

Seite 16

Sie helfen in der ganzen Welt da, wo die Not am größten ist. Die Rede ist von westfälischen Organisationen, die hilfsbedürftige Menschen unterstützen und wichtige Kulturgüter erhalten. Eines haben sie gemeinsam: Sie sind dringend auf Spenden angewiesen



FOTO: PATRICK KNODEL

Seite 24

Ein Besuch an der Repke in Werdohl ist in der Weihnachtszeit etwas ganz Besonderes. Dort werkeln fünf Westfalen an einer famosen, leuchtenden Krippenlandschaft. Westfalium hat den Machern einen Besuch abgestattet



FOTO: MARTIN BÜDENBENDER

Seite 32

Fürstin Pauline zur Lippe hob die Leibeigenschaft der Bauern auf, bewahrte die Selbstständigkeit Lippes und setzte sich gegen die ständische Ordnung ein. Im geschichtlichen Bewusstsein steht jedoch ihr soziales Engagement an erster Stelle



FOTOS: LIPPISCHES LANDESMUSEUM, DEHMOLD

Seite 44

In der kalten Jahreszeit ist Wildfleisch aus den heimischen Gefilden besonders beliebt. Westfalium zeigt, woran man gutes Wildfleisch erkennt und wo es erhältlich ist. Dazu gibt es tolle Rezept-Tipps zum Nachkochen



FOTO: PETER KRACHT

Gesellschaft

- **Für den guten Zweck**
Westfälische Stiftungen helfen in der ganzen Welt 16
- **Freude unterm Weihnachtsbaum**
Ausgewählte Geschenktipps für das frohe Fest 22
- **Leuchtende Krippenlandschaft**
Die werkelnden Westfalen von Werdohl 24
- **Kalkriese und die Varusschlacht**
Wie Forscher das Rätsel lösen wollen 27

Kultur

- **Wegbereiterin der Emanzipation**
Fürstin Pauline zur Lippe 32
- **Bücher zum Schmökern und Verschenken**
Ausgewählte Lesetipps von der Westfalium-Redaktion 38
- **Serie: Peter Salmanns Rauchstunde**
„Die Drecksau und die Drucksau“ 41

Lebensart

- **Wildküche für Feinschmecker**
Kreativ-Küche zum Nachkochen 44
- **Sachen, um Fleisch lecker zu machen**
Das richtige Werkzeug für Braten und Ragout 47
- **Mit Pumpnickel zum Erfolg**
150 Jahre Mestemacher 54
- **Schneespaß in Willingen**
Wie sich der Urlaubsort auf die Wintersaison vorbereitet 58
- **Der Weihnachtsmann spielt unter Par**
Golferlebnisse im finnischen Rovaniemi 66
- **Von der Planung bis zum Endprodukt**
Möbel vom Einrichtungshaus Ahlers 70
- **Wohnräume nach eigenem Wunsch**
Das Haus der Wohnkultur in Sundern 73
- **Serie: Münster-Häppchen** 74

Spezial Wellness und Gesundheit

- **Auf dem Wasser schweben**
Salz-Wellness der Westfälischen Salzwelten in Bad Sassendorf 76
- **3 Fragen an ...**
Alfons Meck, Technischer Leiter der Börde Therme in Bad Sassendorf 78
- **Augenkrankheiten vorbeugen**
Gesundheits-Check im Augenzentrum Nordwest 79
- **Stress abbauen mit System**
Workshops von Camelia Reinert-Buss 80
- **Belebend und entspannend**
Wellness-Licht von Brumberg Leuchten 82

Kalender

- **Die interessantesten Termine im Winter** 86

Rubriken

- **Vorwort** 4
- **Impressum** 8
- **Westfalen im Winter** 9
- **Menschen** 21
- **Essen und Trinken** 56
- **Gute Sachen** 68
- **DEHOGA** 84
- **Westfalium-Finder – gute Adressen in Westfalen** 94
- **Chanz Platt** 97
- **Vorschau/Westfalium Intern** 98