

Dezember 2024 | Ausgabe 123

# stadtland<sup>®</sup>

magazin

Das Mitmachmagazin für die Region.



*„Weihnachtszeit ist  
Erinnerungszeit“*

Zum Mitmachen. **Kostenlos mitnehmen!**

MONAT DEZEMBER

# Weihnachtszeit ist auch gemeinsame Zeit

„Weihnachtszeit ist Erinnerungszeit.“

(Rainer Kaune)

## Liebe Leserinnen und Leser,

es ist wieder soweit - die Adventszeit hat begonnen und die kuschelige Zeit mit Kerzenschein ist somit eingekehrt. Licht und Wärme in der kalten Jahreszeit. Das ist die Zeit im Jahr, um einmal zur Ruhe zu kommen, das Jahr Revue passieren zu lassen und eine besinnliche Zeit im Kreise der Familie zu verbringen. Ich glaube jeder von uns hat seine eigene Geschichte mit diesem Fest. Schöne Erinnerungen, die hochkommen und weniger schöne. Mit kaum einem anderen Fest im Jahr verbinden wir so viele Wünsche, Träume und Sehnsüchte. Die Zeit vor Weihnachten ist voller Magie. In der friedvollen Adventsstimmung werden die eigenen Wände besonders

wichtig. Es ist die Vorbereitungszeit auf Weihnachten. Nehmen Sie sich die Zeit, einander zuzuhören oder einfach nur zusammen zu sein. Schalten Sie mal vom Alltag ab und entzünden eine Kerze. Der Schein in der Dunkelheit wird Ihnen sicherlich helfen, zur Ruhe zu kommen und den Blick für das Wesentliche zu schärfen. Auch ein Spaziergang durch die Winterlandschaft oder ein Besuch der zahlreichen Weihnachtsmärkte ist in der Adventszeit besonders schön. Auch in unserer Ausgabe finden Sie Weihnachtsmärkte in der Region. Geselligkeit statt Langeweile: Ein paar schöne Gesellschaftsspiele haben wir auf den Seiten 4 und 5 für Sie rausgesucht, mit denen Sie an den langen Winterabenden sicher ganz viel Spaß haben werden.

Hier ist sicherlich für jede Altersklasse etwas dabei! Vielleicht auch die ein oder andere Geschenkidee unter dem Tannenbaum. Eine schokoladige Geschenkidee finden Sie auf der Seite 10. Die heiß begehrte Dubai-Schokolade hat in den sozialen Medien dieses Jahr einen Mega-Trend ausgelöst. Wir haben uns auf die Suche nach einem Rezept gemacht, das nur wenige Zutaten benötigt. Probieren Sie es aus und genießen Sie die Kombination aus Pistazien und Engelshaar oder verschenken Sie die Luxussschokolade.

**Ich wünsche Ihnen eine gesegnete Advents- und Weihnachtszeit und den Kindern viele schöne Momente.**

**Viel Spaß beim Lesen der Dezember Ausgabe!**



Jetzt Aktionsrabatt sichern

Der WAREMA Aktionsrabatt  
**Zaubert Sonnenstrahlen ins Gesicht!**

**warema**  
Der SonnenLichtManager

**EUSTERGERLING**  
Rollläden • Markisen • Sonnenschutz

Spilbrinkstr. 1-5 · 59227 Ahlen  
Telefon 02382-2611 [www.eustergerling.de](http://www.eustergerling.de)



Herzlichst, Ihre  
**Alexandra Wittke**  
Chefredakteurin  
und das Team vom  
stadtland magazin

in stadt und land  
**Guet Goahr**  
in stadt und land

# Moment mal bitte

## Neue Hoffnung durch die Stille

Und Liebe können wir auch im Dunklen spüren  
– Gedanken von Wolfram Opperbeck

Das Jahr geht auf das Ende zu und die Tage werden immer dunkler. Aber das sollte für unser Leben nicht zutreffen! Denn gerade jetzt gehen wir doch in eine Zeit der Erhellung unserer Dunkelheit, denn wir dürfen ja schon bald das Weihnachtslicht spüren. Und das kann auch zum Spüren der Liebe führen. So jedenfalls sieht es auch Pater Anselm Grün. Und er geht weiter davon aus, dass wir in der Erfahrung einer Stille auch neue Hoffnung schöpfen können. Eine Hoffnung, dass alles neu und gut wird mit uns. Advent heißt auch Ankunft. Damit wir aber Gottes Kommen und seine Liebe spüren können, müssen wir auch erst mal bei uns selbst ankommen. Denn nur wenn wir wirklich bei uns selbst sind, können wir an Weihnachten das Kommen Gottes in der Geburt Jesu Christi als Erfüllung unserer Sehnsucht erfahren. Und so kann der Adventskranz sogar zu einem Zeichen der Verheißung werden. Unser Leben, das oft genug zerrissen ist und auseinanderfällt, kann damit wieder ganz rund werden. Auch der Nikolaus kann im Advent schon zu einem guten Beistand werden. Ein Mensch, der ganz und gar Liebe zeigt und geschenkt hat und der Milde und Güte ausstrahlt. Ja, gerade solche Menschen brauchen wir nicht nur jetzt in einer Zeit, in der wir in der Welt oft liebloses Leben spü-

ren müssen. Und die Advents- und Weihnachtszeit sollte dann besonders dazu führen, dass wir uns von Erstarrung und Kälte der Herzen nicht anstecken lassen. Denn wenn wir unsere Herzen für die Liebe offenhalten, kann sie dann das liebevoll blühende Leben mit uns öffnen. Ein guter Ratschlag für die Zeit vor dem Weihnachtsfest ist auch: Werden und leben wie die Kinder! Kinder können staunen. Sie sind offen für das Neue. Und sie wollen selbst erkunden, wie und was das Leben für sie ist. Sie sind auch besonders dazu fähig, sich von ganzem Herzen zu freuen. Und das nicht nur über Geschenke. Sie können ganz im Augenblick sein, und von Zwängen und Erwartungen lassen sie sich nicht gern stören.

**Ob für Kinder oder Erwachsene, für alle gilt nicht nur zur Weihnachtszeit die Lebensweisheit: Geh mit offenem Herzen auf die Menschen zu, ohne Nebenabsichten, ohne Vorurteile. Trau deinem Gefühl zur Liebe.**

Wichtig ist dabei, auch liebevoll mit sich selbst umzugehen, sich damit zu versöhnen, so zu sein wie man ist. Und dazu helfen schon die ersten Schritte, nämlich die im Advent. Denn Advent

heißt auch achtsames Warten und daran zu glauben: In uns ist der Geist Gottes, der uns die Liebe schenkt und immer wieder Neues in uns bewirkt. Aber es braucht dabei auch Achtsamkeit, damit das Neue in uns überhaupt wachsen und Gestalt annehmen kann. Weihnachten können wir auch als das Fest der Liebe spüren. Und dabei gilt: Erkennen und lieben sind eng miteinander verbunden. Wir können uns selbst nicht erkennen, wenn wir uns nicht lieben. Und nur die Liebe lässt uns tiefer in uns selbst und andere eindringen und erkennen, wer wir in Wahrheit wirklich sind und wie wir für andere da sind, die auch Liebe brauchen. Weihnachten besteht auch aus vielen Lichtern. So sollten wir Weihnachten auch feiern, damit unsere Welt wärmer und liebevoller wird. Schon eine einzige Kerze kann die Dunkelheit erhellen und die Hoffnung geben, dass auch meine innere Nacht sich erhellen wird. Gottes Liebe leuchtet aber auch nicht nur zu Weihnachten in uns hinein, sondern wird immer zum Licht in unserer Finsternis. So bedeutet Weihnachten auch: einen neuen Anfang wagen. Denn auch in uns selbst kann wie in der Geburt Jesu neues Leben entstehen. Ja, dazu dann ganz besonders ein frohes und liebevolles Weihnachtsfest!



## Urlaub im Nordseeheilbad Cuxhaven

Senioren Reisen

Akticom

Das Ferienhotel Dünenhof ist barrierefrei gestaltet und bietet ideale Bedingungen für Erholung von Körper und Seele.

Es verfügt über:

- barrierefreie Einzel-/Doppelzimmer mit Dusche und WC
- Gruppenräume
- Mahlzeiten in Buffetform
- einen großen Garten mit Sitzgelegenheiten

Optionen für Ausflüge wie z.B.:

- Strandtage
- Ausflüge mit dem Schiff
- u.v.m.

Bei einer Reiseanmeldung erfolgt eine ausführliche Beratung zu Ihrem Urlaub!

Preis auf Anfrage.  
Über die verschiedenen Zuschuss- und Fördermöglichkeiten beraten wir Sie gern.

**Die Seele baumeln lassen und zur Ruhe kommen. Neue Eindrücke gewinnen, zu sich selbst finden, Kontakte knüpfen.**

**Für 2025 bieten wir Ihnen folgende Termine:**

Nordseeheilbad Cuxhaven / Ferienhotel Dünenhof  
23. – 28. Mai  
29. Juni – 04. Juli  
25. – 30. August

Bei Interesse oder Fragen wenden Sie sich an Frau Flaig  
025 06 / 300 75 57

[www.seniorenreisen-akticom.de](http://www.seniorenreisen-akticom.de)  
flaig@pflagedienst-akticom.de



Akticom organisiert Ihren Urlaub in kleinen Gruppen, in entspannter Atmosphäre und bietet dazu pflegerische Betreuung rund um die Uhr. Unser Angebot schließt selbstverständlich auch Ehepartner, Freunde, Bekannte und Interessierte ein, die gern mitreisen möchten.

**Wir für Sie, Sie mit uns. Eine gute Sache!**

Rufen Sie uns an 025 06 / 300 75 57

Lassen Sie sich von Akticom Seniorenreisen zu einem wunderschönen Urlaub im Nordseeheilbad Cuxhaven einladen.

Senioren Reisen

Akticom

## Winterzeit – Spielezeit

# Ein Spaß für die ganze Familie

Die Tage sind kürzer, die Abende länger. Traditionell werden jetzt wieder die Spiele aus der Kiste geholt. Wir haben für Sie ein paar schöne Gesellschaftsspiele gefunden, mit denen Sie an den langen Winterabenden sicher ganz viel Spaß haben werden. Wir wünschen Ihnen viel Spaß und eine schöne gemeinsame Zeit im Spieleparadies.

### DOG - DIE SPIELREIHE FÜR TAKTIKER AB ACHT JAHREN

Brettspiel oder Kartenspiel? Warum nicht beides auf einmal? Wenn Sie Mensch-ärgere-dich-nicht mögen, werden Sie DOG-Spiele lieben. Bei diesem Familienspiel ersetzen Spielkarten die Würfel. Diese Karten haben es in sich, denn sie haben oftmals interessante Zusatzfunktio-

nen, die den Spielverlauf entscheidend beeinflussen. Sie gewinnen bei DOG-Spielen nur gemeinsam im Team. Hier sind gute Zusammenarbeit und logisches Denken gefragt, denn die gegnerische Partei schläft nicht. DOG-Spiele sind für Zwei-Teams ausgelegt, doch mithilfe der Zusatzregeln für zwei, drei oder fünf Teilnehmer lassen sich die Brett- und Kartenspiele auch jeder gegen jeden spielen. Dadurch entsteht wieder ein ganz anderes Spielprinzip, das Sie schnell in Ihren Bann ziehen wird.

### DIE CREW

Die Crew ist ein kurzweiliges Stichspiel für 2 bis 5 Spieler ab 10 Jahren. Als Teil einer Raumschiff-Crew reisen die Spieler zum Rand des Sonnensystems. In 50 kurzen Missionen fordert Sie das Spiel mit typischen Problemen bei der Raumfahrt heraus. Mal ist ein Triebwerk defekt, mal wird der Sauerstoff knapp. Die Missionen bestehen aus Aufträgen im Stil von Spieler A soll Stich Grün B schaffen. Daher müssen alle Spieler aufmerksam mit ihren Karten haushal-



ten, um sich die richtigen Karten zuzuschieben zu können. Die Crew ist ein besonders bei Erwachsenen beliebtes Kartenspiel. Es schafft das angestaubte Genre der Stichspiele modern zu verpacken und positioniert sich gleichzeitig sowohl als Absackerspiel, als auch als Highlight eines Spieleabends.



FOTOS:UNSPASH

Unsere Teams  
in Ahlen und  
in Sendenhorst  
finden für  
verschiedene  
Anliegen  
die passende  
Unterstützung:

- Ambulante Pflege und Betreuung
- Alltagsbegleitung
- Hauswirtschaft
- Hausnotruf
- Menü Service
- Ambulant betreute Wohngemeinschaften Lüdgeri Höfe



# DAHEIM – SO LANGE WIE MÖGLICH

In Ahlen  
02382 893530  
In Sendenhorst  
02526 3003030

- Individuelle Beratung
- 24 Stunden Bereitschaft

[www.caritas-ahlen.de](http://www.caritas-ahlen.de)

## 6 NIMMT

Ein Klassiker unter den Kartenspielen ist 6 nimmt. Ziel ist es, keine Karten zu kassieren, denn jede Karte, die man nehmen muss, bringt einen Minuspunkt und einen Hornochsen ein. Wer am Spielende die meisten davon hat, verliert. Im Spiel gibt es keine Spielerreihenfolge und alle Spieler spielen gleichzeitig ihre Karten aus, die Zugreihenfolge ist dann abhängig vom Kartenwert. Die Anzahl der Runden ist auf 10 festgelegt, da alle Spieler zu Beginn 10 Handkarten erhalten und in jeder Runde eine Karte ablegen. Das Spielmaterial besteht aus 104 Zahlenkarten. Jede der Zahlenkarten besitzt am oberen und unteren Rand zwischen den Zahlenangaben eine unterschiedliche Anzahl Hornochsen, die angibt, wie viele Minuspunkte diese Karte in der Wertung bringt.



## SKY TEAM

In Sky Team geht es darum, gemeinsam ein Flugzeug zu landen. Dafür setzen die beiden Spielenden ihre Würfel ein, um die Geschwindigkeit anzupassen oder das Fahrwerk auszufahren. Sie dürfen während den entscheidenden Phasen des Spiels aber nicht miteinander sprechen. Um die zahlreichen Anforderungen an eine erfolgreiche Landung zu meistern, braucht es also ein eingespieltes Team.

## ARSCHKARTE

Arschkarte ist ein mitreißendes und extrem unterhaltsames Spiel mit mehr als 400 interessanten und verrückten Fragen, die alle eines gemeinsam haben. Sie sind lustig, abgedreht und nahezu unmöglich richtig zu beantworten. Aber zum Glück muss man das ja auch gar nicht. Wer hat die Arschkarte gezogen? Punkte sammeln Sie, wenn Sie mit Ihrer Antwort der korrekten Lösung am nächsten sind und den richtigen Tipp darüber ab-

geben, wer die Arschkarte gezogen hat - nämlich der Spieler, der mit seiner Antwort am weitesten daneben liegt. Zum Tippen übergeben Sie Ihre rote Arschkarte vor Verkündung der korrekten Antwort an den Spieler, dem Sie das schlechteste Ergebnis zutrauen. Machen Sie sich gefasst auf jede Menge absurde Schätzungen und lustige Antworten. Arschkarte ist das perfekte Mitbringsel und ein echter Stimmungsmacher für Partys, Familienfeiern oder gelungene Spieleabende.

## WER WAR`S

Bei dem Ravensburger Spiel „Wer war`s“ ist die Frage, wer den magischen Ring gestohlen hat. Wenn sich die Spieler die Hinweise der Tiere gut merken, erwischen sie den Dieb noch vor der Geisterstunde. Zuerst wird je nachdem, was der Würfel zeigt, eine Aktion ausgeführt. Landet der Spieler mit der Figur auf einem Tierfeld, muss geraten werden, welches Lieblingsfutter sich beim Tier befindet. Stimmt es, darf man den Verdächtigen bei diesem Tier als Dieb ausschließen. Stimmt das Futter nicht, merken es sich alle für später. Die Spieler haben zusammen gewonnen, wenn nur noch eine Person übrigbleibt, bevor der Zeiger die 12 Uhr erreicht. Dieses schöne Detektivspiel von Ravensburger macht nicht nur eine Menge Spaß, sondern es wird spielerisch die Konzentration gefördert. Das Suchspiel für 2-5 Spieler ist eine tolle Beschäftigung für alle Kinder ab 5 Jahren. Auch perfekt geeignet als Geburtstagsgeschenk oder Weihnachtsgeschenk für alle Tier-Fans. Das kompakte Format eignet sich besonders gut zum Mitnehmen für unterwegs oder auf Reisen.



**WERDE  
FEEL-GOOD HELFERIN  
IN ANNI'S ZUHAUSE**

Wir suchen für die  
Sozialstation Sendenhorst

**Hauswirtschaftskräfte**  
(m/w/d)

mit Freude und Engagement für  
die Arbeit mit älteren Menschen.

Ansprechpartnerin:  
Daniela Handt  
Tel.: 02526 300300

Mehr Infos:  
[www.caritas-ahlen.de](http://www.caritas-ahlen.de)



# Weihnachtstrubel in der Sendenhorster Innenstadt

vom 13. bis 15. Dezember

Wenn der Duft von Glühwein und gebrannten Mandeln in die Nase steigt und bunte Lichter die gute Stube von Sendenhorst erhellen, dann ist es wieder Zeit für den Sendenhorster Weihnachtsmarkt. Im Schatten des Sendenhorster Rathauses erwartet die Besucher auch in diesem Jahr wieder eine besonders gemütliche Weihnachtswelt. Neben den süßen Düften und den Gelegenheiten das ein oder andere Weihnachtsschnäppchen zu ergattern, hat der Sendenhorster Weihnachtsmarkt in diesem Jahr auch musikalisch einiges zu bieten.

**Den Verantwortlichen, der Verein Brauchtum und Weihnachtstraditionen e.V., hat ein abwechslungsreiches Programm auf die Beine gestellt.**

Das Duo Schallermann wird am Freitag sein Können unter Beweis stellen und den Weihnachtstrubel eröffnen. Freuen Sie sich auf ein Duo, welches mit Unterstützung des Publikums mehr als zweistimmigen Gesang zustande bringt. Neben einigen eigenen Kompositionen gibt es frisch interpretierte Musik von Pink Floyd über Old Crow Medicine Show und die Ärzte bis zu den Dubliners. Im Anschluss wird es dann so richtig weihnachtlich. Das Soloprojekt, alias Katrin Keppeler-Leuckert, Christi-



Grenzen der Musik erkundet und mit seiner einzigartigen Kombination aus Stil und Fachkenntnis die Herzen seines Publikums erobert. On our Knees bietet vom Klassikrock, Blues über Pop bis hin zu Soul als Cover im eigenen Stil, ein großes Musikprogramm. Abgerundet wird das Repertoire noch von einigen eigenen Kompositionen.

**Der Sonntag steht dann unter dem Motto Familie.**

Hier werden die jungen Mädchen der KG Fantastic ihre neusten Tänze präsentieren. Freuen Sie sich auch auf das Impro-Theater des Brauchtumvereins mit anschließendem Besuch



na Böckmann und Ina Malkemper, sorgen mit ihren Stimmen für einen weihnachtlichen Vorgeschmack.

**Am Samstag werden dann Mischa Vernov und die Drensteinfurter Rockband on our Knees auf der Bühne am Rathausplatz auftreten.**

Mischa Vernov, Singer-Songwriter und Indie-Artist aus Köln ist ein Multitalent, welches die



**Roma**  
SENDENHORST  
RISTORANTE & PIZZERIA

Oststraße 8  
48324 Sendenhorst

02526 2858  
info@roma-sendenhorst.de  
www.roma-sendenhorst.de  
Inhaber: Luigi Falcone



Im Dezember kein Ruhetag  
vom 23. bis 26. Dezember geschlossen  
Silvester geöffnet  
Silvestermenü 79,90 € pro Person  
(ohne Getränke)  
Prosecco zur Begrüßung und  
zu Mitternacht inkl.  
Tischreservierung erbeten  
Neujahr und 2. Januar geschlossen



des Weihnachtsmannes. Der heilige Mann hat für die kleinsten Besucher selbstverständlich wieder einige Überraschungen dabei.

**Am Samstag und am Sonntag wird es auf dem Gelände der St. Martin Kirche eine Handwerksausstellung geben.**

Hier gibt es dann wieder so einiges zu entdecken. Sicher ist hier das ein oder andere Geschenk für Weihnachten dabei. Wie auch schon im vergangenen Jahr beteiligen sich wieder einige Sendenhorster Vereine an dem Budenzauber in Sendenhorst. So wird die Sendenhorster Karnevalsgesellschaft „Schön wär’s“, der Heimatverein Sendenhorst e.V., sowie auch der Schützenverein St. Martinus Sendenhorst e.V.

ein reichhaltiges Angebot präsentieren. Auch Bernhard und Andy Wübken haben das ganze Jahr wieder fleißig gebastelt und gewerkelt. Die beiden bieten verschiedene Weihnachtsartikel an, die liebevoll selbst angefertigt worden sind. Alle Einnahmen werden dann wieder in den Spendentopf der Kinderkrebshilfe Münster e.V. wandern.

**Auch kulinarisch hat der Sendenhorster Weihnachtsmarkt wieder einiges zu bieten.**

Flammkuchen, Feuerzungenbowle, Winterglühwein, Apfelpunsch, Crêpes, Waffeln und vieles mehr, sorgen dafür, dass Sie sich als Besucher so richtig stärken können. Auf die jün-



geren Besucher wartet ein Kinderkarussell und die Familie Merz mit ihrem Süßwarenstand.

**Erstmals wird es auch eine Hütte des Vereins Brauchtum und Weihnachtstraditionen e.V. geben. Hier wird eine heiße Suppe, Glühwein und Kinderpunsch verkauft. Der Erlös geht vollständig in die Vereinskasse und wird zur Erhaltung und zum Ausbau des Weihnachtsmarktes genutzt.**



↑ Rockband On Our Knees



Das gesamte AuCom-Team wünscht allen ein frohes und besinnliches Weihnachtsfest und einen guten Start in das neue Jahr 2025.

**AuCom**

**BENSHAW GROUP**  
Benshaw / AuCom

APPLIED  
MOTOR  
CONTROLS

Merry  
Christmas





dein süppchen

WARMES FÜR DIE SEELE

www.dein-sueppchen.de

## PflegeTeam Sendenhorst und dein Süppchen vereinen Kräfte

# Neue Kooperation für mehr Lebensqualität

In einer wegweisenden Initiative haben der ambulante Pflegedienst PflegeTeam Sendenhorst und Volker Claßen mit seiner Catering Firma „Dein Süppchen“ eine Kooperation ins Leben gerufen, die sich zum Ziel gesetzt hat, den Patienten des Pflegedienstes eine sehr gute „Hausmannskost“ ohne viel Aufwand zu bieten. Die Idee hinter dieser Kooperation ist einfach, aber wirkungsvoll. Viele ältere Menschen und Patienten, die zu Hause leben, haben oft Schwierigkeiten sich selbstständig gesunde und abwechslungsreiche Mahlzeiten zuzubereiten. Hier setzt das PflegeTeam Sendenhorst an. Es integriert die köstlichen Suppen und Eintöpfe von Katja und Volker in sein Angebot, indem die Bestellung für eine Mahlzeit in Zukunft auch über das PflegeTeam erfolgen kann.



Diese Suppen und Eintöpfe sind nicht nur schmackhaft, sondern auch nährstoffreich und auf die Bedürfnisse älterer Menschen abgestimmt.

**„Wir möchten unseren Klienten nicht nur die notwendige Pflege bieten, sondern auch dafür sorgen, dass sie sich rundum wohlfühlen“,**



derklärt die Inhaberin des PflegeTeams Stefanie Schäpers. „Durch die Zusammenarbeit mit ‚Dein Süppchen‘ können wir unseren Klienten eine leckere Option anbieten, die sie zu Hause genießen können.“ Die Suppen von „Dein Süppchen“ zeichnen sich durch ihre Vielfalt und Qualität aus. Von klassischen Gemüsesuppen bis hin zu herzhaften Fleischvariationen ist für jeden Geschmack etwas dabei. Eine Abwechslung im Speiseplan ist besonders wichtig, um die Lebensqualität der älteren Menschen zu erhöhen und ihnen ein Stück Freude in ihren Alltag zu bringen, besonders weil ältere Menschen nicht mehr den hohen Aufwand für Suppen oder Eintöpfe bewerkstelligen können oder wollen.

Ein weiterer Vorteil dieser Kooperation ist die Entlastung der Angehörigen, die sich oftmals um die Ernährung ihrer älteren Verwandten kümmern. Mit der Lieferung von frisch zubereiteten Suppen können sie sicher sein, dass ihre Liebsten

gut versorgt sind. Die Kooperation zwischen dem PflegeTeam Sendenhorst und „Dein Süppchen“ ist nicht nur ein Schritt in Richtung ausgewogener Ernährung, sondern auch ein Zeichen für die Wertschätzung und Fürsorge, die älteren und kranken Menschen entgegengebracht wird. „Wir glauben daran, dass Essen mehr ist als nur Nahrungsaufnahme. Es ist ein Teil der Lebensqualität und des Wohlbefindens“, betont Volker Claßen.

**„Mit dieser Partnerschaft möchten wir dazu beitragen, dass unsere Suppen nicht nur den Magen, sondern auch das Herz der Menschen erreichen.“**

Beide Unternehmen setzen so ein Zeichen für mehr Lebensqualität und zeigen, dass auch im Alter und bei Krankheit das Wohlbefinden und die Freude am Leben im Vordergrund stehen sollte. Ganz nach dem Motto des PflegeTeam's Sendenhorst „Mit Herz und Verstand“.



Wir sind  
Anlehner  
an der AVR DD

Industrieweg 13-15  
48324 Sendenhorst  
Tel.: 02526 9377000  
Fax: 02526 9377005

Wir wünschen Ihnen eine  
schöne Advents- und  
Weihnachtszeit

info@pflgeteamsendenhorst.de

www.pflgeteamsendenhorst.de



## HörKraft - das Original aus Sendenhorst:

# Sechs Jahre Engagement für besseres Hören

Seit über sechs Jahren ist das Team des Hörakustik-Spezialisten eine zentrale Anlaufstelle für Menschen, die ihre Hörgesundheit verbessern möchten. Mit einer breiten Auswahl an Hörgeräten, persönlicher Beratung und einem klaren Engagement für die Bedürfnisse ihrer Kundschaft hilft Hörkraft täglich dabei, Lebensqualität und Hörerlebnisse zu steigern.

Für viele Menschen ist Hören so selbstverständlich, dass sie kaum über dessen Bedeutung nachdenken – bis das Gehör nachlässt und Gespräche zunehmend mühsam werden. Genau hier setzt Hörkraft an: Das Unternehmen sieht sich als Partner für alle, die nicht nur ihr Hörvermögen verbessern, sondern auch ihr Leben bereichern wollen. Das HörKraft-Team, bestehend aus den beiden Meisterakustikern Johannes Wilms und Jan-Bernd Althoff, steht dafür ein, für jede Person die passende Hörlösung zu finden, egal ob es um einen leichten Hörverlust oder um eine komplexere Versorgung geht. Gerade in der Weihnachtszeit spielt gutes Hören eine besonders wichtige Rolle. Wenn Familien und Freunde sich um den festlich gedeckten Tisch versammeln, ist das Teilen von Erinnerungen, Geschichten und Lachen ein zentraler Teil der Feierlichkeiten. Doch für

Menschen mit Hörproblemen können solche Momente schnell zu einer Herausforderung werden. Gespräche sind oft schwer zu verstehen, und das Gefühl des Zusammenseins kann beeinträchtigt sein.

**„Wir möchten, dass Menschen in dieser besonderen Zeit das Gefühl der Gemeinschaft und Nähe uneingeschränkt erleben können“,**



↑ Jan-Bernd Althoff und Johannes Wilms

erklärt Johannes Wilms von Hörkraft. „Für uns ist es eine Freude, Menschen dabei zu helfen, all die Klänge und Stimmen, die die Weihnachtszeit so besonders machen, klar wahrnehmen zu können.“ Neben modernster Hörtechnik setzt Hörkraft vor allem auf eine individuelle, umfassende Be-

ratung. Das Team nimmt sich die Zeit, um die besten Lösungen für die persönlichen Bedürfnisse und Lebensgewohnheiten der Kunden zu finden. In entspannter Atmosphäre können Interessierte Hörgeräte erleben und sicherstellen, dass die ausgewählte Lösung im Alltag optimal funktioniert. Anlässlich des bevorstehenden Weihnachtsfests möchte das Team von Hörkraft allen Kunden und der gesamten Gemeinschaft von Sendenhorst ein frohes Fest und ein glückliches neues Jahr wünschen.

**„Wir danken Ihnen von Herzen für das Vertrauen, das Sie uns in den letzten sechs Jahren entgegengebracht haben“,**

sagt Meisterakustiker Jan-Bernd Althoff. „Mögen Sie eine besinnliche Weihnachtszeit im Kreise Ihrer Liebsten erleben und sollten Sie Fragen rund um das Thema Hören haben, sind wir auch im neuen Jahr gerne für Sie da.“

**Mit ihrer Arbeit, ihrer Herzlichkeit und ihrem Engagement sorgt Hörkraft in Sendenhorst dafür, dass das Hören wieder Freude bereitet – nicht nur an Weihnachten, sondern das ganze Jahr über.**



## Stellenanzeige: Quereinsteiger (m/w/d) in die Hörgeräteakustik Standort: Sendenhorst Beschäftigungsart: Vollzeit

Du möchtest beruflich neue Wege gehen und suchst eine sinnvolle Tätigkeit, bei der du Menschen helfen kannst? Dann bist du bei uns genau richtig! Wir bei Hörkraft in Sendenhorst suchen Quereinsteiger mit Leidenschaft, die unser Team in der Hörgeräteakustik bereichern möchten. Wir suchen Menschen mit einer offenen und freundlichen Persönlichkeit, Geduld und Fingerspitzengefühl für Menschen sowie Organisationstalent und dem Willen sich weiterzuentwickeln. Erste Aufgaben wären Terminvergabe und Organisation des Kalenders, Anlegen von Kundenvorgängen, Abrechnung mit Krankenkassen sowie die Reinigung und Kontrolle von Hörsystemen. Arbeitszeit 32 Wochenstunden zu den Öffnungszeiten, keine Samstagsarbeit. **Sende uns deine Bewerbung und einen kurzen Lebenslauf sowie deine Gehaltsvorstellungen schriftlich oder persönlich an: HörKraft Hörgeräte GmbH & Co. KG, Schulstraße 7, 48324 Sendenhorst Oder per Mail an: mehr@hörkraft.de**

**HörKraft**  
H Ö R G E R Ä T E 

Schulstraße 7  
48324 Sendenhorst

Tel 02526 9393560  
sendenhorst@hörkraft.de

## Schokoladengeschenk zu Weihnachten

# Dubai-Schokolade der Tik Tok-Trend

Im Laufe des Jahres entwickelte sich die Süßigkeit zu einem echten TikTok-Trend, weil Influencer weltweit die Dubai-Schokolade zuhause nachgemacht haben. Auch uns hat die Schokolade neugierig gemacht und zu einem Rezept inspiriert. Das Besondere an der Schoko-Spezialität ist ihr Inneres. Die Füllung besteht nämlich aus einem Mix von knusprigen Kadayif-Teigfäden, auch Engelshaar genannt und süßer Pistaziencreme.

### Zutaten:

(für 2 Tafeln)

- 300 g Zartbitterschokolade
- 200 g Kadayif-Teigfäden
- 260 g gezuckerte Pistaziencreme

### Zubereitung:

1. Schokolade grob hacken. Zwei Drittel über einem warmen Wasserbad schmelzen. Vom Herd nehmen. Restliche Schokolade unterrühren, bis sie geschmolzen ist.
2. Zwei tiefe Silikon-Tafelformen (ca. 25 x 13 x 3 cm) dünn mit der Hälfte der geschmolzenen Schokolade bestreichen, bis der Boden bedeckt ist. Zum Aushärten ca. 10 Minuten einfrieren.
3. Inzwischen für die Füllung Kadayif (Engelshaar) klein schneiden. Portionsweise in einer beschichteten Pfanne goldgelb anrösten. Herausnehmen und in einer Schüssel mit der Pistaziencreme vermengen.

4. Schokoladentafeln aus dem Gefrierfach nehmen. Gleichmäßig mit der Hälfte der Pistazien-Kadayif-Füllung bestreichen. Gegebenenfalls die festgewordene Schokolade erneut schmelzen. Gleichmäßig auf der Füllung beider Tafeln glattstreichen.

5. Dubai Schokolade zum Aushärten ca. 30 Minuten kaltstellen. Zum Servieren aus der Form stürzen.

**Genuss pur!**

*Kleiner Tipp:* Ein schönes süßes Nikolaus-oder Weihnachtsgeschenk!



Wir wünschen Ihnen ein schönes Weihnachtsfest und ein gutes neues Jahr 2025!

Heiligabend geschlossen  
Am 1. und 2. Weihnachtstag  
ab 14 Uhr geöffnet  
Silvester ab 14 Uhr geöffnet  
Neujahr geschlossen

**Reservieren Sie rechtzeitig einen Tisch!**

**BEDOS-RESTAURANT.DE**



Oststraße 18 • 48324 Sendenhorst • Tel.: 02526 559 07 04 • Mobil.: 0176 326 807 99

# Vortrag über Sarkopenie begeistert mehr als 60 Rehapatienten im MyGym Prime Sendenhorst

Thomas Kampmann, Diplomsportwissenschaftler und Steffi Bügemannskemper, 1. Vorsitzende Rehasport NordWest e.V. und Studioleitung MyGym Prime Sendenhorst hatten interessierte Rehasportteilnehmer eingeladen, sich über Sarkopenie und weitere Alterungsvorgänge in unserem Körper zu informieren.

Vor 15.000 Jahren ist der Mensch im Schnitt täglich 20 km gegangen, heute sind es nur noch unglaubliche 400 m! Bewegung und frische Luft sorgen dafür, dass unser Immunsystem und unser Vitamin D Haushalt (der übrigens nicht nur für gute Laune sorgt) ausreichend unterstützt ist.

**Wir haben über 600 Muskeln; die wichtigsten 12 Hauptmuskeln müssen trainiert werden. Was passiert, wenn ich diese nicht bewusst trainiere?**

## 1. Verlust der Bewegungsfreiheit

Ab dem 25. Lebensjahr verlierst du 1-15% deiner Muskelmasse, dadurch baut sich die muskuläre Leistungsfähigkeit und körperliche Inaktivität ab.

## 2. Verlust der Schmerzfreiheit

Ab dem 40. Lebensjahr verlierst du 40-50% deiner Muskelmasse, dieses hat zur Folge, dass oft erste Besuche beim Therapeuten durch Schmerzen und Bewegungseinschränkungen notwendig werden.

## 3. Verlust der Selbständigkeit

Im Rentenalter verlierst du im weiteren Verlauf die Entscheidungsfreiheit durch oft körperlichen und geistigen Abbau und du wirst hilfebedürftig.

Es ist bewiesen, dass ein 20-minütiges Training in der Woche deine Muskulatur erhält und bereits ein

zweites zusätzliches Training deine Muskelmasse aufbaut und deine Muskulatur stärkt.

Dein biologisches Alter setzt sich aus Messungen deiner Kraft, Flexibilität und deines Stoffwechsels zusammen. Dafür stehen im MyGym Prime Sendenhorst die passenden Geräte:

Egym Geräte, der HUB und die seca Waage



**STARKE MUSKULATUR DER MOTOR FÜR MEHR  
LEBENSQUALITÄT**



Verlust der Bewegungsfreiheit    Verlust der Schmerzfreiheit    Verlust der Selbständigkeit

**Dein „normales“ Alter steht in deinem Personalausweis, dein biologisches in deinem Gesicht!**

Unsere Rehapatienten und Mitglieder des MyGym Prime Sendenhorst haben die Möglichkeit, alle 3 Auswertungen kostenlos zu erhalten und nach dem Motto des Songs von Alphaville „Forever young“ werden diese mit jeder Trainingseinheit jünger!!!

Der nächste Vortrag findet am 10.12. von 10.00 bis 11.00 Uhr statt. „Wie stellst du dir deine letzten 10 Lebensjahre vor?“ Bei Interesse gerne melden.

**RehaSport**  
NordWest e.V.



PRIME

FROHE WEIHNACHTEN

UND EIN GESUNDES UND ERFOLGREICHES NEUES JAHR

## Gesundheitstipp der Engel-Apotheke in Wolbeck

# Gesunder Schlaf

### JEDER MENSCH HAT EIN INDIVIDUELLES SCHLAFBEDÜRFNIS

Kleine Kinder brauchen im Schnitt 10 bis 12 Stunden, junge Erwachsene 6 bis 9 Stunden und ältere Menschen 5 bis 6 Stunden Schlaf.

Berühmte Kurzschläfer wie Napoleon, Churchill der Rockefeller schiefen nur 3 bis 4 Stunden.

Einstein und Goethe waren mit 10 bis 12 Stunden Schlaf „Langschläfer“. Goethe bezeichnete den Schlaf immer wieder als das „reine Glück“. Egal wie groß oder klein das Schlafbedürfnis ist: Zu wenig Schlaf löst gesundheitliche Probleme aus. Man fühlt sich erschöpft, ist leicht reizbar, nervös, unkonzentriert, lustlos und antriebsarm.

### HALTEN SCHLAFSTÖRUNGEN LÄNGER AN, GILT ES, DIE URSACHE ZU FINDEN!

Mögliche Ursachen sind:

1. Krankheiten, die die Atmung beeinträchtigen, beispielsweise grippale Infekte, Schnarchen, Schlaf-Apnoe-Syndrom, chronische Schmerzen
2. Organische Störungen wie Schilddrüsen- oder Blasenkrankungen
3. Psychische Belastungen durch Stress, Sorgen und Anspannung
4. Ungesunde Lebensführung: ein spätes und/oder üppiges Abendbrot stört durch die Verdauungsarbeit den Schlaf
5. hoher Alkoholkonsum macht zunächst müde. Der Schlaf wird jedoch unterbrochen, sobald die Wirkung nachlässt
6. Koffein behindert das Einschlafen
7. Reizüberflutung durch helles Licht, Straßenlärm, langes Fernsehen, Blaulicht durch Smartphone & Tablet-Bildschirme
8. Nebenwirkungen bestimmter Medikamente, beispielsweise bei manchen Mitteln gegen

Depressionen, blutdrucksenkenden Mitteln, Mitteln bei Parkinson, Asthmamitteln oder Medikamenten zur Entwässerung  
9. Störungen des Biorhythmus, zum Beispiel bei Schichtdienst.

**Wichtiger Hinweis:**  
**Suchen Sie ein vertrauliches Gespräch mit Ihrem Arzt, wenn die Schlafstörungen länger andauern, massiv sind oder andere Begleitschwerden hinzukommen!.**

### SCHLAFSTÖRUNGEN

Es gelingt nicht immer, die Ursache der Schlafstörung zu beseitigen. Schicksalsschläge, Grunderkrankungen oder persönliche Probleme (Scheidung, Belastung am Arbeitsplatz etc.) kann man häufig nicht beeinflussen. Dann helfen entspannende Maßnahmen und sanfte Schlaf- und „Antistress“-Mittel. Hier hilft Ihnen die Engel-Apotheke gerne bei einer sinnvollen Auswahl.

### ENTSPANNTE SCHLUMMERN BESSER!

Basis jeder Behandlung von Schlafstörungen sind schlafhygienische Regeln, deren Beachtung bei leichteren Schlafstörungen oft schon eine deutliche Besserung bringen.

Auch wenn Sie z. B. noch ärztliche Hilfe in Anspruch nehmen sollten – diese Maßnahmen sind also immer Teil einer jeden Behandlung!

- Nehmen Sie nach dem Mittagessen keine koffeinhaltigen Getränke (Kaffee, Cola, Schwarztee) mehr zu sich.
- Meiden Sie Alkohol. Alkohol kann das Ein-



schlafen zwar beschleunigen, unterdrückt aber Tief- und REM Schlaf, das Durchschlafen wird so beeinträchtigt.

- Nehmen Sie keine schweren Mahlzeiten am Abend ein, da durch die erhöhte Magen- und Darmtätigkeit der Schlaf oberflächlicher wird.
- Regelmäßige körperliche Aktivität fördert den Schlaf durch erhöhte Tiefschlafanteile. In den Abendstunden sollten Sie jedoch keine extremen sportlichen Aktivitäten mehr ausüben.
- Unterlassen Sie anstrengende geistige Tätigkeiten vor dem Zubettgehen. Lassen Sie den Tag lieber ruhig ausklingen.
- Ein persönliches Einschlafritual wie ein Spaziergang oder entspannende Musik wirkt schlaffördernd.
- Achten Sie auf die richtige Temperatur im Schlafzimmer und schalten Sie Lärmquellen aus. Das Schlafzimmer sollte gut abzukeln sein.
- Schauen Sie in der Nacht nicht auf den Wecker, da dies die Unruhe und Anspannung noch steigert.
- Halten Sie jeden Tag geregelte Aufsteh- und Schlafzeiten ein (auch am Wochenende).
- Halten Sie keinen Mittagsschlaf oder sonstige kurze Nickerchen.
- Aufstehen! Nicht wach im Bett liegen und grübeln!
- Entspannungstechniken können helfen, auch eine Verhaltenstherapie und Entspannungstechniken wie die Progressive Muskelrelaxation nach Jacobson oder Yoga.



*Wir wünschen  
ein schönes Weihnachtsfest  
und ein gutes, gesundes  
Jahr 2025*

**Inh. Alexandra Hochstein**  
Fachapothekerin für  
Offizinpharmazie,  
Ernährungsberatung,  
Naturheilverfahren  
& Homöopathie

Münsterstr. 9 • 48167 Münster-Wolbeck  
Tel.: 02506 9317-11 • Fax: 02506 9317-12  
[www.engel-apotheke.de](http://www.engel-apotheke.de)  
[info@engel-apotheke.de](mailto:info@engel-apotheke.de)



## 10% Rabatt\*

**Unser Geschenk für Sie:**

Einfach Coupon vorlegen und Sie erhalten 10% Rabatt auf **auf einen Artikel der Wahl**. Eine Kombination mit einem weiteren Coupon oder Rabatt ist nicht möglich.

\* dieser Gutschein ist gültig bis 31.12.2024!  
\* ausgenommen nicht-rabattfähige Arzneimittel, Rezeptanteile u. Bücher.

## Praxis für Naturheilkunde in Drensteinfurt

### Antje Kruse - hier fühlen Sie sich wohl

Schon in ihrem ersten Beruf als Lehrerin war das Hauptanliegen von Antje Kruse, die Menschen als Ganzes zu sehen und auftretende Schwierigkeiten an der Wurzel zu beheben. Dabei spielten physische und psychische Gesundheit immer eine Rolle. Ihren jetzigen Beruf als Heilpraktikerin sieht sie als konsequente Hinwendung zu diesem Anliegen und stellt ihn unter den Grundsatz, dass „die meisten Probleme der Menschen entstehen, weil im Laufe des Lebens aus dem ursprünglich existierenden Ganzen eine Aufspaltung in einzelne Teile stattgefunden hat. Heilung und Gesundheit bedeutet also die Wiederherstellung des Ganzen.“

Die Arbeit von Antje Kruse startet mit der üblichen heilpraktischen Anamnese durch Gespräch, Beobachtung sowie einer ausgiebigen Untersuchung. Eine Besonderheit ist eine ausführliche Austestung von Ursachen und Zusammenhängen von Symptomen mit Hilfe des kinesiologischen Muskeltests. Dabei wird die Stabilität eines spezifischen Muskels unter der Anwendung von leichtem Druck geprüft – Instabilitäten können auf Dysbalancen in einzelnen Bereichen hinweisen. Auch Methoden aus der TCM werden in die Diagnose einbezogen. Im Anschluss wird ein Behandlungskonzept erstellt. Zudem besteht eine Zusammenarbeit mit einem Labor zur Stuhl Diagnostik. In ihrer Naturheilpraxis in Drensteinfurt nimmt Antje Kruse sich die Zeit, um gemeinsam mit Ihnen herauszufinden, wo die Ursachen Ihrer

Beschwerden liegen und wie Sie wieder in Ihre gesunde Mitte gelangen können. Das Haus, in der die Praxis untergebracht ist, wirkt dabei mit - die alte Wassermühle am Schloss in Drensteinfurt strahlt eine besondere Ruhe und heilsame Atmosphäre aus.



Bei chronischen Erkrankungen sowie auch bei emotionalen Themen, traumatischen Erfahrungen und Aufmerksamkeits- oder Lernstörungen arbeitet die Heilpraktikerin mit dem sehr langen Halten von Akupunkturpunkten, was über die Akupressur hinausgeht. Tuina Heilmassagen - eine Technik aus der chinesischen Medizin - sind eine gute Ergänzung dabei, da sie ebenfalls Akupunkturpunkte und Meridiane behandeln und sehr ausgleichend und beruhigend wirken. Diese



↑ Antje Kruse

verwendet die 53-jährige Heilpraktikerin auch separat als Unterstützung und Vorbeugung. Die Massagen werden gerne mit Moor- oder Bienenwachspackungen als weiteren Heilimpuls kombiniert. Klangschaalen und Meridian-Klanggabeln kommen zum gleichen Zweck zum Einsatz.

Bei lokalen oder akuten Erkrankungen, wie etwa Meniskusschäden im Knie, Lumbalgie oder schlecht heilenden Wunden kommen Flächenlaser oder Laserpen zum Einsatz. Dabei handelt es sich um Kaltlaser, die kein Gewebe zerstören, sondern wieder aufbauen, die Kollagenproduktion im Gewebe anregen und sowohl schmerzlindernd als auch entzündungshemmend und abschwellend wirken.

Bei Immundefiziten bietet Antje Kruse Infusionen mit Vitamin C oder PPC (Lecitin zum Schutz der Zellmembran) an, Akute Infekte können gut mit Farblicht oder auch der Laserakupunktur behandelt werden. Diese kommt auch bei Allergien und Nahrungsmittelunverträglichkeiten zum Einsatz. In all ihrer Arbeit mit den Patienten ist es ihr wichtig, mit den behandelnden Ärzten oder anderen Therapeuten in Kooperation zu bleiben oder weiter zu verweisen, wenn die Symptome es nötig machen. „Die Gewährleistung einer bestmöglichen Versorgung gelingt nur mit- und nicht gegeneinander“, ist dabei die Devise.



**Antje Kruse**  
HEILPRAKTIKERIN

Schlossallee4  
48317 Drensteinfurt  
Tel.: 0173 71 29 83 5



[www.praxis-kruse.info](http://www.praxis-kruse.info)  
[kontakt@praxis-kruse.info](mailto:kontakt@praxis-kruse.info)

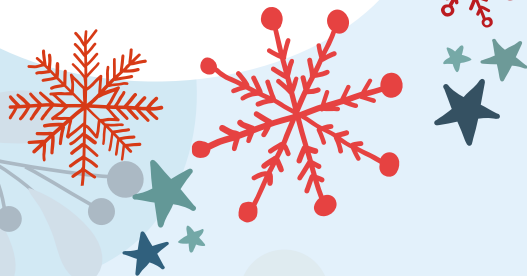


# Verlosung

Jeden Monat ein Buch  
von der Buchhandlung  
Buchfink in Wolbeck

## GEWINNSPIEL- FRAGE:

**Was zaubert Ihnen eine  
wohlig Gänsehaut und ein  
fesselndes Lesevergnügen?**



# Mach mit!

Regina Hermsen von der Buchhandlung Buchfink in Wolbeck stellt uns jeden Monat ein besonderes Buch für die Verlosung zur Verfügung. Viel Spaß beim Beantworten der Gewinnspiel-Frage und viel Glück beim Gewinnen!

*Buchgewinn diesen Monat*

**„WINTERGEISTER“ -  
SCHAURIGE GESCHICH-  
TEN FÜR FROSTIGE  
NÄCHTE“**

Verlag: Dumont Verlag

Wer die Antwort weiß, schickt uns bitte bis zum **10.12.2024** eine E-Mail an [gewinnspiel@stadtlandmagazin.de](mailto:gewinnspiel@stadtlandmagazin.de) oder eine Postkarte mit Antwort, Namen und Telefonnummer an die Redaktionsadresse (siehe im Impressum).

## WINTERGEISTER Schaurige Geschichten für frostige Nächte

Die Tradition, zur kalten Jahreszeit Spukgeschichten zu lesen, hat sich über die Jahrhunderte hinweg bewährt. Denn was gibt es Schöneres, als es sich an langen, dunklen Winterabenden mit Geistergeschichten gemütlich

zu machen? Wenn die Dunkelheit hereinbricht und der Nebel aufsteigt, zünden Sie sich also eine Kerze an und lassen Sie sich von diesen gespenstischen Erzählungen in den Bann ziehen. Ein heimgesuchtes Herrenhaus, ein unheilvolles Theaterstück und eine Geisterbeschwörung zaubern Ihnen eine wohlig Gänsehaut und bescheren Fans von Charles Dickens, Edgar Allen Poe oder Downton Abbey ein fesselndes Lesevergnügen. In „Wintergeister“ hau-

chen sechs hochgelobte Autoren und Experten des unheimlichen Erzählens der Tradition des Schauer märchens neues Leben ein. Diese atmosphärischen

**Spukgeschichten sind der perfekte Begleiter für frostige Nächte!**

**Wir wünschen  
Ihnen ein schönes  
Weihnachtsfest**



### Buchhandlung Buchfink

Öffnungszeiten: Mo - Fr 10:00 - 13:00 Uhr / 15:00 - 18:00 Uhr | Sa 10:00 - 13:00 Uhr

Kompetente Beratung, persönliche Empfehlungen, schöne Geschenkideen und Papeterie, wechselnde kulturelle Veranstaltungen, Autorenlesungen, Austausch mit Buchfreunden, Online-Lieferservice, umfangreiches Kartensortiment, Buchgenuss nach Ladenschluss

Regina Hermsen · Münsterstraße 11 · 48167 Münster · Telefon: 02506 / 3027764 · Mail: [info@buchfink-buchhandlung.de](mailto:info@buchfink-buchhandlung.de) · [www.buchfink-buchhandlung.de](http://www.buchfink-buchhandlung.de)

# VERLOSUNG

IN KOOPERATION MIT DEM  
COPPENRATH VERLAG  
VERLOST DAS STADTLAND MAGAZIN  
JEDEN MONAT EIN KINDERBUCH.

Der Coppenrath Verlag mit seinem prägnanten Speicher-Ensemble am Hafen ist durch seine Kinderbuch-Charaktere bekannt geworden.

„Wenn Kunden oder Besucher unseren Verlag verlassen und sagen ‚solch einen verrückten Verlag habe ich noch nicht gesehen‘, macht mich das stolz“, sagt der Verleger Wolfgang Hölker.



Löse das  
Rätsel auf der  
Gewinnspielseite  
und gewinne  
dieses Buch  
sowie von Die  
Spiegelburg  
Kristalle selber  
züchten und  
Kristall-Gnom  
züchten.

*Buchgewinn in diesem Monat:*

„**COSMO ZAUBERKATER**“ –  
**DER FLUCH DER MAGISCHEN PFOTE**

Altersempfehlung: ab 9 Jahren  
Autorin: Barbara Rosslow  
Illustratorin: Dorothee Mahnkopf



## COSMO ZAUBERKATER – DER FLUCH DER MAGISCHEN PFOTE

Der keine Streuerkater Cosmo kann es kaum glauben: Er ist als Tiergefährte auserwählt worden und wird an die Zauberschule von Wickfield geschickt. Dort soll er ausgebildet werden, damit er später einem Zauberkind dienen kann. Doch irgendwie läuft alles schief: Beim Besenreiten wird ihm ständig übel, dann vermässelt er seine Prüfung in Kräuterschnüffelkunde und zu allem Übel wird er ausgerechnet dem tollpatschigen Zauber Mädchen Aywa zugeteilt. Doch es kommt noch schlimmer: Cosmo stellt fest, dass er zaubern kann – was für Tiere streng verboten ist. Und das entgeht auch den dunklen Magiern nicht...

Ergänzend dazu sponsert Die Spiegelburg von  
der Serie Wild + Cool Kristalle selber züchten  
und Kristall-Gnom züchten.



**Hoetmar**  
**GRILL**  
BEST FAST FOOD IN THE TOWN

Eine schöne Advents- und Weihnachtszeit wünschen wir Ihnen!  
Am 1. und 2. Weihnachtstag haben wir für Sie geöffnet!

Gyros \* Pizza \* Pasta \* Salat  
Griechische, Deutsche & Italienische Spezialitäten

### Öffnungszeiten

Montag – Ruhetag  
Di. – Sa. 11–22 Uhr  
So. und Feiertage  
13–22 Uhr



Dechant-Wessing-Straße 30  
48231 Warendorf – Hoetmar  
Tel.: 02585 940665

ANRUF  
GENÜGT!

## Die Sendenhorster Karnevalisten

# Mittendrin in der fünften Jahreszeit

Seit dem 16. November haben die Sendenhorster Karnevalisten ein neues närrisches Oberhaupt Holger I. (Holger Notz) wird das Jeckenvolk durch die Session führen. Der Auftakt in die neue Session im Landhaus Sendenhorst war schon ein voller Erfolg und lässt auf eine großartige fünfte Jahreszeit hoffen. Einiges wird sich ändern, andere Traditionen bleiben bestehen, aber eins ist klar, die Verantwortlichen wollen in den nächsten Jahren einen fantastischen Karneval mit Jung und Alt feiern. In den vergangenen Monaten konnte die Sendenhorster Karnevalsgesellschaft auch einige neue Mitglieder aufnehmen.

### DAS PRÄSIDIUM DER KG SCHÖN WÄR`S:

**Präsidentin:** Kirsten Wessel

**Vizepräsident:** Dietmar Winkler

**Geschäftsführer:** Ulrich Möllers

**2. Geschäftsführer:** Franz Serwotke

**Kinderprinzenbetreuung:** Jana Arden und

**Julia Hermanns**

**Kassiererin:** Ulla Winkler

**Zugführer:** Franz Serwotke und

**Michael Döning,**

**Pressearbeit:** Holger Notz

**Zeremonienmeister:** Christian Brodner

Kirsten Wessel führt nun den Verein als Präsidentin an. Die 31-jährige ist die erste Präsidentin in der Vereinsgeschichte und bringt schon jede Menge Erfahrung mit. Ihre närrische Laufbahn startete sie als Prinzenfunkenmariechen.

Später begleitete Kirsten Wessel als Funke den Präsidenten und kam dann über den Posten der Jungfrau und der Vizepräsidentin zu dem Posten der Präsidentin. Das neu formierte Präsidium hat für die kommende Karnevalszeit viel vor. Das Präsidium der Sendenhorster Narren lädt ab sofort jeden ersten Donnerstag im Monat zum Stammtisch ein. Jeder aus der Bevölkerung ist herzlich willkommen. Im Fokus stehen das gemütliche Beisammensein, ein reger Austausch und das Kennenlernen. Auch die Vorbereitungen für den närrischen Umzug am Rosenmontag laufen bereits auf Hochtouren. Nach der verkürzten Tour im vergangenen Jahr wird der närrische Lindwurm wieder die altbewährte Strecke zurücklegen. Wer noch am Umzug teilnehmen möchte, kann sich gerne per E-Mail ([rosenmontag@kg-schoen-waers.de](mailto:rosenmontag@kg-schoen-waers.de)) anmelden. Bei Rückfragen steht Zugleiter Franz Serwotke unter der Telefonnummer 0170-9350673 auch gerne zur Verfügung. Mit der großen Karnevalsparty im Landhaus Sendenhorst starten die Narren dann am 22.02.2025 in die Endphase der fünften Jahreszeit. Es folgen die Besuche der Kindergärten, Schulen, Se-



*Närrisches  
Oberhaupt Holger I.*



niorenhelme und Firmen, ehe dann am 2. März der Sturm des Rathauses mit anschließender Zeltparty auf dem Programm der Narren steht. Mit dem närrischen Lindwurm und einer weiteren Zeltparty auf dem Sendenhorster Marktplatz endet dann die fünfte Jahreszeit. Begleitet wird das närrische Oberhaupt bei den Auftritten von der Kindertanzgruppe KG Fantastic. Die Gruppe wurde vor 5 Jahren gegründet und besteht derzeit aus 20 aktiven Tänzerinnen im Alter von 2 – 11 Jahren. Neben Auftritten im Karneval stehen mittlerweile auch Auftritte auf Sommerfesten, Weihnachtsfeiern in Seniorenheimen und auf Weihnachtsmärkten auch außerhalb von Sendenhorst auf dem Plan.

**Gerne können sich Interessierte dieser Gruppe noch anschließen. Bei Fragen steht die Trainerin Kirsten Wessel unter der Telefonnummer 0157/33927091 zur Verfügung.**

**„Wir freuen uns über die großartige Unterstützung und danken allen Firmen und Spendern, die den Karneval in Sendenhorst und Albersloh unterstützen“**



Borsigstraße 2 · 48324 Sendenhorst · Telefon 02526 1431 · Fax 02526 3668 · [info@kolb-bedachungen.de](mailto:info@kolb-bedachungen.de)





## Hof Schulze Zumhülsen

# Weihnachtsbäume aus der Region

Für die meisten Deutschen ist ein geschmückter Tannenbaum der symbolische Mittelpunkt des Weihnachtsfestes. Jedes Jahr vor Heiligabend ist es Tradition, einen Weihnachtsbaum aufzustellen und festlich mit Kerzen, Kugeln, Engeln, Lametta, Lebkuchen und einem Stern auf der Baumspitze zu schmücken. Am Weihnachtsabend versammelt sich dann die Familie um den Christbaum herum im Wohnzimmer und packt die Geschenke aus, die vorher unter den Baum gestellt wurden.

Seit mehr als 20 Jahren züchtet und verkauft Burkhard Schulze Zumhülsen auf seinem Hof in der Bauernschaft Wessenhorst in Enniger im äußersten Westen des Stadtgebiets Weihnachtsbäume. Die Bäume werden in der eigenen Schonung gezüchtet und mit viel Geduld und Pflege achtet die Familie Schulze Zumhülsen darauf, dass die Bäume sich in hoher Qualität entwickeln und heranwachsen. Höhepunkt der Adventszeit auf dem Hof von Burkhard und Hedwig Schulze Zumhülsen in Wessenhorst ist das Familienfest am 14. Dezember. Ein Event, mit Spanferkel, Bratwurst, Glühwein, Bier, Kakao, Waffeln und Stockbrot am Lagerfeuer für die ganze Familie. Neben einer großen Auswahl an geschlagenen Bäumen besteht in uriger Atmosphäre die Möglichkeit sich in der Schonung einen Baum auszusuchen und diesen dann eigenhändig zu schlagen. Vor allem für die Jüngeren ein Riesenspaß. Nach der Arbeit wartet dann auch die verdiente Stärkung auf Sie. Freuen Sie sich auf dieses vorweihnachtliche Familienevent.

**„Unsere Bäume haben immer höchste Qualität und sind als „erste Wahl“ Bäume gekennzeichnet“**



Nutzen Sie die Gelegenheit, um in aller Ruhe den passenden Baum für Ihr Eigenheim auszusuchen. Kleinere Bäume in Töpfen mit Wurzelballen runden das Angebot des Weihnachtsbaumexperten ab. Selbstverständlich bekommen Sie beim Kauf eines Baumes auch gleich den passenden Tipp, dass ihr Schmuckstück auch noch an Weihnachten frisch aussieht.

**„Freuen Sie sich auf eine große Auswahl an Weihnachtsbäumen“**



**Der Verkauf startet wie in jedem Jahr am 1. Dezember. Täglich in der Zeit von 10.00 Uhr bis 19.00 Uhr präsentiert Ihnen das Team eine reichhaltige Auswahl an Nordmantannen und Blaufichten.**





Verkauf frischer Weihnachtsbäume, ab dem 01.12. täglich von 10-19 Uhr.

**HOF SCHULZE ZUMHÜLSEN**  
**WESSENHORST 7**  
**59320 ENNIGERLOH**

02528/8487  
 0172/5310170

**FAMILIENTAG**  
 3. Adventssamstag

Spanferkel | Bratwurst  
 Glühwein | Bier | Kakao  
 Waffeln | Stockbrot  
 Lagerfeuer

 zumhuelens\_weihnachtsbaeume  
 Schulze Zumhülsens Weihnachtsbäume





## Plattdeutsches Theater im Januar 2025

# „Dröget Schnüffelken“ präsentiert „Dat Bahn Chaos“ Chaos - Reisende sall man uphallen

Jeder kennt es, der mit der Deutschen Bahn unterwegs ist. Ob Verspätung, eine andere Wagenreihe oder sogar der Ausfall des ganzen Zuges, alles ist möglich. Natürlich sehr zum Ärger der Reisenden.

Die Plattdeutsche Theatergruppe „Dröget Schnüffelken“ Sendenhorst e.V. präsentiert in der Aula der St. Martin Realschule:



Samstag, 11.01.2025 19.30 Uhr  
Sonntag, 12.01.2025 15.30 Uhr  
– ab 14.30 Uhr Kaffee und Kuchen  
Freitag, 17.01.2025 19.30 Uhr  
Samstag, 18.01.2025 19.30 Uhr  
Sonntag, 19.01.2025 15.30 Uhr  
– ab 14.30 Uhr Kaffee und Kuchen

Vorverkauf ab 02.12.2024 bei Haushaltswaren Voges

Mehr Infos unter [www.droezet-schnueffelken.de](http://www.droezet-schnueffelken.de)

So trifft es auch die Laiendarsteller der Plattdeutschen Theatergruppe „Dröget Schnüffelken“ bei ihrem neuen Stück „Dat Bahn Chaos“, welches im Januar 2025 Premiere feiert. Der ICE 6948 nach Münster hat leider ein Problem und muss einen unplanmäßigen Stopp an einem verlassenen Bahnhof im Irgendwo machen. So

stranden die Mitreisenden samt Gepäck aber ohne Handyempfang, Taxi oder Aussicht auf Weiterfahrt in einer runtergekommenen Bahnhofshalle, während sich draußen auch noch ein Sturm zusammenzieht. Schlimmer könnte es für die gestresste Businessfrau Viktoria und Sigggi, den Motivationstrainer, nicht kommen. Beide haben wichtige Termine und müssen möglichst schnell ans Ziel kommen. Da ist die Reisegruppe auf Wochenendtrip schon entspannter unterwegs. Denn Dank Thea und Larissa gibt es genug Speckschnecken und Alkoholisches als Zwischenmahlzeit. Das lange Warten wird für das Publikum auf jeden Fall sehr kurzweilig ausfallen und man darf gespannt sein, ob noch alle pünktlich an ihr Reiseziel ankommen.

Die Proben für das Plattdeutsche Stück laufen bereits und die Akteure lernen schon fleißig den Text. Auch die ersten Requisiten liegen für die einzelnen Szenen parat. Das Bühnenbild wird wie immer in den Weihnachtsferien auf der Bühne in der Aula der Realschule aufgebaut und wird auch dieses Mal wieder mit viel Liebe zum Detail gestaltet.

Die Theatergruppe freut sich außerdem sechs Kinder aus Sendenhorst gefunden zu haben, die als Nachwuchsschauspieler auf der Bühne stehen und den Zuschauern einen Sketch präsentieren werden.

Fünf Mal hält der ICE 6948 in der Aula der Realschule. Die Premiere findet am Samstag, 11. Januar 2025 um 19:30 Uhr statt. Weitere

### Weihnachtsverlosung

**5 x 2 Freikarten  
für das Plattdeutsche  
Theaterstück**

(Weitere Infos auf der Gewinnspielseite)

Aufführungen sind am Freitag, 17. Januar und Samstag, 18. Januar jeweils um 19:30 Uhr sowie sonntags, 12. Januar und 19. Januar um 15:30 Uhr. Sonntags gibt es wie in den vergangenen Jahren ab 14:30 Uhr Kaffee und Kuchen. Wer sich diese Zugfahrt, beziehungsweise den Zwischenstopp nicht entgehen lassen möchte, kann bei Haushaltswaren Voges Tickets für „Dat Bahn Chaos“ ab Montag, 2. Dezember 2024 erwerben. Platzreservierungen inklusive. Erwachsene zahlen 8 Euro, Kinder bis 12 Jahre nur 4 Euro. Wer schon vorher einen Einblick in die Proben und Vorbereitungen haben möchte, kann der Theatergruppe bei Instagram ([droezet\\_schnueffelken](https://www.instagram.com/droezet_schnueffelken)) folgen.

Homepage [www.droezet-schnueffelken.de](http://www.droezet-schnueffelken.de)



**PHYSIOPLUS  
WESSELS**

Wir wünschen Ihnen eine schöne Adventszeit und ein frohes Fest!

- THERAPIE
- TRAINING
- PRÄVENTION



Karl-Wagenfeld-Straße 18  
48324 Sendenhorst

T. 02526 937202  
F. 02526 93782183

[info@physiopluswessels.de](mailto:info@physiopluswessels.de)  
[www.physiopluswessels.de](http://www.physiopluswessels.de)

## SPICY Sendenhorst

# Schlemmen und Genießen für einen guten Zweck

Zu einer großen Nikolaus Aktion lädt das SPICY Team aus Sendenhorst am 6. Dezember ein. Schlemmen und Genießen und dabei etwas Gutes tun, so lautet das Motto des Nikolaus Tages. Traditionell spendet Hassan Othman an einem Tag den Gewinn an soziale Einrichtungen. Dem Inhaber von SPICY ist es ein Anliegen Gutes zu tun. Zudem soll das Geld dann auch in der Region helfen und so wird der Gewinn in diesem Jahr geteilt und jeweils zur Hälfte an den Verein **Königskinder - ambulanter Hospizdienst für Kinder und Jugendliche GmbH**, sowie der **Kinderkrebshilfe Münster e.V.** gespendet. **Selbstverständlich darf zu der Bestellung auch gerne ein zusätzlicher Betrag gespendet werden. Eine Spende steht dafür bei SPICY bereit!**

Die Königskinder sind der ambulante Hospizdienst für Kinder und Jugendliche in Münster und einem Umkreis von 40 bis 50 Kilometer in den Kreisen Warendorf, Coesfeld, Steinfurt und Borken. Im Fokus steht die Begleitung lebensverkürzend erkrankter Kinder, Jugendlicher oder junger Erwachsener und ihren Familien. Mit verschiedenen Angeboten unterstützen der Verein das gesamte Familiensystem schon von der Diagnose an und bei Bedarf auch über viele Jahre. Hauptamtliche Koordinationsfachkräfte stehen den Familien und deren Netzwerken als Ansprechpartnerinnen zur Seite. Zum Beispiel besuchen sie den Kindergarten der kleinen Schwester oder die Lehrerin des erkrankten

Kindes, sodass alle Beteiligten umfassend begleitet werden. Alle Angebote der wohlthätigen Einrichtung sind kostenfrei. Der gemeinnützige Verein **Kinderkrebshilfe Münster e.V.** wurde 1982 gegründet. Seit nunmehr über 40 Jahren unterstützt der Verein Familien mit krebskranken Kindern mit Rat und Tat, stationärer Ausstattung sowie medizinischen und psychosozialen Hilfsangeboten. Und in jedem Fall ganz individuell. Verschiedene Nachsorgeprojekte,



Forschungsförderung und Familiennothilfe, Brückenteam und Trauerarbeit sind nur einige der Projekte, mit denen sich die Mitglieder des Vereins tagtäglich beschäftigen. Der Vorstand besteht in erster Linie aus betroffenen Eltern und alle Vorstandsmitglieder arbeiten ausnahmslos ehrenamtlich.



**„Nutzen Sie den Nikolaustag nicht nur um die Köstlichkeiten von SPICY zu genießen, sondern auch, um die Organisationen Königskinder - ambulanter Hospizdienst für Kinder und Jugendliche GmbH und der Kinderkrebshilfe Münster e.V. zu unterstützen. Wir freuen uns auf Sie“**



GRAFIKEN: DESIGNED BY FREEPIK

BOWL • BURGER • DÖNER

# SPICY

scan me

Jetzt vorbestellen online,  
telefonisch oder per WhatsApp

[www.spicy-online.com](http://www.spicy-online.com)

02526 8419505  
0171 7788333

Täglich für Sie geöffnet  
Von 11:30 bis 21 Uhr

Schulstraße 9-11 | 48324 Sendenhorst



## Warendorfer Weihnachtswäldchen

# Festliches Hüttendorf auf dem Historischen Marktplatz

Die Tage werden kürzer und die Luft kälter und mit jedem Tag wächst die Vorfreude auf die besinnliche Advents- und Weihnachtszeit. Ein besonderer Ort, der in dieser Zeit zu einem wahren Kleinod wird, ist das Warendorfer Weihnachtswäldchen. Während viele große Weihnachtsmärkte von Trubel und Hektik geprägt sind, bietet dieses kleine Wäldchen auf dem Historischen Marktplatz in der Kreisstadt ein gemütliches Ambiente - ideal für Familien und alle, die dem Alltagsstress entfliehen möchten.

Das Warendorfer Weihnachtswäldchen ist der perfekte Ausgangspunkt für einen Einkaufsbummel in der festlich geschmückten Altstadt. Die zahlreichen Cafés und Restaurants laden zur Stärkung ein, und die Innenstadt ist vom Bahnhof aus gut erreichbar. Zudem gibt es kostenlose Parkmöglichkeiten auf der Linnenwiese in der Nähe.

**Vom ersten bis zum dritten Adventswochenende, in diesem Jahr vom 29. November bis zum 15. Dezember 2024, verwandelt sich der Marktplatz in ein einladendes Winterwunderland.**

Duftende Tannenbäume schaffen eine zauberhafte Atmosphäre und lassen den historischen Marktplatz wie einen echten Weihnachtswald erscheinen. Hier trifft man sich, um zu basteln, zu werkeln, Geschichten zu hören und die Klänge der Live-Musik zu genießen. In den Büdchen entsteht feines Kunsthandwerk. Das Ensemble original erhaltener Häuserfronten



## DEIN NEUER JOB IN MÜNSTER?!

Digital Sales Manager im Außendienst (m/w/d)  
in Vollzeit – unbefristet

Folge uns auf Social Media!



Wir suchen einen Digital Sales Manager im Außendienst (m/w/d) für die Vermarktung unserer Kerndienstleistungen und digitalen Vertriebslösungen. Nähere Informationen sowie direkt bewerben kannst du dich auf [karriere.econ-tel.de](https://karriere.econ-tel.de)

Bei Rückfragen melde dich gerne bei **Claudia Hegemann** unter [bewerber@econ-tel.de](mailto:bewerber@econ-tel.de)



Foto: Dario Ronge / Jan Wesselmann

**ECON TEL**  
ECHTE VERKAUFCHANCEN



Vor dem 3. Advent sorgt die Hüttengaudi für ausgelassene Stimmung am Samstagabend. Nach 17 ereignisreichen Tagen klingt mit „Swinging Christmas“ der Markt aus.



aus sechs Jahrhunderten bietet eine historische Kulisse, die zum Innehalten einlädt.

Die feierliche Eröffnung am 29. November wird von den Rathausbläsern und Nachtwächtern begleitet, die mit weihnachtlicher Musik für Stimmung sorgen. Bei Kutschfahrten und Führungen lernen die Gäste das winterliche Warendorf in all seinen Facetten kennen. Währenddessen können die Kinder am Stockbrotfeuer ihre kleinen Leckereien zubereiten oder im Lesepavillon in zauberhafte Weihnachtsgeschichten eintauchen.

**Ein besonderes Highlight ist der Besuch des Nikolaus am 6. Dezember, der mit seiner Kutsche kommt und Süßigkeiten für die Kinder mitbringt.**

### Am zweiten Adventssonntag bereichert der Warendorfer Wintersonntag die Altstadt.

Die Warendorfer WeihnachtsPlätzchen© bieten viele weihnachtliche und winterliche Aktionen mit Adventsmusik, Lesungen und Ausstellungen. „Engelbert Tanne“ unterhält mit seinem Engelchen Tanja Groß und Klein in bezaubernder Weise.

Die Geschäfte der Innenstadt werden an diesem Tag in der Zeit von 13.00 Uhr bis 18.00 Uhr öffnen und haben die ein oder andere weihnachtliche Überraschung im Angebot. An diesem Tag von 13 bis 18 Uhr verkaufsoffen.



## DEIN NEUER JOB IN MÜNSTER?!

Mitarbeiter im telefonischen Vertrieb (m/w/d) in Teilzeit – unbefristet

Folge uns auf Social Media!



Einstieg:  
**15€**  
pro Std.

Wir suchen neue Mitarbeiter (m/w/d) für die telefonische Kundenakquise und -betreuung. Nähere Informationen sowie direkt bewerben kannst du dich auf [karriere.econ-tel.de](https://karriere.econ-tel.de)

Bei Rückfragen melde dich gerne bei **Claudia Hegemann** unter [bewerber@econ-tel.de](mailto:bewerber@econ-tel.de)



Foto: David Ronge / Jan Wesselmann

**ECON TEL**  
ECHTE VERKAUFSCHANCEN

[www.stadtlandmagazin.de](http://www.stadtlandmagazin.de)

ANZEIGE

# GESCHICHTEN AUS DER REGION

## Früher war mehr Lametta – Weihnachten in den 1950er Jahren

von Peter Sacher

*Wichtiges, spannendes und  
abenteuerliches über die  
Region*

In den 1950er Jahren hatten noch viele Familien mit den Nachwirkungen des Krieges zu kämpfen. Das Geld reichte oft nur für das tägliche Leben. Häufig wurde auf Raten gekauft oder man ließ beim Kaufmann anschreiben. Neue Kleidung und teure Anschaffungen gab es daher zu Weihnachten als Geschenk. Wir Kinder fieberten diesem hohen Fest entgegen.

Die Weihnachtszeit begann mit dem Advent. Die Familie band einen Adventskranz, der mit roten Kerzen und Bändern geschmückt wurde. Am 6. Dezember war der Nikolaustag. Die KAB veranstaltete damals im Kolpinghaus eine große Nikolausfeier. Die Kinder der Mitgliedsfamilien durften sich beim Nikolaus (das war damals Heinrich Gallenkämper von der Schützenstraße) ihre von den Eltern mit Äpfeln, Apfelsinen und Süßigkeiten gefüllte Tüte abholen. Zu anderen Familien kam der (bestellte) Nikolaus ins Haus. Als Unterstützung brachte er den Knecht Ruprecht mit. Der war schwarz gekleidet und hatte ein geschwärztes Gesicht. Vor ihm hatten alle Kinder Angst. Der Nikolaus las aus einem goldenen Buch die guten und nicht so guten Taten der Kinder vor und die staunten, woher er das alles wusste.

Je mehr das Weihnachtsfest sich näherte, umso aufgeregter wurden wir Kinder. Am Schaufenster des Spielwarengeschäftes Wibbeke-Richter an der Mühlenstraße drückten wir uns die Nase platt (Bild 3). Wir schrieben unsere Wunschzettel in der Hoffnung, alle Wünsche vom Christkind erfüllt zu bekommen. Endlich war der Tag des Heiligen Abends gekommen. Mein Vater bohnte den Linoleumboden der Wohnküche (das machte er selber nur zu Weihnachten). Dann wurde der einen Tag zuvor gekaufte Weihnachtsbaum (Bild 2) in der großen Wohnküche auf einem kleinen Tisch aufgestellt. Mit silbernen Kugeln, einer Christbaumspitze, die ein farbiges Loch in ihrer Kugel hatte, und natürlich mit viel Lametta schmückten wir das Bäumchen. Zum Schluss kamen noch die echten Kerzen auf die Tannenäste.



↑Bild 1:Meine Familie Anfang der 1950er Jahre unter dem Weihnachtsbaum.  
V.li.: Opa Hermann Sacher, Peter, Doris, Vater Emil, Mutter Anna, es fehlt Bruder Erich

Nach dem Essen war die langersehnte Bescherung. Das Klingeln der Glocke beendete unser ungeduldiges Warten im Nebenzimmer. In der wohligen warmen Wohnstube unter dem vom Lichterglanz strahlenden Tannenbaum lagen unsere Geschenke (Bild 1).

Zu Weihnachten gehörte auch die Christmette, die sog. Uchte (wir sagten Ucht). Die begann am ersten Weihnachtstag um fünf Uhr morgens in der St. Regina-Kirche (Bild 5). Wer nicht mindestens eine dreiviertel Stunde vor Messebeginn in der Kirche war, bekam keinen Sitzplatz mehr. Die Uchte war die erste Möglichkeit neue Kleidungsgegenstände zu zeigen. Da sah man Frauen aus besser betuchten Familien, die ihre neuen Pelzmäntel vorführten. Mein älterer Bruder Erich wunderte sich über Pikser an seinem Körper. Wieder zu Hause stellte er fest, dass er nicht alle Nadeln seines neuen Hemdes entfernt hatte.

Die Weihnachtsfeiertage verbrachten wir Kinder mit Besuchen bei unseren Freunden, um uns über unsere Geschenke auszutauschen. In den Familien



## Lothar John

Rudolf - Harbig Str. 17 · 48324 Sendenhorst

Bauunternehmung

**Wir wünschen unseren Kunden  
eine schöne Advents- und Weihnachtszeit!**

[www.lehmtechnik.de](http://www.lehmtechnik.de)



- Bautenschutz
- Renovierung
- Lehmtechnik
- Hochbau



Sanierung von energetisch ökologischen  
Gebäuden mit Lehm- und Holzfaser Dämmung

Tel. 0 25 26 - 93 67 93  
mobil: 0175 - 155 22 45  
mail: john-l@t-online.de





↑Bild 2: Mein Modell zeigt Bernhard Knepper als Tannenbaumverkäufer mit seinem Goliath-Dreirad auf dem Marktplatz vor einem von mir gemalten Bild



↑Bild 3: Am Schaufenster von Wibbeke-Richter haben wir uns die Nase plattgedrückt

gab es leckeres Mittagessen und zum Kaffeetrinken selbstgemachte Plätzchen und Stollen. Abends wurden im Backofen Bratäpfel gebacken und für die Erwachsenen gab es Punsch und Glühwein.

In meiner (verklärten) Erinnerung lag zu Weihnachten immer Schnee, manchmal sogar schon zu Nikolaus. Damit bauten wir Schneemänner und machten Schneeballschlachten. Auf zugefrorenen Teichen und der Wese konnte man Schlittschuhlaufen (von denen, die welche hatten (Bild 4)). Auf dem Berthaschacht oder dem Bahndamm an der Schützenstraße sausten wir mit unseren Schlitten die Abhänge runter. Das war nicht ganz ungefährlich. Die Gerüche von Tannenduft, Bohnerwachs und Bratäpfeln gehören zu meinen frühen Weihnachtserinnerungen. In der Erinnerung geblieben ist mir aber auch der Zusammenhalt und bei aller Bescheidenheit die Zufriedenheit in unserer Nachbarschaft.



↑Peter Sacher

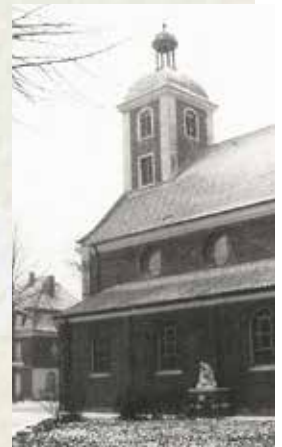
## Über mich

Ich wurde 1947 in Drensteinfurt geboren. Schon früh entdeckte ich mein Zeichentalent. Diese Begabung half mir bei meinem späteren Hobby, dem Modellbau. Als Kind bastelte ich aus Schuhkarton-Pappe LKW und Motorräder. Jahre später begann ich Modelle in Eigenbauweise aus Plastikplatten

zu bauen. Im Verlauf der kommenden ca. vierzig Jahren habe ich über 90 Modelle nach Drensteinfurter Vorbildern in Eigenbauweise gebaut. Vor ca. zwanzig Jahren habe ich damit begonnen, Bilder aus meiner Kinder- und Jugendzeit zu sammeln. Tausende Bilder erhielt ich von Drensteinfurter Bürgern und Familien. Auf Veranstaltungen zeige ich auf Stellwänden und einer Leinwand viele Bilder aus meiner Sammlung. Besonders gerne halte ich Bildervorträge im Malteserstift, Tagespflagestellen und bei Klassentreffen. In unregelmäßigen Abständen schreibe ich Artikel mit meinen Kindheitserinnerungen, immer in Verbindung mit einem meiner Modelle. Seit 1959 bin ich Mitglied der DJK Olympia. 34 Jahre habe ich Handball gespielt, in diesen Jahren war ich 24 Jahre Handballabteilungsleiter, Jugendtrainer und Schiedsrichter. Bei schönem Wetter fahre ich gerne mit meinem NSU-Motorrad aus dem Jahr 1949 durch die Bauerschaften rund um Drensteinfurt. Das ist für mich jedes Mal eine Zeitreise.



↑Bild 4: Auf der zugefrorenen Wese wurde Schlittschuh gelaufen



↑Bild 5: Die St. Regina-Kirche im Winter



Wir wünschen  
Ihnen eine schöne  
Advents- und  
Weihnachtszeit



**VINCENZO PERRONE**

MARMOR • GRANIT • NATURSTEINMANUFAKTUR

Meisterbetrieb

TREPPEN • FUSSBÖDEN • KÜCHENARBEITSPLATTEN  
GRABMALE • SCHLEIFEN UND GLANZ POLIEREN  
VON NATURSTEINBÖDEN UND NATURSTEINTREPPEN

Am Mergelberg 6 • 48324 Sendenhorst • Tel. 02526.937104

Mail: info@perrone-naturstein.de

www.perrone-naturstein.de

## Besondere Leistungen für Elektrofahrzeuge

# Wechsel der Kfz-Versicherung zum 31. Dezember – denn in vielen Fällen gibt es ein Sonderkündigungsrecht

Bald ist der 31. Dezember, ein wichtiges Datum für alle Autofahrer. Denn bis zu diesem Datum können die meisten Autobesitzer noch ihre Kraftfahrzeugversicherung kündigen und sich auf die Suche nach einer neuen machen. Doch was gibt es dabei eigentlich zu beachten? Marcel Schumann, Geschäftsstellenleiter der Westfälische Provinzial Versicherung in Sendenhorst, rät, sich verschiedene Angebote einzuholen und diese genau zu vergleichen: "Wichtig ist, dass es keine Deckungslücken gibt und, dass vor allem auch der Service im Schadenfall stimmt."

### ELEKTROFAHRZEUGE - BESONDERE RISIKEN VERSICHERN

Wer keinen Diesel oder Benziner fährt, der sollte zusätzlich noch diesen Tipp im Hinterkopf haben: „Besitzer von Elektrofahrzeugen, sollten bei der Suche nach einer neuen Kraftfahrzeugversicherung unbedingt auf die Leistungen für diese Fahrzeuggruppe achten“, rät Schumann. Denn mit der Nutzung eines Elektrofahrzeuges ergeben sich zwar besondere Risiken, die für fossile Verbrenner bisher nicht relevant waren.

Die Westfälische Provinzial Versicherung geht hier mit der Zeit und bietet einen umfassenden Versicherungsschutz für Halter von Elektrofahrzeugen an. So sind beispielsweise Überspannungsschäden bei mittelbarer Blitzeinwirkung (zum Beispiel, wenn ein Blitzschlag in ein Gebäude durch das Ladekabel übertragen wird) und Tierbissfolgeschäden sowie Folgeschäden bei Kurzschluss bis 25.000 EUR versichert. Außerdem sind Kosten, die bei der Entsorgung des Akkus entstehen könnten, mit bis zu 2.000 Euro abgedeckt. Mobile Ladestationen und Ladekabel sind während des Ladevorgangs ebenfalls versichert. Auch unter Verschluss gehal-

tene Ladekarten, die für öffentliche Ladestationen genutzt werden, sind automatisch mitversichert.

### NACHHALTIGKEIT GEFÖRDERT - UMWELTPRÄMIE BEIM UMSTIEG AUF E-AUTO

Zudem fördert die Westfälische Provinzial Versicherung auch nachhaltiges Handeln: So erhalten beispielsweise Pkw-Fahrer und Pkw-Fahrerinnen, die nach einem Totalschaden oder Diebstahl ihres Autos einen Neupreisanspruch haben, eine Umweltprämie von 2.000 Euro zuzüglich zur Entschädigungssumme, wenn sie von einem Verbrenner auf ein ausschließlich elektrisch betriebenen Pkw umsteigen.

### FAHRERSCHUTZVERSICHERUNG - WICHTIG BEI SELBST VERSCHULDETEN UNFÄLLEN

„Gedanken machen sollte man sich auch über die Absicherung des Fahrers. Wird dieser bei einem selbst verschuldeten Unfall verletzt, greift nicht die Kfz-Haftpflichtversicherung. Diese Sicherheitslücke kann jedoch mit einer Fahrerschutzversiche-



↑ Bis zum 31. Dezember kann die Kfz-Versicherung noch gewechselt werden

rung geschlossen werden“, informiert Schumann. Eine Fahrerschutzversicherung ersetzt Personenschäden, die dem Fahrer beim Lenken des versicherten Autos durch einen Unfall zustoßen. Gut zu wissen: Die weiteren Insassen sind bei solch einem Unfall durch die Kfz-Haftpflichtversicherung des Fahrzeuges versichert.

**„Bei Fragen rund um die Kraftfahrzeugversicherungen, stehen die Versicherungsexperten der Westfälische Provinzial Versicherung gern zur Verfügung, um Details zu klären“,**

rät Schumann.

„Alternativ können Sie sich auch per Mail und Telefon beraten lassen oder online auf [www.provinzial.de](http://www.provinzial.de) den optimalen Versicherungsschutz wählen“, fügt Schumann hinzu.

**Für weitere Fragen: Marcel Schumann u. Philipp Geschermann, Tel. 02526 93999-0**

# „Nachbarschafts-Helfer.“

Wir sind für Sie da, wenn es um Versicherungen und Vorsorge geht.

**Geschermann & Schumann**

📍 Osttor 1, 48324 Sendenhorst

☎ 02526 939990

✉ [geschermann-schumann@provinzial.de](mailto:geschermann-schumann@provinzial.de)

**PROVINZIAL**



## Zugang einer Kündigung bei Einwurf in den Hausbriefkasten

Gerade bei einer Beendigung des Arbeitsverhältnisses ist der Zeitpunkt des Zugangs der Kündigung oft von großer Bedeutung. Das Bundesarbeitsgericht hatte sich aktuell (Urteil vom 20.06.2024 -2 AZ R 213/23-) mit einem Fall zu befassen, in dem im Arbeitsvertrag eine Kündigungsfrist von einem Vierteljahr zum Quartalsende vereinbart war. Das Schreiben, mit dem die Arbeitgeberin das Arbeitsverhältnis ordentlich zum 31.12.2021 kündigte, wurde von einem Bediensteten der Deutschen Post AG am 30.09.2021 in den Hausbriefkasten der Arbeitnehmerin eingeworfen. Die Arbeitnehmerin bestritt jedoch den Einwurf des Schreibens zu den üblichen Postzustellungszeiten und behauptete deshalb einen Zugang der Kündigung erst am 01.10.2021 und damit eine Beendigung des Arbeitsverhältnisses erst zum 31.03.2022.

Nach ständiger Rechtsprechung des Bundesarbeitsgerichts und auch des Bundesgerichtshofes geht ein Schreiben unter Abwesenden im Sinne von § 130 I 1 BGB zu, sobald es in verkehrs üblicher Weise in die tatsächliche Verfügungsgewalt des Empfängers gelangt ist und für diesen unter gewöhnlichen Verhältnissen die Möglichkeit besteht, von ihm Kenntnis zu nehmen.

Der Einwurf in einen Briefkasten bewirkt den Zugang, sobald nach der Verkehrsanschauung mit der nächsten Entnahme zu rechnen ist. Dabei ist nicht auf die individuellen Verhältnisse des Empfängers abzustellen, sondern eine generalisierende Betrachtung vorzunehmen. Es genügt, wenn der Empfänger unter gewöhnlichen Verhältnissen die Möglichkeit der Kenntnisnahme hatte. Ist der Empfänger durch besondere Umstände, wie z. B. Krankheit oder zeitweilige Abwesenheit (Urlaub), an der Kenntnisnahme gehindert, so verhindert dies den Zugang nicht. Der Empfänger ist verpflichtet, für solche Fälle die notwendigen Vorkehrungen zu treffen, um eine tatsächliche Kenntnisnahme zu ermöglichen. Er muss in solchen Fällen z. B. Nachbarn, Bekannte oder Familienangehörige bitten, den Briefkasten für ihn zu leeren.

Anders verhält es sich auf der Zustellerseite. Steht fest -wie in dem zu entscheidenden Fall-, dass das Kündigungsschreiben am 30.09.2021 von einem

Bediensteten der Deutschen Post AG in den Hausbriefkasten der Arbeitnehmerin eingeworfen wurde, so begründet dies den Beweis des ersten Anscheins dafür, dass der Einwurf innerhalb der postüblichen Zustellzeiten erfolgt ist.

Maßgeblich ist insoweit der Umstand, dass sich die übliche Postzustellzeit, die örtlich stark variieren kann, aus der Arbeitszeit des Postbediensteten ergibt. Nach der Entscheidung des Bundesarbeitsgerichts ist es nicht erforderlich, im konkreten Fall die genaue Uhrzeit der Zustellung zu bestimmen, da diese häufig abhängig ist von der jeweiligen Postmenge.

Den Anscheinsbeweis dafür, dass eine unstreitig erfolgte Zustellung innerhalb der üblichen Zustellzeiten erfolgt ist, kann der Empfänger nur dadurch erschüttern, dass er atypische Umstände des Einzelfalles darlegt, die die ernsthafte Möglichkeit eines abweichenden Geschehensablaufes nahelegen. Dies ist jedoch in der Regel schwierig.

In dem zugrundeliegenden Fall hat das Bundesarbeitsgericht -ebenso wie die Vorinstanzen- den Anscheinsbeweis für den Zugang des Kündigungsschreibens am 30.09.2021 und somit eine Beendigung des Arbeitsverhältnisses zum 31.12.2021 angenommen und dementsprechend die Klage abgewiesen.



**Dr. Marlies Brinkmann**  
Fachanwältin für Medizin- und Arbeitsrecht

### UEBBERT BRINKMANN & PARTNER MBB

#### Rechtsanwälte

##### HAMM

**Dr. Paul Uebbert**  
» Rechtsanwalt  
bis 31.12.2022

**Dr. Marlies Brinkmann**  
» Fachanwältin  
für Medizin- und  
Arbeitsrecht

**Andreas Rickert**  
» Fachanwalt für  
Bau- und  
Architektenrecht  
» Notar

**Anne-Kathrin Heckl**  
» Fachanwältin  
für Familienrecht

**Denise Koch**  
» Fachanwältin für  
Bau- und  
Architektenrecht

Im Sundern 78  
59075 Hamm  
Tel.: 02381 378777-0  
Fax: 02381 378777-7  
info@uebbert-brinkmann.de

##### SENDEHORST

**Peter Abke**  
» Rechtsanwalt

Oststraße 22  
48324 Sendenhorst  
Tel.: 02526 937311  
Fax: 02526 937312  
p.abke@uebbert-brinkmann.de



Das Team



[www.uebbert-brinkmann.de](http://www.uebbert-brinkmann.de)

UEBBERT BRINKMANN & PARTNER mbB

Rechtsanwälte • Fachanwälte • Notar



DEZEMBER

# Gewinnspiel

Viel Glück!

FRAGE:

**Welche Nummer hat der ICE nach Münster, mit dem die Reisenden im Theaterstück „Dat Bahn Chaos“ unterwegs sind?**

**Weihnachtsverlosung von 5 x 2 Freikarten für das Plattdeutsche Theaterstück „Dat Bahn Chaos“ von Dröget Schnüffelken im Januar.**

**SO GEHT'S:**

Schreib uns einfach eine Nachricht mit deinem Tipp und deinem Namen, Adresse und Telefonnummer.

**LÖSUNG AN:**

gewinnspiel@stadtlandmagazin.de  
stadtland magazin  
Pfarrer-Brink-Str.11 | 48324 Sendenhorst

**EINSENDESCHLUSS:**

10.12.2024

**PREISVERLEIHUNG:**

In der kommenden Ausgabe wird der/die GewinnerIn bekanntgegeben.

DEZEMBER

# Kinder-Gewinnspiel

**LÖSE**

**DAS RÄTSEL UND GEWINNE  
DIESES BUCH SOWIE VON DIE SPIEGELBURG  
KRISTALLE SELBER ZÜCHTEN UND  
KRISTALL-GNOM ZÜCHTEN.**

**Erkennst du den Unterschied?  
Was fehlt auf dem zweiten Bild?**

1



2



Wenn du die Antwort weißt, schick uns eine E-Mail oder Postkarte mit vollständigem Namen, Alter und Adresse bis zum 10.12.2024. Es gelten die gleichen Teilnahmebedingungen wie oben.



**DER KITZHÖFER MACHT DEN GARTEN WINTERFEST!**

Professionelle Hilfe beim Winterdienst – und das zu fairen Preisen!

Wir bedanken uns für die tolle Zusammenarbeit in 2024 und wünschen Ihnen und Ihrer Familie ein frohes Weihnachtsfest!

Borsigstr.11  
48324 Sendenhorst  
Mobil 0177-4276666  
Mail uk@der-kitzhoefer.de

**Kitzhöfer.**  
kreative gärten  
IHR GARTENERLEBNIS PASSEND GESTALTEN

www.der-kitzhoefer.de

**Mein Makler**  
IN MEINER STADT ZUHAUSE

IHR IMMOBILIENEXPERTE IN MÜNSTER

Wir bieten Ihnen:

- Verkauf, Vermietung von Immobilien
- Ermittlung des Marktwertes
- Gewerbe-, Anlageimmobilien
- Grundstücke
- Grundstücksankauf
- Finanzierung



Janusz Foit - Inhaber

T. 02506 417010

info@foit-immobilien.de

ANZEIGE

GRAFIKEN: DESIGNED BY FREEPIK

ANZEIGE

NOVEMBER

# Preisverleihung

## Kinder-Gewinnspiel

### DIE LÖSUNG LAUTET:

Auf Bild 2 fehlt ein Mädchen unter dem Buchstaben N.

### DIE GEWINNERIN IST:

Elisabeth Scharmann (4 Jahre) aus Warendorf-Hoetmar.  
Sie gewann das Buch „Menschen brauchen Menschen“ sowie ein Frosch Geschirrsset vom Copenrath Verlag.

## Gewinnspiel Buchfink

### GEWINNSPIEL-FRAGE:

Welcher Frage müssen sich die Bewohner Constanze, Jörg, Anke und Murat irgendwann stellen?

### DIE LÖSUNG LAUTET:

Die Bewohner müssen sich der Frage stellen, ob sie eine reine Zweck-Wg sind oder doch die Wahlfamilie.

### DIE GEWINNERIN IST:

Gertrud Bureick aus Beckum.  
Sie gewann das Buch „Wohnverwandtschaften“ von Isabel Bogdan.

## Gewinnspiel

### GEWINNSPIEL-FRAGE:

Wie heißt die Inhaberin vom Greenleaf Wellness-Massage Salon?

### DIE LÖSUNG LAUTET:

Die Inhaberin vom Greenleaf Wellness-Massage Salon in Sendenhorst heißt Nichaya Hemsiri.

### DIE GEWINNERIN IST:

Nadine Philips aus Everswinkel.  
Sie gewann eine 60 Minuten Kombi Massage von Greenleaf im Wert von 78 Euro.

## Impressum

Das Mitmachmagazin für Menschen aus der Region.

Wir gehen auf Entdeckungsreise in Stadt und Land.  
Bunte Themen laden dazu ein, Neues zu erleben.

Nächster Redaktionsschluss:  
10. Dezember 2024

Bitte stimmen Sie Berichte  
weit vor Redaktionsschluss  
mit uns ab, damit wir einen  
Platz für Sie reservieren  
können.

### Redaktion

stadtland magazin  
Pfarrer-Brink-Str. 11  
48324 Sendenhorst

Mobil: 0160 94421985

E-Mail: [redaktion@stadtlandmagazin.de](mailto:redaktion@stadtlandmagazin.de)  
[www.stadtlandmagazin.de](http://www.stadtlandmagazin.de)

### Herausgeber

Firma Wuttke, Sendenhorst

Nächstes Erscheinungsdatum:  
Anfang eines Monats



**Chefredaktion  
und Anzeigenleitung**  
Alexandra Wuttke V.i.S.d.P.



**Kooperationspartner  
und Anzeigenvertrieb**  
Zirk - Schumann GbR



Thomas Marcel  
Zirk-Gunnemann Schumann



**Lektorat**  
Madita Schumann



**Redaktion**  
Dirk Vollenkemper



**Design**  
Monika Paul

Kooperation mit dem  
Copenrath Verlag GmbH & Co. KG



Redaktionelle Mitarbeiter in dieser Ausgabe:

Wolfram Opperbeck, Peter Sacher,  
Marion Pumpe (Dröget Schnüffelken)

### Auflage

5.000 Stück

### Verteilungsgebiet

Sendenhorst, Albersloh, Drensteinfurt, Rinkerode,  
Everswinkel, Alverskirchen, Hoetmar, Wolbeck, Vorhelm

### diverse Fotos/Icons von

[unsplash.com](https://unsplash.com) und [freepik.com](https://freepik.com)

### gedruckt von

ONLINE GEDRUCKT VON

**SAXOPRINT**



stadtland<sup>®</sup>  
magazin

Wir wünschen Ihnen ein  
Weihnachtsfest voller Licht  
und Freude!

**FROHE  
WEIHNACHTEN UND  
EINEN GUTEN RUTSCH  
INS JAHR 2025!**

**WIR WÜNSCHEN IHNEN  
BESINNLICHE FEIERTAGE!**

**SO NAH.  
SO GUT.**  
[www.so.de](http://www.so.de)



**STADTWERKE**   
**OSTMÜNSTERLAND**