

Momente

Stadt, Bad und Leute



Bewegung macht Spaß:

**Tolle Tipps für
Stadt und Land**

Botschafter Bad Oeynhausens:

**Profifußballer
Arne Friedrich**

Betreuung für Breiten- und
Leistungssportler:

**Sportkardiologie
im HDZ**

Organspende

Das Tor zum Gewinn!

Herzzentrum NRW und Verband
Organtransplantierter Deutschlands e.V.
– gemeinsam für die Organspende!



Herz- und Diabeteszentrum
Nordrhein-Westfalen
Universitätsklinik der Ruhr-Universität Bochum



14.000 Menschen warten in Deutschland ver-
zweifelt auf ein neues Organ. Jeden Tag werden
elf lebensrettende Transplantationen durch-
geführt, aber es sterben auch jeden Tag drei
Menschen, weil sie nicht rechtzeitig ein Spender-
organ bekommen.
Unterstützen Sie uns! Mit dem Ausfüllen eines
Organspendeausweises schenken Sie in der Stun-
de des eigenen Abschieds anderen Menschen ein
neues Leben.



Prof. Dr. Reiner Körfer, Ärztlicher Direktor des Herz- und
Diabeteszentrums NRW: „Jeder kann in die Situation
kommen, ein Spenderorgan zu benötigen. Jeder potentielle
Spender kann sicher sein, daß der Hirntod das einzige
Kriterium für eine Organentnahme ist. Treffen Sie selbst zu
Lebzeiten eine Entscheidung und dokumentieren Sie diese
mit einem Organspendeausweis.“



Monatelanges Warten auf das lebensrettende Organ.
Diese Menschen würden sterben, wenn sie kein Kunstherz
zur Überbrückung der Zeit bis zur Transplantation hätten.

Eine Entscheidung, die Leben schenkt!

Für Menschen, die auf ein Spenderorgan warten,
bedeutet eine Transplantation ein ganz neues Le-
ben mit hervorragenden Aussichten. So wurden
beispielsweise im international renommierten
Herzzentrum NRW in Bad Oeynhausen seit 1989
weltweit die meisten Herztransplantationen
durchgeführt. Nach 5 Jahren leben noch mehr
als 70% der Transplantierten mit hoher Lebens-
qualität. Ihre Leistungsfähigkeit beweisen sie alle
zwei Jahre im Rahmen internationaler Leichtathle-
tikmeisterschaften der Herztransplantierten.



Fit durch den Alltag. Nach der Operation muß man selbst auf
seinen Lieblingssport nicht verzichten.

Helfen Sie uns helfen!

Organspendeausweis
nach § 2 des Transplantationsgesetzes

Organspende

Name, Vorname: _____ Geburtsdatum: _____

Strasse: _____ PLZ, Wohnort: _____

Herz- und Diabeteszentrum
Nordrhein-Westfalen
Universitätsklinik der Ruhr-Universität Bochum

Organspende
schenkt Leben.

Antwort auf Ihre persönlichen Fragen erhalten Sie beim Infotelefon Organspende unter
der gebührenfreien Rufnummer 0800 / 90 40 400.

Für den Fall, daß nach meinem Tod eine Spende von Organen/Geweben in Frage kommt,
erkläre ich:

☐ JA, ich gestatte, daß nach der ärztlichen Feststellung meines Todes meinem Körper
Organe und Gewebe zur Transplantation entnommen werden.

☐ JA, ich gestatte dies, mit Ausnahme folgender Organe/Gewebe:

☐ JA, ich gestatte dies, jedoch nur für folgende Organe/Gewebe:

☐ NEIN, ich widerspreche einer Entnahme von Organen oder Geweben zur
Transplantation.

☐ Ich habe die Entscheidung übertragen auf:

Name, Vorname: _____ Telefon: _____

Strasse: _____ PLZ, Ort: _____

Anmerkungen/Besondere Hinweise:

Datum: _____ Unterschrift: _____

Editorial



Liebe Leserin, lieber Leser,

vor gut eineinhalb Jahren wurde der Vertrag zur Kommu-
nalisierung des Staatsbades Bad Oeynhausen zwischen dem
Land NRW und der Stadt Bad Oeynhausen geschlossen. Kurz
darauf erfolgte zum 1. Januar 2004 die offizielle Übergabe
des Staatsbades an die Stadt.

Schon damals war ich davon überzeugt, dass sich damit für
alle Seiten große Chancen für die Zukunft ergeben würden.
Heute streben Stadt, Staatsbad und Kliniken ein gemein-
sames Ziel an: Die Stadt Bad Oeynhausen als modernen
Gesundheitsstandort zu etablieren, der überregional wirkt.

Aktuell hat die Unterzeichnung des Vertrages zwischen
Herz- und Diabeteszentrum und Olympiastandort Westfalen
das Startsignal für eine Kooperation gegeben, die Bad
Oeynhausen für Top-Sportler zu einer hochinteressanten
Adresse macht.

Mit der Schlüsselübergabe der BaliTherme an die neuen
Eigentümer hat der Kurbetrieb sein Ende gefunden, eine
neue Ära kann beginnen. Die Sanierung, die die neuen
Eigentümer bereits in Angriff genommen haben, ermöglicht
ein Angebot, das den Gesundheitsstandort Bad Oeynhausen
um eine wichtige Facette bereichern wird. Ich werde die
weitere Entwicklung der Stadt mit Interesse verfolgen.

Birgit Fischer

Ministerin für Gesundheit, Soziales,
Frauen und Familie des Landes Nordrhein-Westfalen

Inhalt

■ Journal	
Rosenmonat Juni im Kurpark	4
Ausstellung „LebensArt“	6
Meldungen rund ums Staatsbad	8
Bad Oeynhausener mit viel Ballgefühl	10
Staatsbad-Quiz	31
Impressum/Vorschau	31
■ Aktiv	
Perfekter Durchblick für Individualisten	12
Mit Leidenschaft für kalte Köstlichkeiten	13
Gut aussehen und nett ausgehen	14
■ Live	
Tipps, Termine, Treffpunkte	20
■ Kultur	
Kurzweilige Theaterwoche und neue Abos	26
Literaturfest „Poetische Quellen“	30
Andersen im Märchenmuseum	23
■ Vital	
Schmeckt mir nicht, gibt's nicht	11
Bewegung macht Spaß	16
Der Trend geht zum Golfen	18
Neues aus der BaliTherme	19
„Queen Viktoria“ muss es wissen	22
■ Visite	
Klinik am Osterbach stellt sich vor	24
Erfolgreiche Sportkardiologie im HDZ	28

Titelbild

Wandelhalle, Kurpark Bad Oeynhausen

© André Chales de Beaulieu

Rosenmonat Juni:

Der Adel bittet ans Beet



Rosa Amber Queen

Im Juni hat die „Königin der Blumen“ ihren großen Auftritt. Die Rose betört mit zahlreichen Duftnuancen und begeistert mit ihrer verschwenderischen Vielfalt in Form, Farbe und Format. Thomas Pannhorst, Staatsbad-Gärtner, kennt die Geheimnisse der stacheligen Schönheiten – und verrät ihre Vorlieben.

Momente: Herr Pannhorst, gibt es bei Rosen eigentlich Mode-Trends?

Pannhorst: Rosen sind auch Modeblumen. In den 70ern und 80ern wollte alle Welt Edelrosen, in den 90er Jahren waren Rosen überhaupt kein Thema. Heute geht der Trend zur Natürlichkeit, zu alten Formen, gefüllten Blüten, zur Fassadenbegrünung mit Rosen. Auch im Kurpark haben wir im vergangenen Jahr kräftig gepflanzt.

Gärtner-Tipp: Natürliches gegen Blattläuse und Co.

Eine gesunde Pflanze wird seltener von Schädlingen befallen als eine kranke. Deshalb gehen Pflanzen stärkende Maßnahmen wie regelmäßiger Schnitt, Bodenvorbereitung, der richtige Standort und „intelligente“ Beipflanzen vor Gifteinsatz.

Alte Sorten nur alle zwei Jahre beschneiden, sie blühen im zweijährigen Holz. Modernen Rosen tut der jährliche Schnitt gut.

Die Rose ist ein Stickstoffzehrer. Düngen im Frühjahr und Spätsommer mit getrocknetem Rinderdung und Hornspänen (im Handel erhältlich).

Luftigen, möglichst sonnigen Standort wählen.

Entweder mit mineralischem oder organischem Dünger arbeiten – nie mit beiden Sorten gleichzeitig arbeiten.

Blütenreiche Beipflanzen wie Lavendel, Clematis und Rittersporn fördern Nützlinge wie Marienkäfer und Schwebfliege.

Sperlinge fressen wie Marienkäfer Läuse, besonders in der Nistzeit – deshalb ab 1. Mai kein Gift spritzen!

Bei Mehltau, der bei Trockenheit entsteht, die befallenen Triebspitzen und Blätter abschneiden. Gegen Ballentrockenheit gut wässern.

Rosenrost mit Schachtelhalm spritzen. Wichtig: Befallenes Laub entfernen, auch vom Boden.

Welche Sorten finden wir heute im Kurpark?

Ursprünglich gab es nur einen Rosengarten, heute sind sie im ganzen Park verteilt – am Theater und an der Hauptanlage – wobei wir den Bestand gerade aufbauen. Wir setzen auf Rosen, die zum Stil des Parks passen. Im Rosengarten wachsen heute die altbewährte Königin von Dänemark, die 1816 gezüchtet wurde, Hansa von 1905, Gloria Dei von 1945 und Queen Elisabeth von 1954. Am Eingang zum Gäste- und Informationscenter klettert Veilchenblau aus dem Jahr 1909 bis zu vier Meter hoch. Aber auch die moderne, üppige Sympathie hat bei uns ihren Platz.

Was raten Sie dem Hobbygärtner in Sachen Rose?

Wählen Sie den richtigen Standort, Rosen brauchen Sonne und Luft. Bei der Wahl der Farben und Höhe sollten Sie auch an die umstehenden Pflanzen denken. Eine Beetrose wird bis zu 60 Zentimeter hoch und ist für kleine Flächen wie den Vorgarten geeignet. Eine bis zu drei Meter große Strauchrose ist ideal für den weitläufigen Garten. Für Mauern plane man Kletterrosen, für große Flächen Boden-deckerrosen – die verkrauten aber leider schnell. Für einen Standort an der Straße sind salztolerante Sorten wie Heidetraum oder The Fairy die richtige Entscheidung.



Rosa Kew Rambler

Wie sollten es Rosenfreunde mit dem Gießen und Düngen halten?

Frisch gepflanzte Rosen sollten wöchentlich gewässert und im ersten Jahr nicht gedüngt werden. Ältere Pflanzen sollen nur bei anhaltender Trockenheit und dann morgens kräftig gegossen werden. Dabei Blüten und Blätter aussparen, um Pilzbefall zu vermeiden. Bei der Düngung muss man sich entscheiden: entweder man düngt mineralisch oder organisch. Beides ist nicht sinnvoll.

Ist die Rose eigentlich eine „Kunst-Blume“?

Auf keinen Fall. Sie ist eine Ernährungspflanze für Vögel und bietet ihnen Nistplätze. Achten Sie einmal im Kurpark darauf: Die Rambler, üppige Baumrosen, ziehen sich an den Eiben bis zu sechs Meter hoch. Bobby Jane und Ghislaine de Féligonde blühen höchstens drei Wochen in Weiß bis Hellrosa, und bilden dann Hagebutten, ihre Äste sind ideal zum Nestbau. Damit fördern wir – wie auch mit Nistkästen und anderen Maßnahmen – die Nützlinge, die wiederum die Schädlinge in Schach halten. So geht es bei uns auch ohne Pflanzenschutzmittel.



Rosa Gloria Dei





Zum vierten Mal in Bad Oeynhausen

Garten & LebensArt

Vom 20. bis 22. Mai bilden Kurpark, Badehaus II und das Theater im Park den edlen Rahmen für die LebensArt. Die Besucher der Messe können sich auf eine feine Auswahl exklusiver Produkte und Dienstleistungen rund um Haus und Garten, ein niveauvolles Rahmenprogramm und kulinarische Genüsse freuen.

Warum in die Ferne schweifen? Das Gartenfestival LebensArt präsentiert zum vierten Mal Schönes, Ausgefallenes und Handverlesenes der Region an einem Ort. Wie in den vergangenen Jahren wird Außergewöhnliches aus den Bereichen Gartengestaltung und Pflege, Gartenaccessoires und Möbel, Pflanzen, spezielle Stauden, edle Rosen, Mode, Dekoration, Schmuck, Design, Wellness und besondere Autos gezeigt. Das soll aber nicht heißen, dass nur Unerschwingliches zu sehen ist. Ganz im Gegenteil: Es wird für jeden Geldbeutel etwas dabei sein.

Im Rahmenprogramm lassen sich viele Künstler über die Schulter schauen, auch verschiedene Workshops werden angeboten. Gastronomische Delikatessen laden die Besucher an verschiedenen Plätzen zum Verweilen ein. Begleitet wird die Veranstaltung von dezent, melodischer und

schwingender New-Orleans-Musik. Ein Seiltanz-Theater unterhält mit der Aufführung „Der Zaubervogel“ Jung und Alt. Auch an die Kinder ist gedacht, sie können sich unter fachlicher Anleitung im Baumklettern üben oder mit Klaus-Dieter Kappenberg Papier schöpfen und Tongefäße bemalen. Weiterhin wird ein kleiner Streichelzoo die Kinder erfreuen.

▼
Öffnungszeiten:
11.00 bis 19.00 Uhr,
Eintritt: 6,50 Euro, Kurgäste
ermäßigt, Kinder frei.
Weitere Informationen
Tel. 05233-3650
www.events-sponsoring.de



Zum Kurzurlaub ins GOP-Variété im Kaiserpalais

„Sommerfrische“

das Sommervariété vom 15. Juli bis 28. August 2005

Bad Oeynhausen ist Zeugnis einer mondänen Kur- und Bäderwirtschaft. Die aufstrebende Entwicklung des Heilbades ab etwa 1860 wurde sichtbar in stilvollen Badehäusern, Pensionen und Villen und gipfelte Anfang des 20. Jahrhunderts im Bau des prächtigen Kurhauses – dem heutigen GOP Kaiserpalais mit dem Variété Theater.

Badeurlaub ist das Stichwort für das diesjährige Sommervariété – nur in einer anderen Zeit und einer anderen Region: Vom 15. Juli bis zum 28. August verwandelt sich das GOP-Variété in einen lauschigen südeuropäischen Badestrand der 50er Jahre und lässt die Zeit wieder aufleben, als sich die wirtschafts-wunderlichen Deutschen im voll besetzten VW-Käfer

aufmachten, Europa zu entdecken. Damals war das Reisen noch etwas ganz Besonderes und aufregend dazu ...

Im Strandgewühl zwischen Sandförmchen, Sonnenschirm und Liegestühlen treffen Sie auf einen Reiseleiter und neun internationale „Touristen“, die mit Musik, Luftakrobatik, Jonglage, Seilartistik, Hula-Hoop, Kraftakrobatik und Comedy für zwei wunderbare Stunden sorgen.

Mit Fotografien, Musik und Kostümen werden die GOP-Gäste in die Zeit der 50er und 60er Jahre zurückversetzt. Kindheitserinnerungen werden geweckt und Urlaubsstimmung kommt auf, wenn das Meer rauscht, der Sand rieselt und Edith Piaf-Chansons erklingen.

„Sommerfrische“ ist eine spritzig-frische Variétéshow mit einem Hauch Nostalgie und die ultimative Alternative zum Pauschalurlaub auf „Malle“.



▼
Weitere Infos:
GOP Kaiserpalais
Bad Oeynhausen
Im Kurgarten
Tel. 0 57 31 / 74 48-0
kontakt@kaiserpalais.de
www.kaiserpalais.de
www.variete.de

Ihr Ansprechpartner für die Rehabilitation



Der Mensch im Mittelpunkt

MEDIAN Klinikum für Rehabilitation Bad Oeynhausen

Schwerpunktklinikum für AHB, Rehabilitation, stationäre Heilverfahren, Prävention, Frührehabilitation, klinische Sozialmedizin, teilstationäre und ambulante Rehabilitation



www.median-kliniken.de



Klinikum I - Weserklinik
Am Brinkkamp 15
32545 Bad Oeynhausen
Telefon 0 57 31 / 8 65-0
Telefax 0 57 31 / 8 65-18 18

Fachabteilungen:
Neurologie • Orthopädie • Rheumatologie
• Sportmedizin • Spezielle Schmerztherapie



Klinikum II - Klinik am Park
Westkors 14
32545 Bad Oeynhausen
Telefon 0 57 31 / 8 65-28 16
Telefax 0 57 31 / 8 65-28 18

Fachabteilungen:
Innere Medizin / Kardiologie • Geriatrie • Stoffwechselerkrankungen • Onkologie / Lymphologie

Gemeinsame Patientenaufnahme: Tel. 0 57 31 / 8 65-18 12 • Gemeinsame E-Mail-Adresse: gl.badsalzuflen@median-kliniken.de

Bitte recht freundlich:
Familie Wattel aus den Niederlanden



Familienbild mit Kurpark

Der Kurpark mit seinen historischen Bauten und der herrlichen Natur ist für Bad Oeynhausener und erholungsbedürftige Gäste traditionsgemäß ein Ort zum Aufatmen und Energietanken. Eifrige Besucher wissen, dass er auch Kulisse für viele Fotos ist, die später Familienalben zieren. Nicht nur Touristen aus Holland lieben das Ambiente, auch Hochzeitsgesellschaften finden ihren Weg hierher, um ein Bild fürs Leben zu machen, das später im Familienalbum auch Bad Oeynhausens Schönheit zeigt.

Fotoaktion

Haben Sie auch ein „Familienbild mit Kurpark“ zu Hause? Schicken Sie es uns mit Ihrem kompletten Namen und Ihrer Adresse zu, oder bringen Sie es einfach vorbei. Die schönsten Bilder drucken wir ab. Als Dankeschön erhalten Sie von uns ein kleines Geschenk.

Adresse:
Staatsbad Bad Oeynhausen GmbH,
Gäste- und Informationscenter,
Im Kurpark, 32545 Bad Oeynhausen

Spaß und Bewegung für die ganze Familie



Modernste Minigolfanlage Deutschlands

20 Jahre war er Pächter, jetzt hat Rainer Flick die 4.000 Quadratmeter große Minigolfanlage im Siekertal gekauft. Gemeinsam mit Sohn Carsten betreibt er die Anlage, die zum sportlichen und freizeithlichen Treiben einlädt. Auf 18 Feldern mit 12-Meter-Langbahnen und unterschiedlichsten Schwierigkeitsgraden können Minigolfer ihre Fähigkeiten erproben. Der älteste „Stammspieler“ ist 96 Jahre alt und spielt mit Saisonkarte; junge Rasengolfer trainieren hier die schwierigen Kurzdistancen. Rainer Flick, der seit 40 Jahren im Geschäft ist, bietet nicht nur Sport auf dem Stand neuester Sicherheitstechnik, sondern auch einen hohen Erholungsfaktor: Auf vier Terrassen mit Biergarten und Panoramablick kann man sich auf den nächsten Abschlag mental und körperlich vorbereiten, das Wetter genießen und anderen Spielern zuschauen. In der ersten Juniwoche findet eine Eröffnungsfeier statt, bei der sich auch Bürgermeister Mueller-Zahlmann die Ehre gibt.

Minigolfanlage Flick im Siekertal (hinter den Tennisplätzen), geöffnet März bis November, tgl. 10.00 – 22.00 Uhr, Eintritt: 3,00 EUR Erwachsene, 2,00 EUR Kinder. Tel. 05731/844040

Eltern, aufgepasst:
Gute Idee für
Kindergeburtstage!



Auf Schusters Rappen



Unterwegs mit dem MTV-BO

Der mit 125 Jahren älteste Turnverein der Stadt lockt mit einem vielfältigen Fitness- und Sportangebot für alle Altersgruppen. Wer die Natur liebt, wird sich auf die Wanderungen freuen, die der Verein bis in den Herbst anbietet

29.05.2005 im Schmalenberger Wald **12 km**
12.06.2005 Borgholzhausen – Hermannsweg – Luisenturm **13 km**
10.07.2005 Oerlinghausen – entlang der Senne – zum Eisernen Anton **16 km**
14.08.2005 Werrekuss – Dehmer Burg – Wittekindsburg – Lutternsche Egge – Riepe **13 km**
16.10.2005 Lippspringer Wald **11 km**
9. – 11. September 2005
Wochenendwanderung im Reinhardswald

Anfragen zu Treffpunkten und Zeiten bitte richten an:
MTV von 1876 Blau-Weiß Bad Oeynhausen,
Postfach 100839, 32508 Bad Oeynhausen,
Geschäftsstelle Detmolder Straße 15,
Tel. und Fax 0 57 31/98 06 06.
Weitere Informationen unter: www.mtv-bo.de.

Club Vital, VHS, Herz- und Diabeteszentrum



25 Jahre kardiologische Gesundheitsbildung und Prävention

Der Club Vital e.V. feiert gemeinsam mit der VHS Bad Oeynhausen und der Kardiologischen Klinik des Herzzentrums NRW mit einem informationsreichen Programm „25 Jahre kardiologische Gesundheitsbildung und Prävention in Bad Oeynhausen“. Die Veranstaltung, mit Grußworten von unter anderem Bürgermeister Klaus Mueller-Zahlmann, lädt zu zahlreichen Festvorträgen zu „bewegenden“ und herzgesunden Themen ein. Sie findet am 14. Juni 2005 im Hörsaal des HDZ, Bad Oeynhausen, Georgstraße 12, statt. Fragen beantwortet gern der Geschäftsführer des Club Vital e.V., Rainer Sprenger, unter Tel. 05731/23111.



Kurpark-Rallye für aufgeweckte Kids!

Quiz-Shows sind in aller Munde und auch für Kindergeburtstage der Hit. Das Staatsbad hat eine kindertaugliche Kurpark-Rallye aufgelegt, die Wissen rund um den Kurpark bringt, Spaß macht und der bunten Meute viel Bewegung verschafft. Sie ist für Kinder ab 8 Jahren geeignet. Und sie ist von geprüfter Qualität: Ostern hatten damit viele Familien jede Menge Spaß. Die Kurpark-Rallye ist ab sofort im Gäste- und Informationscenter des Staatsbades erhältlich.

Momente im Gespräch mit Fußballprofi Arne Friedrich:

Bad Oeynhausener mit viel Ballgefühl



Arne Friedrich romantisch und mit Kochfreund Zacherl in der Küche.



Hiesige Fußballfans verfolgen die Karriere von Profi Arne Friedrich voller Interesse. Kein Wunder: Der gebürtige Bad Oeynhausener sorgt seit 2002 für das Salz in der Hertha-Suppe.

Momente: Arne Friedrich, Fußball spielt in Ihrem Leben eine große Rolle. Welche spielt Ihre Geburtsstadt Bad Oeynhausen für Sie?

Arne Friedrich: Ich bin noch immer sehr heimatverbunden und komme immer wieder gerne nach Bad Oeynhausen. Letztlich lebt meine Familie ja auch hier.

Jeder Star fängt mal klein an. In welchem Verein der Stadt haben Sie sich Ihre ersten Fußballsporen verdient?

Von 1985 bis 1987 war ich beim FC Bad Oeynhausen, danach ab 1987 bis 1992 beim TUS Lohe.

So eine Profi-Karriere ergibt sich ja nicht von selbst. Wie viel Schweiß und wie viel Talent gehören Ihrer Erfahrung nach dazu?

Talent, Ehrgeiz, Glück, Disziplin und gute Trainer und Förderer, das sind sicher entscheidende Dinge, um im Fußball weiter zu kommen. Die Leidenschaft zum Fußballspielen darf natürlich auch nicht fehlen!

Wie kommt es, dass Sie auf Ihrer Webseite Gerichte vom TV-Koch Ralf Zacherl empfehlen? Schauen Sie öfter Kochsendungen im Fernsehen oder haben Sie die Rezepte von ihm persönlich?

Ralf hat sie mir gegeben. Weil es in erster Linie leichte Gerichte im doppelten Sinne sind. Leicht in Sachen „Sporttauglichkeit“, also mit wenig Fett. Aber genauso leicht nachzumachen - ohne dass man gleich in der „1. Bundesliga“ kochen müsste. Wir machen gemeinsam ein Kochbuch mit hohem „Fitnessfaktor“. „Foodball“ ist hier erst einmal der Arbeitstitel - aber, wie man aus der Namenszusammenfügung schon erkennen kann: Es handelt sich hierbei um Fußball und Kochen. Wir wollen gemeinsam ein wenig mehr Spaß in die Halbzeiten bringen und haben uns dazu einiges überlegt. Im Februar des nächsten Jahres wird unser gemeinsames Buch auf den Markt kommen. Mehr möchte ich dazu im Moment noch nicht verraten, aber es ist

ein Projekt, was uns beiden viel Spaß macht und in das jeder seine eigene Kompetenz einbringen wird.

Ralf Zacherls Motto „Kochen mit Sinnlichkeit“ gilt das auch für Sie?

Eher Fußball mit Leidenschaft. Oder essen mit Genuss. Oder von mir aus auch noch „Leckeres kochen ohne viel Aufwand“.

Von Bad Oeynhausen – mit einigen Zwischenstationen – nach Berlin. Wie fühlt sich der Unterschied an?

Erst mal ist das natürlich schwer vergleichbar. Berlin, unsere Hauptstadt, hat ganz andere „Dimensionen“, Bad Oeynhausen dafür eine bessere Überschaubarkeit und auch einen ganz eigenen Charme. Berlin ist eine Stadt, die niemals schläft, und die schon einen ganz besonderen Reiz hat. Ich fühle mich dort sehr wohl und habe mich mittlerweile auch gut eingelebt. Aber: Ich habe es anfangs ja schon erwähnt: Ich komme immer wieder sehr gerne hierher nach Bad Oeynhausen zurück.

Wenn Sie anderen Leuten von Bad Oeynhausen erzählen, was ja bestimmt oft vorkommt, wovon schwärmen Sie dann am meisten?

Von der Ruhe und den netten Menschen, die dort leben. Natürlich auch von dem hervorragenden Herzzentrum, in dem ich Zivildienst gemacht habe.

Rollende Küche bringt Gesundheit ins Klassenzimmer:

Schmeckt mir nicht, gibt's nicht!

In der Grundschule Rehme-Oberbecksen kochen engagierte Mütter einmal wöchentlich gemeinsam mit Schülern. Dabei entstehen leckere Gerichte, die der ganzen Familie schmecken und auch noch gesund sind.

Für ein leckeres, gesundes Mittagessen in der Schule nehme man viel Engagement von Schulleitung, Lehrern und Eltern, spendenwillige Unternehmen und das Landesprogramm OPUS-NRW „Gesundheit macht Schule“. Seit dem Start im Jahr 2001, in dem es in der Grundschule Rehme-Oberbecksen zunächst um Bewegung von Schülern und Schülerinnen ging, hat sich einiges getan. Auch die Ernährung wurde schnell ein Thema, denn viele Kinder starteten nicht optimal versorgt in den Tag und bekamen auch kein entsprechendes Mittagessen.

Um der Fast-Food-Bewegung entgegenzuwirken und das Bewusstsein für gesunde Nahrungsmittel zu wecken, kochen seit dem Jahr 2002 engagierte Mütter rund um Ute Wernecke möglichst einmal wöchentlich mit und für wechselnde Klassen. Bei Planung und Einkauf legen sie Wert auf Frischeprodukte aus möglichst ökologischer Herkunft und binden auch Unterrichtsthemen von Sachkunde bis Deutsch ein: Steht das „P“ an, werden auch schon einmal Pfannkuchen gebacken.

Dass direkt in der Klasse gekocht werden kann – eine Schulküche gibt es nicht - ermöglichte ein örtlicher Fachhändler, der zwei mobile Herde zur Verfügung stellte. Mit Fördermitteln, Spenden und weiterer unternehmerischer Hilfe kamen auch noch zwei fahrbare Schränke als rollende Küche für Geschirr, Besteck und Töpfe hinzu. Dass das Kochprojekt mit dieser Ausstattung schmackhafte Gerichte zaubern kann, beweist das Kartoffelrezept, das Ute Wernecke auch Momente-Lesern empfiehlt. Ihr Tipp: Neue Kartoffeln müssen nicht geschält werden!



Informationen zum Kochprojekt erhalten interessierte Eltern von:
Ute Wernecke,
Tel. 0160/6 65 64 50

Zutaten:

- 1 kg mittelgroße neue Kartoffeln
- 200g Champignons
- 200g Cocktailtomaten
- 3 Möhren
- 1 Zucchini
- 1 gelbe Paprika
- 2 Knoblauchzehen
- 1 Tasse Olivenöl
- Salz, Pfeffer
- 2 Zweige Rosmarin

Zubereitung:

Die Kartoffeln waschen und ca. 10 Minuten vorkochen, dann in Spalten schneiden. Champignons putzen, die großen



halbieren. Cocktailtomaten waschen, Zucchini und Paprika in mundgerechte Würfel teilen. Aus den Möhren Stifte schneiden und diese einige Minuten blanchieren. Kartoffeln und Gemüse (noch ohne die Tomaten) in einer Schüssel mit dem Olivenöl und dem durchgepressten Knoblauch vermischen und auf einem Backblech verteilen. Mit Salz und Pfeffer würzen, Rosmarinzwige dazulegen. Im vorgeheizten Backofen bei 180 - 200°C ca. 30 Minuten backen, nach ca. 15 Minuten alles einmal vorsichtig wenden und die Tomaten hinzufügen.

Dieses Gericht kann als Hauptspeise oder als Beilage, zum Beispiel zu Grillfleisch, gegessen werden. Außerdem lässt es sich vielseitig variieren und erweitern: mit zuvor kurz blanchierten Zuckerschoten, Frühlingszwiebeln, Schafskäsewürfeln ... ganz nach Geschmack!

Luthers stehen auf ihr
„Selbstgemachtes“.



Sonne, Wärme, Wohlgefühl. Und jetzt? Ein leckeres Eis, natürlich! Momente verrät, warum die Lust auf einen besonders zarten Schmelz Bad Oeynhausener von März bis Oktober zum Café Finselbach führt.

„Wir haben rund 14 Sorten Eis im Sortiment, die wir durchweg selbst herstellen. Das ist für eine Konditorei eine ganze Menge“, ist Konditormeister Dirk Luther vom Café Finselbach stolz auf sein breites Angebot an feinem Konditoren-Eis. Dass er immer wieder neue Sorten ersinnt,

Ob gestreift oder unifarben, süß-sahnig oder frisch-fruchtig – Qualität ist und bleibt für Dirk Luther höchstes Prinzip beim Eismachen. Nur beste Zutaten stecken in seinem Konditoren-Eis, natürliche und frische Rohstoffe und natürlich viel Wissen rund um zarten Schmelz und

Jetzt ist Konditoren-Eiszeit:

Mit Leidenschaft für kalte Köstlichkeiten

ist nicht nur Pflicht, es macht ihm auch eine Menge Spaß. Besonders bei den Eisbechern kann er seiner Fantasie und der Liebe zum leckeren Detail freien Lauf lassen, das sieht man den verführerischen Kreationen auf den ersten Blick an. Und schmecken kann man's auch.

Kreativität und Qualität in Eis

Klassiker wie Schokolade, Vanille, Straciatella und Zitrone kommen im Café Finselbach natürlich ebenso in die Tüte oder den Becher wie die neuen, modernen Sorten. Zurzeit sind es Eis mit gerösteten Mandeln und die appetitlich gestreiften „Marmorinos“ aus Frucht und Naturjoghurt, die besonders gern verzehrt werden. „Das Eis von heute ist bunt“, erklärt Dirk Luther, der seit 14 Jahren kalte Köstlichkeiten zaubert, den derzeitigen Trend. Er greift ihn mit großer Kreativität und einem feinen Gespür für die Wünsche seiner Kunden auf. Das Ergebnis ist erfrischende Vielfalt, die auf der Zunge zergeht.

feinen Geschmack. Pasten, die häufig für Fruchteissorten genommen werden, sind für Dirk Luther kein Thema, ebenso verzichtet er konsequent auf Konservierungsmittel.

Hochgenuss für Kids und Kenner

Verwöhnten Leckermäulern sind solche Details nicht allzu wichtig, sie möchten schlemmen, genießen und staunen, was man aus Eis so zaubern kann. Ob Groß oder Klein, im Café Finselbach kommen alle auf ihre Kosten. Kenner mit Hang zur Confiterie werden sich über die Spezialitäten wie den Florentiner-Becher oder die „Heiße Liebe“ ebenso freuen wie Kids, die sich über die Gummibären-Bande „auf Eis“ hermachen. 14 Sorten leckeres Eis und rund 40 köstliche Eisbecher stehen – neben Eisportionen am Tisch und speziellen Diabetiker-Bechern – zur Auswahl. Probieren geht hier natürlich besonders über studieren ...

BLICKkontakt am Kurpark:

Perfekter Durchblick für Individualisten

Sie kommen sogar aus London, der Schweiz und Norwegen, die Kunden von Jens Dieker. Kein Wunder, seine Brillen überzeugen Design-Fans ebenso wie seine Kompetenzen rund ums gute Sehen und die typbezogene Beratung.



Volle Konzentration auf das Wesentliche – moderne Brille und typgerechte Beratung.

Gegenüber dem Kurpark zeigt sich, welche Trends bei Sonnenbrillen, Korrektions- und Kinderbrillen gefragt sind. Ein Blick in die – perfekt dekorierten – Fenster von Jens Dieker reicht aus, um auf den neuesten Stand zu kommen. Dass er sich hier vor acht Jahren in einer der schönsten Gründerzeitvillen niedergelassen hat, spricht für seinen ästhetischen Anspruch, auf den seine Kunden blind vertrauen können.

Design für Sonne und Alltag

BLICKkontakt ist innen wie außen eine Augenweide. Hier findet der designorientierte Kunde die aktuellsten Kollektionen von Alain Mikli, IC! Berlin, J.F. Ray, Chanel, Dolce & Gabbana, Prada, Silhouette und Markus-T., um nur einige zu nennen. Im separaten Showroom sind die neuesten Sonnenbrillen in vielen Preisklassen von Ray Ban bis Gucci ausgestellt. Hier kommen Labelfans wie zurückhaltende Naturen auf ihre Kosten; hochwertige Gläser in moderner Fassung sind selbstverständlich.

Der klare Stil der Präsentation spiegelt Jens Diekers Konzept, das den Kunden und seine Wunschbrille in den Mittelpunkt stellt. Nichts stört den Blick fürs Wesentliche. Der Augenoptiker-

meister und sein vierköpfiges Team beraten typbezogen – das Erfolgsgeheimnis von BLICKkontakt: „Jede Brille, die unser Haus verlässt, ist eine Visitenkarte“, erläutert Dieker. Ein absolutes Highlight für Individualisten sind die aus Büffelhorn handgefertigten Brillen von Wollenweber, echte Unikate, bei denen der Kunde Größe und Farbe selbst bestimmen kann.

Profession und Präzision

Gutes Sehen hat bei allen Designansprüchen absolute Priorität. Mit langjähriger Erfahrung und hoher Kompetenz verbindet der Augenoptikermeister – der auch Kontaktlinsenspezialist ist – die Tradition klassischen Handwerks mit absoluter technischer Präzision und herausragender Produktqualität. Genau aus diesem Grund finden auch ältere Kunden den Weg ins Geschäft zum Brillenkauf oder zur fachmännischen Reparatur.

Jens Dieker präsentiert seine Brillen nicht nur Am Kurpark 4, sondern auch auf Modenschauen und der Landpartie im Schloss Bückeburg. Zweimal jährlich zeigt er die neuesten Brillentrends im Rahmen eines Events im eigenen Haus. Und da gibt es nur eines: „Hereinschauen!“

Gut aussehen und nett ausgehen

Laue Lüftchen und strahlendes Licht. Endlich kann das Leben wieder draußen stattfinden! Momente nennt zwei Adressen, die es noch schöner machen.



Ausgesuchte Schmuckstücke

Die Liebe zur Königsberger Heimat hat Manfred Schiemann schon vor vielen Jahren „auf den Stein“ gebracht, nämlich den Natur-Bernstein, den er in der „Schatzinsel“ in den Königshof-Kolonnaden gemeinsam mit Gattin Hilde in großer Auswahl feilbietet.

Ob facettiert oder glatt geschliffen, mit und ohne Silber verarbeitet, ob als Kette, Armband, Ohrschmuck oder Ringstein, ob Raritäten wie Schachspiele oder Bilderrahmen: Die Schatzinsel führt selbst ausgesuchte Stücke und gefragte Inklusionen,

sen, also Bernsteine, in die Insekten eingeschlossen und Sammler regelrecht verschossen sind. Woran erkennt man nun, ob ein Stück echt ist? Ganz einfach, wie der Experte weiß: „Eine gute Portion Salz in Leitungswasser einrühren und den Bernstein hineinlegen. Beginnt er zu schwimmen, ist es Natur-Bernstein.“

Neben dem großen Angebot an Bernstein findet man bei Schiemanns schöne Stücke aus Schmuckedeln jeder Größe und aus aller Welt: grüner Malachit, blutroter Granat, rosa bis rote Koralle, azurblauer Lapis-Lazuli, transparente Birma-Jade, glänzendes Perlmutter sowie

echter Navajo-Schmuck. Natürlich ist für jedes Budget etwas dabei. Und dass die Qualität stimmt, dafür steht eine 20-jährige Erfahrung. Die Schatzinsel ist montags bis freitags von 10.00 – 13.00 Uhr und von 15.00 bis 18.00 Uhr sowie samstags von 10.00 – 13.00 Uhr geöffnet.

► Die Schatzinsel
Am Kurpark 5
Königshof-Kolonnaden
Tel. 057 31/21977

Eigentümer der Gastkarte erhalten beim Einkauf drei Prozent Rabatt.

Momente gratuliert:

Das Teehaus feiert 25-jähriges Jubiläum!

„Dank unserer treuen Kunden können wir auf 25 erfolgreiche Jahre zurückblicken“, freut sich die Inhaberin des Teehauses Angela Schmidt. Und sie blickt voller Zuversicht in die Zukunft: „Wir hoffen auf weitere 25 Jahre“. Diese Hoffnung ist berechtigt: Das Teesortiment mit über 200 Sorten – viermal mehr als bei der Eröffnung – ist umfassend, hinzu kommen ausgesuchte Geschenke in jeder Preislage und für jeden Anlass von der Best-of-Snoopy-Collection bis zum Willow Tree Schutzengel. Gefeiert wurde bereits kräftig mit den Kunden am 15. und 16. April 2005. Den vielstimmig geäußerten guten Wünschen schließt sich Momente gerne an.



Eindrucksvolles Ambiente

Ist das der Felsenkeller? Das mag sich so mancher Gast fragen, der seit vielen Jahren das Traditionsrestaurant beim Sültemeier-Brunnen kennt und jetzt vor dem Bierhaus steht. Nach dem sechswöchigen Umbau Anfang des Jahres hat sich hier einiges verändert, wie jeder auf den ersten Blick mit Anerkennung feststellt.

Der ehemals dunkle Felsenkeller hat sich zum hellen Bierhaus 1888/Restaurant Felsenkeller gemausert, wie es ja auch richtig heißt. Pächter Paul Lang, seit 1994 vor Ort, hat mit frischen Farben und edlem Holz nicht gespart und auch einen Umbau nicht gescheut. Der vordere Bereich an der Klosterstraße gehört jetzt komplett zum Bierhaus dazu, statt eines Fensters ist die Front komplett verglast und wird bei gutem Wetter geöffnet. Das bringt enorm viel Licht und macht dem Gast Appetit auf mehr.

Die Gastkarte

Sie ist für alle Gäste unserer Stadt ein Muss und garantiert kleine Präsente und viele attraktive Rabatte in vielen Geschäften sowie kostenlosen Eintritt in die Kureinrichtungen.

Gut zu wissen, dass bei allen Neuerungen auch einiges Bestand hat. Das frisch gezapfte regionale Bier und die einladende Getränkeauswahl, die knackige Saisonküche und das günstige Mittagsmenü sowie der späte Imbiss, all das kann der Gast nach wie vor erwarten. Traditionell steht jetzt Spargel auf der Karte, der sogar im Rahmen des Donnerstagsbuffets angeboten wird. Das Bierhaus ist täglich von 11.30 Uhr bis 24.00 Uhr geöffnet, die Küche bis 22.30 Uhr.

► Bierhaus 1888/Restaurant Felsenkeller
Klosterstraße 19
Tel. 057 31/29113

Bei einem Mindestverzehr von 10,00 Euro bekommen Gastkartenbesitzer einen westfälischen Schnaps spendiert.



Leistungspartner der neuen Gastkarte:

Alte Kaffee Stubbe
Aurel Parfümerie
BaliTherme Bad Oeynhausen
Beauty Woman
Inge Peschmann
Bücherecke
Brackmann-Tiedau
Casino Bad Oeynhausen
Diddi's Hobbytreff
Ihr Handarbeits- & Hobbyhaus
Die Schatzinsel
Druckerei
Bürgerzentrum
Bierhaus Felsenkeller 1888
Geschenk-Ideen
Wohnaccessoires
Eva-Maria Strakeljahn
GOP Varieté Theater
im Kaiserpalais
Haar Shop 21
Hautnah
Lingemann
Modehaus Hagemeyer
Herz-As
Geschenke, Süßes und mehr
Hildegard Fuchs
Konfitüren und Spirituosen
Hosen-Krone
Hutatelier
Andrea Schiemann-van Veen
Juwelier Plach
Kinoplex.de Bad Oeynhausen
Le Castell
MHS-Geschäftsstelle
Verkehrsbetriebe
Reformhaus
Doris Sucker GmbH u. Co. KG
Restaurant-Cafe
Salz und Zuckerland
Staatsbad Bad Oeynhausen
Tanzburg Wuzzenstein
Das Teehaus Angela Schmidt
Westfälisches Weinkontor

Wir freuen uns auf neue Partner,
Staatsbad Bad Oeynhausen GmbH
Kontakt: Tel. 057 31/13 00



Vogel fliegt,
Fisch schwimmt
Mensch muss laufen
Emil Zatopek 1922 – 2000



Bad Oeynhausener Gesundheitsexperten geben Auskunft zu Themen rund um Gesundheit, Fitness und Medizin. In dieser Ausgabe informiert Professor Dr. Frank-Wolfgang Hagena über die gesundheitsfördernde körperliche Bewegung für Alt und Jung, für Gesunde und Kranke. Der bekannte Orthopäde hat erst kürzlich eine neue Operationsmethode an kranken Fingergelenken entwickelt. Er leitet die Auguste-Viktoria-Klinik und behandelt dort Hunderte von Patienten mit Krankheiten des gesamten Bewegungsapparates. Das Gespräch führte Professor Rüdiger Petzoldt.

Bad Oeynhausener Gesundheitsgespräche:

Bewegung macht Spaß



Ob Golf, Gymnastik, Nordic Walking, Ausdauertraining oder Radfahren: Bewegung macht in jedem Alter Spaß und ist gesund.

Petzoldt: Zur Einführung der neuen Operationsmethode herzlichen Glückwunsch, Herr Hagena; damit verhelfen Sie manchen Patienten zu einer besseren Fingerbeweglichkeit. Viele Menschen kommen aber zu Ihnen mit ganz anderen Krankheiten am Bewegungsapparat. Was gehört eigentlich zum Bewegungsapparat?

Hagena: Wir sprechen sogar von Bewegungsorganen. Dazu gehören vor allem die Gelenke mit dem Knorpelüberzug, mit Kapsel und Bändern, aber auch die vielen Muskeln und Sehnen des Körpers, die im Zusammenspiel Bewegungen möglich machen.

Petzoldt: Wer ist vom Gelenkverschleiß besonders stark betroffen, etwa der Sportler, der seinen Sport sehr übertreibt, oder ein Arbeiter, der schwer heben muss?

Hagena: Wir unterscheiden den genetischen, altersbedingten normalen Ver-

schleiß von einem vorzeitigen Gelenkverschleiß zum Beispiel bei Übergewicht oder auch durch zu viel oder unsachgemäßen Sport. Sportschäden und auch Unfallfolgen sind dann verantwortlich für nachfolgende Arthrosen, zum Beispiel nach Kreuzband-, Schulter- oder Sprunggelenkverletzungen. Wichtig ist deshalb, dass wir bereits im Kindesalter, vor Wachstumsabschluss, Überbeanspruchung vermeiden helfen. Hochleistungs- und Ausdauersport werden aber oft zu früh forciert; ganz erschreckend sind doch Bilder von Kindern bei Meisterschaften auf dem Eis und an Geräten. Auch das Fitnesstraining muss also dosiert und vielleicht unter ärztlicher Anleitung erfolgen, um Überlastungen zu vermeiden. Arbeiten mit schweren Lasten führen oft zu Schmerzen und bleibenden Schäden mit Bewegungsverlust.

Petzoldt: Wer einen kranken Rücken oder sonstigen Gelenkverschleiß hat, der

hat meist auch starke Schmerzen. Wie kommt es dazu? Und gibt es noch weitere wichtige Beschwerden?

Hagena: Dazu möchte ich sechs Aspekte kurz hervorheben: 1. Starke Schmerzen entsprechen nicht unbedingt einem schweren Gelenkverschleiß. 2. Akute Schmerzänderung kann Verschlimmerung bedeuten. 3. Schmerzen, die über Nacht verschwinden, sind meist nicht so bedeutsam. 4. Gleichförmige oder dauernde Schmerzen sind besonders zu beachten. 5. Durch Trainingspause, durch geänderte Trainingsdauer oder durch Übungen testet man, ob Beschwerden sich lindern. 6. Zu beachten sind auch plötzliche Bewegungshemmungen, zum Beispiel durch Meniskusschäden oder Sehnenrisse an der Schulter.

Petzoldt: Wie kann dabei nun der Arzt, der Orthopäde helfen? Und muss nicht der Patient selbst etwas beitragen, zum Beispiel durch mehr körperliche Bewegung?

Hagena: Wir sehen hier ein Stufenmodell mit verteilter Verantwortung: Der Patient übt Bewegungen und den Aufbau, der Hausarzt verordnet Medikamente und geeignete Übungen, der Orthopäde setzt Medikamente, die physikalische Therapie und, wenn nötig, die Operation ein.

Petzoldt: Möglichst viel Bewegung stärkt also Rücken und Gelenke. Sollte man deshalb nicht auch schon in gesunden Zeiten für genügend Bewegung sorgen?

Hagena: Aber ja! Denn mit unseren Gelenken ist es so, wie es das Sprichwort sagt „Wer rastet der rostet“. Sich genügend oft und stark bewegen, zum Beispiel beim Laufen, ist auch die beste Vorbeugung gegen den Verschleiß.

Petzoldt: Nun können die wenigsten so wie die jungen Sportler laufen. Welche Bewegungsübungen empfehlen Sie Ihren operierten Patienten auf Dauer im Alltag zu Hause? Und was können wir für die eigene Vorbeugung daraus lernen?

Hagena: Nach einer Operation steht immer der gezielte Aufbau der Bewegung und der geschwächten Muskulatur

im Vordergrund; das gilt für alle! Gibt es dabei Störungen, so sollte eine Physiotherapeutin diesen Aufbau begleiten und den erlernten Trainingsplan kontrollieren. Monotone Übungen führen eher zu Verspannungen. Ein Bewegungs-Mix zum Training der verschiedenen Muskelgruppen ist besser. Auch steht außer Frage, dass Sport und Fitnesstraining Spaß machen sollen.

Petzoldt: Spaß muss es machen, das ist immer die wichtigste Voraussetzung für den Erfolg, oder?

Hagena: Ja, weil wir nur das gerne weitermachen, was uns Freude macht. Der Erfolg für Fitness, Beweglichkeit und Wohlbefinden hängt aber sehr stark auch von der genügenden Dauer und Intensität unserer bevorzugten sportlichen Bewegungen ab.

Petzoldt: Haben Sie zur Intensität und Dauer einen ganz praktischen Rat?

Hagena: Man sollte sich mindestens an drei Tagen in der Woche für 30 bis 60 Minuten so bewegen, dass man Muskulatur und Gelenke, aber auch den Kreislauf mobil hält. Grundsatz ist dabei: Viel Bewegung und wenig Belastung!

Petzoldt: Was sind die dazu geeigneten Bewegungs- und Sportarten?

Hagena: Individuell empfehlenswert sind immer die schon gewohnten oder früher bevorzugten Sportarten und Bewegungsübungen. Wer zum Beispiel gerne wandert, sollte dies Hobby intensivieren. Er muss dabei aber nicht laufen oder rennen.

Petzoldt: Und wie stehen Sie zum so modern gewordenen Nordic Walking?

Hagena: Das ist eine gute Möglichkeit, um den ganzen Körper mit Armen und Beinen in Schwung zu bringen und einzelne Gelenke vor Überlastungen zu schützen. Das Prinzip kennen wir schon lange vom Bergwandern mit zwei Stöcken.

Petzoldt: Was sagen Sie den Hobby-Schwimmern und Hobby-Radlern, die im Rentenalter sind und ihr Hobby intensivieren wollen?

Hagena: Betreiben Sie Ihr Hobby mit Spaß und Entspannung. Wenn Sie nach

der Wirbelsäulengymnastik regelmäßig Schmerzen haben, war etwas falsch; machen Sie eine Pause, gönnen Sie das Ihrem Körper. Nutzen Sie beim Schwimmen Ihre bevorzugte Lage. Wählen Sie die Strecken beim Radfahren nicht zu ehrgeizig und nicht zu lang. Prüfen Sie, ob Sie dazu die richtige Kleidung haben, der Fahrtwind kann auch kühler werden, nehmen Sie auch warme Kleidung mit. Und vergessen Sie nicht den schützenden Helm. Die Umgebung von Bad Oeynhausen ist ein Eldorado mit herrlichen Radwegen und vielen Wandermöglichkeiten.

Petzoldt: Und was halten Sie vom Tennis, das viele trotz Verschleiß von Rücken und Gelenken gerne spielen?

Hagena: Prima, wenn man's mit Maßen, z.B. in einem Doppel, spielt. Hier bietet Bad Oeynhausen viele Vorteile, herrliche Clubs, die sportliche Gemeinschaft.

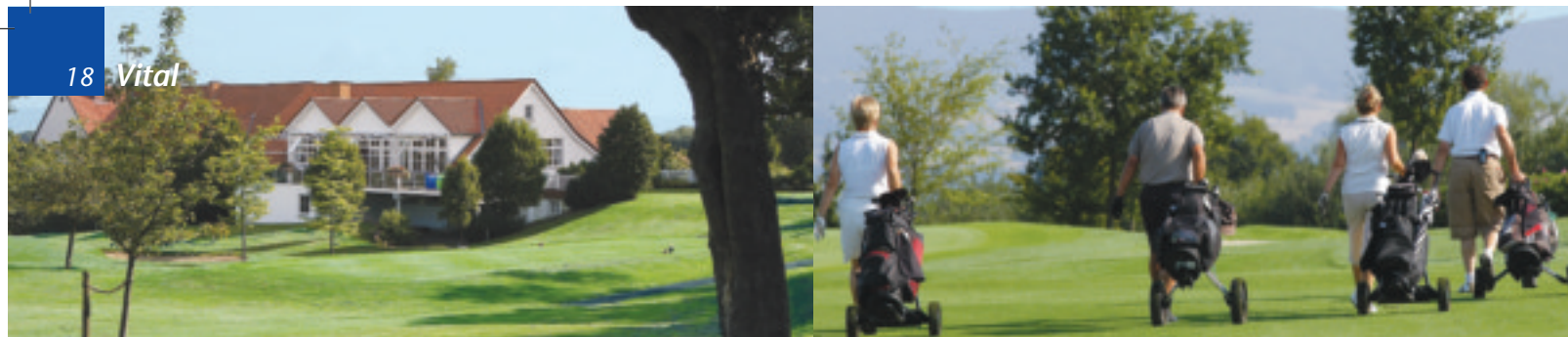
Petzoldt: Genug Bewegung für jeden Tag ... was kann man denjenigen raten, die glauben, das nicht mehr zu schaffen, oder die keine Lust dazu haben?

Hagena: Wenn man die persönlichen Gewohnheiten stärkt, ist immer noch „Etwas mehr Bewegung als bisher“ möglich. Nach diesem Motto kann man seine Spaziergänge ausdehnen und täglich genießen. Man kann seine Morgengymnastik angenehmer gestalten und zugleich intensivieren, wenn man dabei die Nachrichten hört oder sieht. Man kann sich aber auch durch Bekannte zum häufigeren Besuch von Sportgruppen, etwa für Herzranke oder in der Rheumaliga anregen lassen. Es gibt für jede Altersgruppe genügend Möglichkeiten zu mehr Fitness, Beweglichkeit und Gesundheit durch etwas mehr Bewegung als bisher!

Petzoldt: Vielen Dank, Herr Hagena, für diese vielen guten Tipps zu mehr Bewegung, die Gesunde und Kranke, Alt und Jung sicher sehr gerne nutzen werden. Nun möchte ich nur noch wissen: Wie kommen Sie selbst zu mehr Bewegung, welchen Sport machen Sie am liebsten?

Hagena: Ich würde gerne noch mehr Golf spielen als bisher. Gehen Sie vielleicht einmal eine Runde mit mir golfen?

Petzoldt: Mit dem größten Vergnügen! Ich melde mich dazu in Kürze bei Ihnen.



Auf dem Weg zum Breitensport:

Der Trend geht zum Golfen

Alles spricht vom Golfboom. Golf wird immer mehr zum Trendsport. Und das hat sehr gute Gründe, nämlich viele hunderttausende Golferinnen und Golfer in Deutschland, die von diesem Sport fasziniert sind.

Kinder golfen, Schüler tun es, und auch Lehrlinge, Hausfrauen, Ärzte, Handwerker, Kaufleute, Alte und Junge aus Bad Oeynhausen und Umgebung sind begeistert dabei. Golfen ist für jede Altersgruppe geeignet und ganz das Richtige für Anfänger ebenso wie für fitnessorientierte Sportler. Lassen Sie sich anstecken!

Weltweit fällt das Golfen längst nicht mehr unter das Vorurteil über eine zu exklusive Sportart für die Reichen und Schönen; spätestens mit den Erfolgen von Tiger Woods hat das Spiel mit den weiten Schwüngen und dem zielgerechten Putten seine Anhänger überall gefunden. Und auch das zweite Vorurteil – Golfen sei kein Sport – ist verfliegen, nicht zuletzt durch die in Deutschland sehr bewunderten Erfolge von Bernhard Langer. So wurde aus einer sehr alten Sportart, deren Ursprünge in die „graue Vorzeit“ zurückreichen sollen, ein Volks- und Breitensport, dem immer mehr Menschen auch in Bad Oeynhausen begeistert nachgehen.

Golfen macht Spaß

Golfen ist gesund, Golfen steigert die Fitness, Golfen macht Spaß. Natürlich muss man selbst auch etwas zu diesen Vorteilen und Erfolgen beim Golfen beitragen, und das als aktiver Golfer ebenso wie als Anfänger und Golf-Interessent. Zum Erfolg im golferischen Alltag gehört viel Training. Wenn man gezielt trainiert, wenn man nicht zu viel von sich erwartet, wenn man mit allen seinen Gedanken beim Spiel ist, wenn man sich die Zeit dazu nimmt ... dann wird auch der Weg

über die 18 Löcher eines guten Golfplatzes, dann werden auch die Spiele im Team und beim Turnier zu Erlebnissen der besonderen Art, die man immer wieder genießen möchte.

Golfen in Bad Oeynhausen

Das Weserbergland hat die bundesweit höchste Dichte an Golfplätzen. Hier liegt, eingebettet in die Natur der typischen Landschaft des Widukind-Landes, mit phantastischen Ausblicken auf das Wiehen- und Wesergebirge, der Golf-Club Widukind-Land. In einer Höhe von etwa 200 Meter über NN kann auf der schönen und anspruchsvollen 18-Loch Golfanlage ganzjährig trainiert und gespielt werden. Der Platz mit seinem leicht hügeligen Gelände ist eine spielerische Herausforderung und stellt auch einige Ansprüche an die Kondition. Das gemütliche Clubhaus-Restaurant mit seiner anerkannten Küche ist der kulinarische Treffpunkt für Spieler, Gäste, Golfer und Nicht-Golfer. Auch golfende Gäste sind im Golf-Club Widukind-Land herzlich willkommen. Für alle Interessenten und „Noch-nicht-Spieler“ gibt es dort sehr reizvolle Angebote, das Golfen kennen zu lernen.

Schnupperkurse

Für Interessenten gibt es in diesem Jahr neun Einsteiger-Golf-Kurse mit jeweils 15 Stunden Unterricht. Die Kurse für 4 bis 6 Personen beginnen immer freitags um 18.00 Uhr mit einer Demonstration und Einführung; an den zwei folgenden Wochenenden findet der Unterricht jeweils samstags und sonntags von 10.00 bis 12.00 Uhr und von 13.00 bis 14.30 Uhr

auf der Driving-Range und im Kurzspiel-Bereich statt. Zusätzlich zum Kurspaket erhält jeder Teilnehmer zwei Schläger (einen Putter und ein Eisen), einen Golfhandschuh und drei Golfbälle. Noch sind einige Plätze bei den sieben Schnupperkursen im Mai, Juni, Juli, August und September frei. Persönliche und telefonische Auskünfte zu Terminen und Kosten sowie zu Planung und Ablauf der Einsteiger-Golf-Kurse gibt der ProShop; dort ist auch die Anmeldung zu einem Wunschtermin möglich.

Aufbaukurse

In Aufbaukursen mit Golfunterricht auf der Übungsanlage und auf dem Platz können sich Golfer, die schon Grundkenntnisse haben, auf den Weg zur Platzreife machen. Auch hierzu sind noch Plätze im Mai, Juli und September frei; Interessenten können sich im ProShop anmelden.

Mitgliedschaft auf Probe

Mancher Anfänger weiß noch nicht abzuschätzen, ob er nach ersten Erfahrungen auf lange Zeit beim Golfen bleiben will. In dieser Situation ist ein Angebot des Golf-Club Widukind-Land interessant, die Schnupper-Mitgliedschaft für ein oder zwei Jahre zu besonders günstigen Konditionen.

▼ Auskünfte erteilt das
Club-Büro
Tel. 0 5228 / 7050
Informationen unter:
www.gc-widukindland.de.

Neues aus der BaliTherme:

Von belebten Wassern und ruhigen Polen

Drei Bereiche sehen die neuen Betreiber für die BaliTherme vor. Sie sollen den Wünschen unterschiedlichster Besuchergruppen entgegenkommen. Projektmanager Andreas Schauer erläuterte Momente das neue Konzept.



Im Mittelpunkt der neuen BaliTherme stehen für Andreas Schauer drei Dinge: der Gast, das Wasser und die Gesundheit. Rund um das Wasser als Ursprungsmedium menschlichen Lebens bewegen sich die neuen Themenbereiche, die Erholung, Aktivität und Gesundheit in neuer Dimension erfahrbar machen. Als belebtes Wasser soll es für Familien aktives Element sein. Erholungssuchende können es für ihre Belange nutzen – mit entsprechendem Angebot: „Der klassische Thermalbereich ist für Gäste gedacht, die Ruhe und Zurückgezogenheit suchen, die kommen, um ihre Gesundheit wiederherzustellen oder zu erhalten“, so Schauer.

Der Saunabereich wandelt sich derzeit in ein 1.300 Quadratmeter großes Erholungsareal, mit neuen Saunen und dem – komplett sanierten – Ruhebereich auf der oberen Ebene. Hinzu kommt ein Fitnessbereich, der sich vor allem an ein lebensälteres, sportives Publikum richtet. Keine „Muckibude“, sondern ein seriöses Ange-

bot zur Förderung von Kraft und Ausdauer mit entsprechenden Geräten sowie zwei Kursräume à 150 Quadratmeter, in denen unter Betreuung und in der Gruppe etwas für den Körper getan werden kann. Das noch diskutierte Sportschwimmbad wird seinen Platz in der Mitte der anderen beiden Themenbereiche finden.

Gesamtangebot als Highlight

Idee der neuen BaliTherme ist ein umfangreiches Gesundheitsangebot, das stark differenziert ist und alle integriert – nicht nur die Gäste, sondern auch weitere Angebote. Sowohl mit dem Kaiserpalais als auch dem Staatsbad führt Andreas Schauer Kooperationsgespräche.

Zurück zum Gast: Jeder Besucher soll sich nach Tagesform, Lust und Laune entscheiden können, wie er in der BaliTherme seine Zeit verbringt. Zuerst in den Yogakurs und danach in die Sauna ist ebenso möglich wie Ausdauertraining

oder Workout mit Geräten pur. Wer möchte, kann sich stunden- bis zu tagesweise erholen, ein gestaffeltes Tarifsysteem soll dies möglich machen. Im Thermal-Sole-Bereich ist an Mitgliedschaften gedacht.

Wichtig für Andreas Schauer ist neben dem breiten Sport- und Erholungsangebot die Kommunikation. Miteinander beim Sport ins Gespräch kommen, den Tag mit Freunden verbringen, fitnessorientierte Menschen treffen – dazu soll die BaliTherme Anreiz geben. Einen wesentlichen Beitrag wird ein neues, asiatisches Farb-Material-Konzept leisten. Es greift das Bali-Thema auf und präsentiert es entstaubt. Ein klarer Stil und ursprüngliche Materialien wie dunkles Holz inszenieren nach der Fertigstellung, die Andreas Schauer spätestens Mitte 2008 avisiert, eine freundliche Atmosphäre, die zum Entspannen und Wohlfühlen einlädt.



Tipps, Termine, Treffpunkte

Mai bis Juli 2005

Staatsbad Bad Oeynhausen

Do, 12.05.2005
20.00 Uhr, Theater im Park
Liebe, Lügen, Lampenfieber
Komödie von Josiane Belasko
Abonnement A 5 – Landestheater Detmold

Do, 19.05.2005
20.00 Uhr, Theater im Park
Die verkaufte Braut
Komische Oper von Bedrich Smetana
Abonnement B 5 – Landestheater Detmold

Fr, 20.05. bis So, 22.05.2005
11.00 bis 20.00 Uhr, Kurpark
LebensArt
Die Messe Traumgärten & Ambiente

Mi, 25.05.2005
19.30 Uhr, Wandelhalle
Konzert
Jugendblasorchester, Rothenuffeln



Do, 02.06.2005
20.00 Uhr, Theater im Park/Kurpark
Sinfoniekonzert
Philharmonisches Orchester Bielefeld

Mi, 08.06.2005
19.30 Uhr, Wandelhalle
Konzert
The Original Contemporaries

Mi, 22.06.2005
19.30 Uhr, Wandelhalle
Konzert
Gemischter Chor Löhne

Mi, 06.07.2005
19.30 Uhr, Wandelhalle
Konzert
Musikverein Dehme

Mi, 20.07.2005
19.30 Uhr, Wandelhalle
Konzert
Mandolinorchester „Weserwelle“

Bad Oeynhausen Marketing

Fr, 17.06. und Sa, 18.06.2005
Innenstadt Bad Oeynhausen
Kleinkunst und Musik
(am 18.06. Deutscher Musikschultag)
Ab Freitagmittag gehts los:
Kleinkünstler beleben die Innenstadt.
Am Samstag zeigen die Schüler der
Musikschule von 11.00 bis 14.30 Uhr
in der gesamten Innenstadt ihr Können.

Begegnungszentrum Druckerei

Fr, 20.05.2005, 20.00 Uhr
**Eric Fish, Sänger einer der
erfolgreichsten deutschsprachigen
Rockbands SUBWAY TO SALLY mit
seinem Solo Programm**

Sa, 21.05.2005, 20.00 Uhr
Grand Prix d'Eurovision
Liveübertragung auf Großbildleinwand!
Mi, 25.05.2005, 20.00 Uhr
Impro-Theater „Verschwägert“
Impro-Theater Match „Die Regisseure“
So, 19.06.2005, 10.00 Uhr



**Kulturfrühstück und Hausfest zum
20-jährigen Jubiläum**
Live-Musik mit „Sidney's-Jazz-Memorial“
Tag der offenen Tür, Fotoausstellung, Basar,
Kinderbetreuung, kleine Bühneneinlagen,
Kaffee und Kuchen und vieles mehr.
Musikalisch begleitet werden Frühstück und
Hausfest von „Sidney's-Jazz-Memorial“.

Fr, 01.07.2005, 18.00 Uhr
Innenstadtfete:
Live Musik, Biergarten und Grillen!
ab 21 Uhr mit dem Magic Boogie Duo
Eintritt frei

Sa, 02.07.2005, 13.00 Uhr
Innenstadtfete:
Live-Musik, Biergarten und Grillen
Auch am Innenstadtfetensamstag
gibt es ab 21.00 Uhr wie immer die
große Abschlussparty mit Live-Musik
Eintritt frei

Casino Bad Oeynhausen

Fr, 13.05.2005,
Freitag, 13te

Fr, 20.05.2005
Genießer-Abend

So, 29.05.2005, 11.00 – 14.00 Uhr,
Swinging Sunday Morning
Eintritt frei

Fr, 03.06 und Sa, 04.06.2005,
Las Vegas Tage

Mi, 22.06.2005
Ladies Day-Verlosung

So, 26.06.2005, 11.00 – 14.00 Uhr
Swinging Sunday Morning
Eintritt frei

So, 31.07.2005, 11.00 – 14.00 Uhr
Swinging Sunday Morning
Eintritt frei



Deutsches Märchen- und Wesersagenmuseum

An jedem
1. Freitag im Monat, 16.00 Uhr
Märchenerzählstunde für Jung und Alt

Museumshof

Auf Grund der Vielzahl der Veran-
staltungen nutzen Sie bitte den
Veranstaltungskalender des Märchen-
museums, der auch dort erhältlich ist.

Aqua Magica

Sa, 21.05. – So, 22.05.2005
Gelände Aqua Magica
Bürgerfest
der Städte Bad Oeynhausen & Löhne

Fr, 24.06. – Sa, 26.06.2005
Gelände Aqua Magica
Literaturfest „Poetische Quellen 2005“
Begegnung mit nationalen und
internationalen Autorinnen und Autoren
bei Gesprächen, Lesungen, Signier-
stunden und in Diskussionen

Sa, 16.07.2005, 22.15 Uhr,
Mondscheinkino 1 auf der Naturbühne
Cinema Paradiso

EVA-Events

Sa, 14.05. – Mo, 16.05.2005
Gelände Aqua Magica
Spargelmarkt

Sa, 11.06. – So, 12.06.2005
Gelände Aqua Magica
Matjes on Tour

VIVA-Veranstaltungen

Fr, 01.07. – Sa, 02.07.2005
Innenstadt Bad Oeynhausen
Innenstadtfete

GOP Variété-Vorstellungen

mittwochs, donnerstags 20.00 Uhr
freitags, samstags 18.00 und 21.00 Uhr
sonntags 14.30 und 17.30 Uhr

Bitte beachten:

16.05.2005, Pfingstmontag,
Shows um 14.30 und 17.30 Uhr
26.05.2005, Fronleichnam,
Show um 14.30 Uhr
13.06.2005 und 14.06.05,
Sondergastspiel „Think Theatre“
18.06. und 19.06.2005,
Hochzeitstage im Kaiserpalais
10.07.2005,
Derniere ‚Kinomagie‘
15.07.2005,
Premiere ‚Sommerfrische‘,
Showzeiten freitags und samstags 18 und
21 Uhr, sonntags 14.30 und 17.30 Uhr
Derniere ‚Sommerfrische‘
28.08.2005,

Herz- und Diabeteszentrum NRW

Mi, 29.06.2005, 17.00 – 18.00 Uhr
Großer Hörsaal Herz- und Diabetes-
zentrum NRW
Arzt-Patienten-Seminar:
Blutdruck, Herz und Gefäße
Dr. med. A. Stirban

Klinik am Osterbach

Kontinuierliche Vortragsreihe „Nase,
Stimme, Tinnitus, Gesundheit selber
machen“
Die Themen können im Vorfeld erfragt
werden (Tel. 05731/159-603).
Die Vorträge finden immer montags im
Vortragsraum, 17.00 – 18.00 Uhr, statt.
Änderungen vorbehalten!

MEDIAN Klinikum für Rehabilitation I

(früher Weserklinik)
Sa, 11.06.2005, 10.00 – 16.00 Uhr
Tag der offenen Tür



Hotel Mercure City Bad Oeynhausen

jeden Dienstag, 15.00 Uhr
Bridge
Anmeldung mind. 2 Tage vorher unter
Tel. 28368

Freundeskreis Wasserschloß Ovelgönne

Mo, 06.06. – So, 12.06.2005
Ovelgönner Tage
Mo, 06.06.2005
Jubiläumsfeier
Mi, 08.06.2005 Sommerfest des
Plattdeutschen Klönkreises
Do, 09.06.2005
Akkordeonkonzert
Fr, 10.06.2005
Plattdeutscher Gottesdienst
Sa, 11.06 und So, 12.06.2005
Ökumenischer Gottesdienst

Sa, 11.05 und So, 12.06.2005
**Historisches Spektakel der Historischen
Gruppe „Corona Historica“**

Veranstaltungsplatz Sielpark

Fr, 20.05. – So, 22.05.2005
HCE-Sielpark-Event
Sportveranstaltung des HCE
Bad Oeynhausen

Sa, 04.06. – So, 05.06.2005
Mittelalterliche Ritterspiele im Sielpark
Uwe Heiß Veranstaltungen



Sa, 25.06. – Mo, 27.06.2005
Beach-Soccer-Turnier
Sportverein Eidinghausen-Werste



Nach anstrengendem Fotoshooting in Athen erholte sich Viktoria Stadtlander, Model und Vize-Miss-Germany, bei einem „Bad Oeynhausen Verwöhntag“.

Entspannung für Eilige:

„Queen Viktoria“ muss es wissen ...

Ständig mit dem Flugzeug unterwegs, immer ein anderes Klima, stundenlanges Warten und dann wieder Hektik und Stress während der Fotoaufnahmen. Eine Model-Karriere ist anstrengend, das weiß Viktoria Stadtlander aus Erfahrung. Um sich von einem stressigen Fotoshooting in Athen zu erholen, machte sie kürzlich Station in ihrer Heimatstadt Bad Oeynhausen. Dabei nutzte sie die Zeit und gönnte sich einen „Verwöhntag“, ein Intensivprogramm für Gestresste, das das Staatsbad seit gut einem Jahr anbietet.

„Bad Oeynhausen Verwöhntag“, das heißt ein Tag lang Entspannung, Freude, Wohlbefinden und Unterhaltung. Eine Mischung, die sich bestens eignet, um ein-

fach einmal abzuschalten, und die nachhaltig wirkt. Die Tageskomponenten – Aromatherapiebad und Aromamassage im historischen Badehaus II, Besuch der BaliTherme inklusive Saunalandschaft und eine Veranstaltung im GOP Variété – können frei nach Wunsch am Verwöhntag terminiert werden.

Über die Wirkung des kleinen Urlaubs zwischendurch bestehen bei Viktoria Stadtlander keine Zweifel: Am Ende des Tages strahlte sie wie neugeboren. Besonders freute sie sich über den Flauschbade-mantel und die Badeschuhe – mit Staatsbad-Logo – die im Verwöhntag-Angebot inbegriffen sind. Und die sie jetzt in alle Welt begleiten.

99,–^{EUR}

Bad Oeynhausen Verwöhntag

Weitere Infos:
Gäste- und Informationscenter
Tel. 05731/1300

Die hohe Kunst des Erzählens:

Hans Christian Andersen im Märchenmuseum

In diesem Jahr wird an vielen Orten des berühmten dänischen Märchendichters Hans Christian Andersen gedacht, der am 2. April 1805, also vor 200 Jahren geboren wurde.

Zum Auftakt des Andersen-Jahrs zeigt das Märchen-Museum Bad Oeynhausen noch bis 12. Juni die Ausstellung „Falko Behrendt. Märchenbilder – Bildermärchen“. Märchen faszinierten den in Norddeutschland lebenden Künstler schon als Kind, wobei die von Hans Christian Andersen neben anderen eine große Rolle spielten. Heute erzählt er mit seinen Bildern selber Märchen, äußerst feingliedrige, inhaltsreiche Radierungen, Lithographien, Gouachen, Collagen, Keramiken und Skulpturen.

Andersen-Raum

In der Dauerausstellung des Museums ist ein Raum Hans Christian Andersen gewidmet, in dem einzelne seiner bekannten Märchen assoziativ vorgestellt werden. Übrigens präsentiert die Ausstellung unter anderem die Erbse, die der Prinzessin im gleichnamigen Märchen eine schreckliche Nacht eingebracht hat ... Es findet sich ein Spendenkasten zum Erhalt der Kaiserkleider und ein Quiz lädt ein, sein eigenes Wissen zu Andersens Geschichten zu testen. Wer Näheres nachlesen möchte, ist herzlich eingeladen, das in der Museumsbibliothek zu tun, wo alte Ausgaben ebenso wie viele Neuerscheinungen seiner Märchen vorgehalten werden.

Originalgraphiken von Grass

Höhepunkt im Bad Oeynhausener Andersen-Jahr ist die Präsentation der Originalgraphiken von Günter Grass zu ausgewählten Märchen von Hans Christian Andersen. Die Lithographien sind in gedruckter Form 2004 im Steidl-Verlag erschienen unter dem Titel „Der Schatten“.

Aus diesem Buch stammen auch die Abbildungen auf dieser Seite. Entsprechend betitelt ist auch die Ausstellung. Der Nobelpreisträger hat eine besondere Affinität zu den Märchen von Hans Christian Andersen. In seine Auswahl nahm er auch etliche weniger bekannte, aber mindestens so lesenswerte Märchen Andersens auf. Seine Bilder illustrieren die Texte handfest und hintergründig. Begleitend zur Ausstellung finden regelmäßig Lesungen ausgewählter Märchen von Hans Christian Andersen statt. Die Eröffnung der Ausstellung findet statt am Sonntag, 19. Juni 2005, um 11.30 Uhr.

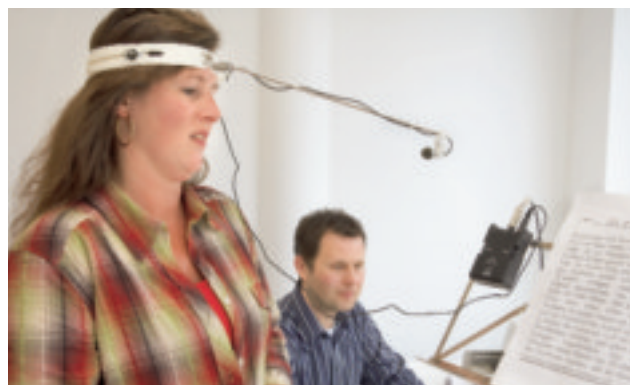
Während der Bad Oeynhausener Märchentage 2005 Ende Oktober wird das Thema Hans Christian Andersen noch einmal mit Lesungen, besonderen Erzählveranstaltungen, Vorträgen, Workshops für Kinder usw. wieder aufgenommen. Das Programm dazu erscheint Anfang Oktober.



▼ **Deutsches Märchen- und Wesersagenmuseum**

Am Kurpark 3
Tel. 05731/14-26 60
info@badoeynhausen.de.

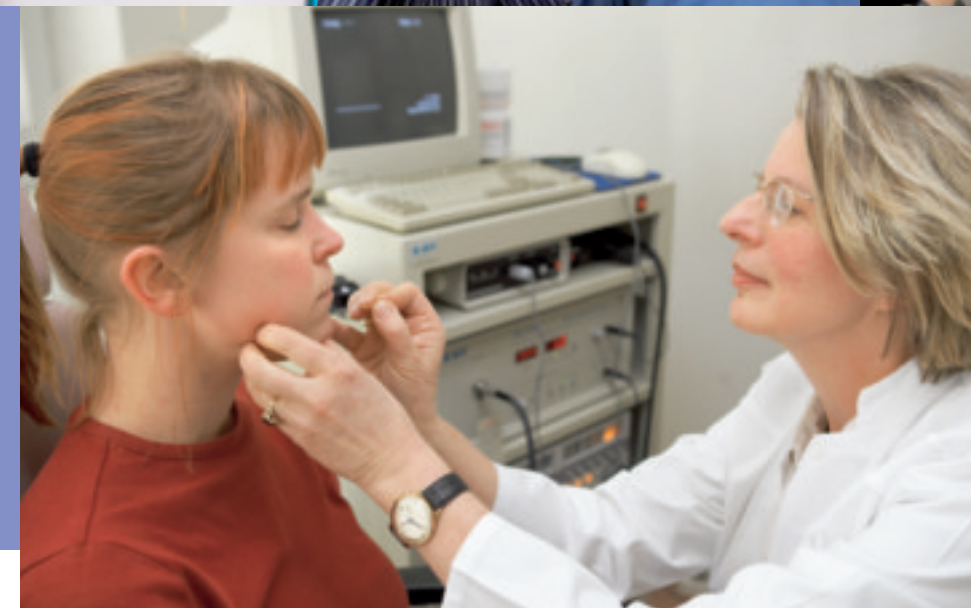
Öffnungszeiten:
Mi – So, 10 – 12
und 14 – 17 Uhr



Klinik am Osterbach

Zurück ins Leben ...

... so könnte das Motto der Klinik am Osterbach lauten. Drei eng miteinander arbeitende Fachabteilungen sorgen hier für ein deutschlandweit einmaliges Spektrum an Therapiemöglichkeiten, das Patienten nach Schlaganfall, mit psychosomatischen und psychischen Belastungen durch Traumata oder Stimmstörungen und Tinnitus den Schritt in den Alltag erleichtert.



In der Rehabilitationsklinik, einem hellen und freundlichen Haus mit Hotelambiente, werden im ganzheitlichen Ansatz Heilverfahren, Anschlussheilbehandlungen (AHB) und postprimäre Rehabilitationen (PPR) durchgeführt. Für den Erfolg stehen drei Fachabteilungen, die einmalig in dieser Kombination und Konzentration bestehen: Neurologie mit neurologischer Psychosomatik, Psychotherapeutische Medizin mit Psychotraumatologie sowie Stimm- und Sprachheilzentrum mit Tinnitusfachabteilung arbeiten eng zusammen für eine gezielte Therapie der Patienten. „Dieses umfassende und qualifizierte Angebot gibt es an keiner weiteren Klinik in Deutschland“, ist sich Verwaltungschef Ulrich Hippe sicher.

Nicht selten korrespondieren Krankheitsbilder, überlagern sich und können nur vom jeweiligen Spezialisten diagnostiziert und behandelt werden. Die Ärzte der Klinik am Osterbach tauschen sich intensiv aus und bündeln ihre Kompetenz zugunsten des Patienten, ersparen ihm

Doppeluntersuchungen oder weitere Klinikaufenthalte. Die medizinischen Behandlungen werden durch ein Vollversorgungsangebot vom Pflegedienst über Physiotherapie und Psychotherapie bis zur Ernährungsberatung ergänzt. Circa 180 kompetente Mitarbeiter sind täglich für rund 160 Patienten im Einsatz.

Neurologie mit neurologischer Psychosomatik

Rund die Hälfte der Patienten von Chefarzt Dr. med. Loew kommen nach einem Schlaganfall in Behandlung. Die anderen Patienten leiden an unterschiedlichen neurologischen Erkrankungen, oft an Multipler Sklerose, Morbus Parkinson oder auch Zustand nach Verletzungen des Gehirns und des peripheren Nervensystems. Viele dieser Patienten haben massive Bewegungsprobleme und Sprachstörungen, die aber wiederherzustellen sind, wenn sie schnell und gezielt behandelt werden.

Ziel von Dr. med. Loew und seinem Behandler-Team ist es, die Hirnfunktionen der betroffenen Patienten zu aktivieren: „So besteht die Chance auch neuropsychologische Funktionen, die durch die Hirnerkrankung verloren gegangen sind wiederherzustellen wie z. B. Anziehen und selbständiges Essen“. Wichtig für den Neurologen: „Die Patienten lernen durch unsere Mithilfe ihre praktischen Fähigkeiten und ihre Leistungsfähigkeit richtig einzuschätzen und damit umzugehen.“ Die Arbeit zeigt gute Erfolge. Etwa die Hälfte der Schlaganfallpatienten können nach der Therapie auf den Rollstuhl verzichten und auch die Inkontinenz, die häufig mit einem Schlaganfall einhergeht ist bei der Hälfte der betroffenen Patienten nach durchschnittlich 30 Tagen nicht mehr vorhanden.

Psychotherapeutische Medizin mit Psychotraumatologie

„Wir arbeiten hier an der Wurzel des Übels“, bringt Chefarztin Barbara-Rose Legeler den Schwerpunkt der psychoso-

matischen Medizin auf den Punkt. Ihre Patienten leiden unter psychotherapeutisch-psychosomatischen Störungen wie Depressionen, Ängsten, unerklärlichen Schmerzen oder sie haben ein traumatisches Erlebnis hinter sich. Als eine von drei Kliniken in Deutschland behandelt die Klinik am Osterbach Frauen und Männer mit sexuellen Traumatisierungen. Alle Erkrankungen werden in einem integrativen Konzept mit tiefenpsychologischem Hintergrund, Psychodramatherapie sowie EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing) therapiert. Dies geschieht nach einem festen Konzept, mit einem auf das Krankheitsbild und die Persönlichkeit genau abgestimmten Behandlungsplan, der die Patienten ganzheitlich einbindet. Besonders viel Wert legt die Ärztin für Psychotherapeutische Medizin auf so genannte „geschlossene Gruppen“, die sie vor Beginn der eigentlichen Therapie festlegt und die während des Aufenthalts in der Klinik zusammenbleiben. Ihr Konzept hat gute Aussichten: Nach ungefähr sechs Wochen können fast

dreiviertel aller Patienten wieder aktiv am Leben – auch am Arbeitsleben – teilnehmen.

Stimm- und Sprachheilzentrum

Die von Frau Chefärztin Dr. med. Sabine Keßler geleitete Einrichtung gehört zu den vier Kliniken in Deutschland, in denen Patienten mit Stimm- und Sprechstörungen stationär behandelt werden. Zudem therapiert die Ärztin für HNO Heilkunde/Phoniatrie und Pädaudiologie Kranke, die an störendem Tinnitus mit vegetativer Begleitsymptomatik wie z. B. Schlafstörungen leiden. Die guten Behandlungserfolge, zirka 80 Prozent Besserung des Umgangs mit den Beschwerden, bestätigen das angewandte Therapiekonzept.

Von der Notwendigkeit der Kooperation der Fachabteilungen in der Klinik ist Dr. med. Keßler überzeugt. „Veranlagung, Psyche und Belastung von außen spielen gerade bei der Entstehung von Stimmstörungen und auch des Tinnitus

häufig zusammen.“ Daher behandelt sie nach gründlicher Diagnose in ihrer Abteilung oft in Zusammenarbeit mit ihren Kollegen aus der Neurologie und psychotherapeutischen Medizin die Patienten ganzheitlich. So werden verstummte Trauma-Patienten der Abteilung für Psychotherapeutische Medizin betreut und Schlaganfallpatienten aus der Neurologie, die unter Schluckbeschwerden leiden, mitbehandelt. Außerdem integriert sie – wie ihre Kollegen – das umfassende sport- und physiotherapeutische Angebot der Klinik, um beispielsweise die häufig massiven Muskelverspannungen von Stimm- und Tinnituspatienten zu lösen.

▼ Klinik am Osterbach
Werner Wicker KG
Am Osterbach 2
32545 Bad Oeynhausen
Tel. 05731/159-0
www.klinik-am-osterbach.de

90-jährigen Geburtstag feiert das „Theater im Park“ in diesem Jahr – ein guter Grund, ein besonders interessantes Programm zu bieten. Zum Auftakt der Theatersaison 2005/2006 wird es wieder eine ganze Theaterwoche vom 9. bis 14. September geben.

Theatergeburtstag und Saisonbeginn werden von Beginn an kräftig gefeiert. „Das Beste aus der Welt der Operette“ am Dienstag, dem 6. September 2005, und „Die wunderbare Welt des Theaters“ bilden den Auftakt. Beide Aufführungen zeigen einen Querschnitt durch Musiktheater, Geschichte und Vielfalt des Theaters. Auch „Theatermuffel“ haben hier die Möglichkeit, einen Einblick in verschiedene Entwicklungen und Stilrichtungen an einem Abend zu erleben!

Krimi, Kino und Co. im Abo*

Neben bekannten Namen wie Susanne Uhlen oder Witta Pohl bietet das Theater im Park in der kommenden Spielzeit neue Abos, und das gleich „reihenweise“. Die Krimireihe mit Stücken von Agatha Christie oder Alfred Hitchcock bringt bei „Zeugin der Anklage“, „Mord im Pfarrhaus“ und „Die Strohuppe“ höchste Spannung auf die Bühne. Das Westfälische Landestheater zeigt mit „Warte bis es dunkel wird“ und „Ein Fremder klopft an“: Krimis sind auf der Bühne noch kribbeliger!

Mit der Kinoreihe werden große Filme auf die Bühne gebracht: „Monsieur Ibrahim und die Blumen des Koran“ sowie „Ladies Night – ganz oder gar nicht“ waren ebenso erfolgreich wie „Elling“. „Die Feuerzangenbowle“ am 15. Dezember garantiert mit einer echten Feuerzangenbowle bis zum heutigen Tag originelle Unterhaltung à la Kästner.

und für alle, die spontan dabei sein wollen!

Kurzweilige Theaterwoche und reihenweise neue Abos

Theatersaison 2005/2006

Weiter geht's am Donnerstag, 8. September, mit „Hildegard Knef – eine Femmage“, in der Schauspiel und Chansons das bewegte Leben dieser großen deutschen Diva auffächern. „Loriots dramatische Werke“ zeigen Evergreens von Herrn Müller-Lüdenscheidt am Freitagabend. Mirandolina ist zu Gast am Samstagabend, Pippi Langstrumpf lädt vor allem Kinder für den Sonntag ein.

Klassiker des Sing- und Sprechtheaters

Weiter geht es nach der Theaterwoche mit den Klassikreihen des Lippischen Landestheaters. Klassikreihe A bietet „Der zerbrochene Krug“, „Don Giovanni“ von Mozart, „Der Nussknacker“ von Tschaikowsky, „Maiers Fest“ als Schauspiel und feiert abschließend „Ein(en) Maskenball“ von Verdi.

Die Klassikreihe B beginnt mit der komischen Oper „Boccaccio“ von Franz von Suppé. Es folgen „Triumph der Liebe“ als Komödie von Pierre Carlet de Marivaux, „Die Herzogin von Chicago“, eine Operette von Emmerich Kálmán, die Schiller-Tragödie „Die Jungfrau von Orléans“ und schließt mit dem Musical „Der Mann von La Mancha“.

Für Kinder und Jugendliche ist ebenfalls vieles dabei: „Die kleine Zauberflöte“ und „Die Schneekönigin“ der Jungen Oper Köln, „Simba und das Löwenland“ und „Pippi Langstrumpf“ sollte jedes Kind gesehen haben. Für Jugendliche ab 12 Jahren bringt der Erfolgsautor Henning Mankell das Stück „Der gewissenlose Mörder Hasse Karlsson“ auf die Bühne.

Es lohnt sich also, in der neuen Saison ins Theater im Park zu gehen. Die Abos sind ideal zum Schenken und sich selber schenken. Am besten rechtzeitig sichern!

Details zu den Terminen stehen auf der Rückseite. Bitte berücksichtigen Sie, dass der eine oder andere Termin noch um-disponiert werden kann

▼
ABOS und Theaterkarten
im Gäste- und
Informationscenter
Tel. 0 57 31/1330



Sportkardiologie im Herz- und Diabeteszentrum Nordrhein-Westfalen:

Ein Herz für den Sport – Sport für das Herz



„Von der interdisziplinären Zusammenarbeit der Kliniken und Institute des Herz- und Diabeteszentrums kann der Spitzensportler optimal profitieren – der fachärztliche Austausch findet auf kurzem Wege statt, lästige und vermeidbare Untersuchungs- und Behandlungsprozeduren bleiben dem Athleten erspart“, Prof. Dr. Dieter Horstkotte, Direktor der Kardiologischen Klinik des HDZ.



„Spitzensportler benötigen nicht mehr nur den Laufbandtest für die Gesundheitsuntersuchung, sondern ein umfassende Herz-, Kreislauf- und Stoffwechseldiagnostik“, Oberarzt Dr. Klaus-Peter Mellwig, Leiter der Sportkardiologischen Abteilung des HDZ.

Prof. Dr. Dieter Horstkotte, Direktor der Kardiologischen Klinik und Oberarzt Dr. Klaus-Peter Mellwig, Leiter der Sportkardiologischen Abteilung, im Gespräch mit Anja Brandt, Presse- und Öffentlichkeitsarbeit des HDZ, über Gesundheitsuntersuchungen im HDZ, die dem Breiten- und Leistungssportler mehr Sicherheit und Leistungsfähigkeit versprechen.

Anja Brandt: Wie wichtig sind sportkardiologische Untersuchungen?

Dr. Klaus-Peter Mellwig: In den letzten Jahren hat die Bedeutung der Kardiologie und insbesondere der Sportkardiologie für die Betreuung von Breiten- und Leistungssportlern erheblich zugenommen. Durch die Leistungsdiagnostik – sei es auf dem Fahrradergometer oder auf dem Laufband – wird der Trainingszustand des Sportlers ermittelt. Anhand der gemessenen Daten wie Herzfrequenz, Blutdruck, Sauerstoffaufnahme, Kohlendioxidabgabe können exakte Trainingsempfehlungen gegeben werden, die sowohl dem Sportler als auch dem Übungsleiter eine individuelle Trainingssteuerung ermöglichen.

Gilt es neben der Leistungsdiagnostik auch den Gesundheitszustand des Sportlers in regelmäßigen Abständen zu überprüfen?

Dr. Klaus-Peter Mellwig: Unbedingt, denn viele Herzerkrankungen treten bei Hochleistungssportlern mit derselben Häufigkeit wie bei Nichtsportlern auf und haben oftmals sehr viel weitreichendere Konsequenzen. Bei der Gesundheitsdiagnostik nimmt die Ultraschalluntersuchung des Herzens (Echokardiographie) eine zentrale Rolle ein. Mit dieser nicht-

invasiven Untersuchung können angeborene oder erworbene Herzerkrankungen festgestellt werden. Bei Hochleistungssportlern, die über Jahre intensiv Sport getrieben haben, können strukturelle Veränderungen des Herzens eintreten, die die Echokardiographie ebenfalls aufdecken kann. Zu den Gesundheitsuntersuchungen zählen darüber hinaus umfangreiche laborchemische Untersuchungen, um das kardiovaskuläre Risiko abzuklären, Organfunktionen wie Leber und Niere zu beurteilen und den Infektionsstatus zu klären. Diese Untersuchungen sind sowohl für den Breitensportler wie für den Leistungssportler von äußerster Relevanz. Zudem hat in den letzten

Jahren die Beratung bezüglich sinnvoller körperlicher Belastungen bei Herzkranken zunehmend an Bedeutung gewonnen. Selbst Patienten mit fortgeschrittener Herzmuskelschwäche sollten sich in angemessener Weise und regelmäßig belasten, um nicht nur die Lebensqualität, sondern auch die Lebenserwartung entscheidend zu verbessern.

Welchen Nutzen bringt regelmäßiger Sport Patienten mit Herzerkrankungen?

Prof. Dr. Dieter Horstkotte: Gerade Patienten mit einer Herzschwäche, die durch eine eingeschränkte Pumpleistung hervorgerufen wird, profitieren von sportlichen Aktivitäten. Durch ein gezieltes Training kann die Herzleistung deutlich verbessert werden. Zahlreiche Patienten mit Pumpschwäche des Herzens sind im Herz- und Diabeteszentrum in Sportgruppen zusammengefasst, um unter professioneller Aufsicht zweimal pro Woche zu trainieren.

Sportkardiologie im HDZ



Seit 1. März 2005 führt die Abteilung Sportkardiologie der Kardiologischen Klinik des HDZ gemeinsam mit dem Olympiastützpunkt Westfalen die kardiologisch-internistische Betreuung von Leistungssportlern durch. Der Olympiastützpunkt Westfalen, eine Einrichtung des Bundes zur Förderung des Hochleistungssports, betreut über 500 Athleten und Trainer aus 19 unterschiedlichen olympischen Sportarten von Badminton, Eishockey, Leichtathletik bis zum Wasserball. Neben einer trainingswissenschaftlichen und sozialen Betreuung steht dort die sportmedizinische Überwachung der Athleten an erster Stelle. Leistungsdiagnostische Untersuchungen dienen dazu, die individuellen Stärken und Schwächen des einzelnen Athleten zu identifizieren und zu objektivieren. Auf der Grundlage dieser Erkenntnisse können Athleten und Trainer gezielt in den aktuellen Trainings- und Regenerationsplan eingreifen und diesen effektiver gestalten.

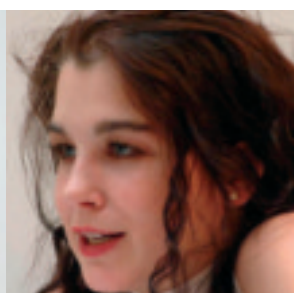


Literatur zum Anfassen in der Toskana Ostwestfalens:

5. Internationales Literaturfest „Poetische Quellen 2005“



Leoluca Orlando



Silke Scheuermann



John von Düffel



Juri Andruchowitsch

Vom 24. bis 26. Juni findet das Internationale Literaturfest „Poetische Quellen“ zum 5. Mai im „Park der Magischen Wasser“ statt. Das Schwerpunktthema heißt diesmal „Literatur und Engagement“, zu dem wieder renommierte und aufstrebende Autoren und Persönlichkeiten lesen und öffentlich diskutieren.

Informationen zum Programm unter www.aquamagica.de oder unter Tel. 057 31/302000

Die Lesungen am Nachmittag sind eintrittsfrei!

Bei schlechter Witterung finden die Veranstaltungen im Literaturzelt statt. An allen Tagen steht ein umfangreicher Büchertisch mit den Werken der anwesenden Autoren zur Verfügung.

Für Gäste, die aus größerer Entfernung anreisen, besteht eine Kooperation mit den Bad Oeynhausener Hotels Mercure am Kurpark Tel. 05731/2570 und Mercure Bad Oeynhausen City Tel. 05731/25890 mit besonderen Übernachtungstarifen.

Ein Höhepunkt ist der Besuch der erst kürzlich bekannt gegebenen diesjährigen Erich-Maria-Remarque-Friedenspreisträger Leoluca Orlando und der brillante Autor und Essayist Juri Andruchowitsch, ehemaliger Bürgermeister von Palermo und unermüdlicher Kämpfer gegen die organisierte Kriminalität und für die weltweite Durchsetzung der Menschenrechte. Andruchowitsch setzte sich während der „Revolution in Orange“ in Kiew aktiv für die Demokratisierung der Ukraine ein. Orlando und Andruchowitsch kommen am Samstagabend, 25. Juni, in einem Gespräch zusammen. Juri Andruchowitsch stellt tags darauf seinen aktuell erschienenen Roman „Zwölf Ringe“ vor.

Im Rahmen des Forums „Neuere deutschsprachige Literatur“ geben sich die Autoren John von Düffel, Terézia Mora, Silke Scheuermann und der „aspek“-Literaturpreisträger des ZDF 2004,

Thomas Stangl, am Samstagnachmittag, 25. Juni, die Ehre. In dem inzwischen zur Tradition gewordenen „Sonntagsgespräch“ am Sonntagvormittag, 26. Juni ab 11 Uhr, geht es dann um „Die Reformlüge oder das langsame Verschwinden der Freiheit“. Gäste sind u.a. Autor und WDR-Redakteur Walter van Rossum und die Bürgerrechtlerin und Börne-Preisträgerin Daniela Dahn. Am Sonntagnachmittag wird Michael Schindhelm, frisch designierter Generaldirektor der drei Berliner Opernbühnen, Theaterintendant in Basel und Autor, zu Gast sein.

Spannende Lesungen und Gespräche sind also vorprogrammiert! Und das alles in einer Umgebung, die der Bestsellerautor Hans-Ulrich Treichel im vergangenen Jahr zurecht als „die Toskana Ostwestfalens“ lobte.

Impressum

Herausgeber
Staatsbad
Bad Oeynhausen GmbH
Gäste- und Informationscenter im Kurpark
32545 Bad Oeynhausen

Redaktion
Stefan Dörr
Staatsbad
Bad Oeynhausen GmbH

Kontakt & Anzeigen
Marita Thiele
Staatsbad Bad Oeynhausen
Tel.: 05731/131303
m.thiele@badoeynhausen.de

Projektleitung
Dagmar Pape & Partner
Büro für Kommunikation

Text
Dr. Hanna Dose
Anja Brandt
Sabine Hackmann
Prof. Rüdiger Petzoldt
Angela Schmidt
Michael Scholz

Lebensart
Grundschule-Rehme-Oberbecken
GOP-Variété

Gestaltung
Leidecker & Schormann
Kommunikationsdesign

Fotos
André Chales de Beaulieu
Armin Kühn
Werner Krüper
Rolf Lang
Viktor Wedel

Aqua Magica
BaliTherme
Deutsches Märchen- und Wesersagenmuseum
GOP-Variété
Grundschule-Rehme-Oberbecken
Lebensart

Druck
JCC Bruns
Marketing und Druck

Für die Vollständigkeit und Richtigkeit der Angaben in dieser Ausgabe kann trotz sorgfältiger Recherche keine Haftung übernommen werden. Nachdruck ist nur mit schriftlicher Genehmigung der Redaktion erlaubt.


Bad Oeynhausen
herzerfrischend

Staatsbad-Quiz Hinschauen lohnt sich!

Unsere Quizaufgabe können Spaziergänger, die sich Richtung Sielpark bewegen, auf einen Blick lösen. Mit Wissen und etwas Glück können Sie diese Preise gewinnen: zehn Freikarten für die Minigolfanlage im Siekertal, eine Fahrt für die ganze Familie oder Freunde (bis zu zehn Personen) im Wolkenschieber oder drei Sätze Staatsbad-

Kartenspiele inklusive Massage nach anstrengender Skat-Runde.

Seine Vorgänger waren ein Stück vom Salz in der Suppe Bad Oeynhausens. Was ist hier zu sehen?



Schreiben Sie die Antwort auf eine Postkarte und schicken Sie diese an die: Staatsbad Bad Oeynhausen GmbH
Gäste- und Informationscenter
Im Kurpark
32545 Bad Oeynhausen
Sie können die Karte dort auch persönlich abgeben.

Teilnahmebedingungen: Mitmachen können alle Bad Oeynhausener und Gäste ab 18 Jahre. Das Los entscheidet über die drei Gewinner, sie werden schriftlich benachrichtigt. **Einsendeschluss ist der 12. Juni 2005**, dabei gilt das Datum des Poststempels bzw. des Eingangsstempels des Staatsbades. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen, Barablösung ist nicht möglich. Ausgeschlossen von der Teilnahme sind Angehörige der Staatsbad Bad Oeynhausen GmbH.

Herzlichen Glückwunsch!



Im vergangenen Staatsbad-Quiz ging es um ein Wahrzeichen der Stadt, genauer: um die Schweine am Sülte-meier-Brunnen. Die brachten drei Gewinnern Glück und diese Preise:

Jeweils zwei Eintrittskarten gingen an die Gewinner:

1. Preis
Vorstellung Theater im Park
Norbert Fahrmeier
Rabattenweg 8
32423 Minden

2. Preis
Vorstellung GOP-Variété
Reinhard Gerdswager
Auf der Hude 37
32549 Bad Oeynhausen

3. Preis
Ein Tag in der BaliTherme
Bärbel Begemann
Im Orte 14
32549 Bad Oeynhausen

Das Staatsbad gratuliert und wünscht viel Freude mit den Gewinnen. Wenn Fortuna Ihnen nicht treu war, sollten Sie auch jetzt wieder mitmachen. Es lohnt sich.



Vorschau
Die Ausgabe 3/2005
der Bad Oeynhausen
Momente erscheint am
25/07/2005

Einfach Barre



Farbe
bekennen!