

stadtland

magazin für Sendenhorst, Albersloh & Umgebung



Frühlingserwachen – Die Reise in den Frühling

Die Tage werden wieder länger, es beginnt zu grünen
und zu blühen, die ersten Sonnenstrahlen
wärmen uns, und die Vögel fangen an zu zwitschern...

Liebe Leserinnen und Leser,

er ist bereits zu spüren – der Frühling, der astronomisch am 20. März 2015 beginnt. Es ist der Tag, an dem es 12 Stunden hell und 12 Stunden dunkel ist. Und wir merken es jetzt schon: Die Tage werden wieder länger. Vielleicht erinnern Sie sich noch an den letzten März? Die Schlagzeilen waren damals: Zu warm! Zu viel Sonne! Zu wenig Regen! Und er ging mit rekordverdächtigen Temperaturen zu Ende: Es waren mehr als 20 Grad. Wir sind gespannt auf den März 2015.

Am letzten Sonntag im Monat, am 29. März, beginnt bei uns wieder die Sommerzeit. Mit Blick auf den nahenden Frühling und die Zeitumstellung, die uns eine Stunde Schlaf raubt, lautet unsere Umfrage in dieser Ausgabe: »Die Uhren ticken anders, auch bei dir?« Ein wichtiger Tag in diesem Monat ist auch der 15. März. Es ist der »Tag der Rückengesundheit«. Mit dem Aktionstag wird zur aktiven Prävention von Rückenbeschwerden aufgerufen. Rund ein Drittel der Deutschen leidet inzwischen unter Rückenschmerzen. Ich freue mich daher, Ihnen in Zusammenarbeit mit dem Therapiezentrum Lischka aus Sendenhorst Anregungen zur Rückengesundheit geben zu können. Zum vierten und letzten Mal wird in der Realschule in Sendenhorst der Ostergarten präsentiert. Fast 350 Ehrenamtliche haben daran mitgewirkt. Die Führung durch den Ostergarten ist eine ganz besondere Berührung mit dem Evangelium, in diesem Jahr mit dem Evangelium des Johannes. Ich hoffe, dass auch Sie noch eine Karte ergattern können, denn der Ostergarten ist ein ganz besonderes Erlebnis!

Unser »Mitmachmagazin« findet sehr großen Anklang, der sich von Monat zu Monat steigert – und das nicht nur in Sendenhorst und Albersloh, sondern auch z. B. in Hoetmar werden wir mit Begeisterung gelesen! Es erfreut mich immer wieder aufs Neue, wie viele Leserinnen und Leser sich mit tollen Ideen beteiligen oder mit einem leckeren Kochrezept, das diesmal aus Hoetmar kommt. Herzlichen Dank dafür! Ein weiteres großes Dankeschön geht an dieser Stelle auch an alle Gewerbetreibenden, die uns Monat für Monat tolle Preise für unser Gewinnspiel zur Verfügung stellen. Durch diese Vielfalt können wir unter den richtigen Einsendern unseres Rätsels immer einen attraktiven Preis verlosen.

Winter adé, fort mit dem Schnee! Jetzt wünschen wir uns den Frühling herbei mit viel Sonne, Licht und Wärme. Ein fröhliches Frühlingserwachen wünscht Ihnen



Alexandra Wuttke
Chefredakteurin stadtland magazin

»Es mangelt uns nicht an Zeit,
aber an Gegenwärtigkeit.«
Monika Minder

Die nächste Zeitumstellung ist am Sonntag, 29.03.2015, um 2 Uhr. Die Uhr wird dann um 1 Stunde auf 3 Uhr vorgestellt, die Nacht ist also 1 Stunde kürzer.

Foto: Nicolette | pixello.de, Titelseite-Foto/Uhr: Klaus Steves, Blumen: Rita Gabel, Andreas Hermsdorf, pixello.de

Hubert Ender
Garten- und Landschaftsbau

Stofferskamp 8
48324 Sendenhorst
Tel. (02526) 950700 Fax 950701

Peter Abke
· Rechtsanwalt ·

Oststraße 22 • 48324 Sendenhorst
Tel. 02526.937311 • Fax. 02526.937312



Moment mal bitte:

Ticken wir eigentlich noch richtig?

Wann ist es Zeit, die Zeit umzustellen?
Gedanken von Wolfram Oppenbeck

»Du tickst doch nicht mehr ganz richtig...« Wie schön, wenn damit nur die Uhr gemeint ist, die ja jetzt im März wieder anders ticken muss als gewohnt. Doch schön wär's schon, wenn auf allen Gebieten etwas so einfach umzustellen wäre, wie es von schlaun Zeitumstellenden Zeitgenossen einfach mal so beschlossen wird: dass die Uhr jetzt für einige Monate wieder anders tickt. Ob das übrigens wirklich was bringt, lassen wir jetzt einfach mal dahingestellt. Ich meine ja eher »nein«, aber egal. Und nicht übersehen werden darf dabei ja auch wohl, dass es sicher nicht wenige Menschen gibt, deren innere Uhr dadurch alle Jahre wieder dann auch einige Zeit braucht, bis sie wieder richtig ticken kann.

Aber, davon mal ganz abgesehen, sollten wir wirklich öfter mal auf die Menschen schauen, von denen behauptet wird, dass sie nicht mehr richtig ticken. Also, ich musste mir das durchaus auch schon mal anhören. Und wie steht's damit bei Ihnen? Ich frag mich nur immer: Wer kann sich eigentlich erlauben, so was von anderen zu behaupten? Einfach schon dann, wenn die sich anders verhalten, als man es gerne hätte? Dazu fällt mir dann Gott sei Dank der Satz des griechischen Philosophen Epiktet ein: »Verlange nicht, dass das, was geschieht, so geschieht, wie du es wünschst, sondern wünsche, dass es so geschieht, wie es geschieht, und dein Leben wird heiter dahinströmen.« Über solche Worte sollten nicht nur die Lästler und Besserwisser bei der Beurteilung anderer mal nachdenken, sondern sie sich jeder auch selbst vor Augen halten. Und Anderssein sollten wir einfach akzeptieren. Niemand ist schließlich der absolute Entscheider über die Qualität anderer. Denn wer weiß schon, was in bestimmten Situationen jetzt das Richtige für den Handelnden ist? Und das muss eben nicht das sein, was andere gerne hätten.

Hohe Zeit, etwas umzustellen oder versuchen es zu verhindern, wird es allerdings dann, wenn deutlich wird, dass durch eigenes oder fremdes Verhalten die Würde anderer verletzt wird. Oder auch, wenn Sitten und Gebräuche nicht akzeptiert werden, weil sie anderen Vorstellungen nicht entsprechen. Da gibt's ja zurzeit nicht nur in Sachen Religion und Weltanschauung so einiges, wobei es wohl

sinnvoll wäre, seine eigenen Einstellungen und das daraus entstehende Handeln mal zu überprüfen. Und auf gar keinen Fall darf eine andere Einstellung dazu führen, anders Denkende lächerlich zu machen oder ihnen gar etwas anzutun.

»Verlange nicht, dass das, was geschieht, so geschieht, wie du es wünschst, sondern wünsche, dass es so geschieht, wie es geschieht, und dein Leben wird heiter dahinströmen.«

Erst recht ungebracht ist es aber auch, Mitmenschen »falsches Ticken« vorzuwerfen, weil sie sich im Laufe der Jahre verändert haben. Wissen wir warum? Denn nur ganz selten bleiben unangenehme Erfahrungen oder gar Schicksalsschläge ohne Folgen im persönlichen Verhalten. Aber selbst der, der seine Fröhlichkeit und Aktivität verloren hat, ist deshalb noch längst nicht einer, der nicht mehr richtig tickt. Stattdessen ist es vielleicht viel angebrachter, mal darüber nachzudenken, auf welche Weise ich jemandem zur Seite stehen kann, um dessen zurzeit offensichtlich stehen gebliebene Lebensuhr wieder zum Ticken zu bringen. Manchmal schafft das ja schon das Bewusstsein, dass es auch im menschlichen Leben nach dem härtesten Winter wieder einen Frühling gibt, den wir auf jeden Fall reinlassen sollten.

Vielleicht fragen Sie sich also jetzt im kalendrischen Frühlingsanfang schon einfach mal, auf welche Art von Frühlingsgefühlen Sie sich freuen könnten. Denn das kann schon dazu führen, dass die Uhr unseres Lebens gar nicht stehen bleiben muss, wie immer sie auch tickt. Und wenn wir meinen, dass auch mal eine ganz persönliche Zeitumstellung dringend erforderlich ist, brauchen wir übrigens gar nicht nur auf den Frühling zu warten. Denn wann für uns Zeit für eine Zeitumstellung ist, können wir immer selbst bestimmen und davon überzeugt sein: Ich werd' schon wieder richtig ticken. Also, nur Mut.



FOTO-SHOOTING

Perfekt präsentiert auf Facebook und Co.

Aktionspreis
vom 2.3. bis 31.3.2015

Statt ~~59,-~~
39,-
Inklusive 2 Dateien (weboptimiert!)



www.pstam.de

IhrPlatz

**NEUES
SOFORTDRUCK-
SYSTEM!**

Mit neuester Technik!

10 x 15 cm 0,29
13 x 18 cm 0,79
15 x 20 cm 0,99



Ihre Fotos sofort mitnehmen!

Ihr Platz Weststr. 9 | 48324 Sendenhorst
Öffnungszeiten | Montag bis Freitag von 8 bis 19 Uhr
Samstag von 8 bis 16 Uhr
www.ihrplatz-sendenhorst.de



»Meine Familie und ich freuen uns auf den Frühling, weil wir Kälte und Regen leid sind. Und die Arbeit macht bei Sonne einfach doppelt so viel Spaß! Das Ergrünen der Natur weckt unsere Lebensgeister. Wir Landwirte hoffen im März auch auf gutes und trockenes Wetter bzw. sind darauf angewiesen, weil wir auf's Feld müssen zum Pflügen und Säen.«

Matthias Finkenbrink,
Ortslandwirt und Vorstandsmitglied,
Ortsverband Hoetmar - Freckenhorst



»Für mich ist der Frühling das Ende vom Winterschlaf. Endlich wieder bei Sonnenaufgang und frischer Luft auf dem Weg zur Arbeit. Und vor allem: Endlich die dicken Wintersachen im Schrank lassen. Auf dem Bau haben wir vom 1. Dez. bis 31. März »Schlechtwetter«. Aber »gefühl« haben wir öfter »Schlechtwetter«: Im Winter Schnee und kalt, im Sommer teils Hitze bis 50 Grad, im Herbst Stürme und Regen. Aber im Frühling, da kann man Glückshormone sammeln - eine schöne Jahreszeit für mich!«

Christian Opitz,
Polier und 1. Vors. FZ »Blau-Weiß«,
Sendenhorst



»Bei mir kommen die Frühlingsgefühle. Ich bin besser drauf, und ich gehe offener auf andere Leute zu. Man sieht im Frühling manche Dinge mit anderen Augen und bewertet sie positiver. Ich mag den Frühling.«

Agata Maniura,
Stationshilfe im Krankenhaus
Sendenhorst



»Ich liebe den Frühling!! Nicht nur, weil ich in dieser Jahreszeit Geburtstag habe ;-) Es ist die Zeit, in der man sich gerne draußen aufhält, weil die ersten warmen Sonnenstrahlen ins Freie locken. Da lohnt es sich, das Fahrrad aus dem Keller zu holen und Ausflüge mit meiner kleinen Tochter zu unternehmen. Endlich kann ich wieder mit ihr draußen spielen, ohne dass wir in dicke Winterjacken gepackt sind!«

Marina Delchmann,
Assistentin der Geschäftsführung
im Maschinenbau,
Sendenhorst

FRÜHLING - DIE UHREN TICKEN ANDERS, AUCH BEI DIR?

Gedanken von Menschen
aus der Umgebung



»Ab in den Garten und Angrillen! Endlich wieder im Hellen von der Arbeit kommen und in unserem neuen Garten gemütlich den Tag mit Grillen und Freunden ausklingen lassen. Ach ja, und nicht mehr Schnee fegen...«

Stephan Erdmann,
Sachbearbeiter Genossenschaftsverband,
»Neu«-Sendenhorster



»Endlich Frühling und ein paar trockene Tage! Wir genießen die ersten Sonnenstrahlen im Freien. Unser Sohn Lenni kann es kaum abwarten, draußen mit dem Laufrad seine Runden zu drehen. Darüber freut sich am allermeisten seine treue Weggefährtin Smilla (unser Hund).«

Anna, Lenni und Daniel Drees,
Arzthelferin | Dipl.-Ing. Maschinenbau,
junge Familie aus Hoetmar



»Ich merke mir den Frühling förmlich an - das hat mit der Zeitumstellung als solche eigentlich nichts zu tun, sondern mit mehr Tageslicht, die Natur erwacht und hat diesen unnachahmlich wunderbaren Frühlingsduft und tausend Farben. Ich werde aktiver, irgendwie auch wieder kommunikativer, stecke voller Tatendrang und unternehme gern etwas - am liebsten draußen. Bei Ausflügen, Stadtbummeln, auf dem Wochenmarkt - überall merke ich das »Frühlingserwachen«, denn es geht anscheinend vielen Leuten so - nicht nur in meinem unmittelbaren Umfeld, so dass sich plötzlich wildfremde Menschen grüßen und zulächeln und einfach besser gelaunt sind. Komisch ist das ja schon: Alles verändert sich in dieser Welt und wir uns mit ihr. Aber Blüten öffnen sich jeden Frühling - ganz wie immer! Und jedes Jahr hat es einen ganz besonderen Zauber, ähnlich einer Geburt.... Vielleicht, weil die wirklich gelebte Zeit immer kostbarer wird?«

Uta Mertens,
Chefarztsekretärin,
Sendenhorst



»Ich freue mich auf den hoffentlich baldigen Frühling, da mein Mann und ich im November bereits einige Sonnenstrahlen auf Gran Canaria erhaschen durften, was diesen schmuddeligen Sendenhorster Winter für uns natürlich schon erheblich verkürzt hat. Außerdem ist es doch wunderschön, wenn die Natur wieder »zum Leben erwacht«, einem lächelnde Gesichter begegnen und statt Kaminfeuer wieder die Windlichter auf der Terrasse entzündet werden. Und ich freue mich schon wieder auf meine Arbeit im Garten, die doch fitter hält als jeder Crosstrainer.«

Simone Uphues,
ehrenamtliche Mitarbeiterin »Die Tafel«,
Sendenhorst



»Früher rauschten die Jahreszeiten einfach so an mir vorbei. Jetzt, wo ich ständig mit meinen beiden Hunden draußen bin und mit ihnen auch Rettungshundearbeit mache, sehe ich die Natur mit ganz anderen Augen. Dabei ist der Frühling für mich die absolut schönste Jahreszeit, auf die ich mich am meisten freue. Es gibt nichts schöneres, als den Wald im Frühjahr, wenn die Bäume grün werden und der Waldboden blüht. Auch die dunklen Tage haben dann endlich ein Ende. Mit der Zeitumstellung habe ich allerdings so meine Schwierigkeiten, es dauert eine ganze Weile, bis ich mich daran gewöhnt habe.«

Veronika Kocker,
Rettungshundeführerin,
Sendenhorst



»Frühling und die Uhren ticken anders - na klar, endlich wieder mehr Sonne und Wärme! Da bekommt man manchmal sogar schon Lust auf eine Kugel Eis.«

Carolin Ehrensberger,
aktuelle Bachelor-Kandidatin bei RTL,
Münster



»Die Zeit rast eh immer schneller an einem vorbei! Heute muss man auch immer mehr Leistung in der gleichen Zeit abliefern, was manchmal echt anstrengend sein kann.«

Markus Kriener,
Hobbyfotograf,
Albersloh

**SENDENHORSTER
REISEBÜRO GERHARDT**

Weststraße 6 • 48324 Sendenhorst
Tel 02526 - 9380945 • Fax 02526 - 9380947

info@sendenhorster-reisebuero.de
www.sendenhorster-reisebuero.de

**ANNE'S CAFÉ
IM ST. JOSEF-STIFT**

Genießen will gelernt sein!
selbstgebackener Kuchen, Waffeln, Snacks, Frühstück, Salate

Inh. Anne Beckhoff-Weisser
Westtor 7, 48324 Sendenhorst, Tel. (02526) 300-1194
Mo bis Fr 9-18 Uhr • Sa 11-18 Uhr • So 10-18 Uhr



Georg Büttner und sein Team

Freckenhorster Straße 1
48231 Warendorf
Tel / Fax 02581 781 15 21

Lange Straße 22
59302 Oelde
Tel / Fax 02522 29 22

Elmstraße 16
59320 Ennigerloh
Tel 02524 262 49 30

• DIE FRÜHJAHR-KOLLEKTION IST EINGETROFFEN •

Wir führen unter anderem:





WAS DENKEN SIE?

Jeder Mensch birgt Schätze voller Geschichten und Erinnerungen. Hier lassen uns Menschen an ihren Gedanken teilhaben.

Heute hören wir Ursula Pälme, Modistin, aus Sendenhorst zu.

Ursula Pälme, 87 Jahre, ist gelernte »Modistin«, Hutmacherin, und betreibt seit mehr als 60 Jahren ihren kleinen, aber feinen Hutladen in Sendenhorst in der Oststraße 22. Hier verbergen sich unzählige phantasievolle und ausgefallene Hutschätze. Als sie mit dem Beruf anfang, gehörte der Hut noch zu jeder Garderobe dazu. Heute herrschen leider härtere Zeiten für Modisten.

Wir sind neugierig auf Frau Pälme und möchten gerne mehr über sie und ihre Leidenschaft für Hüte erfahren.

Frau Pälme, wie lautet Ihr Lebensmotto?

So lange arbeiten, wie ich kann. Vor allem möchte ich dazu bewegen, dass die Leute nicht nur so einfache Mützen tragen!

Haben Sie einen Lieblingshut?

Nee, sowas hab' ich nicht. Ich suche immer den passenden zur Garderobe. Man kann ja nicht irgendwas aufsetzen! Es kam mal eine Frau in meinen Laden, die wollte so einen großen Hut mit breiter Krempe. Da sagte ich: »Zu Ihrer Garderobe! Unmöglich!« (*schmunzelt*)

Wie viele Hüte haben Sie denn?

Ach, das kann ich Ihnen nicht sagen. Unzählige! Schauen Sie sich mal um, ich habe ja auch noch welche auf den Schränken, in Kisten und im Keller. Also hier kann keiner sagen, dass er keine Auswahl hätte. Wollen Sie, dass ich hier Inventur mache? (lacht) Wenn ich mal nicht mehr bin, werden die bestimmt alle weggeschmissen. Heute wollen die Leute ja immer was Neues...

Ist es denn schwer, einen Hutladen in Sendenhorst zu führen?

Ich habe heute viel mehr Zeit. Als ich hier 1954 anfang, habe ich Tag und Nacht gearbeitet. Wir dekorierten das Schaufenster immer nach den Jahreszeiten. Damals gehörte ein Hut auch immer zum Kostüm dazu. Wer etwas auf sich hielt, trug Hut.

Jede Frau hatte mindestens vier Hüte, für jede Jahreszeit einen. Ohne Hut durften wir damals auch z. B. gar nicht in die Kirche gehen. Heute ist das anders geworden, viele tragen höchstens noch so Mützen. Außerdem wird Kleidung durch Massenproduktion und den Onlinehandel generell zu Tiefpreisen angeboten. Das macht es uns Modisten natürlich schwer. Vieles wird auch nicht mehr repariert, so wie damals, sondern einfach ausgetauscht...

Trotzdem hält sich Ihr Hutgeschäft recht gut...

Ich wohne direkt neben meinem Verkaufsraum, die Ladentür ist gleichzeitig meine Haustür. Daher kann ich mein Leben und die Arbeit gut kombinieren. Aber auch in Sendenhorst tragen heute nicht sehr viele Leute Hüte. Wenn doch, dann muss der Hut etwas dezenter ausfallen, die würden hier nicht mit so viel »Gerümpel« auf dem Kopf rumlaufen. Da muss ich dann etwa die Blumen an der Krempe kleiner machen. Ich denke aber, dass man erst mit Hut vollständig angezogen ist. Viele Aufträge bekomme ich von außerhalb, aus Dortmund etwa oder aus Berlin. Ich hatte sogar schon Kunden aus Amerika da. Einen Teil der Hüte in meinem Laden kaufe ich ein. Ich mache hier nur die Besondersten, die Besseren – große Brauthüte, Kommunionkränze mit Kunstblumen, Hüte zum Verkleiden, extravagante ausladende Hüte ... In meinem Laden biete ich außerdem noch Bettwäsche und Handtücher an. Wir hatten früher und heute auch immer eine Reinigung dabei, damit in den Pausen immer was zu tun war.

Waren Hüte schon immer Ihre Leidenschaft?

Nein, wir wurden damals ja gar nicht gefragt. Eigentlich wäre ich gerne ins Büro gegangen, wo die Aufgaben ganz klar schienen. Aber zu Hitlers Zeiten wollte ich kein Pflichtjahr machen. Das konnte ich nur umgehen, indem ich eine Lehre zur »Putzmacherin« anfang. Das war die damalige Bezeichnung für »Modistin«, Hutmacherin. Mit 14 Jahren ging es in Verl mit der Lehre los, da habe ich 3 Jahre lang das

Handwerk von der Pike auf gelernt. Sofort habe ich Hüte gemacht, sofort gewaschen, gefilzt, geformt. Ist mir nicht schwergefallen der Beruf.

Als ich im Februar 1945 die Gesellenprüfung in Gütersloh ablegte, fielen in der Stadt gerade die Bomben. Daran kann ich mich erinnern, als ob es gestern gewesen wäre. Die Kriegsjahre haben mich sehr geprägt. Damals, als ich in Gütersloh und Bielefeld die ersten Berufsjahre als Gehilfin verbrachte, haben wir manchmal aus drei alten Hüten einen gemacht. Danach ging es nach Spexard, Friedrichsdorf, zurück nach Gütersloh und dann nach Sendenhorst. 1953 legte ich die Meisterprüfung an der Handwerkskammer zu Münster ab und übernahm das »Putzgeschäft Maria Möllers«, das zwischen Rathaus und Börse bestand. Mein Mann starb sehr früh, da sicherte mir der kleine Hutladen nach meinem Umzug in die Oststraße 22 für mich und meinen Sohn Michael den Lebensunterhalt.

Reich werden kann man in diesem Beruf nicht, aber dass es der schönste, kreativste Beruf ist, den es gibt, hätte ich mir am Anfang meiner Lehrjahre nicht träumen lassen.



Das Interview führten Alexandra Wuttke & K. Inka Meyer

Unsere Marken-Haushaltsgeräte!



Drepper oHG Albersloh, Kirchplatz 1
Tel. 02535/8833, www.drepper.de



galerie evelyn

das beste in farbe, schnitt und beratung.

Evelyn Rychlikowski
Friseurmeisterin
Oststraße 22a
48324 Sendenhorst
Tel. 02526-3491

Öffnungszeiten:
Di-Do 9.00 – 18.00 Uhr
Fr 9.00 – 20.00 Uhr
Sa 8.00 – 13.30 Uhr

Look 2015
Kirchplatz 2
Tel. 02535 8148

Wersmann
ALBERSLOH

Tele Voß
TV - Sat - Audio - Telecom

Christian Voß, Kirchplatz 9 in
48324 Sendenhorst-Albersloh

Phone: 02535 / 953897
e-mail: televoss@t-online.de
Internet: www.televoss.de

Verkauf - Kundendienst - Reparatur - Installation



Journalistische Nachwuchstalente in Aktion

Provinzial-Kulturstiftung sucht beste Schülerzeitung Westfalens

Auch in diesem Jahr ist es wieder soweit: Bereits zum 18. Mal schreibt die Kulturstiftung der Westfälischen Provinzial Versicherung ihren Schülerzeitungswettbewerb aus. Gesucht werden die besten Nachwuchsjournalisten 2015. Ab sofort können sich alle Schülerzeitungsredaktionen aus Westfalen bewerben.

Dem Lehrer in einem Interview auf den Zahn fühlen, die Highlights der Klassenfahrt nach Rom präsentieren oder den Austauschschüler aus den USA vorstellen – Themen gibt es für Schülerzeitungen reichlich. »Sind diese dann sowohl redaktionell als auch von der Gestaltung kreativ, witzig und spannend aufgemacht, sind die wichtigsten Merkmale einer Schülerzeitung erfüllt«, erklärt Christina Mees, Projektleiterin

des Schülerzeitungswettbewerbs. »Schülerzeitungen sollten das aufgreifen, was die Schüler vor Ort in den Schulen bewegt.« Wer von seiner Zeitung überzeugt ist, sollte jetzt die Chance nutzen. Auf die besten Blattmacher aller Schularten Westfalens warten am Ende tolle Preise: Unter anderem verbringt ein Gewinnerteam einen Tag in der Zentralredaktion der Westfälischen Nachrichten in Münster. Dort arbeiten die Nachwuchsjournalisten wie die Profis – sie nehmen an allen Redaktionskonferenzen teil, dürfen in einem persönlichen Gespräch Chefredakteur Dr. Norbert Tiemann mit Fragen löchern, schreiben eigene Texte, fotografieren, filmen und recherchieren. »Mit unseren Hauptpreisen wollen wir den Jungredakteuren ermöglichen, in die aufregende Welt des Journalismus hineinzuschmecken und erste praktische Erfahrungen zu sammeln«, sagt Thomas Tenkamp, Geschäftsführer der Provinzial-Kulturstiftung. Einsendeschluss ist der 31. März 2015. Eine Jury aus Journalisten und Medienexperten der Region wird die Einsendungen am Ende bewerten.

i Mehr Informationen erteilt Christina Mees unter christina.mees@provinzial.de. Oder Sie besuchen die Internetseite unter www.provinzial-online.de/schuelerzeitung.

Der Schülerzeitungswettbewerb der Kulturstiftung der Westfälischen Provinzial wird bereits im 18. Jahr in Folge unter allen weiterführenden Schulen und zum achten Mal auch unter allen Grundschulen Westfalens ausgeschrieben. Die Kulturstiftung wurde 1997 gegründet, um die Verbundenheit der Provinzial mit der Region Westfalen und deren Kultur zu dokumentieren. Besonders die kulturelle Bildung junger Menschen wird von der Provinzial-Kulturstiftung gefördert.

Discofox-fit an einem Wochenende

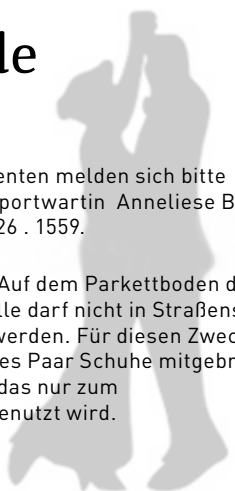
Tanzsportabteilung der SG Sendenhorst 1910 e.V.

Wie schaffe ich es, an einem Wochenende den Discofox zu erlernen? Die Tanzsportabteilung (TSA) der SG Sendenhorst bietet hierzu Gelegenheit. Das Training wird durch den Trainer der TSA, Wolfgang Römer, am Samstag, 21.03.2015, und am Sonntag, 22.03.2015, jeweils von 13.30 bis 17.30 Uhr in der Gymnastikhalle der Grundschule in Sendenhorst durchgeführt. Die Kosten für die Teilnahme betragen 35,00 €/Person, für Mitglieder der TSA 20,00 €/Person, einschließlich Pausenimbiss und kalter Getränke.

Die Teilnehmer erlernen an diesem Wochenende die Grundformen des Discofoxes und eine Vielzahl von Figuren.

i Interessenten melden sich bitte bei der Sportwartin Anneliese Brandt, Tel.: 02526 1 1559.

! Wichtig! Auf dem Parkettboden der Gymnastikhalle darf nicht in Straßenschuhen getanzt werden. Für diesen Zweck muss ein zweites Paar Schuhe mitgebracht werden, das nur zum Tanzen benutzt wird.



WorkoutFitness
Gartenstr. 6 · 48324 Sendenhorst
Tel. 0 25 26 – 9 39 01 71
www.workoutfitness.de

Fitness · Kurse

**3 Wochen testen für 29 €
oder 6 Monate 50 % sparen.***

* Gilt bei einer Anmeldung von 14 oder 24 Monaten.

BELÜG' DICH NICHT SELBST!

Mein täglicher Fitness-Joghurt tut's doch auch...

Ab 2018 hab ich bestimmt viel mehr Zeit...

Die 12 Kilo mehr sieht doch sowieso kein Mensch...

Mein Rücken schmerzt gar nicht mehr...

ORIENTALISCHES GOURMET-ERLEBNIS

Aus dem Feuer auf den Tisch



Im türkischen Restaurant »Steinofen« in Ahlen haben Sie die Gelegenheit, anatolische Spezialitäten zu genießen.

Die Speisen werden hier traditionell in Tontellern bei Feuer und direkt vor Ihren Augen gegart.

Was macht die Speisen hier so besonders?

Die Ofen-Gerichte werden bei Temperaturen um die 400° C in einem Steinofen gebacken oder geschmort. Geheizt wird ausschließlich mit Buchenholz, welches mindestens 3 Jahre lang getrocknet wurde, um eine derartige Hitze erzielen zu können. Außerdem werden die Speisen in traditionellen Tontellern gegart. Kenner wissen, dass die Tonteller mit der Zeit an Qualität gewinnen und den Gerichten ein besonderes Aroma verleihen. Der Inhaber Bayram Senlik betont: »Wenn wir neue Tonteller bekommen, werden diese zwei Wochen lang behandelt: in den Ofen geschoben, wieder herausgeholt zum Abkühlen, wieder reingeschoben... So kann der Tonteller sein ganzes Potenzial für den außergewöhnlich guten Geschmack der Speisen entfalten.« Eine weitere Besonderheit ist die sehr gute Qualität des Lammfleisches. »Steinofen« bezieht es aus Neuseeland, wo die Tiere an der frischen Luft draußen auf der Wiese grasen. »Die natürliche Haltung der Tiere macht einen gewaltigen Geschmacksunterschied aus. Das Fleisch schmeckt milder und riecht sehr angenehm.« Auf Qualität und Frische der Zutaten legt das Restaurant großen Wert. Davon können Sie sich in der offenen Küche überzeugen. Viele Gäste freuen sich darüber, dass sie den Köchen beim Kochen zuschauen können. Zudem ist hier für jeden etwas dabei: von kalten und warmen Vorspeisen, über mageres Fleisch bis hin zu Fisch, Meeresfrüchten und vegetarischen Speisen.

Das Restaurant erfreut sich seit 7 Jahren in Ahlen großer Beliebtheit. 2013 ist Bayram Senlik mit seinem Team in die neuen Räumlichkeiten in die Südstraße gezogen, um nun bis zu 250 Gäste mit den Gaumenfreuden der anatolischen Küche zu verwöhnen.



Bei Temperaturen um die 400 ° C entwickeln die Speisen bei Buchenholz-Feuer ein besonderes Aroma.

Einer der Spezialitäten aus dem Tonteller



Der leckere Vorspeisenteller mit Feta-Röllchen, diversen Dips und Salat

Schon probiert? – Süßer Türkischer Apfeltee



An 7 Tagen in der Woche ist das Restaurant gut besucht. Wer auf Nummer sicher gehen möchte, sollte rechtzeitig einen Tisch reservieren.

Auch für Festlichkeiten verschiedener Anlässe kann das Restaurant gebucht werden. Ebenfalls wird ein Party- und Lieferservice angeboten.

Steinofen
Das türkische Restaurant
59227 Ahlen
Südstraße 1
Täglich geöffnet ab 17.30 Uhr
Tel. 0 23 82 / 7 60 18 24



Weitere Infos unter:
www.therapie-cl.com
www.dentale-Schlafmedizin.de

Osteopathie bei Rückenschmerzen

Ein gesunder und schmerzfreier Rücken durch Osteopathie

Schmerzen im unteren Bereich des Rückens sind in Deutschland wie auch in allen anderen westlichen Industriestaaten eine häufige Erkrankung mit deutlichen Einschränkungen für den Einzelnen. Dabei sind in weniger als 15 % aller Fälle spezifische Ursachen (z. B. Entzündungen) dafür verantwortlich. Über 85 % der Patienten klagen über unspezifische Rückenschmerzen, deren Ursache liegt oft in bindegewebigen Verhärtungen und Restriktionen, die durch gezielte myofasziale Techniken gelöst werden können. Die Osteopathie ist ein ganzheitliches Behandlungskonzept, die sich mit der manuellen Untersuchung und Therapie von Form- und Funktionsstörungen des Faszien Systems beschäftigt. Ihr Ziel ist, durch die Behandlung die regulierenden und regenerativen Kräfte des Faszien Systems zu aktivieren und so die Ordnung und Integrität des Gesamtsystems wieder herzustellen.

Ursachen von Rückenschmerzen können sein:

- ein schlecht ausgestatteter Arbeitsplatz
- Probleme der Körperstatik durch Skoliosen, Beinlängendifferenz oder Beckenschiefstand
- ein inkorrekt Biss / Zähneknirschen / CMD
- Falsche Klammern oder Aufbissschienen
- Entzündliche Prozesse
- das falsche Heben von schweren Lasten
- Überlastung beim Sport
- Falsche Einlegesohlen
- psychischer Stress
- zu schwache oder verspannte Muskulatur
- Übergewicht
- Bandscheibenvorwölbung und/oder Bandscheibenvorfall

Anamnese und Diagnostik

Nach einer ausführlichen Anamnese und Diagnostik, unter Einbeziehung von Röntgenbildern, CT- und MRT-Bildern, untersucht der Osteopath das viszerale, cranosacrale und parietale System.



THERAPIEZENTRUM LISCHKA

Wenn das Kausystem aus den Fugen gerät ...

... können folgende Beschwerden entstehen:

- Kiefergelenkschmerzen und Kaumuskelschmerzen
- Kopfschmerzen und Migräne
- Nackenschmerzen und HWS-Syndrom
- Schulterschmerzen und Armschmerzen
- Rückenschmerzen
- Ohrgeräusche, Tinnitus und Schwindel
- Konzentrationsstörungen

Christian Lischka

- Osteopath
- Heilpraktiker (Seh. Pr.)
- Physiotherapeut
- CMD-Therapeut
- Atlas-Therapeut

DAGOT

Britta Maus

Dipl. Legasthenie- und Dyskalkulietrainerin (EÖDL)

Karl-Wagenfeld-Straße 18 • 48324 Sendenhorst • Tel 0 25 26/ 93 72 02
Fax 0 25 26/ 93 78 21 83 • info@therapie-cl.com • http://www.therapie-cl.com

Anzeige

LEGASTHENIE- UND DYSKALKULIE-TRAINING



Schule is dof

Die »Praxis für Legasthenie- und Dyskalkulie-Training« begleitet Kinder und Erwachsene bei den täglich auftretenden Schwierigkeiten im Lesen und Schreiben sowie in Mathematik. Diese Probleme sind immer eine große Belastung für die betroffenen Kinder und ihre Familien. Daher gilt es, schnell zu handeln. Nur so kann einer Angst vor dem jeweiligen Fach oder sogar vor der Schule entgegen gewirkt werden.

Sie haben bereits die Diagnose Legasthenie und/oder Dyskalkulie? Dann sind Sie und/oder Ihr Kind hier in guten Händen. Die weiteren Schritte wird Frau Maus gemeinsam mit Ihnen und/oder Ihrem Kind besprechen. Dies beinhaltet auch evtl. Gespräche in der Schule.

Sie wissen nicht, ob eine Legasthenie und/oder Dyskalkulie vorliegt? Durch eine computergestützte Diagnose nach der AFS-Methode werden eine evtl. vorliegende Legasthenie und/oder Dyskalkulie vor Ort festgestellt und der individuelle Trainingsplan erstellt.

Sie sind hilflos, weil Sie Ihrem Kind beim Lesen, Schreiben oder Rechnen die Buchstaben und Zahlen sowie die Mengen der Zahlen nicht näherbringen können? Ihr Kind hat Probleme beim Lesen, Schreiben oder Rechnen? Es ist schlecht in Deutsch oder Mathe? Durch die beim eigenen Kind festgestellte Dyskalkulie hat Frau Maus sich schon vor Jahren mit diesem Thema befasst und sich weitergebildet. Seit Anfang 2014 ist sie diplomierte Legasthenie- und Dyskalkulie-Trainierin (EÖDL). Sie kennt die Hilflosigkeit der betroffenen Eltern aus eigener Erfahrung. Daher sind ihr die Wege der Eltern hinreichend bekannt, die gegangen werden müssen, um Hilfe und Akzeptanz sowohl in der Familie als auch in der Schule für das Kind zu bekommen.

Wie erkennt man eine Legasthenie oder Lese-Rechtschreib-Schwierigkeiten? Grundsätzlich spricht man von einer Primär- und/oder Sekundärlegasthenie, wenn man Folgendes beobachten kann:

- eine zeitweise Unaufmerksamkeit des Kindes beim Schreiben oder Lesen
- differente Sinneswahrnehmungen
- durch unscharfe Sinneswahrnehmungen und die daraus resultierende Unaufmerksamkeit entstehen Wahrnehmungsfehler
- häufig vertauschen diese Kinder Buchstaben, z. B. b mit d, q mit p, D mit B
- Fehlerhäufungen beim Lesen oder Schreiben

Bild oben: Alexandra H. pixelio

Praxis für Legasthenie- und Dyskalkulie-Training

Britta Maus

Dipl. Legasthenie- und Dyskalkulietrainerin (EÖDL)

Alfred-Delp-Str. 3
48324 Albersloh

0 25 35 / 95 96 63
dyskalkulie-praxis@online.de
www.dyskalkulie-training.com

Schule
is
dof

1 + 1 = ?



- oft wiederkehrende Wörter werden falsch geschrieben, z. B. fon - vür (von - für)
- Dehnungen bereiten Probleme
- Doppelungen werden nicht erkannt (tt, ss, nn, mm)

Hinweise auf eine mögliche Dyskalkulie:

- Der Zusammenhang zwischen Zahlbegriff und Menge fehlt
- Statt zu rechnen wird einzeln dazugezählt
- Zahlendreher/Zahlen werden vertauscht (aus z. B. 23 wird die 32)
- Rechensymbole werden verwechselt oder nicht erkannt
- Es wird viel Zeit bei den Rechenaufgaben benötigt
- Schwierigkeiten beim Überschreiten der 10er, 100er, 1.000er
- Schwierigkeiten beim Vorwärts- bzw. Rückwärtszählen
- Schwierigkeiten beim Erlernen des 1 x 1
- Schwierigkeiten beim Erlernen der Uhrzeit
- Angst vor dem Unterricht
- Rechts-Links-Unterscheiden fällt schwer
- Räumliches Denken fehlt oder fällt schwer

Dyskalkulie Menschen haben differente Sinneswahrnehmungen. Diese gilt es zu trainieren. Es reicht nicht aus, nur die nicht verstandenen Rechenaufgaben zu wiederholen. Eine Dyskalkulie löst sich aber leider nicht von alleine. Sicher ist, dass auch ein Kind mit Dyskalkulie das Rechnen erlernt. Hierzu ist eine gezielte Förderung über einen langen Zeitraum durch speziell ausgebildete Dyskalkulietrainer nötig. Dies schließt Hilfe in Mathe mit ein.

Testungen in der Praxis

Als Test verwendet Frau Maus sowohl den AFS- als auch den Zareki- und Basis-Math-Test. Durch spielerische Übungen und speziell entwickeltes Trainingsmaterial werden die Fähigkeiten der Kinder individuell gefördert. Rückstände in der Schule können so bald aufgearbeitet werden.

Frau Maus sucht noch Praxisräume – idealerweise in Zusammenarbeit mit Ergotherapeuten – im Raum Sendenhorst.

Olesja's Kosmetikstudio

Olesja Huber

- Fachkosmetikerin
- Nagelmodellistin
- Schulungsleiterin

Osttor 7 | 48324 Sendenhorst
Telefon: 0176 636 04 203
Termine immer nach Vereinbarung

Anzeige



OSTERGARTEN
vom 22. März bis zum 12. April 2015
Ort: Realschule St. Martin,
Auf der Geist 7, Sendenhorst

Für Christen sind die Kar- und Ostertage eine besonders wichtige Zeit, da sie auf das Zentrum ihres Glaubens blicken. Sie feiern und erleben dies in ganz unterschiedlichen Formen. Eine Führung im OSTERGARTEN ist eine besonders intensive Berührung mit dem Evangelium: Die Besucher schauen auf das Leben und Wirken Jesu und hören auf seine Worte. Sie sitzen zusammen am Tisch. In der Dunkelheit gehen sie in Gedanken mit Jesus den Weg bis zum Kreuz. Die Kälte des Grabes und die überwältigende Freude am Ostermorgen werden spürbar. Durch diese facettenreiche Auseinandersetzung mit dem Geschehen von damals, gelingt es den Besuchern möglicherweise, die Bedeutung der Bibeltexte für das Leben heute zu begreifen. Die Frohe Botschaft kann vom Kopf ins Herz wandern.

Der Name OSTERGARTEN beschreibt dabei nur einen kleinen Teil des Gesamten. Angelehnt an das Grab in einem Garten, in dem Jesus beigesetzt wurde, wird in

einem, mit frischen Blumen gestalteten Raum der Auferstehung Jesu gedacht. Der ganze OSTERGARTEN ist so gestaltet, dass die Besucher in die Zeit vor 2000 Jahren zurückgeführt werden. Sie werden durch mehrere Räume begleitet und hören Ausschnitte aus der Leidensgeschichte Jesu. Diese werden erläutert und mit Musik sowie optischen Anreizen untermalt. Eingeladen sind Einzelne, Familien und Gruppen aller Generationen. Schon Kinder ab 6 Jahren können das im OSTERGARTEN Erlebte gut nachvollziehen. Die Idee dazu kommt aus der Evangelischen Kirche. Im Jahr 2000 eröffneten Annette und Lutz Barth den ersten ‚Ostergarten‘ in der Nähe von Karlsruhe, seitdem haben deutschlandweit mehr als 500.000 Menschen Ostergärten besucht. Die Pastoralreferentin Eva Maria Jansen besuchte mit einigen in der Pfarrgemeinde ehrenamtlich Tätigen im Jahre 2006 und 2008 solche Projekte in einer evangelisch-freikirchlichen und einer katholischen Gemeinde.

Begeistert von der Idee entschieden sie, diese auch in Sendenhorst umzusetzen. Dabei wollten sie ihre eigenen Ideen einbringen – vor allem sollten die biblischen Erzählungen aller vier Evangelisten zum Zuge kommen. Im Jahre 2009 war dies Markus. Ein Schwerpunkt dazu war das christliche Glaubensbekenntnis mit einem Satz, der unter die Haut geht: Hinabgestiegen in das Reich des Todes. 2011 spann der Evangelist Matthäus den Leitfaden: Schuld und Vergebung. Das Evangelium nach Lukas brachte das Thema »Vorbilder im Glauben – Nachfolge Jesu« ein. Mehr als 5.000 Menschen kamen jeweils in den OSTERGARTEN – aus der eigenen Gemeinde, aber auch aus der näheren Umgebung und nicht selten auch von weiter her, weil sie von der mitreißenden Art der Auseinandersetzung mit den Glaubensinhalten gehört hatten. Mit Begeisterung engagierten sich jeweils fast 350 Ehrenamtliche auf ihre Weise – vom Auf- und Abbau der Holzwände, der elektrischen Ausstat-

tung, dem Gestalten der biblischen Räume, der Vorbereitung auf die Führungen im OSTERGARTEN, dem Anpflanzen und Gießen des Gartens, dem Kuchenbacken bis zur tatkräftigen Unterstützung an der Kasse, dem Büchertisch und im Café. Auch SchülerInnen und LehrerInnen der Realschule St. Martin beteiligten sich bei der Gestaltung und Umsetzung einiger Szenen. Für dieses ehrenamtliche Engagement erhielt der Sendenhorster OSTERGARTEN im Jahr 2011 den Ehrenamtspreis der Darlehnskasse Münster, der anlässlich des 50-jährigen Jubiläums der Bank ausgelobt wurde.

Aus verschiedenen Gästebucheinträgen und Presseartikeln (z. B. Christliche Welt, Westfälische Nachrichten) geht hervor, was die Menschen am OSTERGARTEN bewegt: Sorgfältig durchdachte biblische Darstellungen mit Materialien aus der Natur und Gegenständen der Alltagswelt, das Sehen und Wahrnehmen der Szenen, ein Ergriffensein von den Texten und der meditativen

Musik sowie eine behutsame Führung ermögliche ein besonderes religiöses Erleben in den Tagen vor und nach Ostern. Wer sich auf diese besondere Form der Glaubensvermittlung einlasse, brauche keinerlei Vorwissen. In den Ostergarten werde man mit hineingezogen, da könne es eine Begegnung mit Gott geben. Die Zeit vor 2000 Jahren werde nicht einfach nacherzählt, sondern mit modernen künstlerischen Mitteln interpretiert. Dabei begeistere die Qualität der Arbeiten nicht nur gläubige Menschen.

Beim letzten Sendenhorster OSTERGARTEN steht das Evangelium des Johannes im Mittelpunkt. Johannes beschreibt Jesus als Gottes Sohn, der ganz Mensch war. Wie kein anderer Evangelist berichtet er vom Wirken Jesu, von seinen Worten und von 7 Zeichen, die auch als Wunder bezeichnet werden – angefangen bei der Wandlung von Wasser zu Wein über die Heilung von Kranken bis hin zur Auferweckung des Lazarus. Und er lässt Jesus selbst von Gott sprechen, der alle Menschen mit ihren Fehlern und Schwächen annimmt. Dabei zeigt Jesus den Menschen, dass er der erwartete Messias ist, indem er 7 Mal die Formulierung »Ich bin...« wählt: »Ich bin das Brot des Lebens.«, »Ich bin das Licht für die Welt.«, »Ich bin der Weg, die Wahrheit und das Leben.« sind einige davon. Kernpunkt ist die Liebe Gottes zu den Menschen, die den Besuchern mit wieder einfallsreich gestalteten Impulsen vor Augen geführt werden kann. Ein Durchgang durch den OSTERGAR-



TEN ist nur mit einer Führung möglich. Alle zu reservierenden Plätze sind schon vergeben. Um Kurzentschlossenen den Eintritt zu ermöglichen, gibt es neben den 20 reservierten Plätzen je Führung immer 5 Plätze für ‚spontane‘ Besucher. Diese werden freundlich gebeten, bereitwillig etwas Wartezeit in Kauf zu nehmen. Immer während der Öffnungszeiten und ohne Anmeldung zugänglich ist die begleitende Ausstellung »Damals in Jerusalem«. Sie zeigt mit biblischen Erzählfiguren die Geschichte der letzten Tage im Leben Jesu. Ebenfalls orientiert am Johannes-Evangelium fesseln rund 500 Egli-Figuren und bis ins kleinste Detail angefertigte Kulissen die Besucher bei einem freien oder geführten Rundgang. Die Ausstellung ist für jede Altersgruppe, von Kindergartenkindern bis zu den Senioren, ein attraktives Angebot. Im OSTERGARTEN-Café werden Kuchen, Torten und Schnittchen angeboten.



Die Öffnungszeiten sind täglich von 10 bis 20 Uhr, außer am Ostersonntag (5. April). An den Schultagen (23. bis 27. März) ist von 16 bis 20 Uhr geöffnet. Die Eintrittspreise für die OSTERGARTEN-Führungen sind für Erwachsene 3 €, für Kinder und Auszubildende sowie Studenten 1 € und für Familien 5 €. Der Eintritt in die Ausstellung »Damals in Jerusalem« ist frei.

Weitere Informationen finden Sie unter:
www.ostergarten-sendenhorst.de
Telefon: 01578 . 9109280



TISCHLEREI SUTHOFF

Tischlerei Suthoff
GmbH & Co. KG
Buddenbaum 19
48231 Warendorf
Telefon 0 25 28 - 92 96 58
Telefax 0 25 28 - 92 96 60
Handy 01 62 - 4 97 92 92
info@tischlerei-suthoff.de
www.tischlerei-suthoff.de

Ihr Spezialist für:

- Montagedienste
- Herstellung von - Stallinnentüren - Stallaußentüren
- Hochsitze (Panoramakanzel)

Ihr Ausfluglokal 5 km süd/westl. von Albersloh

Gutbürgerliche Küche mit Pfiff, regionale und saisonale Spezialitäten, hausgebackene Kuchen und Torten, Eis- und Kaffeeaktionen, fünf Spitzenbiere vom Fass, Biergarten, 2 Kegelbahnen

Gasthof-Hotel-Restaurant-Café
Lohmann ★★★

Öffnungszeiten:
Mo. – Fr. ab 14.00 Uhr
Sa., So., feiertags ab 11.00 Uhr
Di. Ruhetag – Hotel geöffnet – Albersloher Str. 25, 48317 Rinkerode
Tel.: 0 25 38/2 03 · Fax: 95 24 44
www.lohmann-hotel.de
Direkt an der 100-Schlösser-Route, Jakobsweg, Natur-Genuss-Route, Werse-Rad-Weg (1,2 km)



Ihr Wohlfühlpartner!

Für energieeffiziente und individuelle

► Kälte- & Klimalösungen
► Facility Services
► Elektroinstallationen & MSR
► Raumluftlösungen

HERBER & PETZEL Gebäudetechnik GmbH & Co. KG
Gildenstraße 2a | 48157 Münster | Tel. 0251 987200
www.herber-petzel.de

Vor Ort im St. Josef-Stift Sendenhorst

HERBER & PETZEL

wir optimieren
Ihre Arbeits- und Lebens-
qualität fachkompetent,
innovativ und zuverlässig!

Taizéfahrt für Jugendliche und junge Erwachsene in den Sommerferien

Gemeinsam mit der Pfarrgemeinde St. Regina in Drensteinfurt bieten wir eine einwöchige Fahrt für Jugendliche und junge Erwachsene zwischen 16 und 29 Jahren nach Taizé in Frankreich an. Die Fahrt wird vom 25.07. bis zum 02.08.2015 stattfinden. Die Fahrt kostet 150 € (inklusive sind Fahrt und Essen).

In Taizé erwarten dich im Sommer tausende Jugendliche und junge Erwachsene aus der ganzen Welt, interessante Gespräche, die Nacht der Lichter, Taizégesänge und eine ganz besondere Erfahrung der Gemeinschaft.



Wenn du Lust auf neue Erfahrungen, den Austausch mit unterschiedlichsten jungen Menschen und eine erlebnisreiche Woche hast, dann findest du nähere Infos auf unserer Homepage 'www.st-martinus-und-ludgerus.de' oder in unserer Fb-Gruppe 'www.facebook.com/events/362187113961473/?fref=ts'.

Anmeldungen kannst du per Mail an baumann-an@bistum-muenster.de | pawlitzeck-r@bistum-muenster.de schicken oder dich einfach im Pfarrbüro anmelden. Der Anmeldeschluss ist der 22. März 2015.

Am 20. April treffen wir uns um 19 Uhr zu einem Kennlernabend im Alten Pastorat, Kirchstraße 11, in Sendenhorst.



Wir freuen uns auf eine erlebnisreiche Woche mit Euch!
Marie Kofoth, Robert Pawlitzeck und Anja Baukman

PACHTVERTRAG VERLÄNGERT.

Hotel-Restaurant Zurmühlen bleibt!

Seit einiger Zeit geht das Gerücht um, das Hotel-Restaurant Zurmühlen würde schließen. Die Pächterin, Maria Lischensky, möchte hiermit die Gerüchte aus der Welt räumen: Der Pachtvertrag ist gesichert – und das mindestens bis Mai 2018!

Die Spezialität des alt eingesessenen Hotel-Restaurants in Sendenhorst sind die traditionellen westfälischen Gerichte. Chefin Maria Lischensky kocht persönlich für Sie. Hier stellen wir Ihnen ein paar Schlemmer-Tipps vor, die Sie im Hotel-Restaurant Zurmühlen genießen dürfen.

All-You-Can-Eat: 10,50 €
Jeder letzte Freitag im Monat
Spareribs, Crinkle-Wedges (Kartoffelspalten) und gemischter Salat.
Reservierung erbeten.



Weitere Schlemmer-Tipps

Spezialität des Hauses:
Rindfleisch mit Zwiebelsoße,
Kroketten, gemischter Salat – 11,50 €

Frühstück auf Bestellung:
Wir richten gerne Ihr Frühstück in Gesellschaft aus: Lachs, Räucher-Forelle, Aufschnitt, Käse, Marmelade, Rührei, verschiedene Brotsorten und Brötchen, Orangensaft, Müsli, Obst sowie Kaffee und andere Heißgetränke – 10 € pro Person

Brunch: Frühstück und warme Gerichte nach Absprache – 15,50 € pro Person

Im Sommer: Biergarten
Besuchen Sie uns in unserem Biergarten, und genießen Sie unsere gut gekühlten Getränke, sobald es wieder war genug ist, um draußen zu sitzen.

Außerdem im Hotel-Restaurant Zurmühlen

Familienfeiern, Hochzeiten, Kommunion, Abschiedspartys, Geburtstage, Beerdigungscfé
für bis zu 120 Personen.
Ausrichtung erfolgt vom Haus.

Übernachtungen im Haus,
z. B. nach Feierlichkeiten
2 Einzelzimmer: je 40 €/Tag
8 Doppelzimmer: je 70 €/Tag
Jeweils mit privaten Bädern,
Telefon und Kabelfernsehen.
W-LAN steht im Restaurantbereich und fast allen Zimmern zur Verfügung.



Lothar John
Renovieren/Restaurieren
Bautenschutz
Lehmtechnik

Lothar John
Rudolf-Harbig-Straße 17
48324 Sendenhorst

fon: 0 25 26 - 93 67 93
fax: 0 25 26 - 9 39 29 74
mobil: 0175 - 155 22 45
mail: john-l@t-online.de

www.lehmtechnik.de

LackierZENTRUM KRAMPE Wir bringen Sie in Form und Farbe!

REIFENWECHSEL GRATIS!
*bei Beauftragung einer Felgenreparatur oder Lackierarbeit

Im Gewerbegebiet Schörmel • Am Mergelberg 2 • 48324 Sendenhorst
tel. 02526 9 37 71 02 • www.lackierzentrum-krampe.de

Hotel-Restaurant Zurmühlen
Schlemmermühle

Feiern Sie mit Tradition!
Familienfeiern, Kommunion, Hochzeiten, Geburtstage...

Hotel Zurmühlen
Osttor 38
48324 Sendenhorst

Tel.: 02526/93998-0
Fax: 02526/9399833
e-mail: hotel.zurmuehlen@t-online.de

Unsere Öffnungszeiten
Mo.-Sa. ab 17:00 Uhr
So. ab 11:00 Uhr durchgehend

www.hotel-zurmuehlen.de



Scheiden tut weh

Diese alte Weisheit kommt schon dann zum Tragen, wenn in der Ehe zu gleichen Teilen ein Haus erworben wurde, welches mit Fremdmitteln finanziert wurde.

Die Scheidung und auch die Durchführung des Zugewinnausgleichs lassen die Eigentumsverhältnisse an dem gemeinsam erworbenen Haus vollständig unberührt. Es besteht daher weiterhin das Bedürfnis, das Vermögen der Eheleute an dem Haus auseinanderzusetzen.

Will eine Partei im Haus verbleiben, während die andere Partei ausgezahlt wird, ergeben sich regelmäßig diverse Probleme. Verbleibt die unterhaltsberechtigende Partei (z. B. die nur in Teilzeit arbeitende Ehefrau mit den Kindern) im nunmehr zu großen Haus, wird ihr ab Rechtshängigkeit der Scheidung regelmäßig der sogenannte objektive Wohnwert für das Haus, d. h. die bei Fremdvermietung erzielbare Kaltmiete, als geldwerter Vorteil zugerechnet. Außerdem müssen von dieser Partei (im Innenverhältnis zwischen den Ehegatten) die Nebenkosten für das Haus in voller Höhe übernommen werden. Auch für Verbindlichkeiten, die das Haus betreffen, ist die unterhaltsberechtigende Partei im Innenverhältnis allein eintrittspflichtig. Die Zurechnung des objektiven Wohnwerts führt regelmäßig zur drastischen Reduzierung des Unterhaltsanspruchs, wenn nicht gar zum Wegfall. Mit dem dann allein zur Verfügung stehenden Einkommen der im Haus verbleibenden Partei lassen sich oftmals die Verbindlichkeiten nicht mehr bedienen. Auch die Aufnahme eines weiteren Kredits zur Auszahlung des anderen Ehegatten (hälftiger Verkehrswert abzgl. Verbindlichkeiten) ist unter diesen Umständen kaum realistisch. Aber auch das Verbleiben der unterhaltspflichtigen Partei im Haus birgt große Probleme. Die Zurechnung des objektiven Wohnwerts als geldwerter Vorteil führt hier zu einer Erhöhung des Einkommens und damit auch zur Erhöhung der Unterhaltsansprüche der Kinder und der Ehefrau. Neben den vollen Verbindlichkeiten und den vollen Nebenkosten für das zu große Haus sind dann auch noch die erhöhten Unterhaltsansprüche zu bedienen. Auch dies führt oftmals zu finanziellen Schwierigkeiten, die die Aufnahme eines Kredites zur Auszahlung des anderen Ehegatten ausschließt. Im Bereich mittlerer Einkommen ist es daher regelmäßig das Beste, wenn sich die Ehegatten dazu entschließen, das Haus einvernehmlich an Dritte zu verkaufen und mit dem Erlös die bestehenden

Rechtsanwältin Anne-Kathrin Heckl
Fachanwältin für Familienrecht



Verbindlichkeiten abzulösen. Der eventuell verbleibende Betrag wird dann in der Regel hälftig geteilt.

Selbst wenn sich die oben geschilderte Unterhaltsproblematik nicht stellt, gilt es, bei der Vermögensauseinandersetzung diverse Dinge zu beachten. Hier ist insbesondere zu klären, wie sich die Vermögensauseinandersetzung auf eventuelle Zugewinnausgleichsansprüche auswirkt. Ferner müssen eventuelle steuerliche Folgen der Auseinandersetzung bedacht werden. Hier ist insbesondere an die Spekulationssteuerpflicht gem. § 23 EStG zu denken. Höchste Vorsicht ist steuerlich auch dann geboten, wenn das gemeinsame Haus ganz oder in Teilen unternehmerisch im Sinne einer Betriebsaufspaltung oder im Sinne von Sonderbetriebsvermögen gebunden ist.

Uebbert Brinkmann & Partner mbB

WEITERE RECHTSANWÄLTE

Dr. Paul Uebbert

Andreas Rickert
Fachanwalt für Bau- und
Architektenrecht,
Notar

Dr. Marlies Brinkmann
Fachanwältin für Medizinrecht
Fachanwältin für Arbeitsrecht

Kathrin Goinda
Fachanwältin für Familienrecht
Fachanwältin für Miet- und
Wohnungseigentumsrecht

ANSCHRIFT

Im Sundern 78
59075 Hamm

Tel.: 02381 378777-0
Fax: 02381 378777-7
info@uebbert-brinkmann.de
www.uebbert-brinkmann.de



UEBBERT BRINKMANN • PARTNER mbB
Rechtsanwälte • Fachanwältin • Notar

Anzeige

Foto: Matthias Krach, pixelio.de

Anzeige

Aktuell Transport Zuverlässig • pünktlich • schnell

Hermes

24-Stundenservice • Montag – Sonntag • auch an Feiertagen
Geschäftliche & private Aufträge • Umzüge und vieles mehr

Inh. Emirhüseyinoglu
Partner von Hermes

Hoetmarerstr. 32
48324 Sendenhorst
Mobil: 0176/61344531
Tel: 02526/9393604
Fax: 02526/9393600

aktuell-transport@gmx.de



JEDER KANN
MITMACHEN

Festumzug zum Stadtjubiläum

Mit dem Aufstellen der nachgebauten historischen Stadttore an ihren ehemaligen Standorten werden die offiziellen Feierlichkeiten zum 700-jährigen Jubiläum der Stadt Sendenhorst eröffnet.

Innerhalb dieser Tore soll als einer der Höhepunkte der Jubiläumsfeierlichkeiten am Samstag, 15. August 2015, ein Festumzug stattfinden. Der Festumzug soll die ganze Vielfalt des gesellschaftlichen, sportlichen, kulturellen und beruflichen Lebens in Sendenhorst darstellen und widerspiegeln. Zu dieser Vielfalt zählt in Sendenhorst auch: Sendenhorst ist die »Stadt der Stimmen«. Und das bedeutet für alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer an dem Festumzug: »Wir geben unserer Stadt eine Stimme oder ein Gesicht.« So soll der 15. August 2015 mit dem Festumzug und dem anschließenden weiteren Festprogramm auch zu einem Tag der Begegnungen der vielen verschiedenen Menschen in

Sendenhorst, die alle unserer Stadt ein Gesicht geben, werden. Begegnung bedeutet auch, dass alle zum Mitmachen eingeladen sind: Vereine, Institutionen, Handel und Gewerbe, aber auch Kitas, Schulen bis hin zu Gruppierungen aus verschiedenen Baugebieten, Nachbarschaften, Kegelclubs, Familienverbände oder auch Einzelpersonen.

Inzwischen haben bereits viele Vereine mitgeteilt »Ja, wir machen mit – wir geben unserer Stadt ein Gesicht.« Alle Sendenhorster und Albersloher, die die Vielfältigkeit des Lebens in Sendenhorst aufzeigen und mit vielen anderen Sendenhorstern zusammen das 700-jährige Stadtjubiläum feiern möchten, sind daher aufgerufen, mit ihrem Verein, ihrer Einrichtung, ihrem Betrieb oder einfach nur mit ihren Arbeitskolleginnen und -kollegen, Nachbarn, Freunden oder ihrer Familie teilzunehmen. Die Vorgaben für eine Teilnahme sind gering. Da die Streckenführung überwiegend den historischen Stadtkern von Sendenhorst vorsieht, sollte eine Beteiligung möglichst durch Fußgruppen oder kleine Wagen erfolgen. Wenn eine Zugmaschine benötigt wird, dann sollte es sich aber nur um eine historische Zugmaschine mit ihren geringen Ausmaßen handeln. Die eigene Darstellung innerhalb des Festumzuges kann jede teilnehmende Gruppe selbst ausgestalten. »Bereits die vorbereiten-

den Projekte zum Stadtjubiläum, wie z. B. das Fotomosaik, haben gezeigt, dass bei den Sendenhorstern und Alberslohern auch ein großes persönliches Interesse vorliegt, sich am Stadtjubiläum zu beteiligen und so zum Gelingen der Feierlichkeiten beizutragen«, so Max Linnemann-Bonse, der innerhalb des Arbeitskreises »Stadtjubiläum 2015« die Federführung übernommen hat und ergänzt: »Auch wenn der Arbeitskreis »Stadtjubiläum 2015« sicher schon viele Interessierte angesprochen hat, konnten bisher nicht alle über einen Verein, eine Institution oder auch persönlich erreicht werden. Ziel sollte aber eine möglichst umfassende Einbindung der Sendenhorster in diesen Begegnungstag werden. Jeder, der an dem Festumzug teilnehmen möchte und zu seinem Gelingen beitragen möchte, ist hierzu herzlich eingeladen.«

i Bisher liegt noch kein Meldeschluss vor und somit für Interessierte noch die Teilnahmemöglichkeit. Da die Vorbereitungen konkreter werden, werden auch Informationen über genauere Teilnehmerzahlen benötigt, so dass um eine baldige Anmeldung gebeten wird. Ansprechpartnerinnen bei der Verwaltung sind hier Sabrina Elkmann, Tel. 02526 303141, oder Mechthild Brockschmidt-Gerhardt, Tel. 02526 303122, E-Mail stadtjubilaeum@sendenhorst.de. Unter www.700-jahre-sendenhorst.de ist auch ein Anmeldeformular enthalten.

osterbrunch
an Ostersonntag & Ostermontag

10:00 Uhr – 14:30 Uhr
18,90 € pro Person
(Kinder bis 12 Jahren
zahlen 1 € pro Lebensjahr)

Inklusivleistungen:
Kannenkaffee, Tee und ein Glas Saft

Wietor 22 | 48324 Sendenhorst
Tel. 02526 9396133
esszimmer-sendenhorst.de
auch bei

EssZIMMER
Café, Restaurant, Lounge, Catering

Reservierung erbeten

**Hauptsache vorher sehen,
wie es wird!**

Bad & Wellness • Wärme • Klima
Elektro • Erneuerbare Energien

In unserem neuen Bad- und Wellness-Studio zeigen wir Ihnen per **3D-Visualisierung** Ihre Wunschrichtung in Echtgröße. **Hauptsache Schlering.**

Schlering GmbH
Göttendorfer Weg 2-4
48317 Drensteinfurt-Rinkerode
Telefon (0 25 38) 95 11-0 • www.schlering.de

Schlering
Heizung • Sanitär • Klima • Elektro

Anzeige

In den Kochtopf geschaut

In den Kochtopf geschaut haben wir diesmal bei Monika Liermann aus Hoetmar. Sie stellt uns ihren Lieblingseintopf vor.

Monika Liermann wohnt mit ihrem Mann Hermann in Hoetmar, sie ist von Beruf Krankenschwester und Mutter von drei erwachsenen Kindern.

Sie hat eine Vorliebe für Eintöpfe, die man auch gut für 2 Tage kochen kann. »Meistens schmeckt ein Eintopf am 2. Tag noch besser, weil er schön durchgezogen ist«, so Monika Liermann. Schon als Kind hat sie selber gerne »Wurzelgemüse«, wie man früher sagte, gegessen. Heute ist das immer noch ihr Lieblingseintopf – vom Winter bis weit ins Frühjahr – und wird auch von ihrer Familie gerne gegessen.



Schon als Kind liebte Monika das Wurzelgemüse

REZEPT: Möhren-Eintopf (Wurzelgemüse) für ca. 4 Personen

ZUTATEN:

1 kg Kartoffeln, 1 kg Möhren, 500 g Gehacktes, Salz, Pfeffer, 2 Brühwürfel, ca. 500 ml Wasser, 2 EL Senf

ZUBEREITUNG:

Gehacktes mit Salz und Pfeffer scharf anbraten, geschälte, gewürfelte Möhren und Kartoffeln zufügen und kurz mitschmoren lassen. Brühwürfel und etwas Salz hinzufügen, das Gemüse mit insgesamt 500 ml Wasser ablöschen und bis zur gewünschten Konsistenz garen (ca. 20 Min.). Anschließend mit dem Senf abschmecken und verfeinern.

Als Beilage empfehle ich Frikadellen oder gebratenen Leberkäse – und nicht nur Kinder essen gerne Apfelmus dazu.

Tipp: Sollte mal ein Rest übrigbleiben, kann man diesen auch gut mit geriebenem Käse im Ofen überbacken

Guten Appetit!
Monika Liermann

Haben Sie ein tolles Rezept auf Lager? Wollen Sie das nächste Mal für uns kochen oder backen? Einfach E-Mail an: redaktion@stadtlandmagazin.de

LEBENSQUALITÄT



DAS BESONDERE VOM RIND

Das »Dry Aged Beef«. Für Kenner & Genießer.

Kennen Sie »Dry Aged Beef«?

Wie wäre es zu Ostern diesmal mit einer besonderen Delikatesse der Fleischerei Wende aus Ahlen?

Was ist »Dry Aged Beef«?

Wer auf Qualität Wert legt und bereit ist, etwas zu investieren, wird hier fündig: Die Fleischerei Wende bietet zurzeit ein besonderes Rindfleisch an, das »Dry Aged Beef«. Sein vorzüglicher Geschmack ergibt sich zum einen aus der Haltung der Tiere, zum anderen aus der Weiterverarbeitung.

Die Freilandkühe leben in artgerechter Haltung, die sich auf der Wiese ganz natürlich von Gras und Heu ernähren. Sie kommen vom bekannten Landwirt Franz Hüneke aus Anröchte-Berge. Im Dry Aged-Verfahren verliert das Fleisch nach der Schlachtung insgesamt 30 % Wasser, während es vier Wochen lang an der Luft reift. Es hängt in einer Kühlkammer mit Temperaturen kurz über dem Gefrierpunkt und gibt einen natürlichen Reifeschimmel ab. Das verleiht dem Fleisch ein spezielles herzhaftes und mildes Aroma. Vor der Erfindung der Vakuum-Verpackung Anfang des 20. Jhd. war diese langsame Trocknung ein alltägliches Verfahren – jetzt erlebt die Methode eine Renaissance und begeistert alle Steakliebhaber. In den Supermärkten sucht man dieses besondere Fleisch vergeblich.

Tradition, Nachhaltigkeit und Verantwortung
im Fleischerhandwerk

Seit 1963 ist die Fleischerei Wende in Ahlen ansässig und arbeitet bereits in der dritten Generation dort. Der heutige Inhaber Ralf Swonke führt das Geschäft schon seit 20 Jahren. In seinem Fleischerfachgeschäft gibt es zu 99 % Handwerksqualität. Das Fleisch bezieht er immer aus der Region, von namentlich bekannten Landwirten. Der Inhaber legt großen Wert auf Nachhaltigkeit! Auch herrscht hier kein Lohndumping, Ralf Swonke beschäftigt und bezahlt seine Mitarbeiter nach Tarif und bildet Jugendliche aus.

Ralf Swonke lässt regelmäßig Qualitätsprüfungen durchführen. Bei diesen Prüfungen gewann die Fleischerei Wende immer Gold und Silber. Im Jahr 2013 erhielt die Fleischerei Wende sogar eine ganz besondere Auszeichnung vom Land NRW für »Betriebsführung, Nachvollziehbarkeit, Verantwortung im Lebensmittelhandwerk und Produktqualität.«

SPEZIALITÄTEN



Freiland-Kühe vom Landwirt Franz Hüneke aus Anröchte-Berge



Die Fleisch-Theke der Fleischerei Wende, die keine Wünsche offenlässt.



www.fleischerfachgeschäft-wende.de

FLEISCHEREI WENDE

INHABER Ralf Swonke
ADRESSE Südberg 49
D-59229 Ahlen

TELEFON 02382/63356
FAX 02382/63146
MAIL fleischerei.wende@t-online.de

Außen-Blick
Niermann
Ihr Optikfachgeschäft

Ich mag ...
das sichere Gefühl.



Gelände Everswinkel - Mühle Heimat - Mühle Optiker - Mühle Sehgenuss

SONNENBRILLEN MODE PLUS 100% UV-SCHUTZ

Sonnenschutz-Einstärkengläser pro Paar schon ab 38,- €
Verlaufsgläser pro Paar schon ab 68,- €
Sonnenschutz-Gleitsichtgläser pro Paar schon ab 138,- €
Verlaufsgläser Gleitsicht pro Paar schon ab 168,- €

+1.43 opt., Zylinder 4.0

Vitusstraße 6 • 48351 Everswinkel
Tel. 02582 / 7372
www.augenblick-niermann.de





K O L U M N E

Klimaerwärmung, Meeresverschmutzung, wachsende Müllberge...

Wie kann ich mit meinem Verhalten positiv zum Umweltschutz beitragen?
von Caroline Peters & Maria Gonstein

Klimaerwärmung, Meeresverschmutzung, Urwaldzerstörung, wachsende Müllberge. All diese nicht wirklich positiven Begriffe habt Ihr sicherlich schon einmal gehört und könnt Euch somit auch etwas darunter vorstellen.

Beim Thema Klimaerwärmung muss man ja schließlich nur an den letzten Winter 2013/2014 denken, in dem wir überhaupt keinen Schnee mehr bei uns hatten. Dieses Jahr sieht es da leider ziemlich ähnlich aus. Auch viele Tiere leiden darunter, da das Eis in deren Lebensraum anfängt zu schmelzen, und somit einige Tierarten vom Aussterben bedroht sind. Bei der Meeresverschmutzung ist es genauso problematisch. Nicht gerade selten sieht man am Meer alte Plastikflaschen, Plastiktüten oder anderen, nicht abbaubaren Müll herumliegen. Für die, die vielleicht noch nie am Meer waren: Geht doch einfach mal zu einem Fluss in der Nähe oder einem Kanal. Mit einer großen Wahrscheinlichkeit werdet Ihr auch dort herumliegenden Müll in großem Maße wiederfinden. In den Meeren gibt es inzwischen schon einige, unglaublich riesige Müllstrudel. So passiert es auch mal, dass beispielsweise die Meerestiere versehentlich kleine Plastikteilchen fressen und daran oftmals sterben, was mittlerweile leider kein Einzelfall mehr ist. Wenn man sich vorstellt, dass ein Fisch etwas davon isst und man später diesen Fisch im Restaurant auf dem Teller hat, möchte man diesen natürlich auch nicht unbedingt verzehren. Diese Plastikteilchen werden immer kleiner und dadurch auch immer gefährlicher für Tier und Mensch. Teilweise sind sie nun auch schon in unserem Trinkwasser vorhanden, und spätestens jetzt sollte jeder von uns sich im Klaren sein, was wir unserer Umwelt antun. Denn so sollte es definitiv nicht weitergehen! Immerhin sind wir verantwortlich für unsere Umwelt. Viele Menschen denken zwar oft darüber nach und machen sich auch Sorgen, aber das reicht nun mal nicht. JEDER muss selbst zumindest einen kleinen Teil tun, um die Umwelt zu schützen und zu bewahren.

Wie wäre es zum Beispiel, wenn man die Flasche mit dem Alkohol, den man vor einer Party noch eben schnell trinken möchte, einfach mal in einen Mülleimer schmeißen würde, anstatt sie in den nächsten Busch zu werfen? Wenn gerade kein Mülleimer in der Nähe ist, wäre es immer noch besser, die Flasche vernünftig zur Seite zu stellen, damit ein anderer sie dann wenigstens entsorgen kann. Wie Ihr Euch aber auch bestimmt vorstellen könnt, möchte keiner gerne Glasscherben aus einem Busch zusammensuchen, um diese dann anschließend auch noch zu entsorgen. Genauso ist es mit dem Kaugummi, der Tüte vom Bäcker oder dem einfachen Taschentuch. Es sind Kleinigkeiten, die aber trotz allem in den Müll gehören und nicht auf den Fußweg, in den Busch nebenan oder an den Straßenrand. Um die Umwelt zu schonen und nicht unnötig zu belasten, nehmt einfach das Fahrrad. Oder geht kurze Wege auch mal zu Fuß, anstatt ständig das Auto zu benutzen.

Wenn jeder einzelne von uns mit anpackt und hilft, umweltschonend den Alltag zu bewältigen, leisten wir schon einen ordentlichen Beitrag zur Umwelt. Es beginnt damit, seinen eigenen Müll wenigstens getrennt voneinander zu entsorgen. Dadurch bleibt nicht nur die Stadt sauber, auch die eigene Umgebung wird somit viel schöner und gemütlicher. Es sind nur kleine Taten, aber sie haben im Endeffekt eine große Wirkung.



Die Autorinnen
Caroline Peters & Maria Gonstein,
beide Schülerinnen

ZAHNÄRZTIN KORNELIA BEIER BERÄT
ZU EINEM THEMA, DAS VIELE
MENSCHEN BETRIFFT.

Angst beim Zahnarzt



Kennen Sie das auch? Sie sind mit Ihrer Angst nicht allein. Sie kann auch Menschen ergreifen, die sonst eher mutig durchs Leben gehen, wie z. B. Extremsportler, Skirennfahrer oder Führungskräfte.

Nur 5 % der Deutschen gehen angstfrei zum Zahnarzt, ca. 75 % haben mehr oder weniger starke Angstgefühle. 20 % empfinden sehr starke Angst. Und von diesen hat die Hälfte eine Phobie, die dazu führt, dass sie den Besuch beim Zahnarzt vollständig vermeiden. Das sind ca. 5 Millionen Erwachsene! Sie nehmen lieber Schmerzen und den völligen Verfall der Zähne in Kauf – und damit dramatischen Verlust an Lebensqualität. Aus Scham wagen sie kaum noch zu lachen oder den Mund zu öffnen.

Aber was die wenigsten wissen: Das Problem ist nicht ausschließlich auf den Mund bezogen, sondern es schädigt den ganzen Körper. So weiß die Wissenschaft heute, dass dadurch massive Schädigungen entstehen, z. B. Herzinfarkte, Rheuma, Immunerkkrankungen, Allergien und auch Organe wie Leber und Niere geschädigt werden können.

WOHER KOMMT DIESE ANGST?

Angst ist ein urmenschliches Gefühl, das lebensrettend sein kann. Die Angst hilft uns, Gefahren zu erkennen, auf sie zu reagieren und unsere Kräfte zu mobilisieren. Also müssen wir uns unserer Ängste nicht schämen. Im modernen Leben sehen wir uns allerdings ständig Situationen ausgesetzt, die Ängste auslösen

können, obwohl sie meist nur in Gedanken stattfinden. (Da ist der Neandertaler in uns immer noch aktiv). Bei der Zahnbehandlung entsteht Angst oft aufgrund schlechter Erfahrungen in der Kindheit, oft auch aus der Vermittlung und dem Vorleben der Eltern, die selbst angstbesetzt sind oder waren. Und dann fühlt man sich durch die Position im Behandlungsstuhl der Situation hilflos ausgeliefert, alles wirkt wie Folterinstrumente, die Geräusche im Mund sind intensiver wahrnehmbar, der Kopf dröhnt – und schon werden wieder Urängste geweckt.

UND JETZT DAS POSITIVE: DIESE ZAHNBEHANDLUNGSANGST UND ORALPHOBIE KANN ERFOLGREICH BEHANDELT WERDEN!

WIE KÖNNEN WIR ZAHNÄRZTE DAS ERREICHEN?

Indem wir Sie mit ihren Ängsten ernst nehmen, uns in Ihre Situation einfühlen.

- 1. Schritt:** Wir nehmen uns Zeit zum Zuhören und Verstehen und fangen nicht sofort mit einer Untersuchung im Mund an. Wir bauen erst einmal Vertrauen zueinander auf.
- 2. Schritt:** Wir sprechen über Ihre Wünsche und Ziele, erklären mögliche Schritte und Methoden.
- 3. Schritt:** Wenn der Patient einmal das Vertrauen gefunden hat, möchte er in der Regel alles so schnell wie möglich in Ordnung gebracht haben, am liebsten in einem »Rutsch«.

Das Gute: Durch verschiedene Entspannungsmethoden und einer eventuellen Behandlung im Dämmer Schlaf kann das schmerzfrei erreicht werden. »Es ist eine der schönsten Erfahrungen für mich als Zahnärztin zu erleben, wie Menschen danach aufblühen, ein neues Selbstwertgefühl erlangen und ihre Angst vorm Zahnarzt verlieren.« Also: Sollten Sie selbst Angst vor der Zahnbehandlung haben – Trauen Sie sich, es lohnt sich!



Kornelia Beier
Zahnarztpraxis am Westtor
Praxis für moderne
Zahnheilkunde

Westtor 1
48324 Sendenhorst

Tel. 02526 9399636
info@Praxis-am-Westtor.de
www.Praxis-am-Westtor.de

www.brandhove.de • fahrrad.brandhove@t-online.de

Farbenfroh in den Frühling radeln
z.B. mit dem Winora "Tobago" mit 7-Gang Nabenschaltung, Rücktrittbremse, hydraulischen Felgenbremsen, Nabendynamo, LED Scheinwerfer, LED Rücklicht mit Standlicht. In der sommerlichen Farbe senfgelb matt.

429,00 €

weitere schöne Modelle finden Sie auf unserer neuen Internetseite oder bei uns im Geschäft. Schauen Sie doch mal rein, wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Brandhove
Fahrradgeschäft

Kirchstraße 10 • Kühl 4 • 48324 Sendenhorst • Tel: 02526 - 1298

DER KITZHÖFER BLÜHT AUF!
und macht Ihren Garten fit für den Frühling.
Säubern, planen und vorbereiten.
– und das zu fairen Preisen!

Schörmelweg 7
48324 Sendenhorst
Mobil 0177 4276666
Mail uk@der-kitzhoefer.de

Kitzhöfer.
kreative gärten
IHR GARTENERLEBNIS PASSEND GESTALTEN

www.der-kitzhoefer.de

Kosmetikstudio Luisa
KOSMETIKBEHANDLUNGEN | FUSSPFLEGE
NAGELMODELLAGE | MASSAGEN

*Willst du schöne Füße haben,
musst du zu Luisa traben.*

LUISA SCHÄFER
Südstr. 4 | 48324 Sendenhorst
Telefon: 02526 1938070

ÖFFNUNGSZEITEN:
Mo. - Fr. 8.00 - 18.00 Uhr
www.kosmetikstudio-luisa.de

Zahnarztpraxis am Westtor

Kornelia Beier
Praxis am Westtor
Praxis für moderne Zahnheilkunde
Westtor 1
48324 Sendenhorst

Tel: 02526 9399636
info@Praxis-am-Westtor.de
www.Praxis-am-Westtor.de

Pflegefall in der Familie

TIPPS FÜR DIE NÖTIGEN VORKEHRUNGEN

Zwei von drei Pflegebedürftigen werden in den eigenen vier Wänden gepflegt, meist von der Familie. Doch nicht immer erweist sich die tägliche Pflege als einfach. Hinzu kommen finanzielle Probleme. Die Provinzial-Geschäftsstelle Schumann & Geschermann gibt wichtige Tipps.

Laut einer bundesweiten Umfrage des Instituts für Demoskopie werden 27 Millionen Deutsche in spätestens zehn Jahren einen Pflegefall in der Familie haben. Die Betroffenen verlassen sich häufig auf ihre Familie und gehen davon aus, von ihnen gepflegt zu werden. Doch auf Pflegende kommen rund um Wohnungsumbau, Pflegedienst und Pflegeheim viele Herausforderungen zu.

UMBAUTEN IN DER WOHNUNG

Die meisten Deutschen möchten so lange wie möglich zu Hause versorgt werden. Dafür muss die Wohnung den neuen Bedürfnissen angepasst werden. Der Umbau von Bad oder Küche, die Installation von Rampen oder die Verbreiterung von Türen ermöglichen allerdings oft erst den Verbleib in den eigenen vier Wänden. Soll die Wohnung barrierefrei umgebaut werden, steht den Betroffenen finanzielle Unterstützung von der gesetzlichen Pflegeversicherung zu. »Für solch notwendige Umbauten gibt es dann einen Zuschuss von bis zu 2.557 Euro. Der Zuschuss ist allerdings abhängig vom Einkommen des Bedürftigen und der Höhe der Umbaukosten«, erläutert Provinzial-Geschäftsstellenleiter Marcel Schumann.

PFLEGEDIENST ANFORDERN

Doch auch eine altersgerechte Wohnung nützt nichts, wenn die Pflegebedürftigen sich nicht mehr problemlos bewegen können und auf Hilfe angewiesen sind. Mit steigendem Pflegebedarf geraten Ehepartner, Kinder oder andere Familienangehörige schnell an ihre Grenzen. Betroffene sollten sich daher so früh wie möglich nach einem geeigneten Pflegedienst erkundigen. Oft reicht es schon aus, wenn der Pflegedienst alle paar Stunden vorbeischaut, um zum Beispiel beim Aufstehen, Essenreichen oder Aufräumen zu helfen. Durch diese Hilfe können sich pflegende Angehörige Entlastungsmöglichkeiten schaffen, bevor die eigenen Kräfte aufgebraucht sind und die eigene Gesundheit zusätzlich Schaden nimmt.

LETZTER AUSWEG PFLEGEHEIM

Ist die Versorgung in den eigenen vier Wänden allerdings nicht mehr zu bewerkstelligen, sollten sich Betroffene und Angehörige sorgfältig und vor allem frühzeitig auf den Umzug in ein Pflegeheim vorbereiten. »Bei der Auswahl kommt es vor allem auf die Qualität der Betreuung, die menschliche Atmosphäre und Ausstattung des Heimes an«, erklärt Schumann. »Hier zählt besonders: Genau hinschauen und prüfen.«

PRIVATE ABSICHERUNG

Neben der gesetzlichen Pflegeversicherung ist es wichtig, auch an die private Pflegeversicherung zu denken«, so Peter Geschermann. Denn: Die gesetzliche Pflegeversicherung übernimmt längst nicht alle Kosten, sondern kommt lediglich für die Grundsicherung auf. »Wenn dieses Geld dann nicht reicht, werden grundsätzlich Ehepartner und Kinder zur Kasse gebeten.«

Ein Vorsorge-Beispiel

DAS VORSORGEKONZEPT DER PROVINZIAL: DIE »PFLEGESERIE«

Welche Pflege passt zu Ihrer Situation?			
Basis-Pflege Absicherung für eine sofortige Grundabsicherung der Alters- und Pflegevorsorge	Aufbau-Pflege Optimale Absicherung mit staatlicher Förderung	Intensiv-Pflege Erste Klasse-Absicherung, auf Wunsch mit „Erb-Sicherung“	Repair-Pflege Absicherung für den bereits eingetretenen Pflegefall
Frühzeitig den Grundstein für eine private Altersversorgung und die Absicherung des Pflegefallrisikos legen – das ist Ihr vorrangiges Ziel! Und wenn es geht, alles in einem und zu einem günstigen Beitrag.	Die Basis für die Altersvorsorge inkl. Pflege ist geschaffen. Jetzt möchten Sie Ihre Pflegefallabsicherung weiter ausbauen. Und wenn es geht, mit staatlicher Unterstützung.	Sie haben bereits für Ihr Alter vorgesorgt. Nun soll die umfassende Absicherung des Pflegefallrisikos folgen.	Sie sind finanziell abgesichert und tragen Ihr Pflegefallrisiko selbst. Die Möglichkeit, als pflegebedürftige Person noch ein wenig mehr Geld zur Verfügung zu haben, möchten Sie trotzdem nutzen.
1. Für eine private Altersvorsorge mit zusätzlicher beitragsfreier Pflegefallabsicherung! PrivatRente mit kostenloser PflegeRentenoption ► Lebenslange Altersrente ► Kostenlose Option auf eine erhöhte Rente im Pflegefall vor und nach Rentenbeginn (PflegeRentenoption)	2. Für eine „Aufbau-Pflege“ mit staatlicher Unterstützung FörderPflege der UKV ► staatliche Förderung in Höhe von 60 EUR jährlich ► Keine Risikoprüfung ► Mindestleistung 600 EUR (Pflegestufe III) ► Garantierte Aufnahme ohne Gesundheitsfragen (außer bei bereits Pflegebedürftigen)	3. Für eine Intensiv-Pflege erster Klasse! Pflege PREMIUM der UKV ► Leistung bereits ab 1. Tag ► Beitragsfreistellung im Leistungsfall ► Leistung in allen Pflegestufen 4. Für eine Intensiv-Pflege erster Klasse plus „Erb-Sicherung“! PflegeRente der IDEAL ► Leistung in allen Pflegestufen ► Lebenslanger Versicherungsschutz ► Dauerhaft stabiler Beitrag ► Auch als Einmalbeitrag möglich	5. Für finanzielle Sicherheit bei bereits eingetretenem Pflegefall! SofortRente Pflege gegen Einmalbeitrag ► Sofort höhere Rente für bereits Pflegebedürftige ► Schon ab Pflegestufe I ► Lebenslange Zahlung der erhöhten Rente
Vorsorge für den Pflegefall inklusive Erb-Sicherung			Pflegefall eingetreten

Was ist das Pflegeproblem heute?

Pflege	1995	2013
Pflegekosten Pflegestufe III – stationär	3.500 DM	3.500 EUR
Zuschuss gesetzliche Pflegeversicherung	2.800 DM	1.550 EUR
Eigenanteil	700 DM	1.950 EUR (~ 4.000 DM)

5 Fakten zum Thema Pflege

1. Die Wahrscheinlichkeit, dass Sie im Alter zum Pflegefall werden, ist hoch.
2. Sie werden voraussichtlich lange gepflegt werden.
3. Die gesetzliche Pflegeversicherung stößt an ihre Grenzen.
4. Die gesetzliche Pflegeversicherung ist nicht ausreichend.
5. Sie werden die Pflegekosten voraussichtlich nicht bezahlen können.



Immer da, immer nah.

Unsere Pflegeserie. Gegen Sorgenfalten, für alle Pflegefälle.

Ihre Provinzial Geschäftsstelle

Geschermann & Schumann OHG

Osttor 1, 48324 Sendenhorst, Tel. 02526/939990, geschermann-schumann@provinzial.de

PROVINZIAL
Die Versicherung der Sparkassen



SENDENHORSTER PFADFINDER Jugendkreuzweg 2015

Die Sendenhorster Pfadfinder laden in diesem Jahr alle Interessierten zum Jugendkreuzweg ein zu Beginn der Karwoche, am Samstag, 28. März 2015.

»Im Fokus: Das Kreuz«, so lautet der Titel des Ökumenischen Jugendkreuzweges 2015. Leid und Tod zu »fokussieren« kann aus zwei völlig verschiedenen Sichtweisen betrachtet werden. Es kann die Aufmerksamkeit auf den Leidenden lenken, es kann ihn zugleich aber auch bloßstellen: Es kann zum Verändern und Helfen ermutigen oder zum Ergötzen verführen. Mit dem diesjährigen Jugendkreuzweg wollen die Pfadfinder dieses »Heute« unserer Gesellschaft und des eigenen Lebens mit Kreuzweg und Tod Jesu zusammenbringen.

Was ist eigentlich ein »Kreuzweg«?

In der Regel hat ein Kreuzweg sieben oder 14 Stationen und vergegenwärtigt bildlich den Leidensweg Jesu, seine Passion von der Gefangennahme im Garten Getsemani bis zum Tod am Kreuz.

Man betet den Kreuzweg allein oder in einer Gruppe. Man betet ihn in der Karwoche – der Woche vor Ostern –, in der Fastenzeit, an besonderen Tagen oder zu besonderen Anlässen über das Jahr.

Was ist denn ein Jugendkreuzweg?

Ein Jugendkreuzweg möchte mit seinen sieben Stationen speziell Jugendliche und ihr Leben heute ansprechen. Aus diesem Grund verknüpft diese Form des Kreuzweges immer aktuelle Themen mit dem Leidensweg Jesu, um so zum Nachdenken anzuregen.



Alle Interessierten treffen sich um 14:30 Uhr am Haupteingang der St. Martin Kirche. Der Kreuzweg führt die Teilnehmer dann durch Sendenhorst. An mehreren Stationen wird das diesjährige Thema behandelt.

Handwerker Express



- Trockenbau
- Sanierung und Renovierung
- Dachfenster- und Türeinebau
- Holz- und Bautenschutzarbeiten
- Parkett und Laminatverlegung

L. Karwowski
Heinrich-Sommer-Str. 129
59227 Ahlen
Tel. 0 23 82 / 714 38
Mobil 0179 128 15 68
L.karwowski@gmx.de

**DER NEUE MAZDA2
PREMIERENPARTY**

// Am 27.2. von 08:00 - 18:00 Uhr
// und 28.2. von 08:00 - 18:00 Uhr

GEWINNE DIE PROBEFAHRT DEINES LEBENS
MIT SAMU ODER REA. DETAILS BEI UNS.

GEWINNER DES GOLDENEN LENKRADS

ONE OPTION FOR FREE Preisvorteil bis zu
Zur PremierenParty eine Ausstattungsoption gratis sichern. **€ 1.000²⁾**

Kraftstoffverbrauch im kombinierten Testzyklus: 4,9 - 3,4 l/100 km.
CO₂-Emissionen im kombinierten Testzyklus: 115 - 89 g/km.

Außerhalb der gesetzlichen Öffnungszeiten keine Beratung, Verkauf, Probefahrt.
1) Der neue Mazda2 - Sieger in Klasse 1 (Klein- und Kompaktwagen) 2014/AUTO BILD Nr. 46 - 14.11.2014. 2) Gültig beim Kauf eines neuen Mazda2 am 27./28.2.2015. Verfügbarkeit der Ausstattungsoption abhängig von der gewählten Ausstattungsvariante. Maximale Ersparnis für die Ausstattungsoption Klimaanlage ggü. der UVP der Mazda Motors (Deutschland) GmbH. Nur bei Erstzulassung auf Privatkunden. Das Angebot ist nicht mit anderen Rabattaktionen kombinierbar.

AUTOHAUS LACKMANN
Inh. Ingo Lackmann
Dieselstraße 11
48324 Sendenhorst
Tel. +49 (0) 25 26 / 21 47
www.autohaus-lackmann.de

Beispiele aus der Umgebung,
wie eine Givebox aussehen könnte.



Givebox in Kleinenbroich

BÜRGERSTIFTUNG WÜNSCHT SICH
GIVEBOX IN SENDENHORST

Ein Geben und Nehmen!

Givebox? Was ist das?

Was Zuhause nicht mehr gebraucht wird, aber was zu schade zum Wegwerfen ist, stellt man in die Givebox, und von dort aus bekommt es ein neues Zuhause.

Einige denken vielleicht: Warum noch so etwas? Wir haben doch schon ein öffentliches Bücherregal, reicht das nicht? Aber gerade aus der guten Erfahrung des Bücherregals in der Sendenhorster Innenstadt oder der Büchertauschbörse im Sozialzentrum Gasthof Fels in Albersloh kann man sagen, dass das Geben und Nehmen in Sendenhorst so gut angenommen wird, dass wir einen Schritt weiter gehen wollen.

Das Konzept stammt aus Berlin, hat aber schon in vielen Städten in Deutschland und darüber hinaus Nachahmer gefunden.

Eine kleine Holzhütte, nicht viel größer als eine Telefonzelle, mit Regalen ist ein Ort, der Schenker und Beschenkte gleichfalls glücklich macht. Ein bisschen Engagement und minimaler finanzieller Aufwand, das ist alles, was man zur Aufstellung einer Givebox benötigt.



Givebox Gütersloh



Givebox in Dortmund

Jeder hat Dinge, die nicht mehr gebraucht werden, aber zu schade zum Wegwerfen sind. Strohhut, Spielzeug, Taschen, DVDs, Bilder, CDs, Werkzeug, Deko – eine Art Wunderkiste. Und das Konzept ist so einfach: »Von allen – für alle!«

Auch die Regeln der Givebox sind einfach: Alles, was hineingelegt wird, soll noch brauchbar sein, nichts was herausgenommen wird, soll verkauft werden. Und wer was mitbringt, möge doch nach zwei Wochen nachsehen, ob es noch da ist, und es in dem Falle bitte selber entsorgen. Die Erfahrung anderer Giveboxen zeigt jedoch: Die meisten Geschenke bleiben keine 24 Stunden! Auf der Facebook-Seite der Berliner Givebox-Engagierten heißt es: »Ebay ist kompliziert, Kleinanzeigen dauern, Flohmärkte sind nicht immer und weit weg, was mit Kleiderspenden passiert, ist nicht immer klar, Recycling braucht auch Energie... die Givebox ist lokal, trivial und eine tolle Erweiterung zu anderen Optionen.« Wir, als Bürgerstiftung Sendenhorst Albersloh, möchten uns für eine Givebox auch für Sendenhorst und Albersloh stark machen, weil wir denken, dass es unsere Gesellschaft bereichert. Leider fehlt uns dazu noch der geeignete Standort. Falls Sie eine Idee haben, wo in Sendenhorst oder Albersloh eine solche Givebox aufgestellt werden könnte, oder Sie Interesse an der Mitarbeit in einem solchen Projekt haben, würden wir uns sehr freuen, wenn Sie sich mit uns in Verbindung setzen. Auch Ihre Meinung zu einer Givebox in Sendenhorst und Albersloh würde uns interessieren.



Gerne könne Sie uns dazu eine Mail schreiben an:
info@buergerstiftung-sendenhorst-albersloh.de

T-BIKES
PARTS & MORE

Ulrich Tacke
Bürener Strasse 49
48317 Brenstelnort
Tel. 02508 / 3059069
Fax. 02508 / 3059070
Mobil: 0171 / 4312277
Info@T-bikes.eu
www.T-bikes.eu

Unser Service

- ☞ SICHERHEITSTRAINING
- ☞ AN- UND VERKAUF VON GEBRAUCHTEN, DEFEKTEN UND UNFALLMOTORRÄDERN
- ☞ HOL- UND BRINGSERVICE
- ☞ ERSATZTEILLAGER
- ☞ EBAYSHOP
- ☞ ÜBERWINTERUNG
- ☞ FAHRZEUGAUFBEREITUNG

Jetzt an den Frühjahrscheck denken! •••• Am 10. Mai gibt's bei uns ein Sicherheitstraining! ••••

Frauenflohmarkt 2015

Ein erprobtes Konzept in neuen Räumen bietet der dritte Sendenhorster Frauenflohmarkt.

Der Verein »FiZ Sendenhorst und Albersloh – Lokales Bündnis für Familie« organisiert in der Montessori-Schule am Teigelkamp 5 in Sendenhorst am Samstag, 7. März, von 13 – 17 Uhr einen Treffpunkt für alle Schnäppchenjägerinnen. Frauen haben die Möglichkeit, Kleidung, Schuhe, Accessoires und andere schöne Dinge in eigener Regie zu verkaufen.

Gegen eine Standgebühr von 10 € sind Anbieterinnen herzlich eingeladen, ihre Schätze feilzubieten, ebenso freuen sich die Veranstalterinnen über viele einkaufslustige Besucherinnen! Tische für den Verkauf sind mitzubringen, ebenso können auch Kleiderständer zur Präsentation der Kleidungsstücke eingesetzt werden, für die – zusätzlich zur Standgebühr – 3,50 € veranschlagt werden. Der Eintritt für den Flohmarkt beträgt 2 €, begleitende Herren haben freien Eintritt! Abgerundet werden kann der Einkaufsbummel mit selbstgebackenem Kuchen, Kaffee oder einem Gläschen Sekt im Frauen-Flohmarkt-Café. Alle Einnahmen kommen dem Verein »FiZ« zugute. FiZ ist ein Netzwerk für Familien und Generationen in Sendenhorst und Albersloh. Gemeinsam übernehmen hier ehrenamtlich Engagierte und Träger von Familienhilfe Mitverantwortung und stellen die »Familie ins Zentrum«.



i Anmelden können sich Anbieterinnen in der KiTa Biberburg unter der Telefonnummer: 02535 . 1265 oder per E-Mail: kita@kita-biberburg-albersloh.de.

Die »Kleinen Strolche« stellen sich vor

15. März: Tag der offenen Tür »Kleine Strolche« Kindergruppe Sendenhorst e. V.

Die »Kleinen Strolche« laden am Sonntag, 15. März 2015 von 15.30 bis 17.00 Uhr zu einem Tag der offenen Tür in die Hermann-Löns-Straße in Sendenhorst ein. Bei Kaffee und selbstgebackenen Waffeln können Interessierte die Räume und Mitarbeiter kennenlernen. Angeboten werden eine Drei-Tage-Spielgruppe (montags bis mittwochs von 9 bis 12 Uhr) oder eine Zwei-Tage-Spielgruppe (donnerstags bis freitags von 9 bis 12 Uhr). Die Spielgruppe ist eine sinnvolle Vorstufe zum Kindergarten, besonders um erste Kontakte mit Gleichaltrigen zu knüpfen. Das Mindestalter für Anmeldungen liegt bei zwei Jahren. Der Vorstand freut sich an diesem Aktionstag auf viele Eltern, die sich dafür entscheiden, ihr Kind bei den »Kleinen Strolchen« anzumelden.

i

Anmeldungen sind auch möglich unter der Telefonnummer der Einrichtung, 02526 . 1035 oder bei Alexandra Wuttke 02526 . 951612

Hinweis: Das Betreuungsgeld wird auch an Eltern ausgezahlt, die ihr Kind bei den Strolchen untergebracht haben. Bei der Spielgruppe handelt es sich um eine private Einrichtung und nicht um eine gesetzliche.



Die Kleinen Strolche

Foto: Tim Reckmann, pixelio.de

Basar Albersloh

Gut erhaltene Kinderkleidung für Frühjahr und Sommer, Babyartikel, Kinderfahrzeuge, Sportartikel, Kinderspielzeug und -bücher etc. können Schnäppchenjäger wieder am

Samstag, 21.03.2015, zwischen 8 und 12 Uhr in der Albersloher Wersehalle erwerben.

Wer etwas verkaufen möchte, sollte seine Sachen mit neuer Anbieternummer, Größe und Preis auszeichnen und am Freitag, 20.03.2015, von 15.30 bis 17.30 Uhr in der Wersehalle abgeben (max. 2 Kisten, Unterwäsche und Socken nur bis Gr. 92!). Die Rückgabe der nicht verkauften Sachen erfolgt am Samstag, 21.03.2015, von 17.00 bis 18.00 Uhr. 20 % des Erlöses kommen der Kinder- und Jugendarbeit in Albersloh zugute. Hinweis: Wir bitten alle Besucher, nicht entlang der Bergstraße zu parken, sondern die Parkplätze gegenüber dem Autohaus Breul an der Münsterstraße oder vor der Feuerwehr zu nutzen! Unsere Parkanweiser helfen gerne weiter!

i

Weitere Infos und Anbieternummern (bis zum 18.03.) – BEVORZUGT PER MAIL unter basar-albersloh@web.de

oder ansonsten bei
Kim Cieplik, Tel. 02535 . 959158
Simone Borgmann, 02535 . 1358

»Kinderkram«-Basar in der KiTa St. Marien

Ihren traditionellen Frühjahrsbasar »Kinderkram« veranstaltet die Kindertagesstätte St. Marien in Sendenhorst in diesem Jahr am Samstag, 14. März 2015.

Es werden Kinderkleidung, Kinderwagen, Kinderfahrzeuge, Sportkleidung, Umstandskleidung sowie Spielzeug, Bücher für jedes Lesealter und CDs angeboten. Auch das Café wird wieder geöffnet sein und mit leckeren Kuchen und Getränken aufwarten. Der Basar findet in den Räumen der Kindertagesstätte St. Marien in der Fröbelstraße 6 in Sendenhorst von 14.00 bis 16.30 Uhr statt. Der Verkauf an Schwangere beginnt, wie schon in den letzten Jahren, bereits um 13.30 Uhr.

i

Die Verkaufsnummern können entweder unter kinderkr.am.marien@gmx.de angefordert werden oder in der Kindertagesstätte direkt vereinbart werden. Dazu werden Mitglieder des Basarteams an den folgenden Terminen vor Ort sein: Donnerstag, 26.02.2015, 15.30 – 16.30 Uhr, Montag, 02.03.2015, 11.30 – 12.30 Uhr, Mittwoch, 04.03.2015, 10 – 12 Uhr sowie Freitag, 06.03.2015, 8 – 9 Uhr

Eine telefonische Vergabe erfolgt in diesem Jahr nicht mehr. Neben der Verkäufernummer können zudem Etiketten erworben werden, die den Basarbedingungen entsprechen. Die gut erhaltenen und sauberen Waren können am Freitag, 13. März, in der Zeit von 15 bis 17 Uhr in der Kita St. Marien abgegeben werden.

Die Erträge aus dem Verkauf der Waren sowie die nicht verkauften Waren werden am Sonntag, 15. März, 10.30 bis 11.30 Uhr, ausgegeben.

Wie in jedem Jahr kommen 20 Prozent des Verkaufserlöses der Kindertagesstätte zugute. Das Basarteam weist noch einmal darauf hin, dass auf den gekennzeichneten Parkflächen zu parken ist.

Briefpapier Mappen Broschüren Multimedia Flyer

Noch keine Identität?
Gestaltung oder Druck gefällig?

T-Shirt Druck App Werbe-mittel Briefumschläge

Werbetextechnik Fahrzeug-Text | Verklebung CarWrapping Schaufensterwerbung, XXL-Digitaldruck Beschriftung | Druck von: Banner, Plakaten, Mesh, Frontex, Canvas, Folien etc.

Schleich | Werbung Full-Service Agentur 02506.81 60 27

muensterpoint.de print & media & service

Großer Osterbrunch
Ostersonntag & Ostermontag
Im Bürgerhaus 11 – 15 Uhr

Pro Pers. 18,90 € | Kinder bis 12 J. 10, 90 € | Kinder bis 6 J. frei

Reservierung erwünscht.
Tel. 0 25 26 . 13 13
Mobil: 0172 . 74 83 452

BürgerHAUS RESTAURANT

Original Steinbackofen PIZZERIA **Pinocchio**

• lecker, frisch, zuverlässig •
Lieferung frei Haus ab 9,00 Euro

PIZZA-TAXI
02526 / 939 666
Mobil: 01 72 / 571 6226

Osttor 1
48324 Sendenhorst

Öffnungszeiten:
Mo 17-22 Uhr Fr 16.30-22.30 Uhr
Di-Do 11.30-14 Uhr + 17-22 Uhr Sa, So, Feiertag, 14-22.30 Uhr

amarc21 Foit-Immobilien.de
Sendenhorster Str. 4 – 48324 Albersloh

Janusz Foit
amarc21 Sachverständiger für Immobilienbewertung, Mietrechtsspezialist IHK

Tel.: 02535 – 7339044
Mob.: 0172 – 5101176
j.foit@amarc21.de
www.amarc21.de | www.foit.info

Vermietung · Verkauf · Immobilienbewertung · Finanzierung · Energieausweis
Energieausweise für Wohngebäude bei uns ab 149 Euro. Sprechen Sie uns an!

Von reizvoller Landschaft, Umweltsünden, Sehenswürdigkeiten und einem Schatz

Längs der Angel – von der Quelle bis zur Mündung –

August Stafflage 1961: »...Abgelagerter Faulschlamm zeigt, daß es ihr noch nicht gelungen ist, sich von den in Neubeckum aufgenommenen Abwasserstoffen zu reinigen.... An den Stauwehren tummeln sich trotz der abgelagerten Schmutzstoffe badelustige Kinder, die mit den seifigen Schaumflocken spielen.« Aber nicht nur von Umweltsünden ist hier zu lesen, sondern auch von reizvoller Landschaft mit interessanten Orten und Natur – und von einem Schatz.

Folgen wir dem Lehrer Stafflage, den einige Leser wohl noch persönlich kennen, auf seiner Wanderung an der Angel entlang. Leider musste der zugrunde liegende Text gekürzt werden (im Original zu finden unter www.sendenhorstergeschichten.de).

A. Stafflage, digitales Stadt-Heimatarchiv Heimatverein

Namen Angel führen. Während der aus der Hoest kommende Zufluss Merschbach genannt wird, entspringt der zweite, namenlose Bach, der die Gewässer der nördlichen Abdachung des Hohen Hagens sammelt, auf einer Wiese des Bauern Theodor Tentrup. Diese Quelle könnte man demnach als die eigentliche Angelquelle bezeichnen. Sie durchfließt eine wald- und wiesenreiche Landschaft und biegt hinter der Straße Neubeckum-Ennigerloh nach Norden um. Nach ihrem Austritt aus der Steinkuhle begleitet die Germania-Schutthalde die Angel. Abgelagerter Faulschlamm zeigt, dass es ihr noch nicht gelungen ist, sich von den in Neubeckum aufgenommenen Abwasserstoffen zu reinigen. Freundlich erzählt uns Bauer Ohlmeier, dass noch vor dreißig Jahren die Wäsche in dem klaren Angelwasser nachgespült und der weiße Angelsand zum Bestreuen der Diele und der Stuben benutzt wurde. Auf unserer weiteren Angelreise begegnen wir ausgedehnten Getreide- und Maisfeldern.

»Sprung« bis nach Enniger

Zur linken Hand grüßt uns der spitze Vorhelmer Kirchturm und zur rechten der behäbige Turm des Gotteshauses zu Enniger. Nahe des Bahnhofs Enniger lohnt ein Abstecher zum »Haus Vorhelm«, das malerisch zwischen großen Teichen am wunderbar gewundenen und tief gefürchteten Hellbach, der auch am Hohen Hagen entspringt, gelegen ist. Wir stehen vor Haus Neuengraben, einem früheren Rittergut. Eine mächtige Eiche ist wohl der einzige Zeuge dafür, wie vor 350 Jahren der Ritter Gerd von Beverförde-Werries in das Haus Neuengraben eindrang und die Gutsfrau Anna von Berg-Tork entführte. Am Hof Schulze Brüning umrahmen seltene in- und ausländische Gehölze die Ufer. An einem idyllischen Platz lädt eine Bank zum freundlichen Verweilen ein. Zur Linken ein interessantes Naturdenkmal: Stamm und Ast einer mächtigen Eiche bilden ein eigentümliches Tor, das wiederum den Rahmen abgibt für eine dunkle Eibe. Dieser Baum gehörte im Mittelalter zu jeder Burganlage. Bemerkenswert ist eine vogelkundliche Sammlung auf dem Brüningschen Hof. Plötzlich ist es, als wenn das Tosen eines Wildbachs an unser Ohr tönt. Überrascht stehen wir vor einem Wasserfall. Auf einem vorspringenden Ast entdecken wir einen blaugrünen Eisvogel,

der fliegende Edelstein unserer Gewässer. Über »Amerika«, einem größeren Waldgebiet, gewahren wir das Flugbild der dort kreisenden Bussarde.

Angel durchfließt das Sendenhorster Kirchspiel

Auf der Sendenhorster Hardt tritt eine langgestreckte Bodenwelle auffällig in Erscheinung. Bei dieser Erhebung handelt es sich um eine Rinnenausfüllung mit eiszeitlichen Ablagerungen. Der Sand- und Kiesrücken ist etwa 600 Meter breit und 18 Meter tief. Zuweilen bedeckt Geschiebelehm die an den Rändern befindlichen Sandbänke. Im Kirchspiel Sendenhorst stehen wir vor der Mündung von Angel und Voßbach, der regulierten Angel. Ihr Wasser war in trockenen Jahren für die Landwirtschaft ein Segen, in feuchten Jahren aber eine Gefahr. Darum gaben Bagger der Angel, deren Name von den Sprachforschern als die »Krummfließende« gedeutet wird, die erforderliche Breite und Sohlentiefe. Wasserläufer, Rot- und Grünschenkel, Rohrammer und Rohrsänger sind nun aus den bisher feuchten Angelwiesen abgewandert. Uferbewuchs und Wasserpflanzen geben aber bereits heute wieder dem heimischen Wild die notwendige Deckung.

In Suermanns Busch in der Bauerschaft Rinkhöven entdecken wir die immergrüne Stechpalme und den Märzenbecher. Bisher ist ein in der Nähe des Busches unter einem Erdhügel vermuteter reicher Schatz noch nicht gefunden worden. Die nahe Brückenfeldstraße soll früher als Schmuggelweg gedient haben. An den Stauwehren tummeln sich trotz der abgelagerten Schmutzstoffe badelustige Kinder, die mit den seifigen Schaumflocken spielen. An der Straße Sendenhorst-Hoetmar fanden am Karsamstag 1945 am Angelufer zehn blutjunge deutsche Soldaten beim Angriff auf eine amerikanische Panzerspitze den Tod. Bei dem Kampf wurden vom Gegner vier Bauernhöfe in Rinkhöven in Brand geschossen. Einige Monate vorher schlug eine Flakgranate in eine am Ufer weidende Schafherde. Rechter Hand liegt der ausgedehnte Ketteler Horst. Dort verweilen wir in der Werkstatt des Holzschuhmachers Schwippe, der uns auf eine Fischreiherkolonie aufmerksam macht. Mit einem durchdringenden Geschrei umstreifen die stolzen Segler der Lüfte ihre in hohen Eichen- und Buchenwipfeln angelegten Horste. Auf den Waldwegen findet man das gefleckte, das breitblättrige Knabenkraut und die zweiblättrige Kuckucksblume. Als vierte Orchidee steht einzeln weiter, aber an verschiedenen Stellen, das »Rote Waldvöglein«. Längs des Voßbaches bildet der seltene Wolfseisenhut ganze Bestände. Einbeere, Salomonsiegel und Aronstab sind reich vertreten.

Angel verlässt Kreis Beckum - bis zur Mündung

An der Straße Sendenhorst-Alverskirchen verlässt die Angel den Kreis Beckum, nachdem sie kurz vorher den von Enniger kommenden Voßbach aufgenommen hat. Unweit mündet der saubere Wiener Bach, der von Hoetmar heraneilt. Er trägt auf einer im

Jahre 1807 auf Veranlassung von Napoleon angefertigten Karte den Namen Botter Bach. In diesem Niederungsland sind die Bachläufe von langen Kopfweidenreihen eingefasst. Bei Haus Horst klapperte auch früher an einem alten Angelarm die »Mühle am rauschenden Bach«. Seit Jahren stehen die Räder still. Am Angelforsthaus künden Reste von den einst viel besuchten Mosaikgrotten und Kuppelbauten, die der Einsiedler Pater Bucker dort errichtet hatte. Von weitem grüßt uns auf unserer Entdeckungsreise eine von einer breiten Gräfte umzogene Wasserburg, die der Frührenaissance entstammt. Es lohnt sich, einen Blick auf das Türmchen, auf die Toreinfahrt und auf die Statue der hl. Elisabeth zu werfen. Das Haus Brückhausen mit seinem 1.300 Morgen großen Grundbesitz gehört der Familie von Twickel. Bei Wolbeck berührt die Angel auf ihrem Lauf den Tiergarten, das bekannte Gut Frohnhof und das Blumen- und Baumparadies der Gartenbauschule. Ein letzter Blick gilt noch dem Hause der Fürstin Gallitzin in dem reizvollen Angelmodde. Dann verabschieden wir uns von der Angel, die von hier gemeinsam mit der Werse den 200 km weiten Weg ins Meer antritt.

Zusammengestellt von Christian Hölscher
Heimatverein Sendenhorst e.V. | www.sendenhorstergeschichten.de

Mündung von Angel und Voßbach.

Die begradigte Angel

Die Angel kurz vor dem begradigten Lauf an der Gemeindegrenze Enniger - Sendenhorst

Die Quelle der Angel

Fragt man nach der Angelquelle, so bekommt man landläufig die Antwort: »Die Angel entspringt unter einem »Backs« auf dem Hofe Meier Westhoff in Neubeckum.« Es ist nun so, dass hier zwei Bäche, verdeckt durch Hainbuchen, Erlen und Weiden, hinter dem »Backs« am Rande eines großen Appelhofes zusammenfließen, die fortan den



**Seit 36 Jahren als
1a-Sportfachhändler am Ort!**

**Immer supergünstige Preise,
Top-Beratung und Fachkompetenz.**

**Unser Tipp:
Wir haben alles das, was Sie brauchen.**



**SPORTGESCHÄFT
AUF'M WEG**

Weststraße 34
48324 Sendenhorst

Telefon 02526/950245 · Telefax 02526/950246
sport-rettig@t-online.de

**SPORTGESCHÄFT
AUF'M WEG**



**Maler- und Lackierarbeiten
Spachteltechniken
Teppichboden-Verlegung
Wärmedämmung**



P. ten Brink

Strontianitstr. 3 48324 Sendenhorst

0160/5542084

Fax 02526 / 93 77 161

Hölscher

Gardinen
Sonnen-Insektenschutz
Bodenbeläge
Polsterungen
Gardinenwaschservice

Bettwaren
Bettwäsche
Frottierwaren
Badteppiche



Weststraße 3
48324 Sendenhorst

www.hoelscher-sendenhorst.de

Tel.: 02526 / 1280
Fax: 02526 / 4220
Mobil: 0171 / 5851133
hoelscher-sendenhorst@t-online.de

Preisverleihung

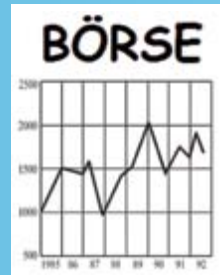
Februar-Gewinnspiel

In der Februar-Ausgabe haben wir Euch gefragt, welcher Ort in Sendenhorst, Albersloh oder Umgebung auf dem nebenstehenden Bild zu sehen ist.

Die Lösung lautet:
Herz-Jesu Kapelle
am Hof Halene



Der Gewinner ist:
Heinz Reineke
aus Sendenhorst



Er gewann einen Gutschein für das traditionelle Aschermittwochs-Gericht »Graue Erbsen Essen« in der Börse Sendenhorst.

Kleiner Ausblick

in die nächste Ausgabe



Die nächste Ausgabe erscheint am 31. März.

Wir wollen einen kleinen Blick in die Themen der nächsten stadtland magazin Ausgabe werfen:

- Reisetipp
- Osterfeuer
- Ostereiersuche
- Ausflugstipp

IMPRESSUM

Das Mitmachmagazin für Menschen aus der Region.

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



Redaktion
stadtland magazin
Osttor 1
48324 Sendenhorst
Tel.: 02526. 5419669
Fax: 02526. 5419669
E-Mail: redaktion@stadtlandmagazin.de
www.stadtlandmagazin.de

Kleinanzeigen an:
ka@stadtlandmagazin.de
(kostenlos für private Nutzer)

Herausgeber
Firma Wuttke, Sendenhorst

Chefredaktion & Anzeigenleitung
Alexandra Wuttke V.i.S.d.P.

Design & Redaktion
K. Inka Meyer



Kooperationspartner & Anzeigenvertrieb
Zirk - Schumann GbR
Thomas Zirk Marcel Schumann



Redaktionelle Mitarbeiter
Wolfram Opperbeck
Christina Mees
Elke Oestermann
Anja Baukmann
Mechthild Brockschmidt-Gerhardt
Caroline Peters
Maria Gonstein
Dirk Schmedding
Anneliese Brandt
Karin Rost
Ulla Brinkschulte
Simone Borgmann
Nina Vollenkemper
Christian Hölscher
Ute Neigenfind



Auflage: 5.000 Stück
Vertriebsgebiet:
Sendenhorst, Albersloh, Drensteinfurt, Rinkerode, Everswinkel, Alverskirchen, Hoetmar, Wolbeck, Vorhelm

Druck: saxoprint
Fotos u. Icons: diverse von Fotolia.com, Pixelio.de, Pixabay.com, 123RF.com, shutterstock.com, flaticon.com

ClimatePartner®
klimateutral

Druck | ID: 11151-1502-2031

Redaktionsschluss für März: 10. März 2015

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

Erscheinungsdatum der April-Ausgabe
31. März 2015

Gewinnspiel



Welcher Ort in Sendenhorst, Albersloh oder Umgebung ist das?

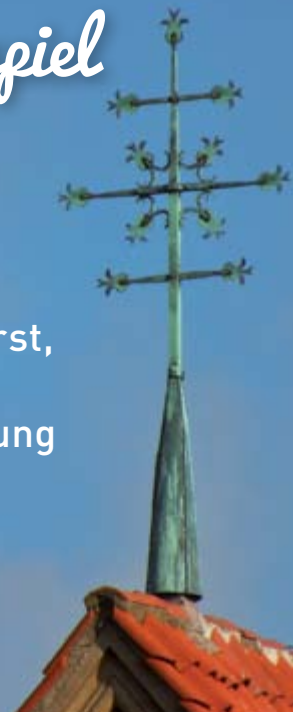


Foto von Gerd Friedrich

Gewinne für 2 Personen
All-You-Can-Eat
Spareribs mit
Crinkle-Wedges
und gemischtem Salat
im Hotel-Restaurant
Zurmühlen in Sendenhorst.



So geht's:
Wer weiß, welcher Ort links auf dem Foto zu sehen ist? Schreib uns einfach eine Nachricht mit deinem Tipp und deinem Namen, Adresse und Telefonnummer.*

E-Mail:
redaktion@stadtlandmagazin.de
stadtland magazin
Osttor 1
48324 Sendenhorst
Tel. 02526. 5419669

Einsendeschluss: 10.03.2015
Preisverleihung:
In der kommenden Ausgabe wird der/die GewinnerIn bekannt gegeben.

* Die Daten geben wir selbstverständlich nicht an Dritte weiter. Mitarbeiter und Angehörige der Redaktion stadtland sind vom Gewinnspiel ausgeschlossen.

Ideen?

Lob?

Kritik?

Was hat Euch in dieser stadtland magazin Ausgabe gefallen und was nicht? Habt Ihr Gedanken zu einem Artikel? Oder Themenvorschläge?

Wir freuen uns über Rückmeldung von Euch!

@ feedback@stadtlandmagazin.de

Kurz-Link: <http://k-urz.de/f6c4>

Aktuelles

Das stadtland magazin sucht Euch!



Lust auf Klönen? Neue Ideen? Erfahrungsaustausch?

Dann kommt in die Börse Sendenhorst am Montag, 30. März, 20 Uhr!

Wir freuen uns auf Euch und Eure Ideen!
Alexandra Wuttke, Marcel Schumann und Thomas Zirk



... diese Steine lässt man sich gerne in den Weg legen!

Betonsteinwerk Hartmann

Bernhard Hartmann GmbH & Co. KG
Gewerbegebiet Kleiwellenfeld
Bunsenstraße 7 - 9 • 59229 Ahlen
Telefon: 0 23 82 / 6 00 51
Telefax: 0 23 82 / 6 00 54
E-Mail: info@beton-hartmann.de

www.beton-hartmann.de

MARKTPLATZ

kostenlos für private Nutzer

Du willst eine
Kleinanzeige
aufgeben?

Schreib uns einfach!

✉ stadtland magazin
Osttor 1
48324 Sendenhorst

@ oder per E-Mail:
ka@stadtlandmagazin.de

oder ruf uns an:
02526.5419669

FLOHMARKT

Ölheizung, Baujahr 1996 zu verkaufen, 39kW wurde jährlich gewartet und repariert wg Wechsel auf Hackschnitzelheizung abzugeben. Heizung wurde durch eine Fachfirma 2014 ausgebaut, einige Extras wie Elektrik für Tag/ Nachabsenkung, Mischer und Abgasrohr inklusive. Ideal für Werkstatt, Lager oder Altbau. Tel. 0162 . 4056927

Ich verkaufe mein Brautkleid Sweetheart Model 6031 aus der Kollektion 2014, Gr. 50, inkl. Reifrock und Stola, Ivory, A-Linie, Schleppe, Schnürung am Rücken, Herzausschnitt. VHB 460€ Tel. 0171 . 4198166.

KURSE & WORKSHOPS

Am 21.03. findet um 16.00 Uhr im Sozialzentrum Fels in Albersloh ein Kochkurs zum Thema „Kohlenhydratarm Kochen & Backen“ statt. Gezaubert werden kohlenhydratarmer Gerichte von der Vorspeise bis zum Nachtisch. Der Kurs kostet 40 Euro, Essen & Getränke inklusive. Infos und Anmeldungen in der Heilpraktikerpraxis Bulik – 02535 . 959152.

VERANSTALTUNGEN



Die Ü35 Party jetzt in der Börse Sendenhorst am Samstag, 14.03.2015 ab 21.00 Uhr: Wir freuen uns auf Euch und eine lange Nacht! Die Party wird wie immer schlagereif!

VERMIETUNG

Britta Maus sucht noch Praxisräume – idealerweise in Zusammenarbeit mit Ergotherapeuten – im Raum Sendenhorst. Tel. 02535 . 959663, dyskalkulie-praxis@online.de

Sendenhorst, 3Zim.Wohn. 85qm, barrierefrei, Erstbezug, 1.OG, Balkon, Bad m.Fenster (Dusche, Badewanne), offene Küche, HWR, Abstellraum, Gas mit Solar, Stellplatz, Aufzug, ab sofort Tel. 0152 . 28775643

JOBS

Sie haben Lust eine Ausbildung zur Zahnmedizinischen Fachangestellten zu machen und unser Team in der Zahnarztpraxis zu verstärken? Sie sollten motiviert, zuverlässig, engagiert und freundlich sein sowie Spaß am Umgang mit Menschen haben, schicken Sie Ihre Bewerbung an die Zahnarztpraxis Dr. Jörg Apking, Südtor 6, 48324 Sendenhorst.

Junge, freundliche Familie auf dem Lande sucht Haushaltshilfe für 1x die Woche für 2-3 Std. Tel. 02526 . 950777

Kleine Albersloher Familie sucht Kinderfrau/Ersatzoma für Nachmittags- und Abendstunden. 0177 . 9291531

Modelle für Nagelmodellage gesucht: Interessierte bitte melden bei Kosmetikstudio Luisa, Tel. 02526 . 938070

GRÜSSE & LOB

Liebe Patientinnen und Patienten, seit über 20 Jahren habe ich mich der Pflege Ihrer Hände und Füße gewidmet. Nun musste ich aus Gesundheitsgründen meine Tätigkeit zum 31.12.2014 einstellen. Für Ihr Vertrauen und Ihre langjährige Treue bedanke ich mich ganz herzlich. Allzeit gesunde Füße wünscht Ihnen Ihre Karin Averbek



13.03.2015 Auch mit 45 Jahren ist unser Papi der Beste! Alles Liebe zum Geburtstag wünschen Dir deine 2 Söhne und Töchterchen und nicht zu vergessen, deine Multitasking- Frau

28.03.2015 Zu Deinem 60. Ehrentag wünschen wir nur das Beste! Deine Kinder, Schwiegersohn, Schwiegertöchter in spe und Enkelkinder

FREIZEIT

Suche für mein Pferd in Ahlen/Borbein eine Reitbeteiligung (ab 18 J) für 1-2X wöchentlich. Außenreitplatz ist vorhanden. Du solltest gute Reiterfahrung haben. Unkostenbeitrag 60€ mtl. Tel. 0175 . 7521072

Welche Dame zw. 40-70 J. hat Interesse an esoterischen Themen, u.a. Geistheilung, Reinkarnation? Freue mich auf Ihre Antwort. Tel./SMS 0152 . 368 42954 E-Mail remigius_1@web.de

AUF GUTE NACHBARSCHAFT



STROM UND ERDGAS VON NEBENAN

Als Ihr neuer Energieversorger liefern wir für die Region zuverlässig Strom und Erdgas, natürlich mit persönlichem Service und besonders günstig.

Der Wechsel zu uns ist ganz einfach – garantiert.

INFO: Eröffnung des Kundencenters in Drensteinfurt

Mühlenstraße 20, ab Ende März. Kunden aus Drensteinfurt können aber auch bereits jetzt schon mit Strom und Gas von den Stadtwerken versorgt werden.

Wir leben Nähe.
www.stadtwerke-eto.de

