

VORSORGE- UND REHA-ANGEBOTE FÜR PFLEGENDE ANGEHÖRIGE



Auszeit

STATIONÄRE ANGEBOTE IN SÜDWESTFALEN
UND IM TEUTOBURGER WALD

www.auszeit-in-swf.de
www.teutoburgerwald.de/auszeit



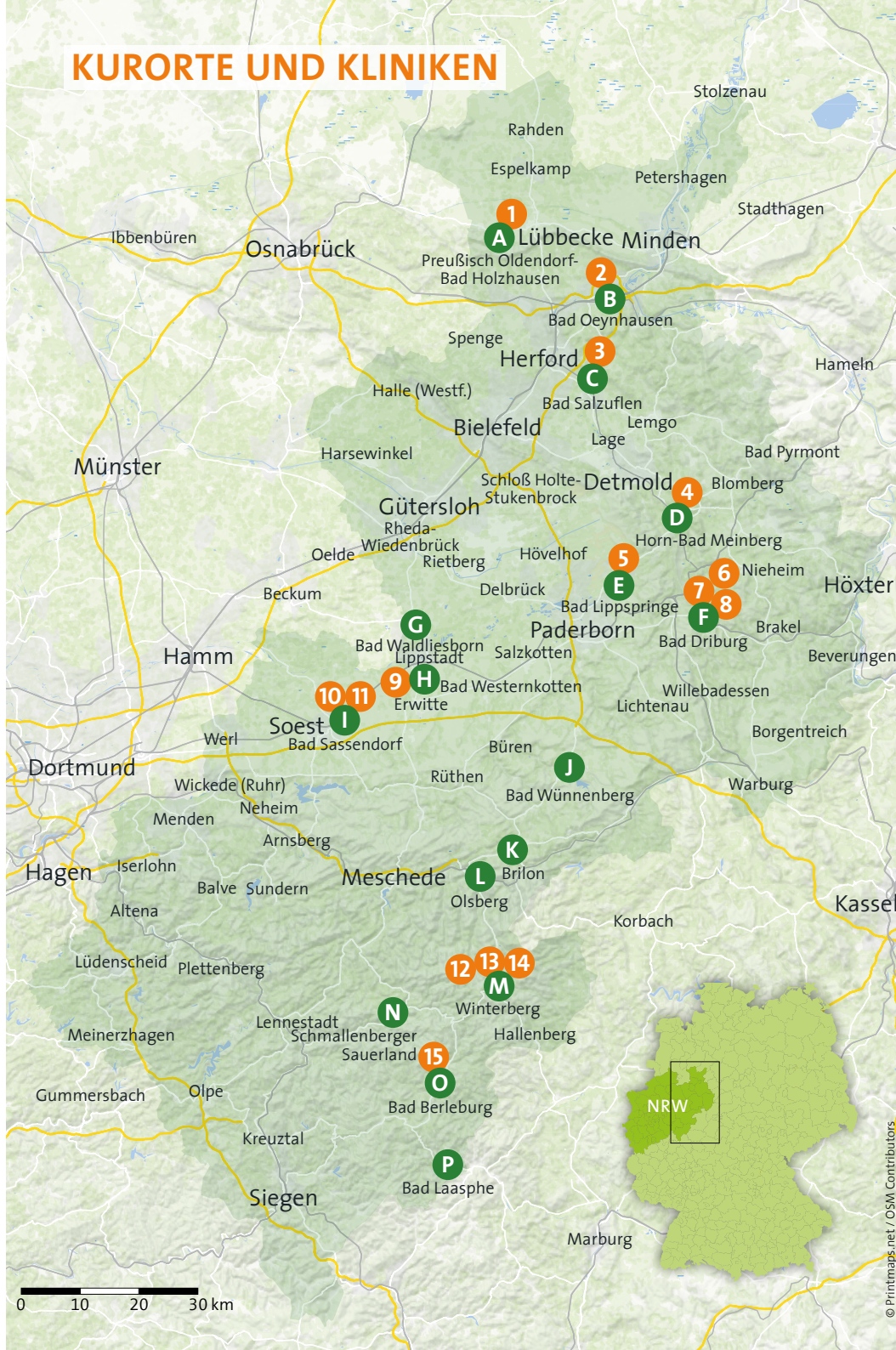
HEILGÄRTEN & THERAPIEANGEBOTE FÜR PFLEGENDE ANGEHÖRIGE

Ostwestfalen-Lippe mit dem **Teutoburger Wald** gilt mit seinem Reichtum an natürlichen Heilmitteln als Heilgarten Deutschlands. Die Thermalbäder, Kurparks und kulturellen Angebote der sieben Heilbäder werden von Gästen und Patienten gerne besucht, um sich zu erholen und loszulassen.

Südwestfalen mit seinen Regionen **Sauerland** und **Siegerland-Wittgenstein** bietet Ihnen viel Abwechslung und Raum für gesunde Bewegung. In neun Kurorten und Heilbädern können Sie eine „Auszeit“ vom Alltag nehmen und mental und körperlich neue Kraft für Ihre wichtige Aufgabe sammeln.

Im Rahmen der vom Ministerium für Arbeit, Gesundheit und Soziales des Landes Nordrhein-Westfalen geförderten Projekte „Auszeit in OWL“ und „Auszeit in Südwestfalen“ wurden neue stationäre Angebote für pflegende Angehörige entwickelt. Die Übersicht der Kliniken und Kurorte finden Sie auf den folgenden Seiten oder immer aktuell im Internet auf www.teutoburgerwald.de/auszeit und www.auszeit-in-swf.de.

- A** Preußisch Oldendorf-Bad Holzhausen ▶ S. 17
- 1** Klinik HolsingVital ▶ S. 9
- B** Bad Oeynhausen ▶ S. 17
- 2** Berolina Klinik Löhne | Bad Oeynhausen ▶ S. 9
- C** Bad Salzuflen ▶ S. 18
- 3** Salzetalklinik ▶ S. 10
- D** Horn-Bad Meinberg ▶ S. 18
- 4** MEDICLIN Rose Klinik ▶ S. 10
- E** Bad Lippspringe ▶ S. 19
- 5** MZG Bad Lippspringe | Teutoburger-Wald-Klinik ▶ S. 11
- F** Bad Driburg ▶ S. 19
- 6** Gräfliche Kliniken ▶ S. 11
- 7** Klinik Rosenberg ▶ S. 12
- 8** Reha-Zentrum Bad Driburg | Klinik Berlin ▶ S. 12
- G** Bad Waldliesborn ▶ S. 20
- H** Bad Westernkotten ▶ S. 20
- 9** Klinik Solequelle ▶ S. 13
- I** Bad Sassendorf ▶ S. 21
- 10** Johanniter Kinderfachklinik Bad Sassendorf ▶ S. 13
- 11** Rehaklinik Wiesengrund ▶ S. 14
- J** Bad Wünnenberg ▶ S. 21
- K** Brilon ▶ S. 22
- L** Olsberg ▶ S. 22
- M** Winterberg ▶ S. 23
- 12** Gesundheitszentrum „Altastenberg“ ▶ S. 14
- 13** Klinik St. Ursula ▶ S. 15
- 14** Landhaus Fernblick ▶ S. 15
- N** Schmallenberger Sauerland ▶ S. 23
- O** Bad Berleburg ▶ S. 24
- 15** VAMED Rehaklinik Bad Berleburg ▶ S. 16
- P** Bad Laasphe ▶ S. 24



INHALT

- 6** Warum Vorsorge oder Reha?
- 7** Ihr Weg zur Kur oder Reha
- 7** Versorgung von pflegebedürftigen Angehörigen
- 9** KLINIKEN
 - 9** Klinik HolsingVital Bad Holzhausen
 - 9** Berolina Klinik Löhne | Bad Oeynhausen
 - 10** Salzetalklinik Bad Salzuflen
 - 10** MEDICLIN Rose Klinik Horn-Bad Meinberg
 - 11** Medizinisches Zentrum für Gesundheit Bad Lippspringe | Teutoburger-Wald-Klinik
 - 11** Gräfliche Kliniken Bad Driburg
 - 12** Klinik Rosenberg Bad Driburg
 - 12** Reha-Zentrum Bad Driburg | Klinik Berlin
 - 13** Klinik Solequelle Bad Westernkotten
 - 13** Johanniter Kinderfachklinik Bad Sassendorf
 - 14** Rehaklinik Wiesengrund Bad Sassendorf
 - 14** Gesundheitszentrum „Altastenberg“ Winterberg
 - 15** Klinik St. Ursula Winterberg
 - 15** Landhaus Fernblick Winterberg
 - 16** VAMED Rehaklinik Bad Berleburg
- 17** KURORTE
 - 17** Preußisch Oldendorf-Bad Holzhausen
 - 17** Bad Oeynhausen
 - 18** Bad Salzuflen
 - 18** Horn-Bad Meinberg
 - 19** Bad Lippspringe
 - 19** Bad Driburg
 - 20** Bad Waldliesborn
 - 20** Bad Westernkotten
 - 21** Bad Sassendorf
 - 21** Bad Wünnenberg
 - 22** Brilon
 - 22** Olsberg
 - 23** Winterberg
 - 23** Schmallenberger Sauerland
 - 24** Bad Berleburg
 - 24** Bad Laasphe
- 25** Impressum
- 26** Angebote des „Pflegerwegweisers NRW“



Warum Vorsorge oder Reha?

Als pflegende Angehörige oder pflegender Angehöriger sind Sie oft über Jahre stark beansprucht durch die Herausforderungen der Vereinbarkeit von Pflege, Familie und Beruf. Dies kann zu psychischen und/oder körperlichen Überlastungen oder Erkrankungen führen.

Auch wenn Sie Ihre unterstützenden Tätigkeiten als selbstverständlich ansehen, sollten Sie Ihre Energie richtig einschätzen. Bei gesundheitlichen oder sozialen Beeinträchtigungen können eine Vorsorge (Kur) oder eine Rehabilitation (Reha) zur langfristigen Verbesserung Ihres Pflegealltags beitragen. Die stationären Maßnahmen dauern je nach Krankheitsbild zwei bis sechs Wochen.

Ziele der Vorsorge oder Reha sind

- die Erholung von psychischen und/oder körperlichen Überlastungen oder Erkrankungen,
- die Stärkung der Selbstfürsorge,
- das Kennenlernen von Entlastungsmöglichkeiten,
- die Förderung von Resilienz und Ressourcen zur Regeneration,
- die Belebung sozialer Kontakte sowie
- das Erleben einer neuen Perspektive in der Pflege.

IHR WEG ZUR KUR ODER REHA

Für den Antritt einer Kur oder Reha als pflegende Angehörige oder pflegender Angehöriger sind Voraussetzungen zu erfüllen:

- Die Pflegebedürftigkeit Ihrer oder Ihres Angehörigen ist vom Medizinischen Dienst der Kranken- bzw. Pflegekasse offiziell festgestellt worden durch Anerkennung eines Pflegegrades.
- Sie müssen seit mindestens sechs Monaten bei der Kasse als Pflegeperson eingetragen sein.
- Ihr behandelnder Arzt bestätigt mit einer Verordnung die Notwendigkeit einer stationären Kur oder Reha. Er kann gemeinsam mit Ihnen die Wunschklinik eintragen. Die Genehmigung des zuständigen Kostenträgers – in der Regel die Krankenkasse oder die Rentenversicherung – ist erforderlich.



VERSORGUNG VON PFLEGE- BEDÜRFTIGEN ANGEHÖRIGEN

Bei Vorliegen der Kostenübernahmeerklärung des Kostenträgers für Ihre Vorsorge- oder Rehamaßnahme können Sie für die pflegebedürftige Person am Wohnort einen Platz in der Kurzzeitpflege reservieren oder die Verhinderungspflege

in Anspruch nehmen. Für pflegebedürftige Personen mit den Pflegegraden 2 bis 5 übernimmt oder beteiligt sich die Pflegeversicherung an den Kosten. Liegt keine Pflegebedürftigkeit mit Pflegegrad 2, 3, 4 oder 5 vor, gibt es unter bestimmten Voraussetzungen Kurzzeitpflege als Leistung der gesetzlichen Krankenversicherung.

Wenn eine längere Trennung nicht gewünscht wird oder eine Versorgung zu Hause nicht machbar ist, können Sie gemeinsam mit der oder dem pflegebedürftigen Angehörigen zu Ihrer Rehabilitationsmaßnahme anreisen. Diese Variante bietet Ihnen die Möglichkeit, sich unbesorgt auf die eigenen Bedürfnisse zu konzentrieren, ohne den regelmäßigen persönlichen Kontakt mit der oder dem Angehörigen unterbrechen zu müssen.



Kliniken, die das „Tandemmodell“ anbieten, organisieren in Absprache mit Ihnen und einer kooperierenden Pflegeeinrichtung die Betreuung und Unterbringung Ihrer pflegebedürftigen Begleitperson.

In der Regel befindet sich die Einrichtung entweder im gleichen Ort oder in der nahen Umgebung. In Bad Lippspringe und Winterberg gibt es unter bestimmten Voraussetzungen Angebote zur Unterbringung im gleichen Gebäude.

Falls Sie weitere Informationen zum Antrag oder zum Ablauf der Kur oder Reha erhalten möchten, wenden Sie sich bitte direkt an Ihre Wunschklinik (► ab Seite 9).

Der „Pflegerwegweiser NRW“ informiert auf seiner Internetseite www.pflegerwegweiser-nrw.de über Beratungs- und Hilfestrukturen in NRW. Die Kapitel zum Thema „Kur für pflegende Angehörige“ befassen sich mit der Antragstellung und wichtigen Organisationsfragen (► siehe auch Rückseite der Broschüre).

1 Klinik HolsingVital Bad Holzhausen

Schwerpunkte: Orthopädische Rehabilitation, Prävention, Verhaltensmedizinische Orthopädie

Sie lernen, sich auf Ihre Bedürfnisse zu konzentrieren und Hilfe anzunehmen. Gewinnen Sie an Leistungsfähigkeit, Motivation und Lebensqualität.

Es erwarten Sie individuelle bewegungstherapeutische Sportangebote, psychologische Begleitung, Ernährungstipps und Entspannungstherapien. Der Leitspruch der Klinik lautet: „Herz, Hand und Verstand“.

Brunnenallee 3 | 32361 Preußisch Oldendorf-Bad Holzhausen
☎ 05741 275-0 | www.holsingvital.de



2 Berolina Klinik Löhne | Bad Oeynhausen

Schwerpunkte: Psychosomatik, Verhaltensmedizinische Orthopädische Reha (VOR), Migräne- und Kopfschmerztherapie
Vermittlung kliniknaher Kurzzeitpflege für pflegebedürftige Begleitperson

Mit dem Programm „Selbstschonend pflegen“ erholen Sie sich im geschützten Raum der Klinik von körperlichen und psychischen Anstrengungen. Es gibt eine Zusammenarbeit mit dem nahe gelegenen Seniorenzentrum St. Laurentius in Löhne, das Kurzzeitpflege für die Begleitperson anbietet.



Bültestraße 21 | 32584 Löhne
☎ (0800) 587 2652 43 (gebührenfrei) | www.berolinaklinik.de

3 Salzetalklinik Bad Salzuflen

Schwerpunkte: Onkologie und Orthopädie

Vermittlung kliniknaher Kurzzeitpflege für pflegebedürftige Begleitperson



Neben Grundlagen wie der psychologischen Testung und einem den Beschwerden angepassten Ausdauertraining umfasst Ihre Reha sozialrechtliche Hinweise, Informationen zu Leistungen der Pflegekasse, das Semi-

nar „Positionierung und Bewegungsunterstützung nach kinästhetischen Prinzipien“ und die Hilfsmittelberatung.

Alte Vlothoer Straße 1 | 32105 Bad Salzuflen

☎ 05222 186-3770 oder -3771 | www.salzetalklinik.de/pflegeperson

4 MEDICLIN Rose Klinik Horn-Bad Meinberg

Schwerpunkte: Orthopädie, Geriatrie und Neurologie

Vermittlung kliniknaher Kurzzeitpflege für pflegebedürftige Begleitperson

Ihre Reha beinhaltet Bewegungs- und Sporttherapie, Entspannung und gesunde Ernährung. Gruppengespräche zur Pflegesituation und Tipps für den Pflegealltag ergänzen



die Auszeit. In der Seniorenresidenz, die über einen Hausgang zu erreichen ist, wird die Kurzzeitpflege organisiert.

Parkstraße 45–47 | 32805 Horn-Bad Meinberg

☎ 05234 907-237

www.rose-klinik.de/unsere-klinik/ueber-unsere-klinik

5 Medizinisches Zentrum für Gesundheit Bad Lippspringe | Teutoburger-Wald-Klinik

Schwerpunkt: Orthopädische Rehabilitation mit Verhaltensmedizinischer Orthopädie (VMO)

Vermittlung kliniknaher Kurzzeitpflege für pflegebedürftige Begleitperson

Die körperliche und psychische Stabilisierung steht im Mittelpunkt. Erreicht werden sollen der Erhalt Ihrer Leistungsfähigkeit, die Reduktion der Schmerzen und die Steigerung Ihrer Lebensqualität. Die Therapien werden durch Gesprächskreise, Pflege Trainings und -kurse sowie Pflegeberatung ergänzt.

Kurparkstraße 21 | 33175 Bad Lippspringe

☎ 05252 95-3131 oder -3132 | www.medizinisches-zentrum.de/einrichtungen/teutoburger-wald-klinik



6 Gräfliche Kliniken Bad Driburg

Schwerpunkte: Psychosomatik, Orthopädie

Der ganzheitliche Behandlungsansatz setzt auf hochwertige Therapien, qualifizierte Beratungen und Kurse.

Die Natur fließt als aktives Element in die Anwendungen ein. Ziel ist, dass Sie Ihren Alltag ausblenden und lernen, auf sich selbst zu achten. Kostenlose Pflege- und Demenzkurse runden das Angebot ab.

Standort Park Klinik

Hermannsborn 1 | 33014 Bad Driburg

☎ 05253 40-7412 | www.graefliche-park-klinik.de



7 Klinik Rosenberg Bad Driburg

Schwerpunkt: Psychosomatik

Das Behandlungskonzept ist geprägt durch Ihren persönlichen Kontakt zum medizinischen Personal und das Engagement der Therapeuten. Sie stärken Ihre Selbstfürsorge und Selbstwirksamkeit, erkennen Entlastungsmöglichkeiten und fördern Ihre Resilienz und Ressourcen zur Regeneration.



Hinter dem Rosenberge 1 | 33014 Bad Driburg

☎ 05253 970-568 | www.klinik-rosenberg.de/pflegeperson

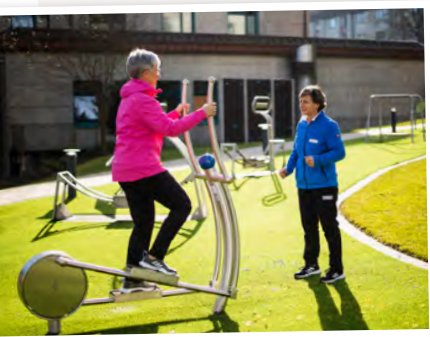
8 Reha-Zentrum Bad Driburg | Klinik Berlin

Schwerpunkte: Orthopädie und Innere Medizin

Vermittlung klinischer Kurzzeitpflege für pflegebedürftige

Begleitperson

Ihre Pflegearbeit kann zu Überlastungen oder Schmerzen führen. Deshalb wurde ein besonderes Angebot entwickelt.



Das Programm enthält Module aus den Bereichen Sozialberatung, psychologische Betreuung, Ergotherapie und aktivierende Therapien. Für die Kurzzeitpflege besteht eine Kooperation mit dem Philipp-Melanchthon-Zentrum.

Brunnenstraße 11 | 33014 Bad Driburg

☎ 05253 980368 | www.reha-klinik-berlin.de/pflegende

9 Klinik Solequelle Bad Westernkotten

Schwerpunkt: Orthopädische Reha

mit ganzheitlichem Schwerpunkt

Mit dem besonderen Programm für pflegende Angehörige in der Klinik Solequelle werden Sie sich erholen und neue Kraft für Ihren Alltag schöpfen. Ein hauseigenes Schwimmbad, ein Gradierwerk im Garten und ein großes Angebot an Anwendungen und Therapien garantieren Erholung für Körper, Geist und Seele. Die Zeit, die Sie nach eigenen Bedürfnissen gestalten können, und der Austausch in der Gruppe der Pflegenden stärken zudem das Selbstvertrauen und bieten vielfältige Formen der Unterstützung.

Mühlenweg 13 | 59597 Erwitte/Bad Westernkotten

☎ 02943 8940 | kontakt@klinik-solequelle.de

www.klinik-solequelle.de/pflegeauszeit



10 Johanniter Kinderfachklinik Bad Sassendorf

Schwerpunkt: Psychosomatische und unterstützende Reha für „Young Carer“, d. h. Kinder und Jugendliche, die im häuslichen Umfeld aktiv in die Pflege eingebunden sind



Viele pflegende Angehörige sind erschöpft und gesundheitlich beeinträchtigt. Die Kinderfachklinik hat die sogenannten „Young Carer“ in den Blick genommen. Sie sind oft eingebunden in die

Pflege, Betreuung und Versorgung von Familienangehörigen, häufig mit negativen Folgen. Das Angebot umfasst therapeutische Anwendungen, unterstützende Gespräche sowie Fitness-, Ergo- und tiergestützte Therapie.

Lütgenweg 2 | 59505 Bad Sassendorf | ☎ 02921 9600-0

info@bs.johanniter-kliniken.de | www.johanniter.de/johanniter-kliniken/kinderfachklinik-bad-sassendorf

11 Rehaklinik Wiesengrund Bad Sassendorf

Schwerpunkte: Orthopädische und Innere Medizin

Direkt am neu gestalteten Kurpark gelegen, finden Sie hier ideale Voraussetzungen für Ihre Auszeit von der Pflege. Die Maßnahme ist auf die Unterstützung und Entwicklung stabiler Ressourcen für Ihre Work-Life-Care-Balance ausgerichtet. Zu den Aktivitäten gehören neben Mobilisation und Aktivierung auch Entspannungstraining und Gesprächsangebote sowie die Nutzung der Börde Therme.



Berliner Straße 100 | 59505 Bad Sassendorf

☎ 02921 502577 | info@reha-klinik-wiesengrund.de

www.reha-klinik-wiesengrund.de

12 Gesundheitszentrum „Altastenberg“ Winterberg

Schwerpunkte: Psychosomatisch/psychovegetative Erkrankungen, Erkrankungen des Muskel- und Skelettsystems

Der Pflegeeinsatz bringt die pflegenden Angehörigen neben beruflicher Tätigkeit und familiären Herausforderungen häufig an ihre Grenzen. Das Vorsorgekonzept im

Gesundheitszentrum „Altastenberg“ beinhaltet Maßnahmen zur seelischen Unterstützung und körperlichen Stabilisierung. Dabei können Sie die sauerländische Umgebung genießen.



Bildchenweg 15 | 59955 Winterberg | ☎ 02981 92460

www.aw-kur.de/gesundheitszentrum-altastenberg

13 Klinik St. Ursula Winterberg

Schwerpunkte: Psychosomatische und psychovegetative Erkrankungen

Als Frau in Pflegeverantwortung können Sie hier auftanken. Stärken Sie Ihre Kompetenzen, entdecken Sie Ressourcen – durch gezieltes Entspannungstraining, Problemlösungsstrategien und Einzelgespräche. Sportliche und regenerative Angebote fördern Ihre Vitalität. Schwimmbad, Sauna, Fitnessraum, ein weitläufiger Garten und eine Kapelle bieten vielfältige Freizeitmöglichkeiten und Raum für Austausch.

Ursulinenstraße 26 | 59955 Winterberg

☎ 02981 9234-572 | belegung_ursula@caritas-brilon.de

www.mkk-st-ursula.de/fuer-frauen/pflegende-angehoerige



14 Landhaus Fernblick Winterberg

Schwerpunkt: Stationäre Vorsorge für pflegende Angehörige in Begleitung des pflegebedürftigen, an Demenz erkrankten Partners
Betreuung pflegebedürftiger Begleitperson tagsüber

Das Vorsorgekonzept Landhaus Fernblick fördert die Lebensqualität der pflegenden Angehörigen. Es beinhaltet Maßnahmen zur seelischen Unterstützung und körperlichen Stabilisierung sowie eine zeitweilige Entlastung der Pflegesituation. Während der Therapiezeiten wird Ihr Angehöriger liebevoll tagsüber in unserer Tagesbetreuung umsorgt.

Wernsdorfer Straße 44 | 59955 Winterberg

☎ 02981 8980 | www.aw-kur.de/landhaus-fernblick



15 VAMED Rehaklinik Bad Berleburg

Schwerpunkte: Neurologie, Orthopädie, Hörstörungen, Tinnitus und Schwindel, Psychosomatik, Psychotherapie und psychiatrische Rehabilitation

Im Erholungsgebiet des Rothaargebirges gelegen, bietet diese Klinik die Möglichkeit zur Regeneration. Hier können Sie Ihre körperliche Leistungsfähigkeit steigern und sich psychisch stabilisieren. Reha- und Präventionsmaßnahmen helfen außerdem dabei, Ihrer Überforderung entgegenzuwirken. Schöpfen Sie hier neue Kräfte und stärken Sie Ihre Ressourcen.

Am Schlosspark 11 | 57319 Bad Berleburg

☎ 02751 88-74478 | Info.Reha-Badberleburg@vamed-gesundheit.de

www.vamed-gesundheit.de/reha/bad-berleburg



A BAD HOLZHAUSEN Wasser, Wald und Wanderwege

Seine gesunden Quellen machen das jüngste Heilbad in NRW zu einem beliebten Ziel für alle, die Stress abbauen und natürlich in Schwung kommen wollen. Das gelingt leicht in der waldreichen Natur im Wiehengebirge. Denn rund um den Kurort finden Sie zahlreiche Rad- und Wanderwege. Im Kurpark am historischen Rittergut gibt es einen Barfuß- und Sinneslehrpfad, Fitness- und Spielgeräte für jedes Alter und gemütliche Plätze für Pausen.

www.tourismus.preussischoldendorf.de

STÄRKUNG UND REGENERATION SIND ZIELE DER KUR ODER REHA



B BAD OEYNHAUSEN Entspannung und Lebensqualität

Der Fund von Thermalsolequellen führte in der Mitte des 19. Jahrhunderts zur Gründung des Heilbads Oeynhausen. Das europaweit einzigartige Ensemble historischer Badegebäude, prachtvolle Parkanlagen, vielfältige Gastronomie und das große Kulturangebot prägen bis heute das Bild der lebendigen Stadt. Rund um den wunderschönen Kurpark liegen renommierte Kliniken, die ganzheitliche Medizin und modernste Technologie kombinieren.

www.staatsbad-oeynhausen.de



Gradierwerk

C BAD SALZUFLEN

Kurze Wege zu Gesundheit, Erlebnis & Natur

Die Wohlfühlstadt ist als Sole-Heilbad und Kneipp-Kurort doppelt prädikatisiert. Neben Gesundheitsexzellenz und einer interessanten Historie als Salzsiederstadt bietet Bad Salzuflen weitläufige Parklandschaften und eine lebendige Altstadt mit kleinen Boutiquen und Cafés. Ein besonderes Highlight sind die drei imposanten Gradierwerke. Dort genießen die Gäste Luft wie am Meer. Außergewöhnlich ist das begehbare Erlebnisgradierwerk mit Sole-Nebelkammer. www.staatsbad-salzuflen.de



Burgruine an der Lippequelle

E BAD LIPPSPRINGE

Ausgezeichnete Luft und tolle Events

Die malerische Kurstadt zeichnet sich aufgrund ihrer geografischen Lage zwischen Teutoburger Wald, Egge und Senne durch ein einzigartiges Heilklima aus, das deutschlandweit seinesgleichen sucht. Genießen Sie die gute Luft und das Wasser der Heilquellen in der Westfalen-Therme, beim Wandern und Radfahren im Heilwald oder in der Gartenschau. Die Veranstaltungen dort begeistern Groß und Klein – vom Waldleuchten im Frühjahr bis zum Kürbisfestival im Herbst. www.bad-lippspringe.de



Brunnentempel

D HORN-BAD MEINBERG

Mit der Heilkraft der Natur

Neue Lebensfreude und Zufriedenheit – dazu verhelfen Ihnen Urlaubsangebote des lippischen Staatsbads. Es hat eine gut 200-jährige Heiltradition. Heute sind die Angebote auf die Gesundheit von Körper und Seele ausgerichtet. Die größte Yoga-Community außerhalb Indiens ist hier aktiv. Die Grundlagen der heilenden Wirkung liegen in der Natur, im Moor, im Heilwasser und in der herrlichen Landschaft rund um die Externsteine. www.hornbadmeinberg.de



Gräflicher Park Health & Balance Resort

F BAD DRIBURG

Entspannt in Moor und Heilwasser

In warmen Moorbädern und sprudelndem Mineralwasser finden Gäste seit über 240 Jahren Gesundheit und Vitalität. Die natürlichen Heilmittel sind Teil unterschiedlicher Wellness- und Entspannungsangebote. Die meisten der 26 gut ausgeschilderten Wanderwege eröffnen Panoramablicke auf den Teutoburger Wald. Die kürzeren Spazierwege führen Sie durch die prämierte Parklandschaft „Gräflicher Park“ mit ihren Themengärten und dem weitläufigen Wildgehege. www.bad-driburg.com



Kurparksofa

G BAD WALDLIESBORN Lippstadts Thermalsoleheilbad

Ob unter den Schatten spendenden Bäumen des Kurparks, bei einer Massage in der Walibo Therme oder auf einer Radtour an Höfen, Wiesen und Wäldern entlang – Bad Waldliesborn lockt mit Entspannung. An heißen Tagen erfrischt Sie ein Spaziergang auf dem Nebelweg im Kurpark. Für Abwechslung sorgen Ausflüge in Lippstadts historische Altstadt oder zu den Lippeauen, die regionale Gastronomie und das vielseitige Veranstaltungsprogramm der Stadt.
www.lippstadt-badwaldliesborn.de



Börde Therme und Erlebnisgradierwerk

I BAD SASSENDORF besser leben

Das Moor- und Soleheilbad bietet Ihnen ein vielfältiges Angebot für Erholung, Wellness und Gesundheit. Gästeführungen und Gesundheitskurse gibt es mehrfach pro Woche. Highlights sind der neu gestaltete Kurpark und die Börde Therme mit Bade- und Saunalandschaft, Beauty und Therapie. Das Seniorenhotel „Residenz Am Malerwinkel“ bietet in Kooperation mit Pflegediensten auch Möglichkeiten für einen Aufenthalt gemeinsam mit pflegebedürftigen Angehörigen.
www.badsassendorf.de



Kurpark-Gradierwerk

H BAD WESTERNKOTTEN Pro Gesundheit mit Natur, Sole, Moor

Im beschaulichen Sole- und Moor-Heilbad können Sie als pflegender Angehöriger vom Alltag aufatmen. Denn die Bad Westerkottener Natursole rieselt gleich an zwei großen Gradierwerken über die Schwarzdorn-Reiser-Wände. Atmen Sie die gesunde, salzhaltige Luft, ähnlich wie am Meer! Außerdem erwarten Sie ein gepflegter Kurpark, die Hellweg-Sole-Thermen mit dreiprozentiger Sole, Sehenswürdigkeiten, eine vielfältige Gastronomie und kleine Geschäfte.
www.badwesternkotten.de



Aabach-Talsperre

J BAD WÜNNENBERG Natürlich belebt im Süden des Teutos

Die sanft hügelige Umgebung bildet die ideale Kulisse, um Gesundheit und Wohlbefinden zu verbessern. Zum Beispiel auf dem Barfußpfad durchs Naturerlebnis Aatal. Ein gutes Stück führt durch das quellfrische Wasser des Flüsschens Aa, das hier zum schönsten und natürlichsten Wassertretbecken des Kneipp-Heilbads wird. Auch auf anderen Wegen belebt Sie Bad Wünnenberg mit seiner Natur – ganz im Süden des Teutoburger Waldes.
www.bad-wuennenberg.de



Kneippen im Kurpark

K BRILON Der Natur so nah

Im Kneipp-Heilbad Brilon im schönen Sauerland mit seinem gesundheitsfördernden Mittelgebirgsklima können Sie eine Vielzahl an medizinisch-therapeutischen Angeboten nutzen und mit Kneipp-Anwendungen kombinieren. Die einzigartige Naturlandschaft trägt zusätzlich zur Entspannung und inneren Balance bei und wirkt sich präventiv positiv auf Ihre Gesundheit aus.

www.tourismus-brilon-olsberg.de



Aktiv- und Vitalpark

M WINTERBERG Rund ums Jahr ein Erlebnis

Egal ob bei einem Spaziergang durch den Aktiv- und Vitalpark, einer Wander- oder Fahrradtour durch die endlosen Wälder und grünen Wiesen, von denen Winterberg zahlreich umringt ist, oder bei einem Bummel durch die Winterberger Innenstadt mit anschließender Einkehr in eines der zahlreichen Cafés und Restaurants: Winterberg und seine Dörfer bieten Ihnen rund ums Jahr viele Möglichkeiten und die perfekte Umgebung, um Energie und Kraft zu tanken.

www.winterberg.de



Tretbecken im Kurpark Dr. Grüne

L OLSBERG Kneippen im Sauerland

Gesunde Bewegung und Wohlgefühl auf natürlicher Basis liegen im Trend. Wenn dann noch Erlebnis und Naturgenuss hinzukommen, ist die beste Grundlage für Vitalität und Lebensfreude geschaffen. Im traditionsreichen Kneipp-Heilbad Olsberg treffen alle diese Elemente zusammen: ein erlebnisreicher Kneippweg, ein attraktiver Kurpark, die Sauerlandtherme AquaOlsberg, Kneipp-Gesundheits-einrichtungen und engagierte Kneipp-Experten.

www.tourismus-brilon-olsberg.de



Einklang mit und in der Natur

N SCHMALLEMBERGER SAUERLAND Weg vom Alltag zu Gesundheit und Begegnung

Gesundheitsangebote und Begegnungen – in der Natur, mit besonderen Plätzen, mit Menschen. Vier Kurorte und das Kneipp-Heilbad Bad Fredeburg bieten schöne Ortskerne, barrierefreie Kurparkanlagen, Kneippweg, Kräuterwanderungen und Tretbeckenanlagen, die einladen, die kneippsche Lebensweise zu entdecken. Heilstollenangebote, die Sauerland-Seelenorte oder das SauerlandBad sorgen für Abwechslung. Beste Voraussetzungen für eine kraftspendende Auszeit.

www.schmallenberger-sauerland.de



Kneippen in Bad Berleburg

📍 BAD BERLEBURG

Natürlich gesund

Das Kneipp-Heilbad steht für Gesundheit, Erholung, Entspannung und Wohlbefinden inmitten der Natur. Gleichzeitig hält der Premiumwanderort erlebnisreiche Pfade mit idyllischen Panoramen und grandiosen Ausblicken bereit. Zahlreiche Ausflugs- und Einkehrmöglichkeiten sowie kulturelle Inspirationen warten auf Sie. Die Kernstadt lädt zum Genießen ein – mit zahlreichen Cafés, Restaurants sowie dem fürstlichen Schloss in der Altstadt.

www.bad-berleburg.de



Bad Laasphe mit Schloss Wittgenstein

📍 BAD LAASPHE

Na(h)türlich erlebnisreich

Ein Geheimtipp für alle, die die Natur lieben und deren Schätze zu würdigen wissen. Die Ursprünglichkeit einer traditionellen Region entdecken und erleben wollen. Eintauchen in die Natur, beim Wandern den Alltag Schritt für Schritt vergessen. Den Charme einer noch traditionellen Region mit dem Rad erleben. Außergewöhnliche Museen, ansässige Traditionsbetriebe und kulturelle Veranstaltungen besuchen. Bad Laasphe verspricht na(h)türliche Vielfalt.

www.tourismus-badlaasphe.de

IMPRESSUM

Kontakt

OstWestfalenLippe GmbH
Tel. 0521 96733281
r.claassen@teutoburgerwald.de

Bad Sassendorf
Tel. 02921 94334-55 oder -56
info@badsassendorf.de

Projektträger und Herausgeber

OstWestfalenLippe GmbH
Fachbereich
Teutoburger Wald Tourismus
Walter-Rathenau-Straße 33-35
33602 Bielefeld
Tel. 0521 96733250

Tagungs- und Kongresszentrum
Bad Sassendorf GmbH
An der Rosenau 2
59505 Bad Sassendorf
Tel. 02921 94334-20

V.i.S.d.P.: Björn Böker, OWL GmbH | Redaktion: Beate Schiewer, Ronald Claaßen, Arne Schlick, Olaf Bredensteiner | Gestaltung: VISIO Kommunikation, Bielefeld | Fotos: Archiv Berolina Klinik | V. Beushausen (Bad Sassendorf) | DRV Westfalen: Klinik Rosenberg; Salzetalklinik | Ferienwelt Winterberg, S. Peters | Gesundheitszentrum „Altastenberg“ Winterberg, C. Hast | GesUndTourismus Horn-Bad Meinberg GmbH | Gräfliche Kliniken | HolsingVital, C. Schwier | P. Hübbe (Bad Oeynhausen) | Johanniter | K.-P. Kappest (Bad Berleburg, Bad Fredeburg, Brilon, Olsberg) | Klinik St. Ursula, S. Schmitt | S. Püttmann (Bad Waldliesborn) | Teutoburger Wald Tourismus: P. Gewandtka; D. Ketz; S. Voss | Tourismus NRW e.V. – Teutoburger Wald Tourismus | Touristik Preußisch Oldendorf, W. Hedrich | Verkehrsverein für Bad Westernkotten und die Stadt Erwitte | S. Voss (Klinik Berlin Bad Driburg, Klinik Solequelle Bad Westernkotten, Landhaus Fernblick Winterberg, MEDICLIN Rose Klinik Horn-Bad Meinberg, MZG Bad Lippspringe, Rehaklinik Wiesengrund Bad Sassendorf, VAMED Rehaklinik Bad Berleburg) | vr-easy (Bad Laasphe)

1. Auflage: 30.000 Stück | September 2023

Alle Angaben ohne Gewähr.

Die Herausgeber der Broschüre sind nicht Anbieter oder Veranstalter der aufgeführten Angebote, sondern stellen diese nur werblich dar. Verantwortlich für Inhalt und Durchführung von Angeboten und Programmen sind die genannten Anbieter. Der Fachbereich Teutoburger Wald Tourismus der OstWestfalenLippe GmbH und die Tagungs- und Kongresszentrum Bad Sassendorf GmbH übernehmen hierfür keine Haftung. Der Nachdruck von Beiträgen und Abbildungen ist nur mit Genehmigung des Herausgebers erlaubt.

Die Projekte „Auszeit in OWL – Kur-Angebote für pflegende Angehörige“ und „Auszeit in Südwestfalen – Kur-Angebote für pflegende Angehörige“ werden gefördert vom:

Ministerium für Arbeit,
Gesundheit und Soziales
des Landes Nordrhein-Westfalen





**PFLEGE
WEGWEISER
NRW**

Für Pflegebedürftige
und Angehörige

**Haben Sie Fragen zum Thema Pflege?
Suchen Sie verständliche Informationen?
Benötigen Sie eine persönliche Ansprechperson?**

Kostenlose Hilfe bekommen Sie beim **Pflegewegweiser NRW**, dem Online-Portal für pflegende Angehörige:



www.pflegewegweiser-nrw.de

Wir informieren zu den Leistungen der Pflegeversicherung und suchen für Sie eine passende Beratungsstelle. Gemeinsam finden wir Antworten auf Ihre Fragen und geeignete Unterstützungsangebote zu Ihrer Entlastung. Auch beraten wir Sie gerne zu ausländischen Haushalts- und Betreuungskräften (sog. „24-Stunden-Pflege“).

Wir sind persönlich für Sie da!



0800 – 40 40 044

Mo, Di, Mi, Fr 9 – 12 Uhr

Do 14 – 17 Uhr

Pflegewegweiser NRW
Verbraucherzentrale NRW e.V.
Mintropstr. 27
40215 Düsseldorf



verbraucherzentrale

Nordrhein-Westfalen

Gefördert von:

Ministerium für Arbeit,
Gesundheit und Soziales
des Landes Nordrhein-Westfalen



LANDESVERBÄNDE
DER PFLEGEKASSEN

