

stadtland[®] magazin

Das Mitmachmagazin für die Region.



»
Zeit für Dinge,
die einen glücklich
machen.
«

SOMMERMONAT JULI

Sommer, Sonne, Ferien- und Genießerzeit!

»
**Nimm dir Zeit
 für die Dinge,
 die dich
 glücklich machen.**
 «

Liebe Leserinnen und Leser,

nun dürfen wir also viele Dinge wieder: verreisen, in Lokale gehen, ins Schwimmbad, ins Kino, ins Theater. Auch die Kinder freuen sich, vor den Sommerferien noch einmal die Schule zu besuchen. Alles natürlich mit Abstand, aber immerhin. Genießen wir doch unsere Freiheit zurück, das Miteinander, die Erleichterung und die Freude, dass es besser wird, und heißen den Sommermonat Juli willkommen. Die schöne Sommerzeit, in der wir es uns draußen gemütlich machen mit zauberhaften Ideen im Grünen, auf dem Balkon oder im Garten.

Einige schöne Ausflugstipps aus der Region zeigen wir Ihnen auf den Seiten 20 und 21. Dort ist für jeden etwas dabei. Lassen Sie sich inspirieren!

Was im Juni schon begonnen hat, geht im Juli noch tragreicher weiter: die Obst- und Gemüseernte. Hochwertige Produkte rund um das Thema Kräuter, Gemüse und Obst bestimmen das Sortiment des Kräuterhofes Rohlmann in Wolbeck. Erleben Sie selbst, wie es in den dortigen Gewächshäusern und Außenanlagen blüht und gedeiht. Hier bekommen Sie nicht nur hofeige-

nes und regionales Obst und Gemüse, sondern auch viele andere schöne Produkte. Mehr dazu auf den Seiten 10 und 11.

Schmackhafte Kartoffeln aus der Region – das ist schon lange kein Geheimtipp mehr. Die Grundvoraussetzung für gutes Gedeihen findet die beliebte Knolle bei uns im Kreis. Seit vielen Generationen wird auf dem Kartoffelhof Buhne-Lackhove (Bericht Seite 7) in der Warendorfer Dorfbauerschaft Vohren die beliebte Knolle angebaut. Das gesamte Team steht hier für Frische und Qualität. Genießen auch Sie die goldgelbe Kartoffel vom Kartoffelhof Buhne-Lackhove!

Auch die richtige Ernährung für Kinder ist uns ein wichtiges Anliegen. Kinder befinden sich in einer körperlichen Wachstumsphase, in der sie zudem geistig stark gefordert werden. Ernährungsberaterin Verena Schemmann erläutert auf Seite 6 dieses wichtige Thema.

Diese und viele andere spannende Themen finden Sie in dieser Juli-Ausgabe. Packen auch Sie Ihr Picknickkörbchen. Freuen Sie sich über eine sonnige Sommerzeit. Nehmen Sie sich Zeit für Dinge, die glücklich machen!

Allen Kindern wünsche ich einen unbeschwer- ten Start in die schöne Ferienzeit mit ganz viel Spiel und Spaß!



Herzlichst, Ihre
Alexandra Wuttke
 Chefredakteurin

und das Team vom
 stadtland magazin



Über Markisen lacht die Sonne.
 Unter einer markilux lacht das Leben.

Designmarkisen – Freie Entfaltung. Made in Germany.
 Ihr markilux Fachpartner für die Beste unter der Sonne:

markilux

EUSTERGERLING
 Rollläden • Markisen • Sonnenschutz

Spilbrinkstr. 1-5 · 59227 Ahlen
 Telefon 02382-2611

www.eustergerling.de



MOMENT MAL BITTE

Angst hilft nicht weiter

Schönheit der Schöpfung mit Freude genießen – Gedanken von Wolfram Opperbeck

Das wird häufig nicht leicht sein, die Schöpfung zu genießen. Aber wir dürfen nie vergessen:

Genuss bringt Freude.

Und die brauchen wir. Wie viele Male setzen wir der aufkommenden Freude jedoch ein „Aber...“ entgegen. Da wäre es doch viel besser, so mit unseren Traurigkeiten umzugehen. Freude brauchen wir wie unser tägliches Brot. Auch wenn es nicht immer einfach ist, sie täglich zu genießen, Freude brauchen wir besonders in einer schweren Zeit. Denn wenn wir sie zu selten sehen, vergessen wir noch viel mehr, dass uns unser Leben auch immer wieder Freude bringen kann. Und Freude verbindet uns. Sie drängt uns geradezu, sie mit anderen zu teilen. Wir kennen doch die Weisheit:

Geteilte Freude ist doppelte Freude.

Aber das hindert nicht, sich zunächst um die eigene Lebensfreude zu kümmern! Auch wenn zum Beispiel die Arbeit nicht immer zufriedenstellend sein mag: Ich kann sie auch so gestalten, dass ich daran Freude finde. Und unser Leben sagt uns doch auch immer wieder:

Keiner lebt für sich allein.

Besonders in schwierigen Zeiten sind wir alle aufeinander angewiesen. So können wir uns nur wünschen, dass gerade dann der Engel der Solidarität unsere Seele bewegt, wenn neben uns ein Mensch Hilfe benötigt. Und dabei können wir uns dann nur wünschen, dass uns der Engel die Augen öffnet und uns anstößt, die Hemmschwelle zu überschreiten und auf den anderen zuzugehen. Natürlich dürfen wir uns auch wünschen,

dass uns selber ein Engel der Solidarität zu Hilfe kommt, wenn wir hilflos sind, und dass gerade dann einer den Mut aufbringt, einzugreifen, wenn wir angegriffen werden. Ich muss auch immer wieder an die Worte denken:

Freude kostet nichts außer Aufmerksamkeit.

Da sind dann auch die vielen kleinen Dinge, über die wir uns täglich freuen können: den erfrischenden Morgen, die aufgehende Sonne, den Menschen, der mir freundlich begegnet und mich anstrahlt und auch noch vieles mehr im Leben. Vor allem dürfen wir nie vergessen: Freude verbindet uns. Freude schafft Beziehung. Sie schenkt uns Lebendigkeit. Und sie stärkt auch unsere Gesundheit! Alles gar nicht so einfach? Jein!!! Einfach leben mit der Bereitschaft, sich gerade jetzt auf all das einzulassen genügt schon, um Freude zu erfahren. Aber wir dürfen auch nicht vergessen: Die Freude drängt uns, selbst etwas anzupacken. Sie ist eine wichtige Triebfeder der Kreativität. Wer aus Freude arbeitet, der wird nicht so leicht erschöpft. Und so kann man auch die Arbeit nicht als Last erfahren, sondern als etwas, das uns Freude bereitet. Ja, das geht! Wir haben es sicher zurzeit nicht leicht,

uns über die Gegenwart zu freuen. Aber Angst und Verzweiflung helfen doch gar nicht weiter! Stattdessen lieber in uns selbst Liebe spüren, Lebendigkeit, Frieden. Und so kann ich dann auch allein für andere zum Segen werden. Aber auch nie vergessen:

Sich erholen heißt: sich das holen, was wir für unser Leben und für unsere Seele brauchen!

Und das bedeutet zunächst: sich erlauben, ganz ich selbst zu sein, frei von allen Erwartungen unserer Umgebung, das Leben zu genießen und so wahrhaft zur Ruhe zu kommen. Ja, so können wir dann doch spüren: Es liegt an mir, sich nicht von schlimmen oder bedrohlichen Ereignissen herunterziehen zu lassen, sondern die schönen Dinge des Tages und des ganzen Lebens auch wahrzunehmen. Und deshalb bitte nie vergessen: Freude als Haltung ist eine Kraftquelle, aus der wir für ein gelingendes Miteinander schöpfen. Und noch eins ist wichtig: Immer wieder auch die Ruhe genießen. Denn in ihr kommen wir mit uns in Einklang. Und wenn wir da sind, dann bringt uns auch nichts mehr aus der Ruhe. Das können wir doch gerade jetzt gut gebrauchen, oder?

KONRAD PUMPE GMBH

Die Konrad Pumpe GmbH ist ein innovatives Unternehmen mit Sitz in Sendenhorst, welches sich auf die Entwicklung, Produktion und Montage individuell hochwertiger Elemente im Bereich Agrar-, Biogas- und Metalltechnik spezialisiert hat.



Sie möchten schon in der Ausbildung selbstständig arbeiten? Dann sind Sie bei uns an der richtigen Adresse!

In unserem Team erwartet Sie eine fachlich qualifizierte und handlungsorientierte Ausbildung, in der Sie von Anfang an in die Projekte mit eingebunden werden.

Zur Verstärkung unseres Teams bieten wir zum 01.08.2022 folgende Ausbildungsplätze an:

- › Ausbildung Feinwerkmechaniker Fachrichtung Zerspanungstechnik m/w/d
- › Ausbildung Metallbauer Fachrichtung Konstruktionstechnik m/w/d
- › Ausbildung Industriekaufmann m/w/d

Wir freuen uns auf Ihre vollständige und aussagekräftige Bewerbung.



Konrad Pumpe GmbH

Schörmelweg 24
48324 Sendenhorst

Tel: +49 (0) 2526 93 29 -21

E-Mail: bewerbung@pumpegmbh.de
www.pumpegmbh.de



IDP DRENSTEINFURT

Ihre Fachmänner und Spezialisten für Rohr- und Leckageortung

Nicht immer ist die Ursache eines Wasserschadens so offensichtlich wie nach einem Sturm oder Hochwasser. Schon ein kleines unentdecktes Leck in der Rohrleitung kann mit der Zeit zu großflächig feuchten Wänden führen. Bei Starkregenereignissen oder Sturmschäden sind die Ursachen schnell ausgemacht. Anders stellt sich die Situation bei verdeckten Rohrbrüchen, eindringendem Grundwasser oder Kondenswasserschäden dar. Oftmals reicht schon ein kleines Loch in einer Rohrleitung, um einen schwerwiegenden Wasserschaden auszulösen.

Als Leckortungsfirma mit gut geschulten Technikern und langjähriger Erfahrung in der Ursachenermittlung lokalisieren Matthias Schlingmann und Herwarth Korf mit ihrem Team schnell und effizient die Schadensquelle und versuchen gleichzeitig, stets die Gesamtkosten für Sie so gering wie möglich zu halten. Unter Einsatz modernster Messtechniken können Leckagen im Außen- und Innenbereich von Bauwerken geortet werden.



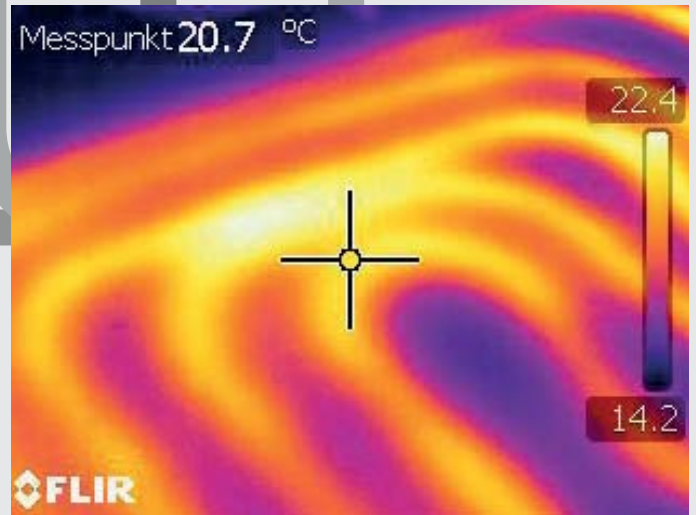
↑ Endoskopische Untersuchung unterhalb einer Duschtasse mit Färbemittel

»
Mit langjähriger Erfahrung, Know-how und modernster Technik stehen wir Ihnen für die Leckortung, bei einem Wasserschaden, in Fragen der Messtechnik und Thermografie zur Verfügung.
«

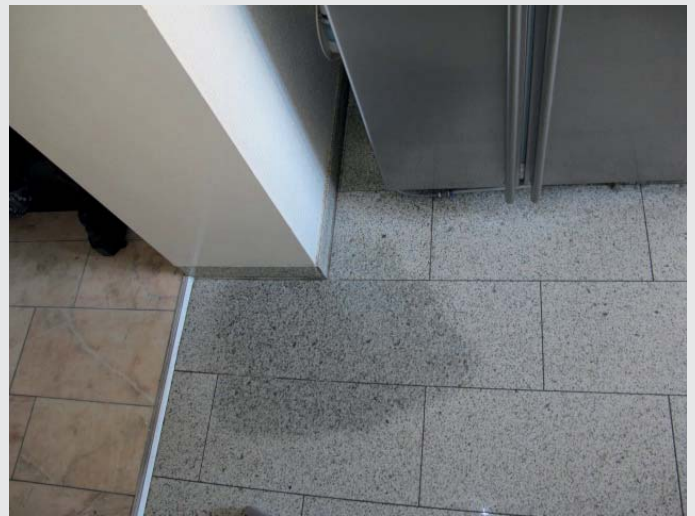
THERMOGRAFIE

Die Thermografie ist ein berührungs- und zerstörungsfreies Verfahren zur Leckageortung und findet im Baubereich Anwendung. Sie dient hauptsächlich zum Ermitteln von Schwachstellen, Lecks und Schäden an wasserführenden Leitungen in Gebäuden.

Mit dem Verfahren der Thermografie ist es möglich, das Objekt innen und außen sowie die Temperatur des Umfelds zu messen. Je nach Aufgabe und von Kundin/vom Kunden angeforderten Daten setzen die Spezialisten von idp die Thermografie



↑ Schaden an der Fussbodenheizung thermografisch erfasst



↑ Schaden an der Fussbodenheizung



↑ Kamerauntersuchung eines Bodenablaufes im Flachdachbereich

überall dort ein, wo andere Verfahren zu aufwendig oder nicht möglich sind. Mit dem Einsatz einer Wärmebildkamera ist es machbar, das Heizsystem einer Fußbodenheizung mit allen Rohren und Heizschlangen zu orten. Weiterhin zeigt das Wärmebild Temperaturunterschiede an, die auf undichte wasserführende Rohre und Leistungen hinweisen.

»
Schnell und unkompliziert – wir sind vor Ort, wenn Sie uns brauchen.
«



↑ Bruchstelle im Gussrohr



↑ Wasseraustritt unterhalb einer Duschtasse (nach 6 Monaten)



↑ Untersuchung eines Bodenablaufes einer bodentiefen Dusche



↑ Wasseraustritt unterhalb einer Duschtasse (früh erkannt)



↑ Bruchstellen innerhalb der Entwässerungsleitung, hier eine Bruchstelle im KG-Rohr

FEUCHTEMESSUNG

Wird ein Wasserschaden gemeldet, müssen die Räume messtechnisch analysiert werden, um den Ursprung des Schadens zu finden. Mit bloßem Auge ist eine undichte Stelle nicht zu erkennen, wenn ein Rohrbruch zum Beispiel unter den Fliesen liegt. Mit einem kapazitiven Feuchtemessgerät lässt sich der Rohrbruch durch die Wand lokalisieren. Mittels elektromagnetischer Wellen wird die Feuchtigkeit eines Baustoffes ermittelt.

Das geschieht zerstörungsfrei und oberflächennah bis gut 5 cm in das Material hinein. Die Methode wird als Vergleichsverfahren angewendet, wobei immer an mehreren Stellen (z. B. Wand, Boden) gemessen wird.



idp
Mess- & Ortungstechnik

**Fachmänner und Spezialisten
für Rohr- und Leckageortung**

Dorfbauerschaft 6
48317 Drensteinfurt
Telefon 02387 900848
info@idp-messtechnik.de
www.idp-messtechnik.de

VERENA SCHEMMANN ERNÄHRUNGS-
BERATUNG & COACHING

Die richtige Ernährung für Kinder

Kinder befinden sich in einer körperlichen Wachstumsphase, in der sie zudem geistig stark gefordert werden. Dafür benötigen sie eine optimale Versorgung mit allen Nährstoffen.

Zwei Hauptmahlzeiten am Tag können kalte Mahlzeiten sein. Hauptbestandteile sind Brot oder Getreideflocken (als Müsli) und Milch. Dazu kommt Rohkost aus Gemüse oder Obst. Margarine, Butter, Käse oder Wurst runden in kleinen Mengen die Mahlzeit ab.

Diese Mahlzeiten sind wichtig für die Versorgung mit Eiweiß, Kalzium, Vitaminen und Ballaststoffen. Die warme Mahlzeit besteht hauptsächlich aus Kartoffeln, (Natur)Reis oder (Vollkorn)Nudeln mit Gemüse oder Salat. Dazu kommt drei Mal in der Woche eine kleine Fleischbeilage oder ein bis zwei Mal Fisch, jeweils ca. handtellergroß.



Dadurch wird der Körper gut mit Eisen und Zink sowie Jod, Eiweiß und Vitaminen versorgt.

Vermeiden Sie Weißmehlprodukte (Toast, Weißbrot etc.) und Lebensmittel mit einem hohen Zuckeranteil. Eine handtellergroße Portion an Süßigkeiten ist ausreichend für den Tag. Als Trinkflüssigkeit benötigen die Kinder ca. 1 Liter – kalorienfrei wie Wasser oder Tee. Kochen Sie möglichst oft frisch, achten Sie auf kurze Garzeiten, verwenden Sie wenig Wasser und Fett zum Kochen oder Garen.

Lassen Sie Ihre Kinder bei der Gestaltung des Speiseplans mitbestimmen und jeden auch mal sein Lieblingsgericht auswählen.

Nehmen Sie die Mahlzeiten gemeinsam ein – ohne Fernsehen oder Tablet etc. Essen ist mehr als nur die reine Nahrungsaufnahme. Es muss auch schmecken und Spaß machen.

Gerade bei Kindern und Jugendlichen erreichen Sie mit Zwang und Verboten wenig.

Daher sollte bei allen Empfehlungen zur gesunden Ernährung von Kindern der Spaß am Essen nicht zu kurz kommen. Seien Sie ein gutes Vorbild für Ihre Kinder und leben einen gesunden Lebensstil vor.



Für weitere Fragen wenden Sie sich gern an die Diätassistentin Verena Schemmann.



Verena Schemmann
Ernährungsberatung & Coaching

Diätassistentin & Coach

Carl-Diem-Straße 9
48324 Sendenhorst

Telefon 02526 9380495
Mobil 0171 6170843

info@verena-schemmann.de

www.verena-schemmann.de

KARTOFFELHOF BUHNE – LACKHOVE

Goldgelbe Kartoffeln aus der Region

Schmackhafte Kartoffeln aus der Region Warendorf: Das ist schon lange kein Geheimtipp mehr. Die Kartoffeln lieben einen lockeren und sandigen Boden. Diese Grundvoraussetzung findet die beliebte Knolle im Kreis Warendorf.

»
Leckere Kartoffeln aus regionalem Anbau? Da sind Sie bei uns genau richtig.
«

Seit vielen Generationen wird auf dem Kartoffelhof Buhne in der Warendorfer Dorfbauerschaft Vohren die beliebte Knolle angebaut. Sachverstand und ganz viel Zuwendung sind der Grundstein, damit die Kartoffel schmackhaft gedeihen kann. Auf dem Hof Buhne kümmern sich alle Familienmitglieder sowie ein fester Stamm von Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern ganzjährig um Pflanzung, Aufzucht, Ernte, Lagerung und Verarbeitung der beliebten Kartoffel. Das gesamte Buhne Team steht für Frische und Qualität – genau das wissen die Kundinnen und Kunden zu schätzen.

Im Rahmen des nachhaltigen Kartoffelanbaus kommt die gesamte Prozesskette aus einer Hand: Von der Züchtung der Saatkartoffeln über die Vermehrung, Pflanzung, Wachstum, Ernte, Lagerung bis zum Verkauf.

»
Bei uns gibt jeder sein Bestes. Unser Nachwuchs Paul und Mia haben uns von klein an aufs Feld begleitet und mit angepackt, zudem trägt das gesamte Team mit ihrem Wissen und ihrer Begeisterung zum Wohlgeschmack der Knollen bei.
«

Mit den Sorten Belena, Cilena, Gunda und Rote Laura bietet Burkhard Buhne ein abwechslungsrei-



↑ Burkhard und Angela Buhne

ches und schmackhaftes Sortiment des gelben Goldes an. Ständig werden neue Sorten probiert und im Sortiment ergänzt. In kleinen oder auch großen Gebinden, geschält oder ungeschält: Als Kartoffelliebhaber*in sind Sie bei den Buhnes in den besten Händen. Die frischen Kartoffeln werden im hofeigenen Schälbetrieb stets frisch küchenfertig zubereitet. Direkt nach dem Schälen werden die gelben Knollen vakuumiert – selbstverständlich kommen keine Konservierungsstoffe zum Einsatz.

»
Wir schälen auf Bestellung und immer erst am Tag vor der Auslieferung.
«

FRISCHE, DIE MAN SCHMECKT

Ein hochmodernes Kühlsystem garantiert eine perfekte Lagerhaltung ohne Einsatz von Keimhemmungsmitteln.

Besonders beliebt sind die Bratinis. Küchenfertige Bratkartoffeln, geschält und in Scheiben geschnitten, garantieren Ihnen eine schmackhaft schnelle Mahlzeit. Um Ihnen die Vorbereitungszeit zu verkürzen, sind die geschälten Kartoffeln aber auch grundsätzlich in allen Formen und Schnitten auf Anfrage erhältlich.

»
Zurzeit läuft die Frühkartoffelernte auf Hochtouren. Wir sind stolz, einer der ersten Betriebe zu sein, die diese Frühkartoffel anbietet.
«

Der Buhne-Bulli ist im ganzen Münsterland bekannt. Die Knollen fahren mit dem Buhne Kartoffel-Express direkt zur Kundschaft oder in die Lebensmittelmärkte des Münsterlandes. Selbstverständlich können Sie die regionalen Kartoffeln aber auch direkt auf dem Hof erwerben.



Besonders frisch + intensiv im Geschmack
UNSERE FRÜHKARTOFFELN

KARTOFFELN
von nebenan

SPEISEFRÜH-KARTOFFELN
1,5KG · DEUTSCHLAND

KARTOFFELHOF
BUHNE-LACKHOVE

**KARTOFFELHOF
BUHNE-LACKHOVE**

Vohren 45 · 48231 Warendorf · Tel.: 02581 96450
info@buhne-kartoffeln.de · www.buhne-kartoffeln.de



↑ Die Tribüne voll mit Fans

SG SENDENHORST HANDBALL

Ab sofort wieder Spaß mit Handball – für Jugend, Senioren und Fans!

Sendenhorst ist traditionell ein Handballort. Zwar spielen die Teams nicht in den höchsten Ligen, aber das macht auch gar nichts. Viel wichtiger ist: Hier wird gute Jugendarbeit betrieben, hier werden Talente hervorgebracht und hier stehen ausgesprochen viele Fans hinter ihrer Mannschaft. Hier erleben alle etwas. Der Spaß steht dabei im Vordergrund.

Handball ist bekanntlich ein schneller und sehr spannender Sport, bei dem es bisweilen durchaus hart, aber stets herzlich zugeht. Vor allem sportlich-fair. Da wird nicht groß liegengeblieben, um mit einer vorgetäuschten Verletzung Zeit zu schinden oder dem Gegner eine Strafe zu verschaffen.

Da wird nicht jedes Mal reflexartig gemeckert, wenn der Schiri pfeift.

Und da fallen Tore, viele Tore: 70 in einem Spiel sind da keine Sensation – und das in maximal 60 Minuten! Und die Atmosphäre in der St. Martin-Halle ist am Wochenende immer prächtig. Kein Wunder also, dass dieser packende Sport in Sendenhorst viele treue Anhänger hat, die gerne ihre Mannschaften unterstützen. Kein Wunder auch, dass hier viele Akteure lieber das rot-weiße Trikot überstreifen als anderswo vor fast leeren Rängen.

Dabei ist es dann auch fast schon nicht ganz so wichtig, in welcher Liga sich das Ganze abspielt:

Hauptsache die Teams sind engagiert – und es finden sich einige Sendenhorster in der Mannschaft, die man auch mal beim Einkaufen oder an der Eisdiele trifft.

Natürlich dürfen auch gern einige Handballerinnen und Handballer aus der Umgebung hinzukommen. Das macht die Sache zusätzlich attraktiv – und er-

»
Unsere Jugend ist uns wichtig. Sie ist das Fundament.
«

folgreich. So spielen die Herren seit vielen Jahren stets mindestens in der Bezirksliga und immer mal wieder in der Landesliga, auch die Damen sind mitunter auf der Bezirksebene unterwegs.

Das Ganze braucht aber natürlich eine hervorragende Basis – und das ist die Jugendarbeit. Bei den Mädchen- und Jungenmannschaften trainieren oft aktive oder ehemalige Sendenhorster Handballgrößen, häufig zusammen mit älteren Jugendspieler*innen und engagierten Eltern. Das funktioniert sehr gut, denn so wird der Handball-Bazillus zeitnah an die nachfolgenden Jahrgänge weitergegeben. Diese Art Pandemie lässt man sich dann gern gefallen. So spielen heute in der ersten Damen- und Herrenmannschaft lauter junge Talente aus der eigenen Schmiede, wobei viele von ihnen bereits seit der E-Jugend gemeinsam auf Torejagd gehen.

Dass das Trainieren einer eigenen Jugendmannschaft viel Zeit und Mühe kostet, steht außer Frage. Aber wenn man mitverfolgen kann, wie aus kleinen E-Jugendspieler*innen irgendwann große Talente in den Seniorenmannschaften werden und man selbst weiß, dass man einen großen Teil dazu beigetragen hat, macht es einen doch ziemlich stolz.

Wir haben uns für den kurzen Einblick in unsere Jugendarbeit drei engagierte Menschen herausgepickt, die von klein auf zum Sendenhorster Handball zählen, einen wichtigen Part in den heutigen Seniorenmannschaften übernehmen und ihr Wissen an die Basis – die Jugend – vermitteln.

Von Sarah Kocker, Martin Kleikamp und Susanne Schulz wollten wir gerne erfahren:

Wie habt ihr eigentlich Handballspielen gelernt? Wer hat eure Jugendzeit geprägt? Wieso seit ihr jetzt selbst Jugendtrainer*innen? Und was bereitet euch Freude daran?





↑ Martin Kleikamp

SARAH KOCKER:

„Meine Zeit in der Jugend habe ich so in Erinnerung, dass meine Trainer immer sehr motiviert und engagiert waren. Sie waren auch immer für jemanden da, wenn man mal andere Anliegen bzw. Probleme hatte, also nicht nur Handball, sondern auch alles andere. Ich bin Jugendtrainerin, weil ich es unglaublich erfrischend finde, mit kleinen Kindern/jungen Persönlichkeiten über einen längeren Zeitraum zu arbeiten. Und auch, weil ich es cool finde, zu sehen, wie die Entwicklung voranschreitet.“

MARTIN KLEIKAMP:

„Ich habe ein paar Mal beim Training meines großen Bruders zugeschaut und war schnell mit dem eigenen Antrieb versehen, Handballer zu werden. Mein erster Trainer war damals Günther Kajdasz. Der Teamgeist und die Gemeinschaft in einer Mannschaft haben mir sehr gefallen. Ich hatte viele Trainer in meiner sportlichen Laufbahn und ich habe von jedem etwas gelernt. Sportlich und menschlich haben mich meine Trainer mitgeprägt und heute möchte ich dem Sport und der nächsten Generation etwas zurückgeben. Ich möchte die nächste Generation der SG Sendenhorst prägen und habe dazu sehr viel Spaß mit den Kids.“

SUSI SCHULZ:

„Ich bin zum Handball gekommen, weil ich beim Mädchenturnen damals zu hart mit den Bällen geworfen habe. Ich musste dann letztend-

lich die Gruppe verlassen. Meiner Mama wurde daraufhin ans Herz gelegt, dass ich doch mal eine Ballsportart für mich finden sollte. Das habe ich getan und bin zum Handball gekommen. Ich hatte daran echt Spaß, aber dadurch, dass ich vergleichsweise spät angefangen habe, bin ich nicht großartig talentiert aufgefallen. Was mich als Trainerin so begeistert, ist einfach, junge Leute zusammenzuführen, die alle ein gleiches Ziel haben – Handball zu spielen – und denen diese Freude und vor allen Dingen den Mut zuzusprechen, dass sie das doch können! Das ist beim Handball ganz ganz wichtig, finde ich.

Und wir benötigen handballbegeisterte und engagierte Menschen wie Sarah Kocker, Susanne Schulz und Martin Kleikamp, die dieses Fundament festigen. Unsere weibliche C-Jugend, männliche und weibliche D-Jugend und die Minis möchten jetzt zum Re-Start nach der langen corona-bedingten Pause wieder richtig loslegen. Derzeit fehlen ihnen dafür aber engagierte Trainer*innen.

Susi Schulz →



↘ Handball Jugend

AuCom
MOTOR CONTROL SPECIALISTS

RIGHT FROM
THE START

WIR SUCHEN
Aushilfen, Studierende,
Minijobber*innen
zur Unterstützung
unserer Produktion

Interessiert?

Setzen Sie ein Zeichen und bewerben Sie sich unter:

HR-Germany@aucom.com

Ansprechpartner:

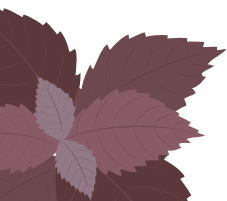
Niklas Kuhlmann

02526 93880-165



DER KRÄUTERHOF ROHLMANN
IN WOLBECK

Wo Kräuter zu Hause sind



Hochwertige Produkte rund um das Thema Kräuter, Gemüse und Obst bestimmen das Sortiment des Kräutert Hofes Rohlmann. Zudem wird das Sortiment des angrenzenden Hofladens durch zahlreiche verschiedene regionale Produkte ergänzt.

Der Kräutert Hof wird seit ein paar Jahren in der 4. Generation von Henry und Maike Rohlmann geführt. Sie legen sehr viel Wert auf die Qualität ihrer meistens selbst gezogenen Stauden und ihre Kunden wissen die gesunden und kräftigen Pflanzen zu schätzen.

»
Unsere jahrelange Erfahrung spiegelt sich in der Qualität unserer Produkte wieder. Dafür steht unser Leitmotiv: Frisch kaufen, gesund leben.

«
Auf der Suche nach dem besonderen Duft werden Sie auf dem Kräutert Hof auf jeden Fall fündig. Knapp 300 verschiedene Duft-, Heil-, Tee- und Gewürzkräuter der Region warten darauf, entdeckt zu werden.

»
Erleben Sie selbst, wie es in unseren Gewächshäusern und Außenanlagen blüht und gedeiht.

Ein Großteil der Kräuter stehen auf Bewässerungstischen. Diese Tische sind so ausgerichtet, dass das Wasser langsam abfließt und am anderen Ende aufgefangen wird um wieder erneut zum Bewässern verwendet zu werden. Gespritzt wird nicht. Um die Qualität der Kräuter zu halten, ist Henry Rohlmann darauf bedacht, sie selber zu ziehen und durch Samengewinnung oder Stecklinge zu vermehren.

»
Wichtig für den Erfolg auf gedeihliche Kräutert Hofe ist die Qualität der Stauden. Bei uns finden Sie selbst gezogene, gesunde und kräftige Pflanzen.

«
Mit sehr viel Begeisterung für die Kräuterwelt ist die Familie Rohlmann mit ihrem Team immer offen für Neues und Besonderes. Wann und wo auch immer eine interessante Entdeckung zu machen ist, ob im Urlaub, im Internet oder bei Kolleg*innen, muss das Kraut mitgenommen oder der Transport irgendwie organisiert werden. Der Hofladen ist ein richtiges Allround-Talent. Hier bekommen Sie nicht nur hofeigenes und regionales Obst und Gemüse, sondern auch viele tolle Produkte, die daraus entstehen. Brotaufstriche, Prosecco, Sirupse, Säfte oder Marmeladen – auf dem Kräutert Hof Rohlmann wird das Sortiment immer mit viel Liebe und Frische produziert.





**DIE ROHLMANNS PRÄSENTIEREN IN
EINEM HELLEN UND FREUNDLICHEN
AMBIENTE EIN BREIT GEFÄCHERTES
ANGEBOT AN FRISCHE:**

- » eine große Auswahl an Käse
- » Eingelegtes
- » verschiedene Senfsorten
- » verschiedene Wurstsorten wie Mettwurst,
Schinken, Salami und mehr
- » Weine, Sekt, Liköre und Schnaps
- » Suppen und Eintöpfe
- » italienische Küche
- » Brot, das jeden Freitag frisch
für Sie gebacken wird
- » Dekoration
- » Präsentkörbe und Kleinigkeiten
für jeden Anlass



**GEWINNE
einen 50 Euro
Gutschein
von Kräuterhof
Rohlmann**

(Weitere Infos dazu auf Seite 26)



Schauen Sie vorbei. Das gesamte Team des
Kräuterhofes freut sich auf Sie!

Öffnungszeiten:

Dienstag bis Freitag von 9 bis 18.00 Uhr

Samstag von 9 bis 14.00 Uhr

DER TIPP FÜR DEN HERBST!!!!

Auf ein ganz besonderes Erlebnis können sich
jetzt schon die kleinen Gartenfans freuen. Zur
Kürbiszeit, im September und Oktober, besteht
auf dem Hof Rohlmann wieder die Möglichkeit,
sich seinen eigenen Kürbis zu gestalten.



**Kräuterhof
Rohlmann**

Hofladen • Kräuter • Gemüse

Everswinkeler Straße 24
48167 Münster-Wolbeck
Telefon: 02506 3338
info@kraeuterhof-rohlmann.de

www.kraeuterhof-rohlmann.de

Trinken, trinken, trinken!

Geradezu gebetsmühlenartig wiederhole ich diese Aufforderung in der Sprechstunde. Aus gutem Grund. Denn häufig genug hat man es mit Zuständen zu tun, die auf akuten oder chronischen Mangel an Flüssigkeit zurückzuführen sind.

WIR TRINKEN ALLE VIEL ZU WENIG.

Wasser ist der wichtigste Baustein in unserem Organismus. Sämtliche biochemischen Reaktionen brauchen Wasser. Alle Organe sind auf die ausreichende Zufuhr von Wasser angewiesen. Die Lungen benötigen es zur Aufrechterhaltung der Oberfläche für den Gasaustausch, der Magen-Darm-Trakt zum Transport und zur Aufnahme der Nahrung. In der Leber finden unzählige Stoffwechselprozesse unter Verwendung von Wasser statt, und nicht zuletzt brauchen die Nieren jede Menge Wasser, um Giftstoffe aus dem Körper ausschwaschen zu können. Viele Prozesse der Grundregulation laufen nicht nur in den Zellen, sondern im Zellzwischenraum ab. Dieser bildet sozusagen das Abwassersystem des Körpers. Hier wird auch das Gleichgewicht aus Elektrolyten, Säuren und Basen aufrechterhalten, wofür der Organismus einen enormen Aufwand betreibt. Und dafür zur Not an seine Reserven geht.

Dumm nur, dass wir nicht in der Lage sind, das Wasser in einer nennenswerten Menge zu speichern. Dazu kommt, dass unser Durstge-

fühl – vor allem bei älteren Menschen – stark verkümmert ist. Wenn wir Durst bekommen, ist es eigentlich schon fast zu spät. Wenn uns dann sogar ein trockener Mund vor der Austrocknung warnt, sind Niere, Haut und Darm schon längst dazu übergegangen, das Notprogramm zu starten, um das letzte Tröpfchen Wasser aus den Ausscheidungsprodukten zurückzugewinnen. Das zeigt sich schon bei einem intensiv gefärbten Urin. Entgiftung oder Verdauung finden dann nicht mehr statt. Auch die Leber läuft auf Sparflamme und die Bronchien verengen sich, um das Abatmen von Wasserdampf zu vermindern. Der Fehler, den wir dann begehen, ist meist der, dass wir ein paar Schlucke trinken, maximal ein Glas. Die Mundschleimhaut ist befeuchtet, das Durstgefühl ist erst mal weg. Das ist aber viel zu wenig! Das ist wie bei der Ölkontrollleuchte im Auto: Wenn diese aufleuchtet, ist der Ölstand auf unter Minimum abgefallen. Übertragen auf uns bedeutet es, dass wir in dieser Situation jetzt mindestens einen Liter Wasser brauchen.

Woran können wir also merken, dass Wasser fehlt, wenn wir uns auf das Durstgefühl nicht verlassen können? Wie gibt sich der Mangel sonst zu erkennen?

Die frühesten Anzeichen liefert das Gehirn, denn dieses Organ ist von allen am dringendsten auf konstante Verhältnisse angewiesen, denn Denk-

vorgänge verbrauchen Energie. Nahrungsstoffe können ohne Wasser nicht an den Ort ihres Verbrauches gelangen, auch die Nerven arbeiten unter Wassermangel aufgrund der Störung im Elektrolythaushalt nicht richtig.

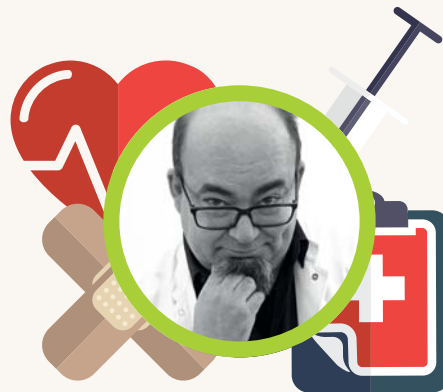
So kann sich ein Flüssigkeitsdefizit zum Beispiel in unmotivierter Müdigkeit, Reizbarkeit und Erregbarkeit oder sogar in Mutlosigkeit und Depression äußern.

Bei chronischen Zuständen ist die Leber gezwungen, zur Entgiftung einen anderen Weg zu nehmen, und opfert dafür Aminosäuren, komplexe Proteine, die sonst als Ausgangsstoff für Botenstoffe im Nervensystem gebraucht werden. So auch zur Synthese des „Glückshormons“ Serotonin. Auch neigen wir dazu, das Gefühl, dass „irgendwas fehlt“, als Hunger misszudeuten.

Vordergründig zeigen sich Defizite in der Aufmerksamkeit. Die häufigste Ursache von Verwirrtheit bei älteren Menschen ist ein Mangel an Flüssigkeit! In jedem Fall ist es sinnvoll, bei jeder Störung der Befindlichkeit sofort erst mal ein, zwei Gläser Wasser zu trinken.

Konkrete Angaben über die tägliche Mindesttrinkmenge kann man nicht machen. Aber beim Erwachsenen sollten es schon zwei Liter sein. Am besten ist stilles Wasser. Tee liefert zudem wichtige Mineralstoffe, die das Säure-Basen-Gleichgewicht unterstützen und zur Entgiftung beitragen. Säfte sind stark verdünnt auch sinnvoll. Am wichtigsten ist aber, das Trinken an sich nicht zu vergessen.

Bleiben Sie gesund,
Ihr Domingos Schrader
Facharzt für Allgemeinmedizin und HNO





HAUSARZTPRAXIS D. SCHRADER

Facharzt für Allgemeinmedizin & HNO

Ernährungsmediziner DAEM/DGEM

Vitalfeldtherapie

WIR SIND VOM

28.7. - 17.8.21

IM URLAUB

www.hausarzt-schrader.de

Telefon: 02506-1264



Münsterstraße 9
48167 MÜNSTER





Finden Sie uns auf facebook



ENGEL-APOTHEKE WOLBECK

Den Sommer trotz Allergie genießen

Rote Flecken, Bläschen, Juckreiz: Viele Menschen reagieren empfindlich auf Sonnenstrahlen. Doch mit dem passenden Schutz können die meisten Sommer und Sonne trotzdem genießen.

Sonnenallergie, Sonnenekzem, Mallorca-Akne, Lichtausschlag: Hautveränderungen durch Sonnenschein haben viele Namen. Die meisten Menschen, die die UV-Strahlen der Sonne nicht gut vertragen, leiden unter der polymorphen Lichtdermatose. Typischerweise reagiert ihre Haut Stunden bis Tage nach dem Sonnenbad mit juckenden Rötungen, Knötchen und Bläschen. Das ist lästig, doch meist verschwinden die Symptome bei konsequentem Sonnenschutz rasch von selbst.

ES BRENNT, JUCKT, SCHMERZT

Ebenfalls durch das Sonnenlicht ausgelöst werden die Mallorca-Akne sowie phototoxische Hautreaktionen. Bei Mallorca-Akne kommt es zu juckenden Pickelchen an besonnten Hautstellen mit vielen Talgdrüsenfollikeln – meist sind Rücken, Dekolleté, Schultern und Oberarme betroffen. Wer Medikamente einnimmt und an unbedeckten Hautstellen schneller als sonst

eine brennende Rötung bekommt, der sollte an eine phototoxische Reaktion denken. Beispielsweise harntreibende Medikamente, bestimmte Antibiotika und Herzmittel können solche Beschwerden auslösen, weil sie die Haut lichtempfindlicher machen.

Wenn die Haut auf Sonnenlicht empfindlich reagiert, ist es sinnvoll, die Ursache ärztlich abklären zu lassen.

Um die juckenden Hautausschläge zu behandeln, wird der Arzt eventuell eine Kortisonsalbe verordnen. In der Apotheke gibt es milde Hydrokortison-Präparate rezeptfrei, die für die erste Hilfe in die Reiseapotheke gehören. Später sollten Sie mit Ihrem Hautproblem einen Dermatologen aufsuchen.

VORBEUGEN IST BESSER

Noch besser ist es natürlich, sonnenbedingten Hautreaktionen vorzubeugen. Hier leistet ein Sonnenschutzmittel mit hohem Lichtschutzfaktor gute Dienste. Ideal sind Produkte speziell für empfindliche, allergiegefährdete Haut. Bei Mallorca-Akne sollten ausschließlich fett- und emulgatorfreie Produkte verwendet werden. Ihre Apothekerin/Ihr Apotheker berät Sie gerne. Sie bzw. er weiß auch, ob es zusätzlich sinnvoll sein kann, vorbeugend spezielle Vitalstoff-Präparate einzunehmen, die die Haut auf die Sonnenstrahlen vorbereiten.

Gut geschützt macht die Sonne Laune!

5 TIPPS FÜR SONNENALLERGIKER:

- » Geben Sie Ihrer Haut im Urlaub Zeit, sich langsam an die Sonne zu gewöhnen.
- » Schützen Sie empfindliche Körperstellen durch Kleidung vor UV-Strahlen.
- » Halten Sie sich im Schatten statt in der prallen Sonne auf.
- » Meiden Sie die Mittagssonne.
- » Cremen Sie sich gründlich und dick genug mit geeigneten Sonnenschutzmitteln ein.

BILD: DESIGNED BY FREEPIK



Engel Apotheke

Inh. Alexandra Hochstein e.K.

Telefon: 02506 – 93 17 11 Öffnungszeiten:
FreeCall: 0800 – 09 31 711 Mo. - Fr. von 08.00 – 18.30 Uhr
Fax: 02506 – 93 17 12 Samstag von 08.00 – 13.00 Uhr

Informieren Sie sich über unsere Internetseite:
www.engel-apotheke-wolbeck.de



Münsterstraße 9 • 48167 Münster-Wolbeck
info@engel-apotheke-wolbeck.de

SONNEN PFLEGE WOCHEN

in der Engel-Apotheke

Alle Lichtschutz-
Pflegeprodukte

-15%

ANZEIGE

VERLOSUNG

Jeden Monat ein Buch von der Buchhandlung Buchfink in Wolbeck



Wer die Antwort weiß, schickt uns bitte bis zum 10.07.2021 eine E-Mail an gewinnspiel@stadtlandmagazin.de oder eine Postkarte mit Antwort, Namen und Telefonnummer an die Redaktionsadresse (siehe im Impressum auf Seite 27).



GEWINNSPIEL- FRAGE:

Mit was wird Agnus als blinder Passagier an Bord eines Schiffes geschickt?

MACH MIT!

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

BUCHGEWINN IN DIESEM MONAT

DIE HIMMELSKUGEL

Autor: Olli Jalonen
Verlag: Mareverlag

Die Himmelskugel

1679.

Mitten im Atlantik, auf der Insel St. Helena, träumt der achtjährige Angus einen großen Traum:

Er will in die Fußstapfen des Sternenforschers Edmond Halley treten und dessen Gehilfe im fernen London werden.

Angus übt für seine Laufbahn als Wissenschaftler, indem er tagsüber Vögel zählt und nachts die Position der Sterne markiert, wie Halley

es ihm bei seinem Besuch auf der Insel beigebracht hat. Als es unter dem tyrannischen Gouverneur zu Unruhen kommt, rückt die Erfüllung von Angus' Traum unverhofft näher: Mit einem geheimen Brief wird er als blinder Passagier an Bord eines Schiffes geschickt, um in England die Hilfe des geschätzten Herrn Halley zu erbitten...

Ein außergewöhnlicher Roman über die Anfänge der Aufklärung und die berührende Freundschaft zwischen einem kleinen Jungen und einem großen Universalgelehrten.

AUTOR: OLLI JALONEN

Olli Jalonen, 1954 in Helsinki geboren, studierte Sozialwissenschaften und hat lange in Schweden und Irland gelebt. Er zählt zu den bedeutendsten Autoren Finnlands. Sein Werk wurde vielfach ausgezeichnet und in verschiedene Sprachen übersetzt. Für »Die Himmelskugel« erhielt er als erster Autor nach Bo Carpelan zum zweiten Mal den Finlandia-Preis, Finnlands renommiertesten Literaturpreis.



Buchhandlung Buchfink

Öffnungszeiten: Mo - Fr 9.00 - 18.00 Uhr | Sa 9.00 - 13.00 Uhr

Kompetente Beratung, persönliche Empfehlungen, durchgehende Öffnungszeiten, Geschenkideen, wechselnde kulturelle Veranstaltungen, Autorenlesungen, Austausch mit Buchfreunden, Online-Lieferservice

Buchfink GbR · Nicole Müller & Regina Hermen · Münsterstraße 11 · 48167 Münster
Telefon: 02506 / 302 77 64 · Mail: info@buchfink-buchhandlung.de



DIE LESERATTE ZU BESUCH IN DER REDAKTION.

Wir fördern das Lesen:
Das stadtland magazin und
das Versicherungsbüro
Geschermann & Schumann

BUCHGEWINN IN DIESEM MONAT

DIE DREI !!! – GEFAHR IM REITSTALL

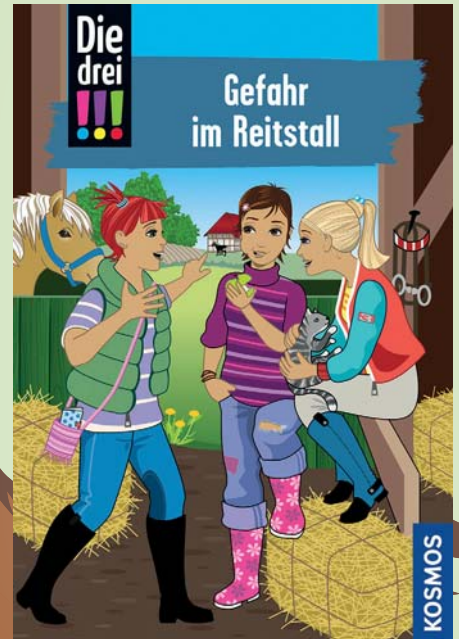
Autorin: Henriette Wich
Verlag: Kosmos Verlag
Altersempfehlung: 10 –13 Jahre

VERLOSUNG

Jeden Monat ein Kinderbuch



LÖSE
DAS RÄTSEL
AUF SEITE 26 UND
GEWINNE
DIESES BUCH!



Die drei!!! – Gefahr im Reitstall

Kim und Marie sind sauer: Franzi scheint eine neue Freundin gefunden zu haben, die ihre Leidenschaft für Pferde und das Reiten teilt. Da kann der Detektivclub wohl nicht mithalten!

**Aber dann verschwindet
Franzis Pony Tinka spurlos
und die Drei!!! nehmen
selbstverständlich gemeinsam
die Ermittlungen auf.
Ein rasantes Abenteuer
beginnt...**

Neben der spannenden Detektivarbeit müssen die drei Mädchen auch immer wieder das Abenteuer „Freundschaft“ bestehen. Es ist nämlich gar nicht so leicht, drei völlig verschiedene Meinungen unter einen Hut zu bringen. Gemeinsam stellen sich Die drei!!! der Herausforderung und sind ein unschlagbares Team!

DIE AUTORIN: HENRIETTE WICH

Henriette Wich wurde 1970 in Landshut geboren und wuchs dort mit sechs Geschwistern auf. In Regensburg studierte sie Germanistik und Philosophie, arbeitete danach zunächst als Lektorin in verschiedenen Kinderbuchverlagen. Seit 2000 schreibt sie selber Geschichten bzw. Bücher. Wich lebt in München und schreibt Kinder- und Jugendbücher, unter anderem in den Reihen Zwei Zicken, Jonas & Jenny, Die Flirt-Agentur und Die drei !!!.

ANETTE
KREYSERN
RAUMGESTALTUNG

GARDINEN- UND POLSTERWERKSTATT

WEST II 9A • 48324 ALBERSLOH
T 02535-931517 • M 0171-9527051



THERAPIE.NETZWERK

Legasthenie- und Dyskalkulie-Training

BRITTA MAUS
Bahnhofstraße 13 • 48324 Sendenhorst-Albersloh
Telefon: 02535 9597557 • info@therapie-netzwerk.com
www.therapie-netzwerk.com

SOMMER,
SONNE,
FERIEN!



Jetzt
für Glasfaser
entscheiden!

Zuhause geht das Leben weiter.

Mit echter Glasfaser: Home-Office,
Home-Schooling und Streamen ohne Probleme.

Jetzt informieren und buchen:
02861 890 60 900
[deutsche-glasfaser.de](https://www.deutsche-glasfaser.de)

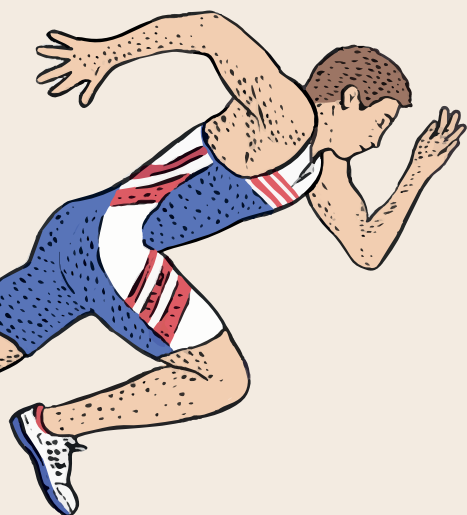


**Deutsche
Glasfaser**

OLYMPIA IN JAPAN

Spiele um jeden Preis?

Japans Hauptstadt ist zum zweiten Mal nach 1964 Gastgeber des wohl größten Sportevents überhaupt. Die Olympischen Spiele werden in diesem Jahr vom 23. Juli bis zum 8. August in Tokio ausgetragen. Aufgrund der Corona-Pandemie mussten die Spiele im vergangenen Jahr abgesagt werden. Allerdings gibt es aufgrund der anhaltenden Corona-Krise auch heute – kurz vor dem Beginn der Spiele – viele Unklarheiten. Selbst eine weitere Verschiebung oder Absage ist ganz kurzfristig noch ein Thema und durchaus möglich. Die Vorfreude auf die Olympischen Spiele ist in Japan wegen der Pandemie längst verflogen. Immer mehr Japaner*innen lehnen die Spiele ab, bei Athlet*innen und Sponsor*innen wachsen die Zweifel.



Macht es überhaupt Sinn, unter den jetzigen Bedingungen das Sportevent durchzuführen? Wir sprechen mit Sportbegeisterten aus der Region. Was sagst du/sagt ihr dazu, dass dieses große Sportereignis in diesem Jahr stattfinden soll?

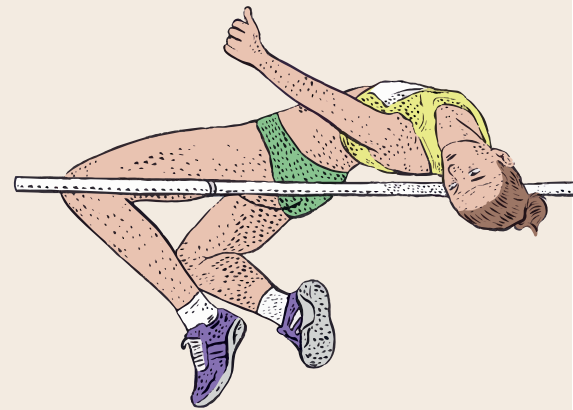
MIRIAM UND ANDRÉ ZIRK, SENDENHORST:

Für die Sportler*innen ist es extrem wichtig, dass Olympia als Highlight ihrer Karriere stattfindet. Während jahrelangem Training, mit dem Ziel der Olympiateilnahme, ordnen sie in ihrem Leben fast alles dem Sport unter. Bei den umfangreichen Corona Schutzvorkehrungen, fehlenden Zuschauer*innen, zunehmender Ablehnung in der japanischen Bevölkerung und allgemein wachsender Skepsis geht der olympische Gedanke in diesem Jahr wohl leider verloren. In Zeiten einer Pandemie ist es letztendlich am wichtigsten, die Gesundheit von allen Teilnehmer*innen, Helfer*innen und der Gesamtbevölkerung zu schützen. Aus unserer Sicht wäre eine frühzeitige Verschiebung mit Blick auf die Gesundheit und der Planungssicherheit aller Beteiligten die beste Lösung gewesen.



KAY HILLER, DÜLMEN:

Ich halte es nach wie vor für bedenklich, ein solch großes Event durchzuführen. Alle Veranstaltungen vorher, auch im kleineren Rahmen und mit den sogenannten „Blasen“ waren schon ein hohes, zum Teil unkalkulierbares Risiko und haben nicht immer so funktioniert, wie man es den Athlet*innen zugesagt hatte. Auch da gab es Infektionen, Quarantänen etc. Und Olympia ist weitaus größer. Bedenken habe ich, dass man mit Einheimischen die Stadien füllen möchte und Zuschauer*innen zulässt. Das halte ich für zu früh. Demnach sollte man diese Veranstaltung wie auch kulturelle Veranstaltungen und Festivals auch verschieben. Es steht immer die Gesundheit und der Mensch im Vordergrund für mich.



PETRA REHSÖFT, SENDENHORST:

Ich bin da zwiegespalten. Einerseits ist es sicherlich aktuell immer noch bedenklich, solche Events durchzuführen. Andererseits hat der/die Sportler*in nur einmal im Leben die Chance, an den Olympischen Spielen teilzunehmen. Er/Sie hat mindestens die letzten 5 Jahre sein komplettes Leben darauf ausgerichtet, dieses Ziel zu erreichen.

THOMAS ERDMANN, SENDENHORST:

In einem Satz kann ich sicherlich die Antwort nicht geben, da ich auch unter anderem nicht auf einem aktuellen Stand zu dem Thema bin. Da ich bei dem Thema Corona sicherlich ein wenig vorsichtig und zurückhaltend bin, würde ich als Sportler die Umstände sehr genau prüfen. Als Zuschauer – wenn die Spiele stattfinden würden – würde ich nicht teilnehmen. Die gesamten Themen Verbände, Profisport, Fernsehrechte und Geld sind doch nicht mehr zu akzeptieren.



STIELGEMÜSE

Jetzt ist Rhabarberzeit!



Ein Rhabarbersirup ist das perfekte Extra für erfrischende Drinks an warmen Sommertagen. Sie können ihn ganz einfach selber herstellen. Ursula Austermann vom Hofladen Austermann verrät uns in dieser Ausgabe ein ganz einfaches Rezept.



RHABARBERSIRUP

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

- » ca. 2 kg Rhabarber, z. B. frisch vom Hofladen Austermann
- » 1,5 l Wasser
- » 650 g Zucker
- » 5 g Zitronensäure

ZUBEREITUNG

- » Den Rhabarber waschen und in Stücke schneiden.
- » Rhabarber und Wasser in einen Topf geben, aufkochen und ca. 20 Minuten köcheln lassen.
- » Ein grobes Sieb auf einen Topf oder eine Schüssel aufsetzen, Geschirrtuch hineinlegen und den Rhabarber mit dem Wasser hindurchgießen.
- » Das aufgefangene Rhabarber-Wasser mit dem Zucker und der Zitronensäure aufkochen und direkt in Flaschen abfüllen.
- » Um eine längere Haltbarkeit zu erreichen, die Flaschen bei 90 Grad ca. 30 Minuten köcheln.
- » Der Sirup eignet sich als Basis für ein leckeres Erfrischungsgetränk (mit kaltem Wasser aufgegossen) oder auch als Zugabe zum Sekt...

TIPP

Natürlich kann man statt Rhabarber auch Erdbeeren verarbeiten.



hausgemachte

SPEZIALITÄTEN

aus dem Münsterland



„Gurken vom Feinsten!“

- Gurken
- Obst & Gemüse
- Marmeladen/Gelees
- Wurst-Spezialitäten
- Saucen/Pesto
- Backmischungen



Sie haben noch ein altes Rezept, um Gurken selbst einzulegen? Bei uns gibt es Einlegegurken und Zuckergurken in den verschiedensten Größen.

Bitte bestellen Sie die Gurken mindestens einen Tag vorher telefonisch vor. Wir freuen uns auf Sie!

Hofladen Austermann • Neuwarendorf 24 • 48231 Warendorf
www.hofladen-austermann.de • 0 25 81 - 61941



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



GEDANKEN VON CONNY HALLMANN

Als ich vor gut drei Jahren mein Meerweh im stadtland magazin veröffentlichte, hätte ich nie gedacht, welch eine große Bedeutung so kleine Worte einmal haben würden.

Als Zeitzeugin der Corona-Pandemie mit dieser unstillbaren Sehnsucht nach Meermomenten, Wellenrauschen, Sand zwischen den Zehen und der Weite des Horizonts.

Zu lange diese Zeit der Entbehrung, Entfremdung und Einschränkung.

Zu oft beschrieben die fehlende Nähe, die Angst, Traurigkeit und Ungewissheit.

Aber auch Erfahrungen, die uns hoffentlich nachhaltig geprägt haben mit einem neuen Blickwinkel auf die wirklichen und doch so verletzlichen Dinge in unserem Leben.

Hoffen wir, dass alle Einschränkungen und Impfungen uns helfen, mit dem Virus leben zu können.

Mit aller Vorsicht wieder den Blick auf den weiten Horizont der Hoffnung gerichtet.

Herzlich Conny Hallmann

Meerweh mit Krönchen

Es sind diese Meeresmomente,
wo mir die Zeit tiefer wird,
ein Gefühl von Freiheit
sich unendlich ausdehnt.

Wollte mal wieder aufhören
nur zu sollen, nichts mehr wollen –
nur ans Meer.

Das Wasser macht mich sprachlos,
gibt mir keine Lösung –
doch vergesse ich hier auch alle Fragen.

Meine Sehstärke auf Weitblick,
Wellenrauschen als Melodie
und da – auf einmal – entdecke ich sie.

Zwischen all den hohen Wogen
eine Welle winzig klein
mit Schaumkrönchen ganz hoheitsvoll
bringt sie sich ins Ganze ein.

Unermüdlich dann erreicht sie den Strand
versickert...
hinterlässt wie eine Botschaft eine Muschel mir im Sand.

Manchmal tut es gut,
sich den Staub des Alltags wegpusten zu lassen,
um dann wieder hinauszuschwimmen ins Meer des Lebens,
hoheitsvoll mit einem Schaumkrönchen.



Eileen Funke
Ihre persönliche Friseurmeisterin

Schneiden, Strähnen oder Styling

Privat bei Ihnen Zuhause!
Vereinbaren Sie
direkt einen Termin unter:

Eileen Funke Friseurmeisterin
0163 9740338
info@funke-friseurmeisterin.de
www.funke-friseurmeisterin.de



DER SOMMER IST DA

Endlich mal wieder raus

Nach Wochen der häuslichen Quarantäne (wochenlange häusliche Quarantäne? Wie ist das denn gemeint?) und ungewohnter Kontaktbeschränkungen starten Familien nun wieder mit Ausflügen, die über reine Spaziergänge in der Natur hinausgehen. Besonders den Kleinen fehlte die Bewegung in Parks und auf Spielplätzen – umso schöner, dass jetzt wieder viele Freizeitklassiker der Region angesteuert werden können. Seit Anfang Juni erlauben es umfassende Corona-Lockerungen, dass auch Parks, Spielgelände und Museen unter Auflagen wieder für Besucher zugänglich sind. Vielerorts hat man sich den Gegebenheiten angepasst und den Lockdown genutzt, um unverzichtbare Schutzmaßnahmen umzusetzen. Klettern, schaukeln und entdecken – erste Schritte in Richtung Normalität sind endlich möglich. Wir haben für Sie hier einige Tipps für schöne Ausflüge in der Region zusammengestellt.

↓ Hiltruper See



↑ Aaseebad in Ibbenbüren

Aaseebad in Ibbenbüren

Purer Badespaß draußen und das reine Schwimmvergnügen drinnen – mit dieser schlagenden Kombination wartet das Aaseebad Ibbenbüren auf Sie. Das beliebte Freizeit- und Erholungsbad für die ganze Familie liegt am südlichen Ufer des Ibbenbürener Aasees. Schnell zu erreichen und trotzdem im Grünen: Schon die Lage des Bades ist einfach top. Im großzügig gestalteten Außenbereich stehen Wassertummeln neben einem 50-Meter-Freibecken eine große Spielwiese, ein Babybecken und ein Matschspielplatz zur Verfügung. Ein weiteres Außenbecken ist durch einen Schwimmkanal mit dem Hallenbad verbunden. Auf diese Weise besteht – bei 28 Grad Wassertemperatur – auch im Winter die Möglichkeit, nach draußen zu schwimmen.

Hiltruper See

Rund um den Hiltruper See gibt es einen 1,9 Kilometer langen, wenig besuchten Rundweg. Er führt entlang des Sees und vorbei an herrlichen Aussichtspunkten. Aufgrund der Steigung und Distanz ist die Strecke für alle Leistungsniveaus geeignet. Hier kann hervorragend gewandert und spaziert werden.



↑ Kanutour auf der Werse

Kanutour auf der Werse

Die Werse ist ein Nebenfluss der Ems. Sie hat einen gemütlichen Charakter. Schöne Wochenendhäuschen und alte Mühlen, knorrige Trauerweiden und schattige Wälder säumen die Ufer und hinterlassen einen verträumt-romantischen Eindruck. Die beliebteste Paddelstrecke der Kanustation Pleistermühle ist der etwa sieben Kilometer lange Abschnitt der Werse zwischen der Station und der Sudmühle. Die ganze Strecke paddelt man in ungefähr vier Stunden hin und zurück. Unmittelbar an der Station kreuzen sich mehrere Fahrradwanderwege und ein schattiger Biergarten lädt zur Pause ein. Nach der Kanurückgabe kann man es sich im Landgasthof "Pleister Mühle" schmecken lassen.

Mit der Fähre über die Lippe

Seit 2013 liegt die kleine Seilfähre Lupia unweit des Schlosses Oberwerries am Ufer der Lippe. Wanderer und Radfahrer können mit der Fähre bequem über den Fluss übersetzen. Das Besondere: Die Fähre kommt sowohl ohne Fahrmann als auch ohne Motor aus. Die aufgestiegenen Radler und Wanderer drehen stattdessen gemeinsam an einer Kurbel und fahren die Fähre nur mit Muskelkraft an einem Seil entlang ans andere Ufer – ein tolles Erlebnis.



↑ Hohe Ward

Hohe Ward

Im Süden Münsters erstreckt sich ein einmaliges und vielseitiges Waldgebiet, die Hohe Ward. Nun bietet sich Ihnen die Möglichkeit, dieses beliebte Naherholungsgebiet ganz neu zu erleben, denn im August 2008 (2008 ist nicht mehr so ganz neu... (?)) hat die NABU-Naturschutzstation Münsterland e. V. zusammen mit ihren Partnern, den Stadtwerken Münster, der Sparkasse Münsterland-Ost, der Stadt Münster sowie der Stadtteiloffensive Hilstrup einen spannenden Naturlehrpfad eingerichtet. Die 15 Informationstafeln bieten Ihnen die Möglichkeit, die faszinierende Landschaft der Hohen Ward mit anderen Augen zu sehen und zu verstehen. Erkunden Sie den ca. 13 km langen Pfad doch einfach mit dem Fahrrad oder nehmen Sie sich den Tag Zeit, um eine spannende und informative Wanderung zu bestreiten. Die Hohe Ward bietet Ihnen kultur-historische Vermächtnisse der hiesigen Landnutzung sowie artenreiche und vielseitige Waldgebiete.



Lengericher Canyon

Der ehemalige Kalksteinbruch, der sich nach der Stilllegung mit Wasser gefüllt hat, ist heute der Lebensraum für seltene Pflanzen und Tiere. Mit seinem türkisblauen, kristallklaren Wasser, das je nach Sonneneinstrahlung kräftig türkisfarben leuchtet, ist der Canyon ein echtes Juwel der Region. Schmale Pfade durch schattige Wälder mit herrlichen Aussichten versprechen ein ungetrübtes Wandervergnügen mit historischem Flair. Zum Verweilen und Kraft tanken lädt das Stiftsdorf Leeden ein. Leeden ist der älteste der vier Ortsteile der historischen Stadt Tecklenburg. Bei einem Besuch des lebendigen Stiftsdorfes lohnt sich ein Halt an der Stiftskirche mit dem Äbtissinnenhaus des Zisterzienserinnenordens aus dem 15. Jahrhundert.

↓ Lengericher Canyon



Ich bin für Sie da, wenn es um Ihre Immobilie geht Ihre Immobilienberaterin Sabrina Kowald



Ich für Sie:

„Der Kreis Warendorf“ hat einen spannenden, sehr vielseitigen Immobilienmarkt. Diese vielen Facetten zu kennen und die Ansprüche von Käufern und Verkäufern zielgenau zusammen zu bringen – diese Herausforderung erfordert viel Erfahrung und Herzblut. Beides bringe ich gerne ein. Überzeugen Sie sich gern von meinem Angebot.“



Ich bin seit über 10 Jahren als Maklerin tätig, bis mich die Postbank Immobilien 2016 als Gebietsleiterin für den Kreis Warendorf gewinnen konnte.

In meiner langjährigen Tätigkeit habe ich ein großes Netzwerk an Kontakten geknüpft, auch weit über den Konzern hinaus. In meiner Freizeit bin ich begeisterter Handballerin und finde zudem den Ausgleich bei einem gemütlichen Spaziergang.

Kontakt:

Sabrina Kowald
Selbstständige Immobilienberaterin
Postbank Immobilien GmbH
Weststraße 106, 59227 Ahlen
Telefon: 02382 / 912611
sabrina.kowald@postbank.de
<https://immobilien.postbank.de/ahlen>



FAHRRADFAHREN, SPAZIERENGEGEHEN & CO. IM SOMMER

Freizeitunfälle absichern

Freizeitaktivitäten wie Radfahren oder Spaziergehen bieten sich in dieser Jahreszeit an – und liegen spätestens seit Corona voll im Trend. Laut dem Fahrrad-Monitor des Bundesministeriums für Verkehr und digitale Infrastruktur nutzte ein Viertel der Bevölkerung im Sommer 2020 häufiger das Fahrrad, fast jeder Dritte legte öfter Strecken zu Fuß zurück. Doch was, wenn es bei den neuentdeckten Freizeitaktivitäten zu einem Unfall kommt? Eine private Unfallversicherung bietet Schutz für die finanziellen Folgen eines Unfalls.

Kommt es bei einer Radtour, bei einem Spaziergang oder beim Fußballspielen im eigenen Garten zu einem Unfall, ist eine private Unfallversicherung unverzichtbar. „Denn für Sportvereinsmitglieder besteht bei Unfällen in der Regel ein Versicherungsschutz über eine Gruppenunfallversicherung des Landessportverbands“, erklärt Marcel Schumann, Geschäftsstellenleiter in Sendenhorst. Bei einem Unfall auf dem direkten Hin- und Nachhauseweg zur oder von der Schule oder der Arbeit greift hingegen die gesetzliche Unfallversicherung.

»
Unfälle, die sich in der Freizeit ereignen, sind durch diese beiden Versicherungen jedoch nicht abgedeckt.
«



↑ Fahrradfahren liegt im Trend. Kommt es zum Unfall, kann eine private Unfallversicherung vor den finanziellen Folgen schützen

„Deshalb können sich die Folgen eines Freizeitunfalls, insbesondere dann, wenn er Beeinträchtigungen der körperlichen und geistigen Leistungsfähigkeit nach sich zieht, auch finanziell sehr belastend auswirken“, warnt Schumann. „Haus oder Wohnung umbauen, Reha organisieren, Unterstützung im Haushalt organisieren – die neue Lebenssituation kann für die Betroffenen viele Auswirkungen haben. Schutz bietet hier eine Unfallversicherung, die bei den finanziellen Folgen helfen kann. Sie stellt durch bestimmte Leistungspakete die medizinische, berufliche und soziale Rehhabilitation sicher.“

„Bei schlimmen Fällen, die einen Invaliditätsgrad von 25 Prozent erwarten lassen, stellen wir unseren Kunden bei unseren neuen Produkten einen Rehamanager an die Seite. Dieser kümmert sich in Absprache mit den Ärzten um die medizinische Rehabilitation, die berufliche Wiedereingliederung sowie um Fragen der Mobilität und der häuslichen Pflege“, so Schumann. Aber auch wenn keine Reha erforderlich ist, der Versicherte jedoch nach einem Unfall im Alltag vorübergehend hilfebedürftig ist,

kann die Unfallversicherung unterstützen. Hilfeeleistungen wie die Reinigung der Wohnung, die Erledigung von Einkäufen oder die Übernahme von Fahrdiensten zum Arzt oder Therapeuten können den Versicherungsnehmer entlasten.

„Wir möchten all unsere Kunden gut abgesichert wissen, egal ob jugendlich oder Ü50, Freizeitsportler oder Hobbygärtner“, betont Schumann. „Deshalb können die Versicherungsleistungen in Ergänzung zum umfassenden Grundschutz nach einem Baukastenprinzip individuell auf die Bedürfnisse und Wünsche des Kunden angepasst werden.“

SICHERHEIT RUND UM DIE UHR

Der Versicherungsexperte empfiehlt daher eine private Unfallversicherung: Ob während der Arbeit, in der Freizeit oder im Urlaub, der Versicherungsschutz gilt rund um die Uhr auf der ganzen Welt.



Für weitere Fragen:

Marcel Schumann u. Peter Geschermann,
Tel. 02526 93999-0

Immer da, immer nah.

Ihr Versicherungsschutz in professionellen Händen. Direkt vor Ort.
Die Provinzial – zuverlässig wie ein Schutzengel.

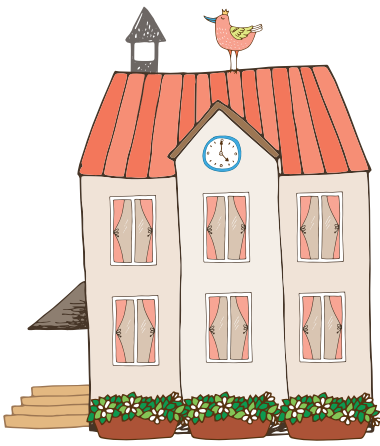
Ihre Provinzial Geschäftsstelle

Geschermann & Schumann OHG

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

PROVINZIAL
Die Versicherung der Sparkassen





AUFKLÄRUNGSPFLICHTEN BEIM IMMOBILIENVERKAUF

Mängel nicht verschweigen



Andreas Rickert
Fachanwalt für Bau- und Architektenrecht, Notar

In der Praxis kommt es nicht selten vor, dass bei einem Immobilienverkauf alle Beteiligten zunächst glücklich über das gelungene Geschäft sind, später aber Ärger droht. Damit der Traum vom eigenen Haus keine Risse bekommt, haben Käufer das Recht auf eine wahrheitsgemäße Unterrichtung durch den Verkäufer. Denn während Ansprüche bezüglich etwaiger Sachmängel beim Kauf gebrauchter Immobilien so gut wie immer vertraglich ausgeschlossen werden, ist ein solcher Gewährleistungsausschluss unwirksam, wenn der Verkäufer einen Mangel bewusst verschweigt, das heißt wenn der Verkäufer von einem (nicht erkennbaren) Mangel wusste, diesen aber verschwiegen hat. Das Argument „der Käufer hat nicht danach gefragt“ zählt in diesem Zusammenhang nämlich nicht.

MITTEILUNGSPFLICHT BEI GROBEN MÄNGELN

Ein Verkäufer ist dazu verpflichtet, den Käufer über solche Umstände aufzuklären, die den Zweck des Kaufvertrags vereiteln können und daher für den Kaufentschluss von wesentlicher Bedeutung sind. Dabei muss es sich um einen sogenannten offenbarungspflichtigen, also nicht nur unerheblichen Mangel handeln. Der Käufer würde hier in aller Regel eine Mitteilung eines redlichen Verkäufers erwarten. Weiß der Verkäufer von einem Mangel und verschweigt diesen dennoch – auch ohne ausdrückliche Nachfrage des Käufers – handelt er arglistig und muss für die Kosten der Beseitigung einstehen.

OFFENBARUNGSPFLICHTIGE MÄNGEL

Mögliche offenbarungspflichtige Mängel sind beispielsweise das Fehlen einer Baugenehmigung, Asbestbelastungen oder vorangegangene mangelhafte Arbeiten in Eigenleistung, die ein Laie üblicherweise nicht selbst durchführt oder – der Klassiker – der feuchte Keller. Ist die Immobilie vermietet, fallen hierunter auch Mietpreisbindungen oder wirtschaftliche Schwierigkeiten des Hauptmieters. Ein offenbarungspflichtiger Mangel liegt allerdings nicht vor, wenn dieser bei einer gewöhnlichen Besichtigung leicht hätte erkannt werden können. Ferner besteht die Offenbarungspflicht für den Verkäufer nur, wenn dieser selbst Kenntnis von dem Mangel hatte. Häufig ist die aktuelle Nutzung gar nicht in vollem Umfang genehmigt, zum Beispiel weil der Anbau oder der Ausbau des Dachgeschosses seinerzeit ohne Genehmigung durchgeführt wurde. Auch ein solcher Rechtsmangel kann ganz erhebliche Schadensersatzansprüche nach sich ziehen.

KENNTNIS ALS ENTSCHEIDENDES KRITERIUM

In einem etwaigen Gerichtsprozess bildet der Nachweis dieser Kenntnis regelmäßig die höchste Hürde für den Käufer. Um Käufern zu helfen, werten Gerichte daher auch sogenannte „Erklärungen ins Blaue hinein“ als arglistig. Dies meint Fälle, in denen der Verkäufer damit rechnen muss, dass seine Aussage falsch sein könnte. Für den Verkäufer ist es daher bei groben, aber auch bei weniger schwerwiegenden Mängeln stets sinnvoll, diese in der notariellen Urkunde zu dokumentieren. Gewährleistungsansprüche bestehen nämlich nicht für Mängel, die der Käufer bei Vertragsabschluss kannte. Im Zweifel sollten Verkäufer also deutlich auf etwaige Mängel hinweisen und diesen Hinweis am besten auch durch Erwähnung im notariellen Kaufvertrag dokumentieren lassen.



UEBBERT BRINKMANN & PARTNER MBB

Rechtsanwälte

HAMM

Dr. Paul Uebbert
» Rechtsanwalt

Dr. Marlies Brinkmann
» Fachwältin
für Medizin- und
Arbeitsrecht

Andreas Rickert
» Fachanwalt für
Bau- und
Architektenrecht
» Notar

Anne-Kathrin Heckl
» Fachwältin
für Familienrecht
Denise Koch
» Rechtsanwältin

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

SENDEHORST

Peter Abke
» Rechtsanwalt

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



Das Team



www.uebbert-brinkmann.de

UEBBERT BRINKMANN & PARTNER mbB
Rechtsanwälte • Fachanwälte • Notar

Sendenhorst kompakt



↑ Kirchstraße – Blick auf den nicht vorhandenen Zebrastreifen



↓ Schlabbepohl

Daten – Fakten

- » Kleinstadt mit 11.048 Einwohnern (Stand: 1989)
- » Ortsteile: Sendenhorst und Albersloh
- » Sehenswerte Kunstdenkmäler:
Pfarrkirche St. Martin,
Pfarrkirche St. Ludgerus,
St.-Josef-Stift,
Katholisches Pfarrhaus,
Jüdischer Friedhof,
Bürgerhäuserensemble an der Weststraße
(Fußgänger-zone)



↓ Schlabbepohl

Die Stadt Sendenhorst liegt innerhalb der Westfälischen Bucht westlich der Beckumer Berge im Bereich des Kernmünsterlandes. Nördlich des Ortsteiles Albersloh liegt mit 48,7 m ü. NN die tiefste Stelle der Gemeindefläche. Der höchste Punkt ist der im Süden liegende Schafberg mit 81,8 m ü. NN. Sendenhorst liegt administrativ im Südwesten des Kreises Warendorf. Die Entfernung zur Kreisstadt beträgt etwa 20 km.



↓ Kirchstraße – Nord



↓ Gartenstraße



↓ Schulstraße



↑ Kirchstraße – Süd

Geschichte von den Anfängen bis zur Stadtgründung 1315

(Text von 1989)

ERSTE SIEDLUNGEN

Entlang des Münsterländer Kiessandzuges wurde bereits in der Steinzeit gerne gesiedelt. In Sendenhorst lassen sich Spuren aus der späten Bronzezeit feststellen, so wurden im Bereich Spithöverstraße 1930 Urnen als Teil eines Gräberfeldes gefunden, genauso wie 1950 im Bereich Martiniring. Von wem diese Gräber stammen ist unklar, wahrscheinlich waren sie Teil einer bäuerlichen, früh-germanischen Siedlung (siehe Petzmeyer). Das Alter der Urnen wurde auf die Zeit 500 - 600 v. Chr. geschätzt.



ANFÄNGE IM MITTELALTER

Die ersten urkundlichen Erwähnungen des Ortes Sendenhorst gehen auf Güterverzeichnisse der Abteien Freckenhorst und Werden zurück: Im 9. Jahrhundert lässt sich die Ortsbezeichnung „Seondonhurst“ nachweisen, im 11. Jahrhundert wird „Sedinhurst“ genannt, für 1175 ist die „Villa Sendenhorst“ zu belegen. Zu diesem Zeitpunkt muss bereits eine Kirchspielgründung erfolgt gewesen sein, zu der auch die Gründung einer Pfarrgemeinde und das Vorhandensein einer Gerichtsstätte zählten. Die erste Belegung der Pfarre reicht in das Jahr 1230 zurück; zu diesem Zeitpunkt gab es möglicherweise bereits einen Ortskern und folgende sieben Bauerschaften: Brock, Bracht, Jonsthövel, Hardt, Rinkhöven, Elmenhorst und Sandfort.

Zum Zeitpunkt der Erstellung des Textes war die Ausgrabung „Große Hof“ (hinter VEKA) noch nicht erfolgt. 2003 wurde hier eine adelige Hofstelle aus dem 11. Jahrhundert archäologisch erschlossen. U. a. wurden hier die ältesten Schachfiguren Westfalens sowie zwei Backgammon-Steine entdeckt. Es handelt sich mit großer Wahrscheinlichkeit um den Stammhof der Familie Schorlemer.

PFARRKIRCHE IM 13. JAHRHUNDERT

Der Bau einer romanischen Pfarrkirche im 13. Jahrhundert setzte einen ersten städtebaulichen Akzent: Sendenhorst wurde Sitz eines bischöflichen Gogerichts und war zuständig für die Kirchspiele Albersloh, Drensteinfurt, Hoetmar und Rinkerode. Jedoch wird man eine Stadtentstehung frühestens am Ende des 13. Jahrhunderts ansetzen.



↑ Kühl



↑ Osttor

1315 ALS OPPIDUM BEZEICHNET

1315 wird Sendenhorst erstmalig als stadtähnliche Siedlung (Oppidum) bezeichnet; nach der Zerstörung des Ortes während der märkisch-münsterschen Fehde 1323 erfolgte ein Wiederaufbau, der urbane Züge erkennbar werden lässt: Die erste Befestigung mit Wällen und Gräben bewirkt eine zäsurhafte Abgrenzung des Ortes von den ihn umgebenden Bauerschaften. 1323 wird Sendenhorst wiederholt als „Oppidum“ bezeichnet und erhält Wigboldrechte.

Fortsetzung folgt!

Zusammengestellt von C. Hölscher | Infos unter: www.Heimatvereinsendenhorst.de
Bilder: Heimatarchiv Sendenhorst

Mode Kommode

- T-Shirts • Bermudas • Kleider •
- Hosen • Wäsche • Dessous •

Nordstr. 6 – 8 • 48324 Sendenhorst • Tel. 0 25 26/9382 08

ANZEIGE



JULI

GEWINNSPIEL

viel Glück!!!

FRAGE

In der wievielten Generation wird der Kräuterhof Rohlmann geführt?

Gewinne einen
50 Euro Gutschein

vom Kräuterhof
Rohlmann
in Wolbeck.

SO GEHT'S:

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

LÖSUNG AN:

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

EINSENDESCHLUSS:

10.07.2021

PREISVERLEIHUNG:

In der kommenden Ausgabe wird der/die GewinnerIn bekanntgegeben.

JULI

KINDER-GEWINNSPIEL



LÖSE
DAS RÄTSEL UND
GEWINNE
DIESES BUCH!

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



1



2



Wenn du die Antwort weißt, schick uns eine E-Mail oder Postkarte mit vollständigem Namen, Alter und Adresse bis zum 10.07.2021. Es gelten die gleichen Teilnahmebedingungen wie oben.

DER KITZHÖFER BAUT KREATIVE GÄRTEN

Verwandeln auch Sie Ihren Garten in eine einzigartige Wohlfühl-Oase.
Baustoffe, Planung und Umsetzung - alles aus einer Hand!

Borsigstr.11
48324 Sendenhorst
Fon 02526.9382366
Fax 02526.9382365
Mobil 0177.4276666
Mail info@der-kitzhoefer.de

Kitzhöfer.
kreative gärten

IHR GARTENERLEBNIS PASSEND GESTALTEN

www.der-kitzhoefer.de

Mein Makler
IN MEINER STADT ZUHAUSE

IHR IMMOBILIENEXPERTE IN MÜNSTER

Wir bieten Ihnen:

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

Janusz Foit
Janusz Foit, Inhaber

T. 02506 417010
info@foit-immobilien.de

JUNI

PREIS VERLEIHUNG

Kinder-Gewinnspiel

DIE LÖSUNG LAUTET:

Auf Bild 2 fehlen die Nasenhaare der Maus.

DIE GEWINNERIN IST:

Noya Rengers (6 Jahre) aus Everswinkel.

Sie gewann das Buch „Tilda Apfelkern – Frühling, Sommer, Herbst und Winter“ von Andreas H. Schmachtl.



Gewinnspiel Buchfink

GEWINNSPIEL-FRAGE:

Wie heißt der Freund von Dora?

DIE LÖSUNG LAUTET:

Der Freund von Dora heißt Robert.

DIE GEWINNERIN IST:

Christina Rehbaum aus Sendenhorst-Albersloh.

Sie gewann das Buch „Über Menschen“ von Juli Zeh.



Gewinnspiel

GEWINNSPIEL-FRAGE:

Seit wann führt Familie Hinse den Alpakahof Tegelfeld in Enniger?

DIE LÖSUNG LAUTET:

Seit 2013 führt Familie Hinse den Alpakahof Tegelfeld in Enniger.

DIE GEWINNERIN IST:

Kristina Otterstedde aus Ahlen-Vorhelm.

Sie gewann einen Gutschein für ein Alpaka-Erlebnis (Farmbesichtigung für 4 Personen).

Impressum

Das Mitmachmagazin für Menschen aus der Region.

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

Nächster Redaktionsschluss:
10. Juli 2021

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

Redaktion
stadtland magazin
Pfarrer-Brink-Str. 11
48324 Sendenhorst

Mobil: 0160 94421985
E-Mail: redaktion@stadtlandmagazin.de
www.stadtlandmagazin.de

Herausgeber
Firma Wuttke, Sendenhorst

Nächstes Erscheinungsdatum:
Anfang eines Monats



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



Redaktion
Dirk Vollenkemper



Kooperationspartner
und Anzeigenvertrieb
Zirk - Schumann GbR



Thomas Marcel
Zirk-Gunnemann Schumann



Design
Carolin Sadki

Redaktionelle Mitarbeiter in dieser Ausgabe
Ute Neigenfind, Wolfram Opperbeck,
Christian Hölscher, Conny Hallmann



Auflage

5.000 Stück

Vertriebsgebiet

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

diverse Fotos/Icons von

pixelio.de, flaticon.com, freepik.com

gedruckt von

ONLINE GEDRUCKT VON

SAXOPRINT

Wir wünschen
Ihnen eine
schöne Sommerzeit!



stadtland[®]
magazin

ANZEIGE

SO EASY ZUR EIGENEN WALLBOX.

Es ist Zeit für einen energiegeladenen Boxenstopp – mit der eigenen Wallbox. Entdecken Sie jetzt unsere Wallboxen für den privaten und gewerblichen Gebrauch.

Natürlich förderfähig. Natürlich grün.

Jetzt
bis zu 50 %
Förderung
sichern*

Besuchen Sie
uns auf Facebook
und Instagram.



**SO NAH.
SO GUT.**
www.so.de

* Zum Beispiel auf
progres.nrw – Förderpro-
gramm des Landes NRW



STADTWERKE 
OSTMÜNSTERLAND