck, Alexander Steurer und Ralf Winkhaus. (Foto: Anneka J. Hilgenberg)



KEHRTWENDE IN DER PFLEGE

Mit rund 18.000 gemeldeten Unfällen pro Jahr gelten Verbrennungen und Verbrühungen als eine der häufigsten Unfallursachen in Deutschland. Die „Moritz Klinik“ hat sich seit 1998 auf die Rehabilitation Brandverletzter spezialisiert. Auch der leitende Arzt des Reha-Zentrums für Brandverletzte, Dr. Hans Ziegenthaler, ist überzeugt: „In der Pflege musste durch die Versorgung komplexer multimodaler Einschränkungen die größte

Kehtwende gemacht werden.“ Als eine von nur vier Kliniken in Deutschland hat das Team der „Moritz Klinik“ in den vergangenen 25 Jahren rund 2500 brandverletzte Menschen behandelt, unter ihnen auch die Opfer des Busunglücks auf der A9 im Sommer 2017 und des Disco-Brandes in Bukarest in 2015.

von Anneka J. Hilgenberg, Public Relations, UGOS

DIE GEHSCHULE IN NEUEM GLANZ

Clevere Umgestaltung lässt Räume größer erscheinen



Seit 1993 ist Steffi Güttel in der Moritz Klinik Physiotherapeutin. Sie und ihr Team betreuen die Patienten in der Prothesengehschule mit viel Herzblut. Von links: Steffi Güttel, Beatrice Hellwing, Carina Diets, Thorsten Vollmer

Der ein oder andere wird es wahrscheinlich mitbekommen haben: Unsere Gehschule wurde umgebaut. Entgegen dem ersten Eindruck wurde jedoch der Raum nicht erweitert und es wurde auch nichts angebaut. Nur durch clevere Anordnung der verschiedenen Elemente wirkt die Geh-

Fortsetzung auf Seite 38

Die Gehschule erscheint in neuer Großzügigkeit, dafür wurden nur ein paar Elemente neu angeordnet.



Fortsetzung von Seite 37

schule nun viel geräumiger und einladender als bisher. Die Schräge wurde verändert und der Barren so verlängert, dass unsere Patienten nun mehr Platz für ihre Übungen haben. Die Therapie kann somit in einem angenehmeren Umfeld stattfinden.

An dieser Stelle bedankt sich das Team der Gehschule bei den Kollegen der Haustechnik, die den Umbau durchgeführt haben. Sowohl die Therapeuten als auch die Patienten sind vom Ergebnis überzeugt und begeistert.

Wir freuen uns über diese gelungene Umbaumaßnahme in unserer Klinik.

von Steffi Güttel, Physiotherapeutin, Moritz Klinik

VORHANG AUF!

Was passiert eigentlich im Wundzimmer der Park Klinik?

Um diese Frage zu klären und um die Arbeit rund um die moderne Wundversorgung vorzustellen, lud das Wund-Team am Montag, den 5. März 2018 Kolleginnen und Kollegen in den Seminarraum der Klinik ein.

An verschiedenen „Themen-Tischen“ stellte Sabine Möwis (ICW zertifizierte Wundexpertin und stellvertretende Pflegedienstleitung der Park Klinik Bad Hermansborn) das breite Spektrum der Wundversorgung vor.

So konnten sich die Besucher – Ärzte, Pfleger, aber auch Kolleginnen und Kollegen aus dem Verwaltungsbereich – über die Versorgung mit druckentlastenden Schuhen der Firma OPEd bei diabetischem Fußsyndrom, aber auch über die Notwendigkeit einer Kompressionstherapie nach OP oder Lymphödemem informieren.

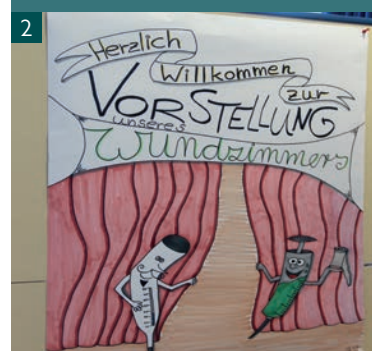
Die verschiedenen Produkte der Firma BSN (Schaumverbände, Superabsorber, keimbindende Tamponaden, Alginate, Folienverbände etc.) standen zur Verfügung, um im Selbstversuch zu testen, ob die Werbung hält, was sie verspricht.

Sabine Möwis und ihr Team stellen sich immer wieder der Herausforderung, für jeden einzelnen Patienten in Absprache mit dem Arzt die bestmögliche und individuelle Versorgung zu finden. Sie haben auch den Ansporn, Angehörige und Betroffene fachlich fundiert aufzuklären, damit die Patienten am Ende eine gute Lebensqualität wiedererlangen.

Abgerundet wurde die gut besuchte Veranstaltung mit einem kleinen Gruß von unserer Konditorin

Heike Kurtz, die das Thema Wundversorgung mehr als plastisch in kleine Köstlichkeiten verwandelte.

von Kerstin Gallmann, Pflegedienstleitung, Park Klinik



1 | Herr und Frau Spritze heben den Vorhang zum Wundzimmer: Kerstin Gallmann (Pflegedienstleitung), Ivonne Kruse (Pflegemitarbeiterin und Wundexpertin), Nicole Festl (Pflegemitarbeiterin und Wundexpertin) und Sabine Möwis (stellvertretende Pflegedienstleitung und Wundexpertin) bitten zur Vorstellung.

2 | Vorhang auf: Das humorvolle Plakat hat Sabrina Hansen, Psychosomatik in der Park Klinik gestaltet.

3 | Eine herrlich plastische Darstellung der Wundversorgung steuerte Konditorin Heike Kurtz bei.

4 | Von wegen „Ich hab doch nur Zucker“ – auch das diabetische Wundsyndrom wird im Wundzimmer professionell behandelt.

5 | Im Selbstversuch einfach mal ausprobieren: Das Angebot wird gut angenommen. (Fotos: Julia Günther)



DIE MISCHUNG MACHT'S – EISENBAHN UND KULTUR IN ALTENBEKEN

Bad Driburger Naturparkquellen erneut Partner des Viaduktfestes

Dampf, Konzerte & Kabarett: Alle zwei Jahre, am ersten Wochenende im Juli, ist Altenbeken Ziel für Eisenbahnfreunde aus nah & fern. Dann steht die Gemeinde im Eggegebirge nahezu Kopf bei den Eisenbahn- & Kulturtagen unter dem Motto „Vivat Viadukt®“.

Die Veranstaltungsreihe geht zurück auf den 150. Geburtstag des Wahr- und Wappenzeichens am Ortseingang – den imposanten Bekeviadukt im Jahr 2003. Seither organisiert die Gemeinde das Viaduktfest ganz im Zeichen von Eisenbahn, Dampf und Kultur. Ob Miniaturausgaben oder Echtdampfbahnen, ob historische Lokomotiven oder schwere Dampfmaschinen – alles dreht sich irgendwie um das Thema Eisenbahn. Hinzu kommt eine originelle Fundsachen-Versteigerung mit allem, was so in Zügen liegen gelassen wird: Schirme, Jacken und manchmal sogar ganze Koffer. Und auch kulturell geht's um das, was Altenbeken in der ganzen Region bekannt gemacht hat – die Bahn. Neben heimischen Orchestern und Chören wie dem Bahnorchester oder dem Eisenbahner-Männergesangverein genießt die samstagsabendliche »BahnWahn Kabarett-Revue« inzwischen Kultstatus. Kein Zweifel – bei Vivat Viadukt gibt's ordentlich was zu erleben.

Was Jüngere kaum noch wissen: Damals war Wasser für die Eisenbahnen von großer Bedeutung. Eine Dampflokomotive ist nämlich nichts anderes als eine Dampfmaschine auf Rädern. Und um eine Dampflok in Bewegung zu setzen, braucht man Kohle und Wasser. Und das kalkarme Wasser der Egge war eben auch besonders gut geeignet für die mächtigen Dampflokomotiven.

Heute freilich geht's beim Wasser eher um den Geschmack. Und da spielt ein Viaduktfest-Partner der ersten Stunde eine besondere Rolle. Schon von Anfang an unterstützen die Bad Driburger Naturparkquellen, ein Geschäftsbereich der Unternehmensgruppe Graf von Oeynhausen-Sierstorpff, das Viaduktfest in Altenbeken. Bürgermeister Hans Jürgen Wessels zeigte sich besonders erfreut über die erneute Kooperation bei Vivat Viadukt 2019. „Die Bad Driburger Naturparkquellen sind ein treuer Wegbegleiter und ich freue mich über das erneute Engagement der Gräflichen Quellen.“

Die Bad Driburger Naturparkquellen sind als Unternehmen fest in der Region verwurzelt. „Wir unterstützen zahlreiche kulturelle, soziale und sportliche Events aus Tradition und Verantwortung



Hans Jürgen Wessels (Bürgermeister Altenbeken) und Thomas Dörpinghaus (Geschäftsführer Bad Driburger Naturparkquellen) geben sich auf eine weiterhin gute Zusammenarbeit die Hand. (Foto: Sara Wüllner)

gegenüber unserer Heimat“, erklärt Geschäftsführer Thomas Dörpinghaus. „Das Altenbekener Viaduktfest zum Beispiel ist eine der Veranstaltungen, die der Region seit vielen Jahren ein Profil gibt. Deshalb sind wir hier schon lange Partner!“

Eisenbahn- und Kulturfans sollten sich diesen Termin schon heute unbedingt vormerken: Vivat Viadukt vom 5. bis 7. Juli 2019 in Altenbeken.

von Marion Wessels, Gemeinde Altenbeken



Lisa Fitz auf der Bühne beim Viadukt-Fest in Altenbeken (Foto: Gemeinde Altenbeken)

STIMMENFESTIVAL VOICES LOCKT ZUM 12. MAL INS ROMANTISCHE HOLZHAUSEN

Große Stimmen und kreative Arrangements im alten Schafstall



Leonore von Falkenhausen vor dem historischen Gutshof in Holzhausen

Sommer, Sonne, blauer Himmel und Musik: Quer durch Deutschland locken in der schönsten Jahreszeit inzwischen mehr als 500 Festivals Musikfans aus aller Welt an. Trotz dieser Vielfalt zählt das Internationale Stimmenfestival VOICES auf dem denkmalgeschützten Gut Holzhausen im Kreis Höxter zu den schönsten, außergewöhnlichsten und vor allem charmantesten Musikfesten. Ein alter Schafstall als Bühne, internationale Künstler aller Couleur und ein nuancenreiches Programm, das Klassik mit anderen Genres kombiniert und auf besondere Weise arrangiert, haben VOICES weit über die Region hinaus bekannt gemacht.

Und auch in diesem Sommer haben Festivalleiterin Leonore von Falkenhausen und ihr rühriges Team vom 7. bis zum 15. Juli einen Spielplan auf die Beine gestellt, bei dem viele Musik-

fans auf ihre Kosten kommen. Die breite Palette reicht vom orchestralen Sinfoniekonzert, dem romantischen Liederabend über musikalisches Kabarett bis hin zum loungigen Jazzabend und zur leidenschaftlichen Tangomatinee.

INTERNATIONALES AUFGEBOT

Beim Eröffnungskonzert am Samstag, 7. Juli, um 19.30 Uhr, entführt die Nordwestdeutsche Philharmonie unter Leitung von Vincent de Kort das Publikum nach Tschechien. Mit Smetanas „Moldau“ und Dvoraks 8. Sinfonie erklingen gleich zwei der schönsten Werke tschechischer Komponisten. Zudem wird die amerikanische Sopranistin Sara Hershkowitz Lieder von Richard Strauss interpretieren.

Mit innovativen Arrangements – übrigens auch ein Markenzeichen von VOICES – überzeugt am Montag, 9.

Juli, „Panama Hat Trick“. Das Trio unternimmt einen Streifzug durch das „American Songbook“. Songs von Gershwin, Porter und nicht zuletzt von Leonard Bernstein, der dieses Jahr 100 Jahre alt geworden wäre, machen den Abend zu einem unvergesslichen Ergebnis.

Die ungewöhnliche Künstlerfreundschaft zwischen Franz Liszt und Richard Wagner mit allen ihren Höhen und Tiefen beleuchtet am Dienstag, 10. Juli, die von der Kritik gefeierte dänische Opernsängerin Trine Bastrup Moeller. Sie wird begleitet vom Bariton Johannes Mannov, ebenfalls aus Kopenhagen, und dem brasilianischen Pianisten Marcelo Amaral.

Eine eigenwillige, aber nicht minder reizvolle Kombination von klangvollen Instrumenten präsentiert am Mittwoch, 11. Juli, der Duettabend. Nicht

das übliche Klavier begleitet Sopranistin Leonore von Falkenhausen und Andreas Post, sondern Cello und Vibraphon. Lieder von Schumann, Brahms und Herzogenberg sowie von Grieg erklingen.

WENN DU MICH VERLÄSST...

Um klare Ansagen in der Paar-Beziehung geht es am Donnerstag, 12. Juli: „Wenn du mich verlässt, komme ich mit“, sagt die mitreißende Kabarettistin Tina Teubner und weiß um die spontane Zustimmung des Publikums auf ihrer Seite. Zum zweiten Mal gibt die Kölner Künstlerin gemeinsam mit Ben Süverkrüp ihre bissigen Geschichten und „autoritären Liebeslieder“ in Holzhausen zum Besten.

Große Jazz-Klassiker von Billy Holiday, Duke Ellington oder Nancy Sinatra kommen ebenso zum Einsatz wie die Pop-Hymnen von Wham, Lenny Krawitz, Aretha Franklin oder auch Nirvana, wenn das Duo „Le Bang Bang“ am Freitag, 13. Juli, die Bühne betritt. Nur mit Kontrabass und Stimme ausgestattet, sorgen Stefanie Boltz und Sven Faller für einen puren und fantasievollen Musikgenuss.

Ein echter Weltstar wechselt am Samstag, 14. Juli, von London ins idyllische Holzhausen: Benjamin Appl feiert inzwischen als junger deutscher Bariton auf den Bühnen der Welt größte Erfolge. In seinem aktuellen Programm „Heimat“ beleuchtet Appl gemeinsam mit dem renommierten Liedbegleiter James Baillieu die Mentalitätsunterschiede – zwischen Deutschland und seiner neuen Heimat England. Der Abend umfasst Lieder von Schubert, Brahms und Wolf, aber auch Kompositionen von Britten, Vaughn-Williams und Warlock.

NICHTS GEHT OHNE TANGO

Und zum Abschluss führt die Tangomatinee am Sonntag, 15. Juli, 12 Uhr,

in die Geheimnisse der Liebe, Leidenschaft und der Melancholie. Für besondere Gefühlsmomente sorgt Marcelo Nisinman, einer der weltbesten Bandoneon-Spieler. Die Tango-Liebhaber erleben die Uraufführung des Programmes „Dark Blue Tango“. Mit dabei die Mezzosopranistin Cornelia Salje und der Pianist, Liedbegleiter und Dirigent Alfredo Perl, beide beim VOICES-Publikum bestens bekannt.

KULINARISCHES

Vor jedem Konzert lässt sich ab 18.30 Uhr ein feines Menü mit regionalen Zutaten genießen. Wer Interesse hat,

zu speisen, sollte sich anmelden. Ansonsten ist die Bar im Foyer des Schafstalls vor und nach den Konzerten und in den Pausen geöffnet. Als langjähriger Partner von VOICES bieten die Bad Driburger Naturparkquellen ihre Mineralwässer, Erfrischungs- und Mixgetränke an. Außerdem gibt es Weine aus biologischem Anbau, Bier-Spezialitäten aus der Schlossbrauerei Rheder und kleine Snacks.

von Martina Schäfer; Freie Journalistin und Autorin



1



2



3

1 | Der Weltstar Benjamin Appl beleuchtet gesanglich die Mentalitätsunterschiede zwischen Deutschland und seiner Heimat England

2 | Die Kabarettistin Tina Teubner reißt mit ihrem Programm zur Paar-Beziehung und mit der Aussage „Wenn Du mich verlässt, komme ich mit“ in bekannter Manier das Publikum mit

3 | Die dänische Opernsängerin Trine Bastrup Moeller bringt schwedische und brasilianische Begleitung mit

4 | Nichts geht ohne Tango



4

PROGRAMM VOICES 2018

Samstag, 7. Juli

19.30 Uhr Auftaktkonzert
Sara Hershkowitz, Sopran
Nordwestdeutsche Philharmonie unter Vincent de Kort
Werke von Smetana, Dvorak und Strauss

Sonntag, 8. Juli

12.00 Uhr Barockmatinee mit Gesang und Tanz
Ensemble Music for a French Mistress und Gäste
Werke von Rameau, Händel und Purcell
17.00 Uhr Kinderkonzert
Ensemble Music for a French Mistress und Gäste
Von Engeln und Monstern

Montag, 9. Juli

19.30 Uhr Classical Pop
Trio Panama Hat Trick
An American Songbook

Dienstag, 10. Juli

19.30 Uhr Liederabend mit Rezitation
Trine Bastrup-Möller, Sopran; Johannes Mannov, Bariton
Marcelo Amaral, Klavier
Werke von Wagner und Liszt

Mittwoch, 11. Juli

19.30 Uhr Liebesreigen der besonderen Art
Leonore von Falkenhausen, Sopran; Andreas Post, Tenor
Anna Carewe, Cello; Oli Bott Vibraphon
Werke von Schumann, Dvorak, Herzogenberg und Grieg

Donnerstag, 12. Juli

19.30 Uhr Musikalisches Kabarett
Tina Teubner und Ben Süverkrüp
Wenn Du mich verlässt, komm ich mit

Freitag, 13. Juli

19.30 Uhr Jazz und Pop
Duo Le Bang Bang (Gesang und Kontrabass)
Pure

Samstag, 14. Juli

17.00 Uhr offenes Kanonsingen mit Leonore von Falkenhausen
19.30 Uhr Liederabend
Benjamin Appl, Bariton; James Baillieu, Klavier
Heimat

Sonntag, 15. Juli

12.00 Uhr Tangomatinee
Marcelo Nisinman, Bandoneon; Cornelia Salje, Gesang;
Alfredo Perl, Klavier
Dark Blue Tango

Kontakt, Karten, Informationen:

KulturGut Holzhausen, Gutshof 1, 33039 Nieheim, Tel. 05274/952094
www.voices-holzhausen.de

SPONSORING GEHT IN DIE VERLÄNGERUNG

Quellen sind für drei weitere Jahre Partner in Paderborn

Bereits seit der Premiere im Paderquellgebiet im Jahr 2009 unterstützen die Bad Driburger Naturparkquellen die Stadt Paderborn bei der Durchführung des Gourmet-Festivals „Hochstift à la Carte“. Nun wurde die erfolgreiche Kooperation um drei weitere Jahre verlängert.

Als die Veranstaltung im Jahr 2004 seinerzeit noch als Paderborner „Hochtstifttage“ aus der Wiege gehoben wurde, ahnten die Verantwortlichen noch nicht, dass sie eines Tages ihren Platz im Paderquellgebiet finden wird. Erst aufwendige Erschließungsmaßnahmen machten es möglich, das Gourmetfest in das idyllische Gartendenkmal zu verlegen. Mit dem Paderquellgebiet ist der ideale Standort für diese Veranstaltung gefunden worden, so dass sie nicht mehr aus den jährlichen Veranstaltungshighlights Paderborns wegzudenken ist.



„Hochtstift à la Carte“ ist zur festen Einrichtung im Paderquellgebiet geworden (Foto: Stadtmarketing Paderborn)



Jens Reinhardt und Sabina Vogt vom Paderborner Stadtmarketing gemeinsam mit dem Geschäftsführer der Bad Driburger Naturparkquellen, Thomas Dörpinghaus (Foto: Verena Eickmann)



Seit 2009 sind die Bad Driburger Naturparkquellen als Partner dabei. Die Zusammenarbeit ist nun für drei weitere Jahre abgesichert. (Foto: Stadtmarketing Paderborn)

Bei Sonnenschein und spätsommerlichen Temperaturen genießen die zahlreichen Besucher und Besucherinnen neben den kulinarischen Köstlichkeiten, die von den zwölf ausgewählten Gastronomen in ihren weißen Pagodenzelten präsentiert werden, vor allem das einmalige Ambiente, welches das durch Licht und Laser inszenierte Paderquellgebiet nur einmal im Jahr am ersten Septemberwochenende bietet. Ein Unterhaltungsprogramm der leisen Art und eine spektakuläre Lasershow zum Abschluss eines jeden Tages runden das Gourmetfest ab.

Die Veranstalter freuen sich, dass das herausragende Event durch die Unterstützung der Bad Driburger Naturparkquellen auch für die kommenden Jahre für viel Freude bei den Besuchern und Besucherinnen von nah und fern sorgen wird. Schon vormerken sollte man sich den diesjährigen Termin: 31. August bis zum 2. September 2018.

von Sabina Vogt, Stadtmarketing Paderborn

ALLE SÜSSGETRÄNKE DER BAD DRIBURGER NATURPARKQUELLEN MIT DEM V-LABEL LIZENSIERT

Alleinstellungsmerkmal in der Region und weiterer Schritt im Nachhaltigkeitsprozess



Die Entscheidung für eine vegane Lebensweise ist für immer mehr Menschen ein Thema und bedarf in erhöhtem Maße Transparenz und Orientierung. Beides leistet das von der „ProVeg Deutschland“ (ehemals VEBU) verliehene Gütesiegel dem Verbraucher durch verlässliche Auskunft.

„Wir freuen uns, dass unsere Süßgetränke mit dem „V-Label“ ausgezeichnet wurden und wir wieder einen weiteren Schritt im Nachhaltigkeitsprozess (u.a. 100% Mehrweg) vorangehen“, so Thomas Dörpinghaus, Geschäftsführer der Bad Driburger Naturparkquellen. Die Zertifizierung bescheinigt den konsequenten Verzicht auf den Einsatz tierischer Stoffe (dies umfasst alle Produktionsschritte, ebenso wie alle Träger- und Hilfsstoffe). Überall wo nötig, wurden vegane Alternativen gefunden: Hierfür wurde eigens der Etikettenleim umgestellt und auf Gelatine zur Klärung von Getränken mit Fruchtanteil verzichtet.

Die Verarbeitungsprozesse sind bereits seit geraumer Zeit „vegan“ und bedurften keiner gesonderten Umstellung. So verspricht Michael Hielscher, Betriebsleiter der Bad Driburger Natur-



Betriebsleiter Michael Hielscher & Geschäftsführer Thomas Dörpinghaus (beide Bad Driburger Naturparkquellen) freuen sich über die neue Auszeichnung.
(Foto: CP IMAC, Julia Lauer)

parkquellen: „Die bewährte Qualität und der Geschmack unserer Süßgetränke bleibt dabei unverändert.“

Wer also wissen will, wie gut 100 % vegan schmeckt, sollte dringend (mal wieder) ein Süß-

getränk der Bad Driburger Naturparkquellen probieren.

von Verena Eickmann, Marketing, Bad Driburger Naturparkquellen

BAD DRIBURGER NATURPARKQUELLEN MIT NEUEM MARKENBOTSCHAFTER

Elmar Sprink, Sportler mit Spenderherz, ist Partner der Quellen

Elmar Sprink wurde 1971 in Salzkotten geboren und wohnt heute in Köln. Seit 2012 lebt er mit einem Spenderherz. Heute startet er bei vielen Ausdauerwettkämpfen wie dem Ironman Hawaii, dem Transalpine Run, dem Cape Epic oder der BIKE Transalp. Neben dem Triathlon ist er be-

geistertester MTB-Fahrer, Skifahrer und Bergsteiger. Sein großes Anliegen ist es, die Menschen über das Thema »Organspende« zu informieren.

Fortsetzung auf Seite 44



Elmar Sprink hat sein Ziel erreicht: Mit einem Spenderherz ist er beim Ironman auf Hawaii angetreten.
(Foto: Elmar Sprink)

Fortsetzung von Seite 43



Auch bei der Bike-Transalp 2017 ist der begeisterte MTB-Fahrer gestartet. (Foto: Markus Gerber)

2010 erlitt der damals 38-jährige Ausdauersportler einen Herzstillstand. Es folgten zwei Jahre Krankenhaus, dann ein Spenderherz. Nach disziplinierter Reha steckte er sich das Ziel, beim legendären Ironman auf Hawaii zu starten. Im Oktober 2014 ist es soweit: Als erster Mensch mit einem transplantierten Herz erreicht er dort nach 12 Stunden und 30 Minuten das Ziel.

Thomas Dörpinghaus, Geschäftsführer der Bad Driburger Naturparkquellen, blickt gespannt auf die neue Zusammenarbeit: „Wir freuen uns, mit Elmar Sprink eine beeindruckende Persönlichkeit aus der Region als unseren Partner gefunden zu haben und sind uns sicher, dass wir gemeinsam tolle Ideen umsetzen werden.“

Mehr Infos unter www.elmarsprink.de oder in seinem Buch „Herzrasen 2.0“.

von Elmar Sprink

EXPERTEN TIPP

ERDBEER-SCHMAND-TORTE

Leckerei für die wärmeren Tage



Kathrin Bobbert liebt es, die Torten an die Patienten der Kliniken zu verkaufen. (Foto: Anna-Lena Thuns)

Das Rezept

ZUBEREITUNG:

300 g tiefgekühlte Erdbeeren
 200 g Zucker
 6 Blatt Gelatine
 600 g Schmand
 600 g geschlagene Sahne
 Mürbeteigscheibe
 Marmelade nach Wahl
 halber Wiener Boden, Tortenring

ZUBEREITUNG:

Zuerst müssen die tiefgekühlten Erdbeeren in der Mikrowelle aufgetaut werden. Danach werden sie mit 100 g Zucker in einem Mixer zerkleinert und püriert. Die Gelatine in kaltem Wasser nach Packungsanleitung quellen lassen. Danach wird die Gelatine mit 100 g Zucker bei niedriger Hitze auf dem Herd erwärmt. Schmand hinzufügen und glatt rühren. Die geschlagene Sahne zusammen mit den pürierten Erdbeeren unterheben. In einem Tortenring eine Mürbeteigscheibe mit Marmelade nach Wahl bestreichen. Den halben Wiener Boden noch einmal teilen und eine Hälfte auf die Mürbeteigscheibe mit Marmelade legen. Das Ganze mit der Hälfte der Erdbeer-Sahne bestreichen. Darauf die zweite Hälfte des Wiener Bodens legen und wiederum mit Sahne bestreichen. Durch Rosetten und weiße Konfitüre wird die Torte dann noch verziert. Der cremig und fruchtige Erdbeergeschmack macht die Torte lecker und erfrischend!



Erdbeer-Schmand-Torte



FRISCH VORBEREITET IN DEN FRÜHLING

Expertinnen aus dem SPA-Bereich verraten, wie der Frühjahrsputz für die Haut aussehen sollte

Nun ist es wieder so weit: der Frühling kommt. Und damit auch die Jahreszeit, in der man keine dicken Jacken und Schuhe mehr braucht. Endlich kann man die dicken Sachen nach ganz hinten in den Schrank verbannen und die leichten Blusen und kurzen Hosen nach vorne holen, damit man sie bei den ersten Sonnenstrahlen direkt griffbereit hat.

Aber nicht nur der Kleiderschrank braucht einen Frühjahrsputz, sondern auch unsere Haut. Trotz der wärmeren Temperaturen pflegen wir unsere Haut noch genauso wie im Winter. Dabei braucht sie etwas anderes.

Tipps für die Übergangszeit

STELLEN SIE AUF FRÜHJAHRSPUTZ UM

Im Winter dürfen Reinigungsprodukte reichhaltiger sein, vielleicht sogar nachfetten. Im Frühjahr braucht die Haut diese Pflege nicht mehr. Man sollte auf leichte Texturen wie Fluid, Gel oder Schaum setzen. Ideal sind Produkte, welche die Haut auf Umweltbelastungen wie Ozon, Schwefel- und Kohlendioxid, Feinstaub und Pollen vorbereiten.

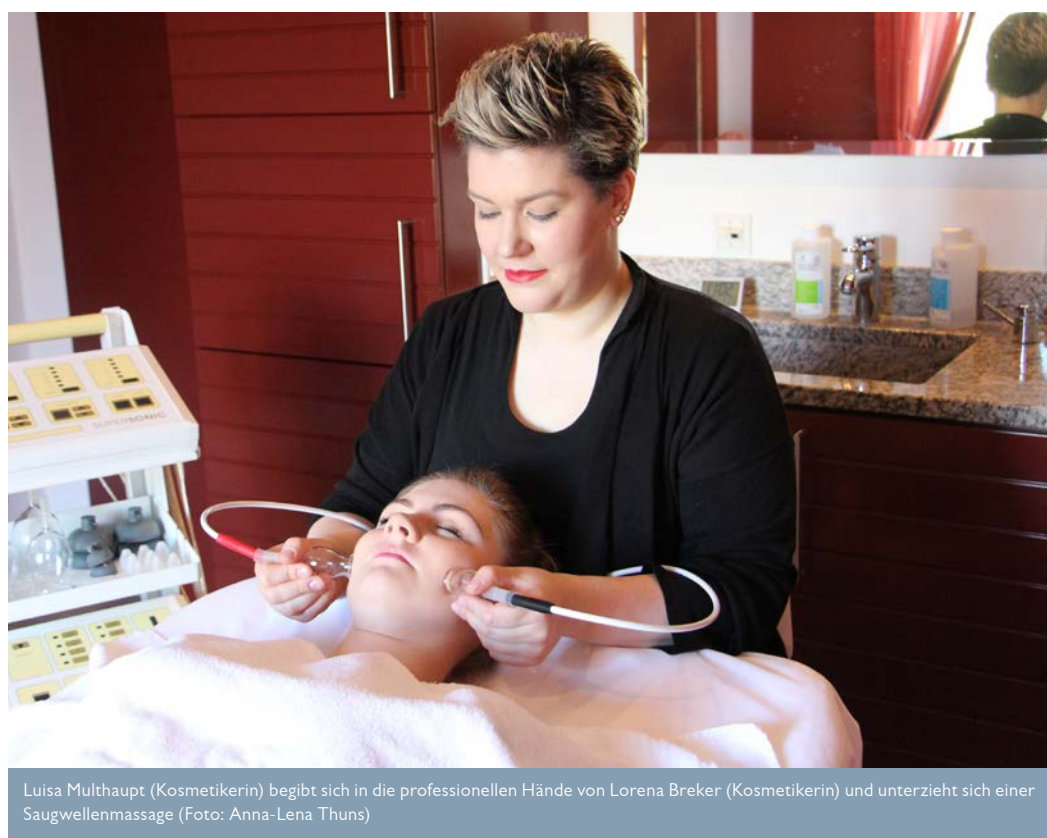
SETZEN SIE AUF TIEFENREINIGUNG

Im Frühjahr verträgt die Haut auch mal wieder ein gründliches Peeling, damit abgestorbene Zellen und trockene Hautschüppchen entfernt werden.

Gerade jetzt zur Übergangszeit macht eine Microdermabrasion Sinn, ein mechanisches Peeling mit kleinen Kristallen. Die Microdermabrasion bereitet die Haut optimal auf den Sommer vor. Sie entfernt die abgestorbenen Hautschüppchen, um Platz für neue, frische Zellen zu machen. Perfektioniert wird die Behandlung mit der anschließenden Vakutronic – Saugwellenmassage, die den Stoffwechsel sowie die Durchblutung anregt. Um die Wirkstoffe noch besser und tiefer in die Haut einzuschleusen, folgt eine Ultraschallbehandlung.



Helen Rose, Leitung GARTEN SPA und Lorena Breker (Foto: Anna-Lena Thuns)



Luisa Mulhaupt (Kosmetikerin) begibt sich in die professionellen Hände von Lorena Breker (Kosmetikerin) und unterzieht sich einer Saugwellenmassage (Foto: Anna-Lena Thuns)

SCHICKEN SIE IHRE PFLEGEPRODUKTE IN DIE WINTERPAUSE

Die Pflegeprodukte und Cremes müssen der Saison angepasst werden. Die Produkte sollten jetzt nicht mehr zu reichhaltig sein. Zu fettreiche Pflege wird von der Haut nicht ausreichend aufgenommen, zudem können Unreinheiten und Pickel entstehen.

LÖSCHEN SIE DEN DURST DER HAUT

In der Übergangszeit reagiert die Haut meist besonders sensibel, andauernd ist sie trocken, egal wie oft man nachcremt. Die Lösung: Löschen Sie den Durst der Haut mit einem Serum.

Seren sind hochkonzentrierte und dadurch effektive Beauty-Booster, ohne dass man sie dick auftragen muss. Man trägt das Serum einfach unter der Tages- und/oder Nachtpflege auf.

BENUTZEN SIE WIEDER TÄGLICH LICHTSCHUTZFAKTOR

Jetzt wo die Tage wieder wärmer werden: Gehen Sie raus, machen sie Spaziergänge oder gehen Sie laufen. Dabei wird die Durchblutung der Haut angeregt und sie kann den Eigenschutz gegen schädliche UV-Strahlen langsam aufbauen. Entsprechend sollte die Pflege nun aber auch wieder einen LSF enthalten. Die Haut ist nach den dunklen Monaten schließlich noch empfindlicher als sonst.

VERTRAUEN SIE PROFIS!

Auch wenn Sie nicht regelmäßig zur Kosmetikerin gehen: einmal im Jahr, nämlich genau jetzt, sollten *Fortsetzung auf Seite 46*

Fortsetzung von Seite 45

Sie sich eine Behandlung gönnen. Die Expertinnen reinigen und peelen professionell, entfernen Unterlagerungen und abgestorbene Hautschüppchen. Danach erkennen sie mit geschultem Auge, welche Pflege Sie benötigen: Feuchtigkeit? Etwas Entzündungshemmendes? Die Kosmetikerinnen tragen dann ein entsprechendes Produkt gezielt und hochdosiert auf.

SCHÜTZEN SIE IHRE HAUT VOR ALLERGIEN

Gerade jetzt im Frühjahr sind wieder viele Pollen unterwegs. Und diese können die Haut extrem reizen. Die Pollen können an den Haarfollikeln eindringen und allergische Reaktionen auslösen. Dies passiert besonders leicht, wenn die natürliche

Schutzschicht durch ungeeignete Pflegeprodukte und übertriebenes Waschen geschädigt ist. Haben Sie eine sensible und extrem trockene Haut, dann verzichten Sie im Frühling auf aggressive Substanzen, Duftstoffe, Produkte mit Konservierungsstoffen und zu fetthaltige Cremes mit Silikon oder Parfüm.

STRAHLEN WIE DIE SONNE: DIE PERFEKTE VORBEREITUNG FÜR EIN GELUNGENES MAKE UP

Make-Up sollte genau den richtigen Ton haben – nicht zu braun und nicht zu hell. Damit das Gesicht schön fein und ebenmäßig aussieht, sollte man vor der Foundation Primer nutzen. Sogenannte „SOS Primer“ sind die maßgeschneiderte Lösung zur optischen Korrektur des Teints. Sie können

Rötungen, einen gelblich-fahlen Teint, Müdigkeit, Pigmentflecken und Unregelmäßigkeiten ausgleichen. Man kann sie nach der täglichen Pflege für ein ultra-natürliches Finish oder vor der Foundation für ein makellooses Make-Up mit verlängertem Halt nutzen.

SOS Primer basieren auf dem Prinzip des Farbkreises: Wenn zwei gegenüberliegende Farben – sogenannte Komplementärfarben – übereinander gelegt werden, neutralisieren sie sich gegenseitig.

von Lorena Breker, Kosmetikerin im GARTEN SPA und Helen Rose, Leitung GARTEN SPA

NACH DEM FASTEN IST VOR DEM FASTEN

Ernährungswissenschaftlerin Dr. Silvia Steiner erklärt, warum Fasten zu jeder Zeit gut tut



Dr. Silvia Steiner weiß, wie man durch Fasten im Alltag effektiv Pfunde verlieren kann (Foto: AWO Carenet GmbH Jena)

Während der Fastenzeit wird vielen Menschen bewusst, dass durch konsequentes Nichtkonsumieren von Schokolade, Fleisch, Zigaretten oder Alkohol die suchtähnlichen Wirkungen im Körper reduziert werden können. Denn jede überwundene Versuchung macht stark, lässt uns innerlich wachsen und reifen.

Warum den Verzicht auf falsche Gewohnheiten nicht fortsetzen? Sie haben jetzt die Chance, Ihre Ess- und Trinkgewohnheiten kritisch unter die Lupe zu nehmen

und abzulegen, was Sie als ungünstig empfinden. Nach längerem Zucker- verzicht lässt sich die Ernährung viel leichter umstellen auf mehr frische, unverarbeitete Lebensmittel.

GESUNDHEIT BEGINNT MIT EINER GUTEN VERDAUUNG

Eile, Hetze und Ärger blockieren die Produktion von Verdauungsssekreten. Kräftiges Kauen von Rohkost dagegen baut Spannungen ab: Lassen Sie Ihre Leber und Ihren Darm von einer basenüberschüssigen Kost mit viel Gemüse, Obst, Pilzen, Kräutern, Kartoffeln und reichlich mineralstoffreicher Flüssigkeit profitieren.

ÜBERSCHÜSSIGES BAUCHFETT REDUZIEREN

Um die wertvollen Wirkungen des Nahrungsverzichts (unter anderem Verjüngung, Verbesserung der Gedächtnisleistung, Reparatur, Abbau von Depression) auf den Stoffwechsel in den Alltag und über das Jahr zu retten, bietet sich das intermittierende Fasten (Intervallfasten) an. Essen Sie beispielsweise tagsüber im Zeitfenster von acht Stunden alles, was ihr Körper braucht. So haben Leber und Darm für 16 Stunden Ruhe und es bleibt genügend Zeit, überschüssige Reserven (Bauchfett) langfristig abzubauen. Wenn nichts gegessen wird, darf zur Unterstützung des Stoffwechsels reichlich getrunken werden, zum Beispiel stilles Mineralwasser und basische Kräutertees (Brennnessel, Artischocke, Wermut, Mariendistel).

IMPULS ZUR VERÄNDERUNG GEBEN

Auch wenn viele Patienten sich zunächst nicht vorstellen können, eine derart lange Esspause durchzuhalten, stellt sich schon nach wenigen Tagen ein neues Gefühl von Unabhängigkeit, Leistungsfähigkeit und Wohlbefinden ein, das motiviert, weiterzumachen. Denn eine definierte Esspause über Nacht einzuhalten, fällt Abnehmwilligen oft leichter als der generelle Verzicht auf gewohnte Leckereien.

von Dr. Silvia Steiner, Diplom-Ernährungswissenschaftlerin, ARZ Jena

GEHEIMTIPP:

Frisch gezupfte Löwenzahnblätter und andere Wildkräuter enthalten reichlich Bitterstoffe. Damit vertreiben diese die übermäßige Lust auf Süßes!



(Foto: shutterstock)



Foto: privat

Daniela Broll

Seit Anfang Oktober ist die gelernte Hotelfachfrau in der Sales Abteilung des „Gräflicher Park Grand Resort“ tätig. Die 39-Jährige wohnt zusammen mit ihrem Mann und ihren beiden Stiefkindern in Grevenbroich in der Nähe von Köln. „Ich arbeite hauptsächlich aus dem Homeoffice, da die Firmen, die bei uns buchen, mehr im Rheinland und Ruhrgebiet sitzen und somit der Weg zu den Kundenterminen kürzer ist“, erklärt Daniela Broll. Zu ihren Aufgaben zählen Neukundenakquise, Bestandskundenbetreuung, Messebesuche und die Organisation von Kundenevents. Außerdem handelt sie als Repräsentantin des Hotels Rahmenverträge mit Kunden aus, damit diese regelmäßig buchen. Auf die Frage, was sie an ihrem Job liebt, antwortet sie: „Den stetigen Kunden-Kontakt. Im Laufe der Jahre hat man teilweise auch sehr persönliche Beziehungen zu den Kunden entwickelt. Es ist schön, dass viele Kunden immer wieder ‚mit-

kommen‘, auch wenn ich das Hotel wechsele. Sie vertrauen darauf, dass ich ihnen ein schönes Produkt empfehlen und sie bei der Umsetzung professionell beraten kann.“ Außerdem gefällt Daniela Broll die Mischung aus Außendienst und Büroarbeit. „Man weiß nie, wie der nächste Kundentermin sein wird“, erklärt sie, warum ihr Job nicht langweilig wird. „Dies alles klappt aber nur, wenn man hinter dem Hotel, für das man arbeitet, steht und sich damit identifizieren kann. Nach meinen knapp sechs Monaten im „Gräflicher Park Grand Resort“ kann ich schon sagen, dass dies hier auf jeden Fall so ist!“

Seit Januar ist die 30-jährige gelernte Friseurin und Kosmetikerin als Leitung des GARTEN SPA tätig. Helen Rose kommt gebürtig aus dem Kreis Höxter und hat nach ihren abgeschlossenen Ausbildungen an Bord eines Kreuzfahrtschiffs gearbeitet. In den sechseinhalb Jahren ist sie als Friseurin und Kosmetikerin sowie später als SPA Rezeptionistin und auch SPA Managerin tätig gewesen. Sie hat viel erlebt und viel gesehen, doch nach langer Zeit auf hoher See wurde es Zeit, wieder festen Boden unter den Füßen zu bekommen. Somit hat Helen Rose sich entschieden, zurück in ihre Heimat, den Kreis Höxter, zu ziehen.

Im „Gräflicher Park Grand Resort“ gehört es zu ihren Aufgaben, operativ und administrativ tätig zu sein, unter anderem auch den Dienstplan zu gestalten und für die Warenbestellungen zu sorgen. Außerdem sorgt sie gemeinsam mit dem Team des GARTEN SPA für gute Atmosphäre, Ordnung und Wohlbefinden.

Absolut wichtig ist ihr, dass der Gast das Gleichgewicht zwischen Alltag und Ruhe finden kann. „Ein strahlender Gast ist das, was bei uns zählt“, so Helen Rose. „Es ist schön zu sehen wie erfolgreich für die Haut und wie wohltuend Wellness für den gesamten Körper sein kann. Das mag ich sehr an meinem Beruf!“



Foto: Anna-Lena Thuns

Helen Rose



Foto: privat

Nina Prothe

Seit Januar 2018 ist Nina Prothe als Assistentin für Peer Kraatz und stellvertretende Verwaltungsleitung in den drei Bad Driburger Kliniken tätig. Im Sommer 2017 ist sie gemeinsam mit ihrem Partner und ihren zwei Katzen von Hannover nach Paderborn umgezogen. Den praktischen Teil ihres dualen Studiums im Fach „Health Management“ absolvierte die heute 27-jährige in den Jahren 2010 bis 2013 bei einem Betreiber privater Pflegeeinrichtungen. Für den theoretischen Teil besuchte sie die Leibniz Fachhochschule Hannover. Gleichzeitig machte sie eine Ausbildung zur Kauffrau im Gesundheitswesen. Im Anschluss an das Studium blieb sie noch ein Jahr als Assistentin der Geschäftsführung in ihrem Ausbildungsbetrieb. Danach wechselte sie in die Akutpsychiatrie, wo sie zunächst als Assistentin der Geschäftsführung und im Controlling tätig war. Zuletzt leitete sie als

Verwaltungsleitung eine kleine psychiatrische Klinik mit 63 Betten und 40 Tagesklinikplätzen in Celle.

Weil man, wie sie meint, „im Leben niemals auslernt“, studiert sie seit Januar 2016 berufsbegleitend „Integrierte Unternehmensführung“ im Masterstudiengang.

Ihre Aufgaben in den „Gräflichen Kliniken“ sind sehr vielseitig, das ist Nina Prothe auch besonders wichtig. Außerdem macht ihr die Zusammenarbeit mit Patienten und Mitarbeitern besonders viel Spaß.

TERMINE GRÄFLICHE QUELLEN

MAI

SONNTAG, 6. MAI

Bürener Wandertag

Auch 2018 findet wieder der „Bürener Wandertag“ statt. Die traditionsreiche Veranstaltung geht inzwischen in die 23. Auflage und bietet neben einer Marathonstrecke (42 km) weitere Strecken für unterschiedliche Zielgruppen (5 km, 12 km, 21 km). Die Bad Driburger Naturparkquellen erfrischen die Wanderer auch in diesem Jahr wieder mit leckeren Getränken.

JUNI

SONNTAG, 3. JUNI

Salzkotten Marathon

Nach dem runden Jubiläum im vergangenen Jahr startet der Salzkotten Marathon im Juni 2018 erneut durch. Auch beim 11. Mal stehen die Bad Driburger Naturparkquellen dem beliebten Lauf als Getränkesponsor zur Seite. Wer mitlaufen will: (Online) Anmeldungen sind noch möglich, genügend Trainingszeit bleibt auch noch und es gibt Läufe mit verschiedenen Distanzen.

SAMSTAG, 16. JUNI

Internationales Leichtathletik Meeting

Im Juni initiiert der LC Paderborn im Ahorn Sportpark ein internationales Leichtathletik Meeting, welches der Bad Driburger Mineralbrunnen unterstützen wird. Der Brunnen ist gespannt auf eine neue Veranstaltung und freut sich auf das sportliche Event.

TERMINE GRÄFLICHER PARK

MAI

Caspar's Restaurant

LANGSCHLÄFER-FRÜHSTÜCK

Am 7. Tag soll man ruhen. Daher gibt es am Sonntag ein ausgewogenes und reichhaltiges Frühstück für Langschläfer. Bedienen Sie sich am Buffet und lassen Sie es sich gutgehen!

Jeden Sonntag von 7 bis 13 Uhr, 22 Euro pro Person inkl. aller Heißgetränke, Säfte und Sekt vom Buffet. Um Reservierung wird gebeten: info@graeflicher-park.de oder Tel. 05253.95230

DEN GANZEN MAI LANG

SPARGELZEIT IM CASPAR'S

Endlich ist es wieder soweit. Auf die Spargelzeit freuen wir uns schon das ganze Jahr. Unsere Köche lassen es wieder krachen und servieren Ihnen leckere Köstlichkeiten.

3-Gang-Menü ab 18 Uhr 39 Euro pro Person exkl. Getränke.

Um Reservierung wird gebeten: info@graeflicher-park.de oder Tel. 05253.95230

DONNERSTAG, 24. MAI, AB 18 UHR

12 GERICHTE – EIN ABEND

Vorspeisen, Suppen, Hauptgerichte und Desserts- stellen Sie sich Ihr individuelles Menü zusammen. Unsere Köche bereiten im „Caspar's Restaurant“ insgesamt 12 Gerichte in Probiergrößen vor und Sie genießen nach Lust und Laune. Die Gerichte sind bis 22 Uhr bestellbar.

39 Euro pro Person inklusive Begrüßungs-Sekt.

Um Reservierung wird gebeten: info@graeflicher-park.de oder Tel. 05253.95230

Festsaal

SONNTAG, 13. MAI, 11 BIS 14 UHR

MUTTERTAGS-BRUNCH

Man sollte es eigentlich öfter machen. Aber wer seiner Mutter bislang noch nicht „Danke“ gesagt hat, kann das am 13. Mai bei unserem Muttertagsbrunch nachholen. Auf Sie wartet ein reichhaltiges Frühstücksbuffet, bei dem selbst Mütter ins Schwärmen kommen. 39 Euro pro Person inklusive aller Getränke

Um Reservierung wird gebeten: info@graeflicher-park.de oder Tel. 05253.95230

Restaurant Pferdestall

ZEIT FÜR SPARGEL IM PFERDESTALL

Eine ordentliche Portion heimischer Spargel, serviert mit Petersilienkartoffeln, zerlassener Butter oder Sauce Hollandaise.

Im Mai | ab 17 Euro pro Person | Fleisch gegen Aufpreis extra | 12 - 14 Uhr und ab 18 Uhr

Um Reservierung wird gebeten: info@graeflicher-park.de oder Tel. 05253.95230



Staffelübergabe der Organisationsteams zum Bürener Wandertag: Gerhard Stoll, Kerstin Borghoff, Wigbert Löper, Bernhard Büngeler, Fritz Deneke (fehlt: Stefan Schütte). (Foto: Stadt Büren)



Jedes Jahr: Der Salzkotten Marathon ist beliebt bei jung und alt. (Foto: Bad Driburger Naturparkquellen)



Spargelzeit: Lassen Sie sich von den Köchen in Caspar's Restaurant verwöhnen. (Foto: Shutterstock)



Muttertagsbrunch: Danke sagen beim gemeinsamen Brunch in Caspar's Restaurant. (Foto: Shutterstock)

Oscar's Bar**DONNERSTAG, 3. MAI, AB 19. UHR*****TAPAS ABEND AN DER „OSCAR'S BAR“***

Ein Hauch von spanischer Leichtigkeit – in der einladend warmen Atmosphäre der Bar werden kleine Appetithäppchen zu Cocktails, Bier und Wein gereicht. Gegessen wird natürlich im Stehen! – Jeden 1. Donnerstag im Monat.

Wir bitten um vorherige Anmeldung 05253.95230

DONNERSTAG, 10. MAI, VON 19 BIS 23 UHR***AFTER-WORK-PARTY***

Feiern Sie bei guter Musik und ausgewählten Drinks in den Feierabend.

DONNERSTAG, 17. MAI, 18 BIS 22 UHR***GIN HOUR – 25 % AUF ALLE GIN TONIC***

Bekannt ist der farblose Wacholderschnaps schon seit dem 17. Jahrhundert. Der flämische Arzt und Naturwissenschaftler Franciscus Sylvius soll ihn bei sich getragen haben. Heutzutage ist er aus den meisten Cocktails nicht mehr wegzudenken.

MITTWOCH, 9. MAI, AB 19 UHR***FRÜHLINGSPARTY***

Am 9. Mai begrüßen wir den Frühling in unserem Landschaftspark. Weil alles blüht und zu neuem Leben erwacht, feiern wir eine große Frühjahrsparty. Der Eintritt ist kostenlos. **HERZ QI GONG**

Bei schönem Wetter draußen im Park! Termine:

Freitag, 4. Mai 17.30 Uhr; Freitag und Samstag, 11. und 12. Mai, 17.30 Uhr; Sonntag, 13. Mai, 10.30 Uhr; Freitag und Samstag, 18. und 19. Mai, 17.30 Uhr; Sonntag, 20. Mai, 10.30 Uhr; Freitag und Samstag, 25. und 26. Mai, 17.30 Uhr; Sonntag 27. Mai, 10.30 Uhr. Treffpunkt zehn Minuten vorher in der Orangerie. 8 Euro pro Person. Anmeldung unter spa@graeflicher-park.de oder Tel. 05253.9523601

JUNI**Caspar's Restaurant*****LANGSCHLÄFER-FRÜHSTÜCK***

Am 7. Tag soll man ruhen. Daher gibt es am Sonntag ein ausgewogenes und reichhaltiges Frühstück für Langschläfer. Bedienen Sie sich am Buffet und lassen Sie es sich gutgehen!

Jeden Sonntag von 7 bis 13 Uhr, 22 Euro pro Person inkl. aller Heißgetränke, Säfte und Sekt vom Buffet.

Um Reservierung wird gebeten: info@graeflicher-park.de oder Tel. 05253.95230

DONNERSTAG, 28. JUNI, AB 18 UHR***12 GERICHTE – EIN ABEND***

Vorspeisen, Suppen, Hauptgerichte und Desserts, stellen Sie sich Ihr individuelles Menü zusammen. Unsere Köche bereiten im „Caspar's Restaurant“ insgesamt 12 Gerichte in Probiergrößen vor. Sie genießen nach Lust und Laune. Die Gerichte sind bis 22 Uhr bestellbar.

39 Euro pro Person, inkl. Begrüßungs-Sekt.

Um Reservierung wird gebeten: info@graeflicher-park.de oder Tel. 05253.95230

Restaurant Pferdestall***ROYAL PS-BURGER***

Hausgemachtes Pulled Pork, gegrilltes Paderborner Landbrot, Schmorzwiebeln, Nieheimer Bürgerbierkäse und Kartoffelecken. Viel mehr geht nicht.

13 Euro pro Person | 12 bis 14 Uhr und ab 18 Uhr.

Um Reservierung wird gebeten: info@graeflicher-park.de oder Tel. 05253.95230

LECKERES VOM GRILL

Bei uns kommt nur das Beste auf den Rost. Jeden Mittwoch laden wir zum exklusiven Grillbuffet inklusive Salatbuffet im Restaurant.

Jeden Mittwoch im Juni | ab 19,50 Euro pro Person | ab 18 Uhr

Um Reservierung wird gebeten: info@graeflicher-park.de oder Tel. 05253.95230

Oscar's Bar**DONNERSTAG, 7. JUNI, AB 19 UHR*****TAPAS ABEND AN DER „OSCAR'S BAR“***

Ein Hauch von spanischer Leichtigkeit – in der einladend warmen Atmosphäre der Bar werden kleine Appetithäppchen zu Cocktails, Bier und Wein gereicht. Gegessen wird natürlich im Stehen! Jeden 1. Donnerstag im Monat.

Wir bitten um vorherige Anmeldung unter Tel. 05253.95230

14. JUNI BIS 15. JULI WÄHREND DER SPIELE DER DFB-ELF***FUSSBALL WM IN RUSSLAND***

Vom 14. Juni bis 15. Juli möchte die deutsche Fußballnationalmannschaft in Russland ihren WM-Titel verteidigen. Wir zeigen die Spiele und feuern das Team kräftig an. Für jedes Tor der DFB-Elf spendieren wir einen Vodka an der Bar gratis.



Frühlingsparty: Feiern weil alles blüht und zu neuem Leben erwacht. (Foto: Shutterstock)



Gin hour: Bekannt ist der farblose Wacholderschnaps schon seit dem 17. Jahrhundert (Foto: Shutterstock)



Leckeres vom Grill: Jeden Mittwoch im Restaurant Pferdestall (Foto: Thorsten-Hennig)



Royal PS-Burger: Burger der besonderen Art im Restaurant Pferdestall (Foto: shutterstock)

DONNERSTAG, 14. JUNI, VON 19 BIS 23 UHR

AFTER-WORK-PARTY

Feiern Sie bei guter Musik und ausgewählten Drinks in den Feierabend.

DONNERSTAG, 21. JUNI, 18 BIS 22 UHR

GIN HOUR – 25 % AUF ALLE GIN TONIC

Bekannt ist der farblose Wacholderschnaps schon seit dem 17. Jahrhundert. Der flämische Arzt und Naturwissenschaftler Franciscus Sylvius soll ihn bei sich getragen haben. Heutzutage ist er aus den meisten Cocktails nicht mehr wegzudenken.

HERZ QI GONG

Bei schönem Wetter draußen im Park! Termine:

Freitag, 4. Mai, 17.30 Uhr; Freitag und Samstag, 11. und 12. Mai, 17.30 Uhr; Sonntag, 13. Mai, 10.30 Uhr; Freitag und Samstag, 18. und 19. Mai, 17.30 Uhr; Sonntag, 20. Mai, 10.30 Uhr; Freitag und Samstag, 25. und 26. Mai, 17.30 Uhr; Sonntag, 27. Mai, 10.30 Uhr. Treffpunkt zehn Minuten vorher in der Orangerie. 8 Euro pro Person. Anmeldung unter spa@graeflicher-park.de oder Tel. 05253.9523601

SAMSTAG UND SONNTAG, 9. UND 10. JUNI

TAG DER GÄRTEN UND PARKS

Bereits zum sechsten Mal nimmt das „Gräflicher Park Grand Resort“ am „Tag der Gärten und Parks in Westfalen-Lippe“ teil, der auch liebevoll als „Landesgartenschau im Kleinen“ bezeichnet. Die Veranstaltung steht in diesem Jahr unter dem Motto „Gartenraum – Sommertraum“. Am Samstag, 9. und Sonntag, 10. Juni, können Besucher mit Parkführungen und einem literarisch-musikalischen Rahmenprogramm in die Welt des englischen Landschaftsparks eintauchen und einen Sommertraum in ausladendem Gartenraum erleben.

Mehr unter www.gaerten-in-westfalen.de

SAMSTAG UND SONNTAG, 9. UND 10. JUNI

PARKFÜHRUNG

An beiden Tagen bietet Parkdirektor Heinz-Josef Bickmann Führungen durch den Gräflichen Park an. Er kennt die Geschichte eines jeden Baumes und weilt die Besucher in die Geheimnisse des Landschaftsgartens mit seinem historischen Baumbestand und eleganten Bepflanzungen ein.

Termine für die Führungen sind:

Samstag, 9. Juni um 14.30 Uhr; Sonntag, 10. Juni um 11 Uhr und um 14.30 Uhr.

Treffpunkt ist jeweils vor dem Hoteleingang. Die Teilnahme an einer Führung kostet 3 Euro.

SAMSTAG, 9. JUNI, AB 17 UHR

LITERARISCHE RUNDREISE

Am Samstag, 9. Juni, macht die „literarische Rundreise“ der Stadt Brakel und dem Paderborner Lektora Verlag Halt im Gräflichen Park. Die Teilnehmer der Reise sind auf den Spuren der berühmten Dichterin Annette von Droste-Hülshoff unterwegs. Um ca. 17 Uhr wird der Schauspieler und Autor Peter Schütze Gedichte, Balladen und Prosa aus den Werken der großen Dichterin vortragen. Der Eintritt zu der Lesung (bei schönem Wetter in der Konzertmuschel, bei Regen in den Brunnenarkaden) ist frei. Tickets für die komplette Droste-Rundreise sind bei der Stadt Brakel (Rathaus, Am Markt 12, 33034 Brakel, Tel. 05272.360-270) und bei der Lektora GmbH, Karlstraße 56 in 33098 Paderborn (Tel. 05251.6886809, E-Mail info@lektora.de) erhältlich.



Fußball-WM: Die Spiele an Oscar's Bar in der Gemeinschaft miterleben. (Foto: shutterstock)



Herz Qi Gong: Jeden Monat gibt es feste Termine für Herz Qi Gong im Gräflichen Park (Foto: Gräflicher Park)



Parkführung: Josef Bickmann, Parkdirektor, kennt die Geschichte jeden Baumes und weiß viel über die Rosen- und Blumenpracht im Gräflichen Park zu erzählen. (Foto: Gräflicher Park)

TERMINE DIOTIMA GESELLSCHAFT E.V.

SAMSTAG UND SONNTAG, 5. UND 6. MAI

Das „Oranje“-Wochenende am 5. und 6. Mai 2018 im Gräflichen Park ist fest in der Hand holländischer Künstler.

SAMSTAG, 5. MAI, 15 UHR

„Tulpenqueen“ Jacqueline van der Kloet kombiniert Lesung und Parkführung

Die niederländische Gartenarchitektin Jacqueline van der Kloet – auch bekannt als „Grande Dame der Bloembollen“ – wird zunächst in einem Vortrag Einblicke in ihre Arbeit geben und anschließend bei einer Führung durch den Park ihre Bepflanzungen erläutern. 120.000 Zwiebeln verschiedener Sorten von Frühblühern wie Tulpen, Narzissen und Muscaris verwandeln jedes Frühjahr den Piet-Oudolf-Garten in ein farbenfrohes Blütenmeer. Van der Kloets Idee folgt festen Regeln, was die Anordnung von Farben, Formen und Ebenen angeht, doch das Ergebnis wirkt zufällig, wie ein impressionistisches Gemälde. Ihre gärtnerische Handschrift ist geprägt von einzigartigen Kombinationen und

Jacqueline van der Kloet, die Tulpenqueen, gibt in einem Vortrag mit anschließender Führung Einblick in ihre Arbeit. (Foto: Gräflicher Park)



ausgeklügelten Bepflanzungsplänen, die mit immer neuen Farbkombinationen überraschen. Seit 2012 bereichert sie den Piet-Oudolf-Garten im Gräflichen Park durch ihre Frühlingsblüher. Die studierte Garten- und Landschaftsarchitektin hat bereits mehrere erfolgreiche Bücher geschrieben. Ihr jüngstes Werk „Colour your Garden“ ist im Juli 2017 erschienen.

SONNTAG, 6. MAI, 19.30 UHR

Harfenkonzert mit Lavinia Meijer

Die Musikgesellschaft Bad Driburg e.V. bringt in Kooperation mit der Diotima Gesellschaft e.V. mit einem Harfenkonzert der südkoreanisch-niederländischen Musikerin Lavinia Meijer ganz besonderes Flair in den Park. Die Ausnahmekünstlerin experimentiert mit Theatermusik, klassischer Moderne, Jazz und Pop. Bei ihrem Konzert wird sie unter anderem Stücke von Erik Satie, Claude Debussy, Philip Glass, Jan Ladislav Dussek und Nils Frahm zum Besten geben. Die passionierte Musikerin ist bekannt dafür, dass sie die Möglichkeiten des klassischen Instruments immer wieder erweitert und mit eigentlich untypischen Elementen experimentiert. Sie hat bereits mit Musikern wie Iggy Pop und Ludovico Einaudi zusammengearbeitet und in internationalen Konzerthallen wie der Carnegie Hall in New York gastiert. Lavinia Meijer gilt als eine der wenigen Musikerinnen aus der Klassik, die einen Einfluss auf die europäischen Rock- Album-Charts haben. Die gebürtige Koreanerin ist eine der wichtigsten Harfenistinnen weltweit. Schon mit neun Jahren begann die 1983 geborene Musikerin das Harfenspiel. Sie studierte am Konservatorium in Utrecht. Lavinia Meijer erhielt zahlreiche internationale Ehrungen und Preise, ihre Konzerte werden regelmäßig im Rundfunk übertragen.

Vorverkauf

Der Eintrittspreis für das Konzert beträgt im Vorverkauf 25 Euro für Platz 1, 20 Euro für Platz 2 (außer für die Mitglieder der Diotima Gesellschaft e.V.). Schüler unter 18 Jahren haben freien Eintritt. Für Studenten gilt eine Ermäßigung von 50 % bei Vorlage ihres Ausweises, Schwerbehinderte erhalten 5 Euro Ermäßigung bei Vorlage des Ausweises.

SONNTAG, 10. JUNI 2018 UM 19.30 UHR

Literarisch-Musikalischer Abend

„Ins Ungebundene gehet eine Sehnsucht“ lautet der Titel des literarisch-musikalischen Abends, der die schicksalhafte Geschichte von Friedrich Hölderlin und seiner „Diotima“ Susette Gontard erzählt. Im Jahre 1796 begleitet der Dichter die Bankiersgattin und ihre Kinder als Hauslehrer ins Kurbad nach Bad Driburg. Dort beginnt zwischen den beiden eine dramatische Liebesbeziehung, die sich in der Atmosphäre der heilenden Quellen und blühenden Gärten entfaltet. Nach Rückkehr der Liebenden nach Frankfurt blieb ihnen nichts als ein dramatischer Briefwechsel, der nun zu einer Chronik jener schicksalhaften Begegnung wird. Komponisten des 20. Jahrhunderts haben Hölderlins Gedichte vertont. Das Interesse an der unvergleichlichen Dichtung Hölderlins verbindet auch so gegensätzliche Persönlichkeiten wie Hans Pfitzner, Hanns Eisler, Viktor Ullman und György Ligeti. Diese Komponisten haben mit ihren sehr unterschiedlichen Ausdrucksmitteln, der Form des traditionellen Klavierlieds folgend, Hölderlin als dem ‚Musiker des Wortes‘ ein Denkmal gesetzt.

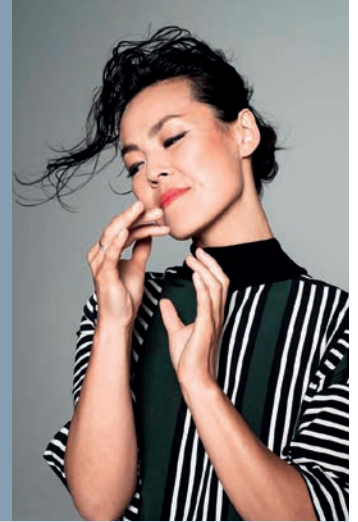
Vorverkauf

Der Eintrittspreis beträgt im Vorverkauf 15 Euro, an der Abendkasse 3 Euro mehr (außer für die Mitglieder der Diotima Gesellschaft). Schüler/Studenten haben freien Eintritt bei Vorlage ihres Ausweises.

Karten für die Veranstaltungen können an den bekannten Vorverkaufsstellen erworben werden:

- Buchhandlung Saabel, Lange Str. 86, Bad Driburg, Tel. 05253 4596
- Bad Driburger Touristik GmbH, Lange Str. 140, Bad Driburg, Tel. 05253 9894-0
- Gästeservice Center im Gräflichen Park, Bad Driburg, Tel. 05253 95 23700
- Buchhandlung Linnemann, Westernstr. 31, 33098 Paderborn, Tel. 05251 28550
- Buchhandlung Brandt, Westerbachstr. 8, 37671 Hötter, Tel. 05271 1233
- Online über www.eventim.de

Lavinia Meijer rundet das „Oranje“-Wochenende mit einem musikalischen Highlight ab (Foto: Lavinia Meijer)



Umrahmen den Tag der Gärten und Parks: Das musikalische Ensemble Hölderlin, von links nach rechts, stehend: Heidemarie Bhatti-Küppers, Edith Murasova, Elena Kaßmann. Im Vordergrund sitzend: Michael Girke (Foto: A. Murasova)

IMPRESSUM

Redaktion: Unternehmensgruppe Graf von Oeynhausen-Sierstorpf, 33014 Bad Driburg, Kristina Schütze (Chefredaktion), Annela J. Hilgenberg, Verena Eickmann, Julia Günther
Anzeigenverkauf: Unternehmensgruppe Graf von Oeynhausen-Sierstorpf, 33014 Bad Driburg, Kristina Schütze
Auflage: 3000
Layout und Druck: Druckerei Egeling, Bad Driburg
Die Redaktion ist nicht für den Inhalt der Beiträge verantwortlich und behält sich vor, Texte zu kürzen.

Alles aus einer Hand

Layout | Internet
Geschäfts- u. Privatdrucksachen
Prospekte | Flyer
Firmenschilder
Auto- u. Außenbeschriftungen
Leuchtwerbung
Fahnen | Banner
Textilbeschriftung