

stadtland[®]

magazin

Das Mitmachmagazin für die Region.



Genieße die kleinen Dinge.
Sie machen das Leben
großartig.

Zum Mitmachen. **Kostenlos mitnehmen!**

MONAT MAI

Die kleinen Dinge genießen und die richtige Wahl treffen ...

Liebe Leserinnen und Leser,

es ist wieder so weit, mitten im Frühling steuern wir auf den Sommer zu. Auch in dieser Ausgabe haben wir wieder viele interessante Themen für Sie bereitgestellt.

In Sachen Mode präsentiert sich die Damenmode in diesem Jahr in schönen bunten Farben. Auch rund um das Thema Schuhmode gibt es eine ganze Reihe von atemberaubenden Trends, die man als Modebewusste kennen sollte. Lassen Sie sich inspirieren beim Wonne-shoppen am 6. und 7. Mai in der Sendenhorster Innenstadt. Infos dazu finden Sie auf den Seiten 4 und 5. Vielleicht findet sich auch hier noch das ein oder andere Geschenk zum Muttertag, der in diesem Jahr am 8. Mai ist.

Ein neuer Landtag bietet stets die Chance,

neue Akzente zu setzen und an der Weiterentwicklung konstruktiv zu arbeiten. Am 15. Mai wird in Nordrhein-Westfalen ein neuer Landtag gewählt. Mit Ihrer Stimme können Sie als Wählerin bzw. Wähler Einfluss auf die politische Gestaltung in unserem Bundesland nehmen. Nutzen Sie die Chance und geben Sie Ihre Stimme ab! Zu einem illustren Tag im Zeichen des Fußballs möchte die Fußballabteilung der SG Sendenhorst einladen. Sie feiert ihr 100-jähriges Bestehen, nicht ganz pünktlich aufgrund der Pandemie, denn gegründet wurde die Abteilung im Jahr 1920. Aber in diesem Jahr soll es endlich klappen mit der Jubiläumsfeier – mit hoffentlich viel Sonnenschein! Lesen Sie dazu unseren Bericht auf den Seiten 8 und 9.

Einen Bericht über einen 360-Grad Dienstleister für Ihr Wohlbefinden lesen Sie auf den

*Genieße die kleinen Dinge.
Sie machen das Leben
großartig.
(Verfasser unbekannt)*

Seiten 24 und 25. Seit dem 2. April ist Jakob Urton mit seinem Dienstleistungsunternehmen Haushaltshilfe 24 in Vorhelm ansässig. Menschen, die Hilfe und einen persönlichen Ansprechpartner in ihrem Wohnumfeld benötigen, sind bei diesem jungen Unternehmen in den besten Händen.

Genießen Sie den fünften Monat im Jahr mit der ganzen Frühlingspalette: milderes Wetter, das Blühen der Wiesen und Blumen und den Vogelgesang. Vor allem unsere Singvögel sind jetzt kaum mehr zu halten.

Ich wünsche Ihnen eine schöne Zeit und viel Spaß beim Lesen dieser Ausgabe!



Herzlichst, Ihre

Alexandra Wuttke

Chefredakteurin
und das Team vom
stadtland magazin



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

THIEMANN'S RASENHOF

Rollrasen aus eigener Produktion

Rollrasen ist ein natürliches Produkt und wird auf unseren Flächen über mehrere Monate intensiv gepflegt, bevor er zu Ihnen kommt. Das Verlegen von Rollrasen bietet für sie zahlreiche Vorteile gegenüber der eigenen Aussaat:

- Rollrasen ist sofort grün
- Rollrasen ist dicht und frei von Dauerkrautbütern
- Rollrasen ist sofort begehbar und nach ca. vier Wochen voll belastbar
- Rollrasen ist leicht zu verlegen
- Rollrasen kann ganzjährig verlegt werden (außer bei Frost)

Thiemann's Rasenhof - West II Nr. 3
48324 Sendenhorst-Albersloh
Telefon: 02535 - 931865 • Fax: 02535 - 931866
jochen@thiemann-rollrasen.de • www.thiemann-rollrasen.de

Moment mal bitte

„Die Hand der Mutter bewegt die Welt...“

Was macht das Leben lebenswert?

– Gedanken von Wolfram Opperbeck

Wenn in der Natur alle Starre aufbricht, aufblüht und grün wird, dann sollten wir uns das durchaus auch als Symbol für den Sieg der Liebe und des Lebens vorstellen. Diesen doch sehr nachdenklich machenden Hinweis gibt uns mal wieder der Theologe Anselm Grün. Der Mai lädt uns dazu ein, uns im Anblick der blühenden Schöpfung selbst zu vergessen und einfach nur mit unseren Sinnen wahrzunehmen, was sich uns an Schönheit bietet. In der Natur können wir dann auch erfahren: Wir haben Anteil an der Kraft und Lebendigkeit der Schöpfung.

Das Leben, das jetzt in den Wiesen und Wäldern um uns herum aufbricht, will auch uns durchdringen...

Das macht das Leben doch lebenswert, oder? Und in der Theologie erfahren wir noch dazu: Jeder von uns ist von Gott bedingungslos geliebt. Und jeden hat Gott auserwählt, damit er zum Segen für andere wird. Ja, das ist auch eine beachtliche Art und Aufgabe unseres Lebens, die natürlich nicht nur im Frühling gilt. Das Glück nur in sich selbst zu finden, bedeutet aber auch, dass ich offen sein muss für die glücklichen Augenblicke in einer Partnerschaft. Denn der Mensch bedarf der Liebe und der Freundschaft, wenn er nicht Schaden an seiner Seele nehmen will. Das Leben lieben heißt vor allem, es liebevoll annehmen wie ein kostbares Geschenk, das ein lieber Mensch für uns ausgesucht hat. Wir lassen uns zu oft von Einzelheiten belasten und unglücklich werden. Viele lassen sich dabei auch oft von den Erwartungen an sie herabziehen. Zum Beispiel in diesem Alltag: Wir haben einen Beruf, aber wir sind nicht unser Beruf. Es ist wichtig, eine gute Balance zu finden zwischen den beruflichen Anforderungen und den anderen Bedürfnissen.

Aber viele setzen sich mit ihrer Arbeit zu sehr unter Druck.

Doch ständiger Druck staut die Energie in uns, erzeugt in uns Blockaden und führt zum Crash im Leib, in der Seele und im Geist. Und wichtig für unser Leben ist auch, daran zu denken:



Jammern hilft nicht. Wer nur über die schlechten Zustände jammert, der vergeudet seine Energie im Kreisen um sich selbst. Und wenn wir unter Stress leiden, sollten wir einfach öfter mal innehalten und auf uns selbst schauen, sich selbst zulächeln. Das hilft, sich zu entspannen und sich selbst froh zu fühlen. Es ist doch nicht immer alles so wichtig. Wichtig ist vielmehr zu wissen, auch Müdigkeit darf sein.

Müdigkeit ist die Einladung, mich zu erholen, mir das zu holen, was ich jetzt brauche: Muße, Schlaf, Gespräch, Musik oder einen Gang in die Natur.

Ja, und wenn das alles bislang noch nicht so klappt, dann können wir ja erst recht auf den Mai hoffen, der ja alles neu macht...Ja, und dann haben wir im Mai ja auch noch den Muttertag.



Und dabei sollten wir öfter mal über die Worte Kaiser Napoleons nachdenken: „Das zukünftige Geschick des Kindes ist immer das Werk der Mutter. Stets hat die erste, von einer zärtlichen und tugendhaften Mutter geleitete Erziehung auf unsere Zukunft ebenso viel Einfluss wie die trefflichste natürliche Anlage!“ Ja und dann gibt es zur Mutter auch noch die nachdenklich machende Aussage: „Die Hand, die die Wiege bewegt, bewegt die Welt.“ In einer solchen Welt dann zu leben, kann doch besonders hoffnungsvoll sein, oder? Aber bei allem dürfen wir auch nie die Worte Adolf Kolpings vergessen: „Gott hat den Kindern keine Magd, sondern eine Mutter gegeben!“ Und nicht selten sind Mütter dabei auch noch die Pufferzone zwischen Vater und Sohn. Und vielleicht sollten wir auch öfter mal über die Worte nachdenken: Der Muttertag ist der Festtag des Lebens. Hier feiern wir, dass wir uns unserer Mutter verdanken. Aber diese Mutter hat uns nicht erfunden. Und unser Vater hat uns gezeugt, aber er hat uns nicht erschaffen. Unsere Mutter und unser Vater sind Werkzeuge, Mittler, Stationen auf dem großen Weg des Lebens... Danke für diese Stationen, denn wo würden wir ohne sie landen...?

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 die Projekte mit eingebunden werden.

Zur Verstärkung unseres Teams bieten wir zum 01.08.2023 folgende Ausbildungsplätze an:

- > Ausbildung Feinwerkmechaniker Fachrichtung Maschinenbau (m/w/d)
- > 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

Silke Abke
Schörmelweg 24
48324 Sendenhorst
Tel: +49 (0) 2526 9329 - 0
E-Mail: bewerbung@pumpegbh.de
www.pumpegbh.de



WILLKOMMEN ZUM 2. SENDENHORSTER WONNESHOPPEN *Shoppen nach Herzenslust*

Wiedehage Schuhmoden +Sport +Freizeit

Rund um das Thema Schuhmode gibt es auch in diesem Jahr wieder eine ganze Reihe von atemberaubenden Trends, die man als modebewusste Frau kennen sollte. Sneaker sind in diesem Jahr natürlich nicht zum ersten Mal schwer angesagt, schließlich erfreuen sich diese sportlichen Schuhe immer wieder aufs Neue einer großen Beliebtheit. Auch 2022 gehören die sportlichen Sneaker einmal mehr zu den angesagtesten Schuhtrends. In den Farben Weiß, Nude sowie Blau, ein „Must Have“. Bereits im vergangenen Jahr erlebten Loafer (Mokassins) ihren großen Mode-Moment, doch auch in 2022 begleiten uns die gemütlichen und eleganten Halbschuhe stilvoll durch den Alltag.

„Die Grenze zwischen formeller und Freizeitmode verschwindet häufig.“

Accessoires wie Gürtel, Taschen oder Rucksäcke ergänzen das modische Bild. Große Prints in bunten Farben werden ein Hingucker, auch hier hat Edith Wiedehage eine reichhaltige Auswahl in Ihrem Sortiment. Ob zu verkürzten Hosen oder zu Röcken: Es bieten sich eine Reihe von Kombinationsmöglichkeiten. Eine Leichtigkeit verleiht der Mode hierbei der Materialmix, welcher oft mit Flechtung und/oder Mesh verbunden wird.

Auch das Thema Outdoor findet in diesem Jahr großen Anklang. Hier reicht das Portfolio von der Trekking-Sandale über den Trekkingschuh bis hin zum Wanderschuh. Sandalen und Pantoffeln kommen dann zum Vorschein, wenn die Sonne so richtig lacht. Hier feiert die Holzoptik in dieser Modesaison ihr Comeback.

Auch bei der Kindermode sind die Themen in diesem Jahr ähnlich gesetzt. Farbenfroh geht der Nachwuchs in den Sommer.



Jetzt bei uns:

Die neue Frühjahrskollektion F/S 2022 zum Stöbern.
Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Öffnungszeiten:

Fr., 06. Mai von 9 – 20.00 Uhr

Sa., 07. Mai von 9 – 16.00 Uhr

www.schuhmode-wiedehage.de



WIEDEHAGE
SCHUHMODEN · SPORT + FREIZEIT
Sendenhorst · Kirchstraße 5 · Telefon (02526) 1588



Zum Wonneshoppen laden das Schuhmodengeschäft Wie-
dehage und die Mode Kommode Sendenhorst am Freitag,
den 6. Mai, und am Samstag, den 7. Mai, in die Sendenhors-
ter Innenstadt ein. Mit längeren Öffnungszeiten – am Freitag
von 9.00 Uhr bis 20.00 Uhr und am Samstag von 09.00 Uhr
bis 16.00 Uhr – können Sie Ihren Einkaufsbummel genießen
und haben in aller Ruhe Zeit, sich über die Frühjahrs- und
Sommermode zu informieren.

Mode Kommode Sendenhorst

Iris Holtmann & Ihr Team laden dazu ein, die neue
Frühjahrs- und Sommerkollektion zu entdecken.
Generell ist die Mode in diesem Jahr sportlich und
bequem ausgerichtet. Ihr Comeback feiert in dieser
Saison die Jeansjacke. Nicht nur in dem gewohn-
ten Jeansblau, sondern auch in den Farben wie
Rot, Grün und Weiß ist die Jeansjacke zu finden.
Besonders jetzt in der Übergangszeit ist sie das
ideale Kleidungsstück, denn sie macht den Spagat
zwischen Regenwetter und Sonnentagen perfekt
mit. Groß im Kommen sind auch die Sweatkleider,
zu denen bei kühleren Temperaturen auch gerne
Jeansjacken kombiniert werden können.

„Die Damenmode präsentiert in diesem Jahr schö-
ne Farben wie Rosa, Pink, Rot, Gelb, Grün und
Hellblau, die unter anderem mit Tönen wie Oliv,

Marine und Grau kombiniert werden können.“

Für die warmen Tage sollten Sie sich für eine
leichte Viskosehose in Culotte-Form entschei-
den. Die weiten Hosenröcke sind ein echtes mo-
disches Highlight und sorgen nebenbei für einen
hohen Tragekomfort an heißen Sommertagen.
Passende Accessoires wie zum Beispiel Tücher
und Cross-Body-Bags komplettieren Ihr Outfit.
Auch hierzu finden Sie in den Geschäftsräumen
an der Nordstraße eine große Auswahl.

Im Bereich der Damennachtwäsche sind Pas-
tellfarben und kräftige Farben im Trend, bei
den Dessous sind eher helle Farben wie Rosa
und ein Champagnerton angesagt, um diese
fast unsichtbar unter der Oberbekleidung tragen
zu können. Auch auf die Herren wartet bei Iris
Holtmann ein reichhaltiges Angebot an Tag-
und Nachtwäsche.



Mode  Kommode

Nordstr. 6-8 · 48324 Sendenhorst · Tel. 02526 938208

Einladung zum
Wonneshoppen



Freitag, 6. Mai
durchgehend
von 9-20 Uhr
geöffnet

Samstag, 7. Mai
durchgehend
von 9-16 Uhr
geöffnet

Wir schenken Ihnen
ab einem Einkaufswert
von 30 €.
Gültig vom 05.05.-14.05.2022.
Ein Gutschein pro Einkauf.

5€

www.stadtlandmagazin.de

Grüner Spargel mit Buhne Kartoffeln, ein Rezept der Kategorie Hauptgerichte mit Gemüse kommt in dieser Ausgabe vom familiengeführten Kartoffelhof Buhne-Lackhove in Warendorf. Ihr Lieferant für frische Kartoffeln. Genießen auch Sie die leckeren Kartoffeln, vielleicht diesmal in dieser Kombination.

FRÜHLINGSREZEPT

Grüner Spargel mit Kartoffeln vom Blech



Zutaten für 4 Personen

- 800 g Kartoffeln (kleine Buhne Kartoffeln)
- Salz & Pfeffer (schwarz, aus der Mühle)
- 8 EL Olivenöl
- 1 kg Spargel (grün)
- 2 Schalotten
- 3 EL Rotweinessig
- 1½ TL Honig (mild, flüssig)
- 2 TL Dijonsenf
- 1 Beet Gartenkresse

Zubereitung

1. Den Backofen auf 220 Grad Ober-/Unterhitze (Umluft 200 Grad) vorheizen. Kartoffeln gründlich waschen, trocken tupfen, längs halbieren und auf einem Backblech verteilen. Mit Salz und Pfeffer würzen und mit 4 EL Olivenöl beträufeln. Auf der mittleren Schiene ca. 20 Minuten backen, dabei zwischendurch einmal wenden.
2. Inzwischen den Spargel waschen, die holzigen Enden abschneiden und das untere Drittel der Spargelstangen schälen. Die Spargelstangen in je vier Stücke schneiden und nach der Garzeit zu den Kartoffeln aufs Blech geben. Kartoffeln und Spargel zusammen weitere 10 Minuten garen, bis die Kartoffeln knusprig und goldbraun, die Spargelstücke gar und leicht gebräunt sind.
3. In der Zwischenzeit die Schalotten fein würfeln, mit Essig, Honig, Senf, restlichem Olivenöl, Salz und Pfeffer kräftig zu einer Vinaigrette verquirlen. Das Backblech aus dem Ofen nehmen und die Vinaigrette über das Gemüse träufeln. Dann die Kresse vom Beet schneiden und darüber streuen.

Tipp:

Dazu passt besonders gut: Lachs, z. B. Räucherlachs in Scheiben oder Lachs im Ofen gegart.





Regionale
KARTOFFELN
zur Spargelzeit

Burkhard Buhne
aus Warendorf

KARTOFFELHOF
BUHNE-LACKHOVE



Markus Höner will in den NRW-Landtag

„Einfach zusammen machen!“

In der Politik geht es immer wieder darum, gemeinsam die beste Lösung zu finden. Das sei gar nicht so schwer, findet Markus Höner. Der 46-Jährige Landwirt ist in Beckum-Vellern aufgewachsen und tritt jetzt für die CDU bei der Landtagswahl am 15. Mai an.



Fest im Kreis Warendorf verwurzelt: Markus Höner mit Ehefrau Christiane und den drei Töchtern.

Nach seinem Motto „einfach zusammen machen“ möchte sich Markus Höner im Landtag für den Kreis Warendorf stark machen:

„Ich möchte Verantwortung übernehmen und mit meiner ganzen Motivation, mit Mut und Herzblut gute Politik machen.“

Zuhören, abwägen, beraten, entscheiden – das seien die richtigen Schritte für zukunftsweisende Politik, sagt Höner, nur gemeinsam könne man die Herausforderungen angehen, denn glücklicherweise sei Deutschland eine Demokratie.

Höner hat bereits in der Kommunalpolitik und auch auf Landes- und Bundesebene in unterschiedlichen Gremien eine Menge Erfahrung sammeln können, er kennt sich auf der politischen Bühne aus und bringt ein großes Netzwerk mit. Er hat das Talent, Menschen mitzunehmen.



Ministerpräsident Hendrik Wüst mit Markus Höner

Markus Höner möchte für nachfolgende Generationen im Kreis Warendorf eine sichere Zukunft schaffen: „Es geht darum, Politik gemeinsam weiter zu denken, für alle Generationen. Dabei sind mir Digitalisierung, Landwirtschaft sowie Umwelt- und Klimaschutz, wirtschaftliche Entwicklung und das solidarische Zusammenleben in unserer Gesellschaft sehr wichtig. Ich stehe für eine bodenständige, ehrliche und bürgernahe Politik.“ Der persönliche Kontakt mit den Menschen in seinem Wahlkreis in Ahlen, Beckum, Drensteinfurt, Everswinkel, Sendenhorst und Wadersloh sei für ihn entscheidend.

Steckbrief

Name: Markus Höner
Alter: 46 Jahre
Wohnort: Beckum-Vellern
Familie: verheiratet mit Ehefrau Christiane, drei Töchter
Beruf: Landwirt
Hobbies: Familie, Freunde treffen, Kegeln, Wakeboarden am Tüttenbrocksee
E-Mail: markus@hoener.nrw
Internet: www.hoener.nrw



In seiner Freizeit fährt Markus Höner gerne Wakeboard mit Freunden.

Markus Höner will sich im Düsseldorfer Landtag stark machen für den Kreis Warendorf:

- **für regionale Energieversorgung:** langfristig gesichert und bezahlbar
- **für vielfältige Bildungsangebote:** Kindern Chancen sichern
- **für moderne Landwirtschaft:** nachhaltig, vielfältig und ernährungssichernd
- **für die Städte:** Heimat wird vor Ort gemacht!



100 JAHRE FASZINATION FUSSBALL

SG Sendenhorst lädt zur Jubiläumsfeier ein

Die Fußballabteilung der SG Sendenhorst feiert ihr 100-jähriges Bestehen – allerdings nicht ganz pünktlich, denn gegründet wurde die Abteilung 1920. Aber die Coronapandemie machte den Rot-Weißen zweimal einen gehörigen Strich durch die Rechnung. In diesem Jahr soll es dann klappen, wenn die SG-Kicker*innen alle Sendenhorsterinnen und Sendenhorster am 13. August 2022 auf dem Westtorplatz zu einem illustren Tag im Zeichen des Fußballs einladen.



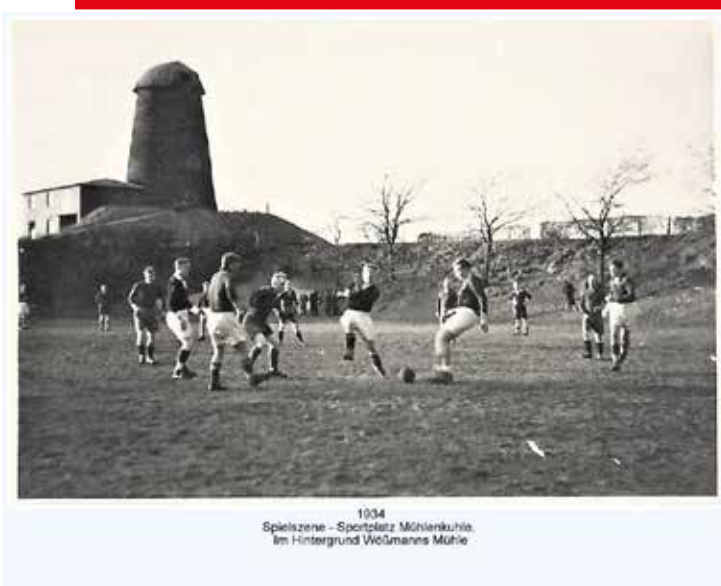
JUBILÄUMSTRIKOT GEPLANT

Zwar wird am Programm noch fleißig gebastelt, aber Abteilungs-Vize Georg Weng gewährt einen Einblick: „Am Morgen sollen unsere Jüngsten gegen den Ball treten, nachmittags feuern wir unsere erste Mannschaft an.“ Das Treiben auf dem Spielfeld wird von einem bunten Rahmenprogramm begleitet, das am Abend in einer Feier mündet. Fürs leibliche Wohl wird gesorgt. Außerdem soll es anlässlich des 100-jährigen Bestehens ein Jubiläumstrikot geben, mit dem die erste Mannschaft am 13. August aufläuft und das man auch erwerben kann. Darüber hinaus ist ein Gewinnspiel geplant, für das am 13. August Lose verkauft werden. Wer viel über die Geschichte des SG-Fußballs weiß, kann seine Chancen kostenlos auf einen Gewinn erhöhen, denn die Fußballer*innen wollen im Vorfeld über die Medien eine kleine Serie zu ihrer Historie veröffentlichen, zu der Fragen gestellt werden.

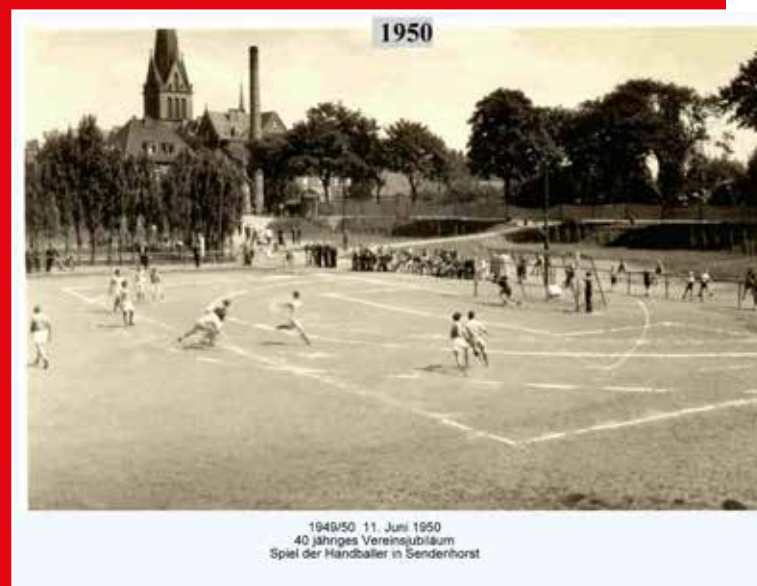
FOTOS: SG SENDENHORST



↑ Diese Spielszene stammt aus dem Jahr 1929 und zeigt den Westtorplatz. Die Zuschauer stehen auf der Straße „Auf der Geist“.



↑ In der Anfangszeit war der Westtorplatz nicht mehr als eine Sandkuhle. Die Spielszene stammt aus dem Jahr 1934.



↑ Der Westtorplatz im Jahr 1950. Damals existierte der heutige Eingang noch nicht und es wurde nicht nur Fußball, sondern auch Feldhandball gespielt.

HOFFEN AUF SONNE UND VIELE BESUCHER*INNEN

Vor allem wollen die Fußballer*innen aber ihre Abteilung präsentieren und Werbung in eigener Sache machen. „Wir wollen verdeutlichen, wie umfangreich die ehrenamtlichen Aktivitäten sind, durch die wir Groß und Klein überhaupt erst ermöglichen, in Sendenhorst Fußball spielen zu können“, sagt Abteilungs-Vize Weng, der am 13. August auf gutes Wetter und viele Besucher hofft. Auch wenn am Programm noch gefeilt wird, steht bereits jetzt fest: Spätestens am Abend wird bei kühlen Getränken sicherlich das eine oder andere Döneken zum Besten gegeben. Schließlich dürfte sich in 100 Jahren so manche Anekdote angesammelt haben.



↑ Was am Westtor in einer Sandkuhle begann, wurde später zu einem Asche- und ist heute ein Rasenplatz. Im Hintergrund ist neben der Mühle noch der inzwischen abgerissene Wasserturm zu sehen.



↑ Am 13. August feiern die SG-Fußballer ihr 100-jähriges Bestehen und geben Einblicke in ihre Historie. Das Bild zeigt den Eingang zum Westtorplatz aus dem Jahr 1950. Im Hintergrund ist der inzwischen abgerissene Wasserturm zu sehen.



↑ Blick auf den Rasenplatz hinter der Martinshalle. Die SG-Fußballer begannen 1920 in der Sandkuhle am Westtor. Heute spielen sie auf zwei Natur- und einem Kunstrasenplatz.



Christian Perrone
Meisterbetrieb für
Fliesen & Naturstein

mit Ausstellung

Am Mergelberg 15 • 48324 Sendenhorst
Tel. 0 25 26 / 951 829 • Fax 0 25 26 / 937 554 • Mobil +49 172 / 280 37 04
ch.perrone@t-online.de • www.naturstein-ch-perrone.de



Fußboden & Stufen:
Cielo De Ivory

FRAUENFLOHMARKT IN SENDENHORST

„Alles was Frauen anzieht“

Unter diesem Motto steht der 8. Frauenflohmarkt in Sendenhorst. Er wird am Samstag, den 21. Mai 2022, von 14:00 Uhr bis 17:00 Uhr auf dem Schulhof der Realschule St. Martin, Auf der Geist 7, stattfinden.

Frauen haben hier die Möglichkeit, Kleidung, Schuhe, Accessoires und andere schöne Dinge in eigener Regie zu verkaufen. Ebenso können Besucherinnen nach Schnäppchen stöbern, sich an Entdeckungen erfreuen und nach Herzenslust einkaufen. Zur Abrundung des schönen Erlebnisses laden die Veranstalterinnen ins Frauenflohmarkt-Café zu einer Tasse Kaffee mit selbst gebackenem Kuchen und frischen Waffeln ein.

In diesem Jahr findet der Markt unter freiem Himmel auf dem Schulhof statt. Verkaufstische und Kleiderstände sind von den Anbieterinnen selbst mitzubringen. So kann jede Verkäuferin über den von ihr benötigten Platz verfügen. 4 Euro pro Meter werden vor Ort abgerechnet.

Besucherinnen zahlen 2 Euro Eintritt, begleitende Herren und Kinder bis zum Alter von 13 Jahren sind vom Eintritt befreit.

Eine vorherige Anmeldung sollte bitte per E-Mail erfolgen an: kita@kita-biberburg-albersloh.de.

Der Erlös geht an das Lokale Bündnis für Familie FIZ e.V. und an die Kindertagesstätte Biberburg.



MARKUS DIEKHOFF

AUS LIEBE ZUR FREIHEIT.

VON HIER AUS WEITER.

Nordrhein-Westfalen ist ein starkes Land
– weiter vorangebracht von der FDP. Mit den Freien Demokraten als unabhängige fortschrittliche Kraft der Mitte will ich diesen Weg fortsetzen.

Wir Freie Demokraten wollen
weiter Regierungsverantwortung
für Nordrhein-Westfalen
übernehmen.

Wir wollen NRW noch freier,
fairer und digitaler gestalten.

Wie fortschrittlich,
haben Sie am 15. Mai 2022
in der Hand.

markus-diekhoff.de



**Freie
Demokraten**
FDP

DAS LEBEN IST ZU KURZ FÜR LANGSAMES INTERNET.

Jetzt
informieren!

Lieber auf lichtschnelle Glasfaser umstellen.

Glasfaser ist die leistungsstärkste Technologie, wenn es um die Nutzung des Internets geht. Mehr Geschwindigkeit – um genau zu sein: Lichtgeschwindigkeit –, aber auch mehr Stabilität und mehr Energieeffizienz. Damit Fernsehen immer ein Erlebnis ist.





Zuhören. Verstehen, Gestalten!

Guten Tag,

am 15. Mai finden die Landtagswahlen statt und ich möchte für Sie in den Landtag einziehen!

Dazu sollten Sie mich kennen. Mein Name ist Frederik Werning, ich bin 32 Jahre alt und lebe mit meiner Frau in Ahlen. Als Gewerkschaftssekretär setze ich mich schon heute für die Belange der Beschäftigten ein – das möchte ich im Landtag fortsetzen. Außerdem möchte ich mich dafür einsetzen, dass kein Kind in Armut aufwachsen muss und Bildung nicht abhängig vom Geldbeutel ist. Gelingen kann das nur mit Ihrer Stimme am 15. Mai!

Übrigens: Mehr zu mir und meinen Inhalten finden Sie unter www.frederik-werning.de. Mein Motto lautet: Zuhören. Verstehen. Gestalten! Zögern Sie nicht, sprechen Sie mich gerne an.

Ihr Frederik Werning

Frederik Werning

Roonstraße 1
59229 Ahlen

☎ 0151 - 12510310
✉ info@frederik-werning.de
www.frederik-werning.de

📷 [frederikwerning](https://www.instagram.com/frederikwerning)
📘 [fwerning](https://www.facebook.com/fwerning)

SPD

Zementstadt Beckum - Immer eine Reise wert

Von wegen verstaubt

Der Ausflugstipp für diesen Monat führt uns nach Beckum. Beckum ist eine Stadt mit vielen Gesichtern und spannenden Kontrasten. Vielseitige Kultur- und Freizeitangebote, attraktive Einkaufsmöglichkeiten und eine gepflegte Gastronomie zeichnen diese Stadt aus, die auf eine über 750-jährige Geschichte zurückblickt.

Zur Anreise empfehlen wir Ihnen den Fahrrad-Bus. An Sonn- und Feiertagen ist der F1 im Kreis Warendorf zwischen Beckum, Ennigerloh, Enniger, Sendenhorst, Albersloh, Wolbeck und Münster unterwegs. Fahrräder auf den Anhänger laden, einsteigen und bequem Platz nehmen.

So einfach funktioniert der FahrradBus.

Auf gut ausgebauten Radwegen die Landschaft individuell erkunden, auf attraktiven Themenrouten fahren, die schönsten Sehenswürdigkeiten entdecken – das ist Radfahren und Erleben in Beckum. Ein dichtes Radwegenetz, das ständig

erweitert und verbessert wird, sorgt nicht nur auf Alltagsrouten für kurze Wege. Auch die Freizeitradlerinnen und -radler werden gut und sicher zu Erholungsgebieten oder in die Innenstadt geführt. Auf unzähligen Feldwegen, den sogenannten „Pättkes“, und Wirtschaftswegen fahren Sie entspannt durch und um Beckum und entdecken dabei so manch romantisches Fleckchen. Auch wenn es durch die sanfte Hügellandschaft der Beckumer Berge geht, sind die Radwege für Familien mit Kindern leicht zu bewältigen. Auch für längere Radwandertouren ist Beckum gut gerüstet. Entlang der Radwege gibt es Rastplätze, Spielplätze und Schutzhütten. Aussichtstürme gewähren außergewöhnliche Einblicke in die vielfältige Natur.



ZEMENTROUTE BECKUM

Auf 27 Kilometern bietet die Zementroute Beckum interessante Eindrücke der früheren und heutigen Zementproduktion in Beckum. Sie führt entlang verlassener Stätten der Industriekultur hin zu den Landschaftsoasen, die sich wie eine Perlenkette durch das Revier ziehen. Neben den Zementwerken bilden die in Betrieb befindlichen oder schon rekultivierten Steinbrüche mit ihrer vielfältigen Natur sowie die großen Landschaftsseen die beeindruckende Kulisse. Ein Aussichtspunkt in der Nähe vom Höxberg bietet einen großartigen Panoramablick, ein anderer verschafft tolle Einblicke in die Steinbrüche Kollenbach und Kollenbusch.



WESTFÄLIN ZUGEWANDT ÖKOLOGISCH

ALLE
STIMMEN
FÜR DEN
WANDEL.

HEDWIG TARNER

VON HIER AN GRÜN

f i t /GRUENENRW

Liebe Wählerinnen und Wähler,

Ich heiße Ali Baş und ich bin Ihr Direktkandidat von Bündnis 90/ Die Grünen für den Wahlkreis 87 (Warendorf II) in Ahlen, Beckum, Drensteinfurt, Everswinkel, Sendenhorst und Wadersloh. Ich bin gebürtiger Ahleener, Jahrgang 1976 und von Beruf Berufsschullehrer. Seit 2002 bin ich aktiv in der Kommunal- und Landespolitik.

Auch in Zukunft gut leben: krisenfest und gerecht

Meine Motivation Politik zu machen ist, dass wir hier auch in Zukunft gut leben können. Alt und Jung, mit und ohne Zuwanderungsgeschichte.

Auf die globalen Herausforderungen wie die Klimakrise, die Pandemie und kriegerische Konflikte brauchen wir nachhaltige Antworten. Zu lange sind wir hier auf Sicht gefahren.

Investitionen für Bildung, Klima und erneuerbare Energien - Unabhängigkeit von Kohle, Gas und Öl

Wir müssen unsere Schulen endlich zukunftsfest machen und zwar durch eine angemessene digitale Ausstattung, die kein Kind zurücklässt. Gute Bildung darf keine Frage des Geldbeutels sein.

Auch gehören Schulgebäude und sanitäre Einrichtungen modernisiert, sowie fehlende Stellen beim Lehrpersonal und in der Schulsozialarbeit dringend besetzt und gerecht bezahlt.

Dafür möchte ich mich einsetzen und würde mich sehr über Ihre Unterstützung bei der Landtagswahl am 15. Mai 2022 freuen! Am besten mit beiden Stimmen für den Wandel.

Herzliche Grüße,

Ihr Ali Baş

Ali Baş

Regionalplanung und Mobilität

Die Gestaltung unseres direkten Umfeldes, also der Städte und Dörfer, des ländlichen Raumes, der Landkreise, des Landes steht seit Jahrzehnten im Mittelpunkt meiner politischen Arbeit. Landschaften und Ballungsräume müssen gleichermaßen sinnvoll und im Interesse der Menschen und der Natur gestaltet, organisiert, aufgeteilt und miteinander vernetzt werden.

Dies geschieht durch eine gut durchdachte Regionalplanung, die auch zum Ziel hat Verkehre zu vermeiden. Mobilität wird durch die intelligente Verknüpfung der verschiedenen Verkehrsträger nachhaltig gestaltet, mit dem Rad oder E-Auto zum Büro, Bahnhof oder bis zur Mitfahrgelegenheit. Jeder Mensch sollte unabhängig vom Besitz eines Autos mobil sein.

Die Verknüpfungen dieser Planungsebenen sind mein A und O. Ich möchte mein Fachwissen in die Landtagsarbeit einbringen. Und Mobilität insbesondere für den ländlichen Raum ökologisch und praktikabel gestalten.

**NRW ist schön, wenn es den Raum dazu hat.
Gehen wir gemeinsam diesen Weg!**

Ich bin Hedwig Tarner, Diplom-Geographin und leite die Geschäftsstelle einer Stiftung. Ich wohne und lebe in Warendorf. Mein Sohn ist erwachsen. Mein zeitaufwendigstes Hobby ist die Politik und sehr gerne bin ich draußen unterwegs.

Herzliche Grüße,
Ihre Hedwig Tarner

Hedwig Tarner

GUTE BILDUNG, GUTES KLIMA. FÜR ALLE.

f Facebook AliBas2020

i Instagram alibas76

t Twitter alibas76

🏠 Clubhouse alibas76

www.ali-bas.de

Ali Baş

VON HIER AN GRÜN

f i t /GRUENENRW

Verlosung

Jeden Monat ein Buch
von der Buchhandlung
Buchfink in Wolbeck

GEWINNSPIEL- FRAGE:

**Wovon erzählt
Doris Dörrie?**



Mach mit!

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

Buchgewinn diesen Monat

„DIE HELDIN REIST“

Autorin: Doris Dörrie
Verlag: Diogenes Verlag

Wer die Antwort weiß, schickt uns bitte bis zum **10.05.2022** eine E-Mail an gewinnspiel@stadtlandmagazin.de oder eine Postkarte mit Antwort, Namen und Telefonnummer an die Redaktionsadresse (siehe im Impressum).

DIE HELDIN REIST

Der Held muss in die weite Welt hinaus und Abenteuer erleben, um ein Held zu werden – und eine Geschichte zu haben. Und was ist mit der Heldin? Doris Dörrie erzählt von drei Reisen – nach San Francisco, nach Japan und nach Marokko – und davon, als Frau in der Welt unterwegs zu sein. Sich dem Ungewis-

sen, Fremden auszusetzen heißt immer auch, den eigenen Ängsten, Abhängigkeiten, Verlusten ins Auge zu sehen. Und dabei zur Heldin der eigenen Geschichte zu werden.

DIE AUTORIN: DORIS DÖRRIE

Doris Dörrie, geboren in Hannover, studierte Theater und Schauspiel in Kalifornien und in New York, entschloss sich dann aber, lieber

Regie zu führen. Parallel zu ihrer Filmarbeit (u. a. ›Männer‹, ›Mitten ins Herz‹, ›Kirschblüten – Hanami‹) veröffentlichte sie Kurzgeschichten, Romane, ein Buch über das Schreiben (›Leben, schreiben, atmen‹) und Kinderbücher. Sie leitet den Lehrstuhl ›Creative Writing‹ an der Filmhochschule München und gibt immer wieder Schreibworkshops. Sie lebt in München.



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!

Buchgewinn diesen Monat

„DER KLEINE DRACHE KOKOSNUSS BEI DEN RÖMERN“

Autor: Ingo Siegner

Verlag: cbj Verlag

Altersempfehlung: ab 6 Jahren

VERLOSUNG

Jeden Monat ein Kinderbuch



DER KLEINE DRACHE KOKOSNUSS BEI DEN RÖMERN

Ein aufregendes Zeitreise-Abenteuer ins Alte Rom

„Manno, wie gern würde ich mal einen echten Gladiatorenkampf sehen!“, seufzt Oskar, während er und sein Freund Kokosnuss in einem spannenden Comic über das Alte Rom schmökern. Matilda versteht überhaupt nicht, was die Drachenjungen immer am Kämpfen finden, aber dann lässt sie sich doch zu einer Laserphaser-Zeitreise ins Alte Rom überreden. Sie landen in einem Wald vor den Toren Roms, wo sie einen entlaufenen Sklaven tref-

fen. Noch während der Sklave ihnen seine Geschichte erzählt, werden sie von den Häschern des Kaisers gefangen genommen und in die Gladiatorenschule gesteckt.

Die Geschichten über die aufregenden Abenteuer, die der kleine Drache Kokosnuss mit seinen Freunden erlebt, sind inzwischen wahre Kinderbuchklassiker. Ingo Siegner schreibt über Freundschaft und Mut und fügt liebenswert-originelle Illustrationen hinzu. Die „Dein-Spiegel-Bestseller“-Reihe eignet sich perfekt zum Vor- und Selberlesen.

DER AUTOR: INGO SIEGNER

Ingo Siegner, 1965 in Hannover geboren, wuchs in Großburgwedel auf. Sein „Kleiner Drache Kokosnuss“ zählt zu den bekanntesten Kinderbuch-Figuren Deutschlands. Die Bücher über den kleinen Feuerdrachen sind in viele Sprachen übersetzt. Auch seine Geschichten über „Erdmännchen Gustav“ und „Elliot und Isabella“ sind bei den Kindern sehr beliebt. Ingo Siegner lebt als freier Autor und Illustrator mit seiner Frau in Hannover.

Ihr seid
MIT ABSTAND
die tollsten Schülerinnen und Schüler



THERAPIE.NETZWERK
Legasthenie- und Dyskalkulie-Training



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

ANETTE
KREYSERN
RAUMGESTALTUNG

GARDINEN- UND POLSTERWERKSTATT

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

MUTTERTAG – WELTWEIT

Mama ist die Beste

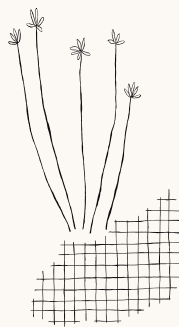
In über 70 Ländern weltweit, wird am Muttertag die Rolle der „besten Frau der Welt“ für die Gesellschaft hervorgehoben. Obwohl das Fest der Mütter in vielen Ländern am zweiten Sonntag im Mai gefeiert wird, gibt es einige interessante Ausnahmen, bei denen der Muttertag auf andere Daten fällt. Egal also, an welchem Tag der Muttertag rund um die Welt gefeiert wird, eines haben die Bewohner*innen aller Länder gemeinsam: Den Wunsch, ihrer Mutter etwas Gutes zu tun und ihr zu zeigen, wie wichtig sie ist, steht weltweit an erster Stelle.

SPANIEN – 1. SONNTAG IM MAI

In Spanien feiert man den Día de la Madre am ersten Sonntag im Mai. Wie in den meisten Ländern schenken Kinder ihren Müttern Blumen, Pralinen oder selbst gemachte Kleinigkeiten, die sie in der Schule vorbereitet haben. Die meisten Spanier kommen an diesem Tag in Restaurants zusammen, um alle Mütter der Familie zu ehren.

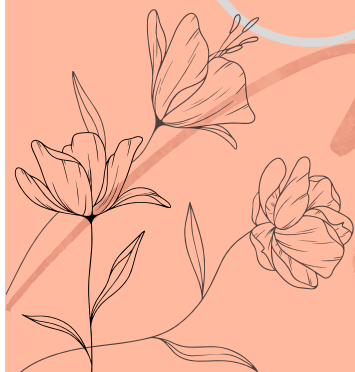
FRANKREICH – AM LETZTEN SONNTAG IM MAI

Mit dem Einzug der amerikanischen Soldaten im Ersten Weltkrieg etablierte sich der Muttertag auch in Frankreich. 1950 wurde das Fête des Mères zu einem offiziellen Feiertag, der am letzten Sonntag im Mai gefeiert wird. Sollte dieser auf Pfingsten fallen, wird der Muttertag auf den ersten Sonntag im Juni verlegt. Die Feierlichkeiten sind ähnlich wie in Deutschland. Blumen, Schokolade und Karten werden verschenkt und die Familie verbringt den Tag zusammen beim Kuchenessen und Gedichte lesen.



GROSSBRITANNIEN UND IRLAND – AM VIERTEN SONNTAG VOR OSTERN

In England ist der Mothering Day seit dem 13. Jahrhundert bekannt. Heute liegt der Mother's Day im Vereinigten Königreich und Irland auf dem vierten Sonntag vor Ostern. Kleine Geschenke wie Karten, Blumen und Konfekt sind an diesem Tag üblich. Auch ein besonderer Mandelkuchen, der sogenannte Mothering Cake, wird gebacken, um gemeinsam mit der Familie verzehrt zu werden.



MEXIKO – AM 10. MAI

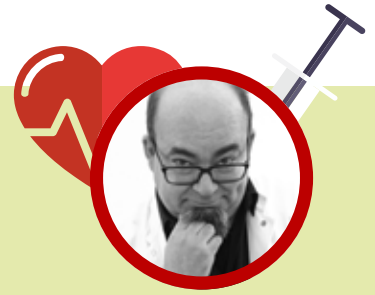
In Mexiko haben die Familie und speziell Mütter einen besonders hohen Stellenwert. Der Día de la Madre ist daher eines der populärsten Feste in Mexiko und wird am 10. Mai im ganzen Land gefeiert. In Schulen, Kirchen und generell in allen Städten und Dörfern werden besondere Veranstaltungen abgehalten. Die traditionsbewussten Mexikaner kommen am Vorabend des Muttertags zusammen, um ihre Mütter zu ehren. Blumen sind ein absolutes Muss. Die gesamte Familie feiert mit einem großen Essen meist in Restaurants – der Muttertag ist in Mexiko der geschäftigste Tag des Jahres im Gastronomiegewerbe.

MONGOLEI – 1. JUNI

Statt einem Muttertag wird in der Mongolei ein Mutter-Kind-Tag gefeiert. Dieser findet jedes Jahr am 1. Juni statt und ist dazu da, dass Familien Zeit miteinander verbringen und sich gegenseitig wertschätzen.

Eine kuriose Gemeinsamkeit ist auch, dass das Wort für Mutter in vielen Sprachen mit einem „M“ beginnt: Mama, Mom, Maman, Mamma, Mamá... Ein Zufall ist das nicht. „Ma“ gehört zu den ersten Tönen, die ein Baby hervorbringen kann. Die Bindung zwischen Mutter und Kind ist etwas ganz Besonderes.

*Das stadtland magazin
wünscht allen Müttern einen
wunderschönen Muttertag.
Lassen Sie sich verwöhnen!*



Man ist, wie man isst

Die Medien verbreiten viele Tipps, was man essen sollte, um sich gesund zu ernähren und sich selbst etwas Gutes zu tun. Zum Teil werden einfache Nahrungsmittel zum „Superfood“ befördert oder als „Fatburner“ bezeichnet, mit denen man nebenbei auch noch die Welt rettet. Auf der anderen Seite übertreffen sich die Experten dabei, was sie für ungesund halten und man daher nicht oder nur in kleinen Mengen zu sich nehmen sollte. Das geht so weit, dass ein eigentlich harmloses pflanzliches Fett als „das pure Gift“ diffamiert wird. Sie sehen, die Meinungen gehen weit auseinander und es bewahrheitet sich wieder einmal: Beim Thema Ernährung gibt es nichts, was einfach wäre.

Am allerwenigsten gelingt es, einfache Regeln aufzustellen. Schon gar nicht bei dem Thema, WAS man essen sollte. Schließlich gibt es Lebensmittel, die zu viel Zucker oder Fett oder Zusatzstoffe enthalten, und deswegen ungesund sind. Daneben sind Unverträglichkeiten gegen Lebensmitteln möglich, die sich einem nicht unmittelbar mitteilen. Also: Eine Auswahl zu treffen, WAS man isst, muss jeder selber treffen. Schließlich hängen Weltanschauung, erlerntes Verhalten und Emotionen an den präferierten Speisen. Wie gesagt, einfach ist gar nichts. Aber es gibt doch recht simple Hinweise, die vielen möglicherweise gar nicht bewusst sind. Bei denen geht es nämlich darum, WIE man essen

sollte, um den Körper bei seiner Aufgabe zu unterstützen, Verdauungsprobleme zu vermeiden und ggf. sogar Gewicht zu verlieren.

Nehmen sie geregelte Mahlzeiten zu sich. Drei am Tag sind ein gutes Maß. Vermeiden Sie Zwischenmahlzeiten. Der Körper braucht ein paar Stunden, um die Nährstoffe aufzuspalten, adäquat zu verwerten und den Zellen zur Verfügung zu stellen. Hierbei laufen andere Stoffwechsel-Vorgänge ab als bei der Nahrungsaufnahme. Wenn zwischendurch ein kleiner Snack zugeführt wird, schaltet die Leber auf Speicherung, um dem neuen Nachschub Herr zu werden. Aus demselben Grund sollte man auch nicht „grasen“, also z.B. während der Arbeit permanent vor sich hin futtern, selbst wenn es nur Möhrchen sind.

»Essen sie langsam, nehmen sie sich Zeit beim Essen.«

Gut kauen erleichtert die Verdauung, und schon durch den Mundspeichel werden Nährstoffe aufgespalten. Ruhig das Besteck zwischendurch aus der Hand legen und genießen, anstatt noch während des Kauens den nächsten Bissen auf die Gabel zu nehmen. Der Magen dankt es ihnen, sie werden auch schneller satt. Wenn sie nicht genug Zeit haben, etwa mittags in der Kantine, essen sie einfach weniger. Der Teller muss nicht in 15 Minuten leer geputzt werden, nur weil man nichts verschwenden will und es doch schließlich bezahlt ist. Fasten sie hin und wieder. Das kann, muss aber nicht tages- oder

wochenlang sein. Beim „Dinner-Cancelling“ kommen sie auf 16 Stunden Nüchternphase, in denen sich der Stoffwechsel umstellt und der Körper an seine Reserven geht.

Dies dient nicht nur der Gewichtsabnahme, sondern auch der Zellverjüngung. Nochmal zurück zu dem WAS. Das allerwichtigste bei einer vollwertigen, gesunden Ernährung ist, dass man sich informiert. Vegetarier sind nicht deswegen gesünder, weil sie kein Fleisch essen, sondern weil sie sich Gedanken über ihre Ernährung machen. Sie müssen keine Kalorientabellen auswendig lernen, aber gewöhnen sie sich an, doch mal im Supermarkt das Kleingedruckte auf den Verpackungen zu lesen. Je mehr draufsteht, desto verarbeitet ist das Produkt. Essen Sie möglichst vielfältig, mit einem großen Anteil pflanzlicher Lebensmittel. Diese bringen nämlich die wichtigen Faserstoffe und Vitamine mit. Man kann es gar nicht häufig genug betonen: Trinken sie ausreichend! Und zwar nicht unbedingt zum Essen, sondern zwischen den Mahlzeiten. Seien sie zurückhaltend mit Alkohol. Den erkennt die Leber nämlich als schädlich und stellt alle anderen Stoffwechselvorgänge zurück, um vorrangig das Gift abzubauen. Das ein Schnaps der Verdauung dient, ist ein Märchen.

Bleiben Sie gesund!

Ihr Domingos Schrader

Facharzt für Allgemeinmedizin und HNO



HAUSARZTPRAXIS D. SCHRADER

Facharzt für Allgemeinmedizin & HNO

Ernährungsmediziner DAEM/DGEM

~ Vitalfeldtherapie ~

WIR SIND FÜR SIE DA!

Wir bitten Sie
dringend um telefonische
Vor Anmeldung!

www.hausarzt-schrader.de

Telefon: 02506-1264



WOLBECK





Finden Sie uns auf facebook





WORKOUT FITNESS

Was macht ein gutes Fitnessstudio aus?

Ganz klar: die Betreuung der Mitglieder. Vor allem Sportneulinge müssen beim Einstieg ins Training begleitet werden. Trainiert jemand längere Zeit falsch, drohen Schäden an Gelenken, warnen die Tester. „Es sollte darauf geachtet werden, ob qualifizierte Trainer*innen auf der Fitnessfläche ansprechbar sind und ob sie die Mitglieder auch korrigieren“, erklärt Prof. Ingo Froböse von der Deutschen Sporthochschule Köln.

Im Test der Stiftung Warentest war die Betreuung in fast allen Fitness-Ketten ausbaufähig. Nicht immer waren Trainer*innen anwesend. Kaum eine/r leitete die Trainierenden von sich aus an oder wies auf die fehlerhafte Ausführung einer Übung hin.

Die im Workout Fitness ausgebildeten Physio-/Personaltrainer*innen sowie medizinische Fitnesstrainer*innen unterstützen auch Sie gerne.

Ein unterstützendes Tool für begleitendes Training sind die EGYM Start Strength Geräte. Diese wurden speziell für die professionellen Anforderungen von Fitness- und Gesundheitseinrichtungen entwickelt. Dazu wird auf einen Erfahrungsschatz aus der Zusammenarbeit mit über 12.000 weltweiten Fitness- und Gesundheitseinrichtungen zurückgegriffen, in denen bereits erfolgreich die Lösungen von EGYM eingesetzt werden.

EGYM Smart Strength Maschinen führen unsere Mitglieder spielend leicht durchs Training. Nach Identifizierung über einen RFID-Chip müssen Trainierende nur noch den Ball durch die Trainingskurve führen. Die Guidance Kurve stellt

die korrekte Ausführung des Trainings sicher: So kommt jeder motiviert und immer sicher an sein persönliches Ziel.

Die EGYM Trainingskurve gibt den richtigen Bewegungsbereich und die korrekte Geschwindigkeit vor. Gamification-Elemente, wie das Einsammeln von Punkten auf der Kurve, sorgen für eine verbesserte Bewegungskontrolle und motivieren, die Übung richtig auszuführen.

Das Gewicht sollte so gewählt werden, dass die vorgegebenen

Wiederholungen gerade so zu schaffen sind.

Durch regelmäßige Maximalkraftmessungen wird das optimale Trainingsgewicht an jedem

Gerät automatisch berechnet und laufend an die erreichten Trainingserfolge angepasst – so werden immer wieder neue Wachstumsreize gesetzt, um ein Trainingsplateau zu vermeiden.

Ein weiteres Tool für das begleitende Training zu Hause:

Ganz neu hat das Team vom Workout Fitness für seine Mitglieder eine Videoplattform erstellt. Dort sind über 70 Videos für alle Trainingsbereiche vorhanden. Der/die Trainer*in aus dem Studio kommt somit zu Ihnen nach Hause und betreut Sie in gewohnter Weise, sollte es Ihnen nicht möglich sein, ins Studio zu kommen.

Jetzt starten

- ✓ keine Aufnahmegebühr
- ✓ keine Trainerpauschale
- ✓ keine Servicepauschale

Telefon: 02526 / 9390171



BE-UKRAINE E. V. HELFEN, WO HILFE GEBRAUCHT WIRD

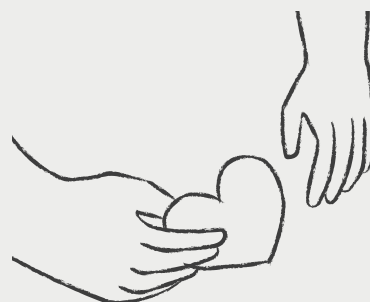
In dieser Ausgabe stellen wir den Verein be-Ukraine e. V. aus Beckum vor. Helfen, wo Hilfe gebraucht wird, so das Motto des gemeinnützigen Vereins, , der seit Beginn des Ukraine-Kriegs aktiv ist, um zu helfen.

Vier Tage nach dem Ausbruch des Krieges hat es nur gedauert, da war Marcus Dergun mit einer privaten Hilfsorganisation schon startklar. Hilfe gab es schnell von vielen freiwilligen Helfern, nicht nur aus Beckum, von Firmen, Vereinen und auch der Feuerwehr.

Schnell kam es dann auch zur Vereinsgründung, um noch effektiver helfen zu können. Aus der privaten Initiative entstand der Verein be-Ukraine e. V. Der Vereinsname „be-Ukraine“ deutet mit dem „be“ im Namen nicht nur auf seinen Ursprung in der Püttstadt Beckum hin, sondern steht als englisches Verb „be“ = „sein“ auch allgemein und überregional für die Solidarität mit den Menschen in der Ukraine, , aber auch überall sonst auf der Welt, wo Menschen von Krisen betroffen sind. Großen Wert legen die Verantwortlichen darauf, dass der Verein kreisweit tätig ist. Sammelstellen gibt es auch in Oelde, Ennigerloh, Neubeckum, Ahlen, Wadersloh, Liesborn, Diestedde und in Sendenhorst.

„Unsere Aufgabe ist die Förderung der Hilfe für politisch, rassistisch oder religiös Verfolgte sowie für Flüchtlinge und Vertriebene.“

Marcus Dergun, 1. Vorsitzender, Hannah Kirchschlager, stellvertretende Vorsitzende, und Maria Vollgraf, Schatzmeisterin, führen den Verein an. Mitglieder werden gerne noch aufgenommen. Der Jahresbeitrag beträgt 18 €. Student*innen, Schüler*innen und Auszubildende zahlen 12 €.



↑Vereinsgründung Foto Brüggenthies Marketing



„Wir versuchen, die regionalen Vereinsarbeiten zu bündeln, um dann gemeinsam zu helfen.“

Zahlreiche Hilfstransporte hat der Verein bereits organisiert. Die Hilfsgüter werden an die ukrainische Grenze gebracht und da Kooperationspartnern, zu denen auch zum Beispiel die polnische Feuerwehr gehört, übergeben. Diese organisieren dann den weiteren Transport in die betroffenen Gebiete der Ukraine. Die Verantwortlichen des Vereins stehen im ständigen Austausch mit den Partnern und haben sich auch schon zweimal selbst auf den Weg gemacht, um einen Überblick zu bekommen. Bei den Besuchen vor Ort konnten auch neue wichtige Kontakte geknüpft werden, die für die weiteren Transporte hilfreich sind.

„Wir wollen gemeinsam ein Zeichen für Frieden und Solidarität setzen.“



DRINGEND BENÖTIGTE SPENDEN

- **Verbandsmaterial**
- **Entzündungshemmende Medikamente**
- **Schmerztabletten**
- **Fiebersaft und -Tabletten**
- **Wundpflaster**
- **Schlauchbandagen**
- **Venenstauer**
- **Augen-, Nasen-, Ohren-Tropfen**
- **Erste-Hilfe-Taschen**
- **Taschenlampen, Batterien und Kerzen**
- **Schlafsäcke und Luftmatratzen sowie Isomatten**
- **Haltbare Nahrung wie z. B. Nudeln, Reis und Konserven**
- **Babynahrung**



Wer sich über die Arbeit des Vereins informieren möchte, findet viele weitere Informationen auf der Internetseite www.be-ukraine.de. Telefonisch ist die Hotline des Vereins unter der Telefonnummer 0151-55873709 zu erreichen. Spenden nimmt der Verein be-Ukraine e. V. unter IBAN DE52416601240414258300 entgegen.

HAUSHALTSHILFE 24 AUS VORHELM

Der 360-Grad-Dienstleister für Ihr Wohlbefinden



Seit dem 2. April ist Jakob Urton mit seinem Dienstleistungsunternehmen Haushaltshilfe 24 im ehemaligen Volksbankgebäude an der Hauptstraße 51 in Vorhelm ansässig. Menschen, die Hilfe benötigen, einen persönlichen Ansprechpartner in ihrem Wohnumfeld zu bieten, ist der Grundgedanke des jungen Unternehmens.

Geschäftsführer Jakob Urton, selber seit vielen Jahren in der Pflege tätig, lebt mit seiner Frau und seinen beiden Kindern in Vorhelm. Durch seine Tätigkeit im Bereich der Pflege verfügt er über eine langjährige Erfahrung im Kontakt mit Pflegekassen und dem Beantragungswesen.

„Unser Anspruch ist, dass Sie sich auf ihre Gesundheit und Genesung konzentrieren können – den Rest übernehmen wir für Sie.“

Haushaltshilfe 24 steht für einen modernen Dienstleister im Bereich der Haushaltshilfe und Alltagshilfe. Das Leistungsspektrum des Teams aus Vorhelm umfasst alles, was im Haushalt anfallen kann. Kochen, Reinigung der Wohnung, Bügeln, Einkaufen, Begleitung bei Arztbesuchen oder Behördengängen, Fenster putzen, Beschäftigungsangebote und vieles mehr – vertrauen Sie sich dem jungen dynamischen und kompetenten Team an. Durch den Aufbau einer engen Vernetzung mit Firmen und Dienstleistern, überwiegend aus Vorhelm, überzeugt das Team durch schnelle und kurze Wege und zuverlässige Handlungsmöglichkeiten.

„Wir können stets kurzfristig mit der Haushaltshilfetätigkeit beginnen. Sie benötigen Unterstützung im Haushalt? Wir machen das für Sie.“



WANN ANSPRUCH AUF EINE UNTERSTÜTZUNG DER KRANKENKASSE BESTEHT:

- bei Vorhandensein eines Pflegegrades ab Pflegegrad 1 (Kostenübernahme der Pflegekasse) (Entlastungsleistungen 125 € im Monat)
- bei Einzug in ein Seniorenwohnheim
- zur Entlastung pflegender Angehöriger
- bei ärztlichen Verordnungen für Inanspruchnahme der Leistungen möglich z. B. während der Schwangerschaft, nach Geburt des Kindes, nach Operation und Entlassung aus dem Krankenhaus, nach Entlassung aus der Kurzzeitpflege



Sie benötigen Hilfe im Haushalt? Rufen Sie uns an oder kommen Sie während unserer Öffnungszeiten Mo - Fr von 9 - 17 Uhr in unser Büro. Wir können Ihnen stets kurzfristig mit Rat und Tat zur Seite stehen.

„Nehmen Sie Kontakt mit uns auf und lassen Sie unser Team bei einem Besuch bei Ihnen zuhause prüfen, welchen kostenfreien Anspruch Sie auf eine Haushaltshilfe haben.“

Besteht ein Pflegegrad schon länger und es wurden noch keine Entlastungsleistungen in Anspruch genommen, ist bis zu 12 Monate ein rückwirkendes Abrufen der Entlastungsleistung möglich. Nicht genutzte Beträge werden jeweils in die folgenden Monate übertragen und können bis Mitte des folgenden Kalenderhalbjahres in Anspruch genommen werden. Vertrauen Sie sich den Experten an. Das Team der Haushaltshilfe 24 übernimmt für Sie den Kontaktaufbau zur Krankenkasse bzw. Pflegekasse und prüft den Anspruch.

„Auch ohne Pflegegrad sind wir für Sie da, die Kosten werden dann direkt mit der Haushaltshilfe 24 abgerechnet.“

Wohnumfeldverbesserung wie Umbaumaßnahmen des Hauses oder der Wohnung sind nach § 40 SGB XI bis zu 4000 € pro Jahr und Maßnahme über die Pflegekasse abrechenbar. Auch hier steht Ihnen Jakob Urton mit seinem Fachwissen zur Seite. Von der Planung über den Kostenvoranschlag für die Pflegekasse bis hin zur Fertigstellung der Maßnahme: Haushaltshilfe 24 findet für Sie die beste Lösung.



**kostenlose
Haushaltshilfe**
**Übernahme der Kosten
durch Ihre Pflegekasse**

Haushaltshilfe 24 UG
(haftungsbeschränkt)
Hauptstr. 51
59227 Ahlen
Telefon: 02528 / 9 29 68 81
kontakt@haushaltshilfe24.net

- Unterstützung im Haushalt
- Betreuung & Hilfe im Alltag
- Entlastung Ihrer Pflegeperson

**Wir übernehmen auch
ärztliche Verordnungen!**

**Haushaltshilfe 24 hat es
sich zum Ziel gesetzt, dass
Menschen, die hilfsbedürftig
sind, dort leben können, wo
sie am liebsten sind
– zu Hause!**

Altersabsicherung

WIE FRAUEN AM BESTEN VORSORGEN

Job, Kinder, Patchwork-Familie, Single, eigener Betrieb – so vielfältig wie ihre Rollen sind auch die Erwerbsbiografien von Frauen. Dabei spielen Teilzeitarbeit, geringeres Einkommen und Minijobs, Phasen ohne Einkommen oder auch gar keine Erwerbstätigkeit eine weitaus größere Rolle als bei den meisten Männern. Die Folge: Viele Frauen verfügen über eine Altersabsicherung unterhalb des Existenzminimums. Nach aktuellem Stand erhalten Frauen gegenüber Männern monatlich etwa 440 EUR weniger Altersrente aus der Gesetzlichen Rentenversicherung. Wenn man dann noch bedenkt, dass Frauen älter werden als Männer und länger Rente beziehen, wird klar: Frauen dürfen nicht nur an Heute denken, sondern müssen sich stärker denn je auch um ihre Absicherung im Alter kümmern.

„Die Daten zeigen, dass die gesetzliche Rentenversicherung allein für viele Frauen nicht ausreicht, um im Alter gut versorgt zu sein“, sagt Marcel Schumann, Geschäftsstellenleiter der Westfälische Provinzial Versicherung in Sendenhorst. Doch trotz drohender Niedrigrente kümmern sich zu wenig Frauen um eine zusätzliche Absicherung, ergab eine Forsa-Studie im Auftrag des GDV. Nur 24 Prozent der erwerbstätigen Frauen in Deutschland gaben an, eine betriebliche Altersvorsorge abgeschlossen zu haben. Fast ein Drittel hat sich noch nicht intensiv mit dem Thema beschäftigt. „Die meisten Frauen sind sich nicht bewusst, dass Altersvorsorge nicht teuer sein muss“, erklärt Schumann.

KLEINES GEHALT, GROSSE WIRKUNG

Daten des Statistischen Bundesamt belegen, dass Frauen im Jahr 2020 im Schnitt 18 % weniger verdient haben als Männer. Dennoch können Frauen bereits mit kleinen Beiträgen ihre Rente aufbessern. „Dies ist besonders für Arbeitnehmerinnen in Teilzeit attraktiv. Denn seit Januar 2002 haben Beschäftigte ein Recht auf Entgeltumwandlung. Der Arbeitgeber ist zudem verpflichtet einen Zuschuss von mindestens 15% des umgewandelten Entgelts zu leisten. So können sie einen Teil ihres Bruttogehalts und auch vermögenswirksame Leistungen in eine betriebliche Altersvorsorge umwandeln und selbst bestimmen, wieviel sie von ihrem Gehalt zurücklegen möchten“, so Schumann. Wer bei einem monatlichen Gehalt von 1.500 Euro jeden Monat 115 Euro in die betriebliche Altersvorsorge einzahlt, hat durch die Ersparnis bei Steuern und Sozialversicherung einen Nettoaufwand von lediglich rund 59 Euro. Ein weiterer Vorteil: Beiträge lassen sich flexibel gestalten und können in Phasen der Elternzeit oder Arbeitslosigkeit auch ausgesetzt werden. Außerdem gibt es einen Freibetrag für die Leistungen aus der betrieblichen Altersvorsorge bei Pflichtversicherungen der gesetzlichen Krankenversicherung.

VON STAATLICHER UNTERSTÜTZUNG PROFITIEREN

Ein weiterer Vorteil, sich selbst um die eigene Altersvorsorge zu kümmern: Sie muss nicht allein aus eigener Tasche gestemmt werden. Unterstützung erhalten Versicherte bspw. durch weitere Steuervorteile, ihren Arbeitgeber beim Aufbau einer Zusatzrente und Zulagen vom

Staat. Von der Privat-Rente über die betriebliche Altersvorsorge bis zur Basis-Rente und der Riester-Rente können sich Frauen so entsprechend ihrer individuellen Bedürfnisse absichern. „Die Privat-Rente bietet Frauen eine besonders individuelle und flexible Gestaltung Ihrer Altersvorsorge, während die Basis-Rente besonders für Selbstständige und Freiberuflerinnen attraktiv ist“, erklärt Schumann. „Auch, wenn letztere nicht in der gesetzlichen Rentenversicherung sind, können sie sich lebenslange Alterseinkünfte sichern und die eingezahlten Beiträge steuerlich absetzen. Dieser Steuervorteil ist auch für besser verdienende Frauen und Beamtinnen relevant.“ Welche Form der Altersvorsorge passend ist, hängt von der individuellen Situation ab. Eine Beratung unterstützt und zeigt die besten Möglichkeiten auf.

Eine gute Vorsorgemöglichkeit sei laut Schumann die fondgebundene Rentenversicherung, denn sie gibt es für die meisten angesprochenen Produkte. „Mit ihr lässt sich Kapital aufbauen. Gleichzeitig haben Frauen die Möglichkeit, das Verhältnis von garantierten Leistungen und Rendite selbst zu bestimmen und im Laufe der Zeit auch zu verändern.“

„Frauen sollten über die gesetzliche Altersvorsorge hinaus für das Alter vorsorgen und sich dazu am besten von einem Versicherungsexperten individuell beraten lassen.“

Für weitere Fragen:

**Marcel Schumann u. Philipp 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



Teil 1

DER IMMOBILIENKAUF - 5 TIPPS FÜR KÄUFER

**Andreas Rickert**

Fachanwalt für Bau- und Architektenrecht
Notar

1. LASSEN SIE SICH ZEIT

Auch wenn attraktive Angebote immer schnell einen Käufer finden und Ihnen das eine oder andere schöne Haus entgeht: Kaufen Sie nur eine Immobilie, von der Sie wirklich überzeugt sind und die Sie sich leisten können. Es gibt beim Grundstückskaufvertrag kein zweiwöchiges Widerrufsrecht. Wenn Sie den Vertrag unterschrieben haben, ist er bindend. Und nach kurzer Zeit schon wieder zu verkaufen, ist oft nur mit Verlust möglich.

Die Zeit zum Überlegen ist vor Erteilung des Beurkundungsauftrags an den Notar. Wenn Sie die Beurkundung in Auftrag gegeben und einen Entwurf erhalten haben, kostet die Rücknahme des Beurkundungsauftrags so viel Notargebühren wie die Durchführung der Beurkundung.

2. KAUFEN SIE NUR, WAS SIE GESEHEN UND GEPRÜFT HABEN

Es sollte selbstverständlich sein, dass ein Käufer sich eine Wohnung oder ein Haus ansieht, bevor er sie kauft. Besonders bei vermieteten Wohnungen zur Kapitalanlage trifft man aber immer wieder Käufer, die davon absehen. Tun Sie das nicht. Kein Prospekt und kein Foto kann die persönliche Inaugenscheinnahme vor Ort ersetzen. Prüfen Sie auch das Umfeld (Lage, Infrastruktur,

Nachbarn). Ein großartiges Haus in miserabler Lage lässt sich nicht woanders hin verschieben. Sinnvoll ist es in jedem Fall, die Immobilie vor Vertragsunterzeichnung von einem Sachverständigen begutachten zu lassen. Als Laie können Sie viele Mängel nicht selbst erkennen. Der Sachverständige sollte ein schriftliches Gutachten erstellen, damit Sie ihn haftbar machen können, falls er Mängel übersehen hat. Besorgen Sie sich eine Anliegerbescheinigung. Daraus können Sie ersehen, ob alle Erschließungsanlagen (Straße, Sied) für das Grundstück vollständig hergestellt und bezahlt sind oder ob hier in Zukunft noch Kosten auf Sie zukommen. In Hamburg werden Anliegerbescheinigungen von der Finanzbehörde erteilt.

3. FÜR DIE WIRTSCHAFTLICHEN UND TATSÄCHLICHEN ENTSCHEIDUNGEN SIND SIE VERANTWORTLICH

Der Notar sorgt dafür, dass Ihr Kaufvertrag rechtssicher gestaltet wird. Er sieht vor, dass der Käufer den Kaufpreis erst zahlen muss, wenn sein Anspruch auf lastenfreie Eigentumsumschreibung gesichert ist, und das Eigentum erst auf den Käufer umgeschrieben wird, wenn der Verkäufer den Kaufpreis erhalten hat. Für die tatsächliche Beschaffenheit des Hauses und des Grundstücks ist der Notar nicht verantwortlich. Der Notar prüft auch nicht, ob der vereinbarte Kaufpreis angemessen oder marktüblich ist. Selbst wenn der Notar hier Zweifel hätte, dürfte er sie aufgrund seiner Neutralitätspflicht nicht äußern. Sie als Käufer entscheiden, ob die Immobilie so ist, dass Sie sie kaufen möchten, und welchen Kaufpreis sie Ihnen wert ist.

Es ist allein Ihre Verantwortung als Käufer, zu prüfen, ob das Objekt für Ihre Zwecke geeignet ist. Wenn Sie ein Grundstück als Bauplatz kaufen, erkundigen Sie sich vorher beim Bauamt, ob das Grundstück Bauland und die von Ihnen geplante Bebauung darauf zulässig ist, ob Baulasten bestehen und ob die Erschließung gesichert ist.

TEIL 2 FOLGT IN DER NÄCHSTEN AUSGABE.



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

SENDENHORST

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

TEIL 1

Die Serie „Läden in Sendenhorst“ wird zu einem späteren Zeitpunkt fortgesetzt... Abgebildet wird der Begleittext zum Stromkasten Am Ihr Platz | Weststraße – und von der handelt der Bericht.

DIE WESTSTRASSE IM WANDEL DER ZEITEN...

Die Weststraße ist sicher eine der ältesten Straßen innerhalb Sendenhorsts. Die Weststraße liegt auf dem Münsterländer Kiessandrücken, einer eiszeitlichen Ablagerung aus Sand und Kies. Auf und an dieser „Anhöhe“ quer durch das ganze Münsterland wurde schon früh gesiedelt. Der Fund eines Gräberfeldes 1930 aus der Bronzezeit (600-500 vor Chr.) im Bereich der Spithöverstraße lässt lt. Petzmeyer vermuten, dass dazu eine bäuerliche, früh-germanische Siedlung bestanden hat und somit auch ein Weg entlang des Kiessandzuges. Auf dem höchsten Punkt der „Anhöhe“ wurde später (nach 1000 n. Chr.) die erste Kirche errichtet, am selben Standort wie die heutige Kirche St. Martin.

Die erste Bauerschaft Seondenhurst wird im Jahre 900 zum ersten Mal erwähnt und ist nach Heinrich Petzmeyer 500 m westlich verortet, etwa so im Bereich „Geist“.

Das erste Mal „Kirchdorf“ wird Sendenhorst 1175 genannt, da gab es die „Weststraße“ (als Weg) wohl schon über 1.600 Jahre. Der kürzeste Weg zur gemeinsam mit den anderen Bauerschaften erbauten „neuen“ Kirche führte hier in der Weststraße entlang.



↑ Luftaufnahme, Ende der 1960er Jahre, „Eingang“ zur heutigen Fußgängerzone (Einweihung 1988) mit den Brennereien Graute und Schulze Rötering (Gassner). Das Ensemble mit den Fachwerkhäusern Graute, Löwenstein, Gaßner auf der rechten Seite Richtung Osten ist erhalten geblieben.



↑ Blick in die Weststraße mit Beflaggung. Links: Scheune Schulze Rötering.

An der Weststraße, genau an der Stelle des ehemaligen Bürgerhauses, wurden im Jahr 1975 riesige Fundamente und mittelalterliche Artefakte gefunden, so dass man davon ausgehen kann, dass sich hier ein Adelssitz im Mittelalter befunden haben muss. Herrmann von Sendenhorst wird in dem Zusammenhang als möglicher Burgherr genannt, wahrscheinlich 12. Jahrhundert.

Der Bereich Drostenhof (hinter dem Bürgerhaus) war dem Areal zugeordnet, dem Hof des Drostens (= Verwalter des Bischofs) und der war adelig. Spätere Eigentümer (Grafen von Merfeldt) wohnten nicht mehr am Ort.

An der Weststraße gab es auf engstem Raum 3 Brennereien, die auch heute noch die Stationen 1 - 3 des Brennereipfades bilden. Dieser umfasst insgesamt 12 Stationen, die an den Standorten der ehemals mindestens 12 Brennereien in der Stadt platziert sind.



↑ Familie Gassner-Schulze Röttering bei der Entdeckung der mittelalterlichen Artefakte im Jahre 1975.

An der Weststraße waren dies die Brennereien Graute, Schulze Röttering und Sommersell. Viele Jahrzehnte waren die Brenner ein wichtiger Wirtschaftsfaktor in der Stadt und die Brenner waren in vielen gesellschaftlichen Bereichen der Stadt stark vertreten. Im 19. Jahrhundert war die Kornbrennerei der wichtigste Wirtschaftszweig Sendenhorsts bis weit in das 20. Jahrhundert hinein. Auch nach dem 2. Weltkrieg wurde noch lange Jahre Korn in der Innenstadt und in der Weststraße produziert.

Mit der Stadtsanierung in den 1970er Jahren realisierte man, dass die Brennereibetriebe in der Stadt nicht mehr zeitgemäß waren, die Geruchs-, Verkehrs- und Schmutzbelastung war einfach zu groß, gerade bei Inversionswetterlage.

Die Brennereien wurden in das umliegende Kirchspiel ausgesiedelt, z. B. gingen die Brennrechte der Brennerei Gassner an Martin Schulze Röttering über, der noch heute im Kirchspiel Borbein brennt.

Dem Thema Brenner wurde von dem Sendenhorster Künstler und Ehrenbürger Bernhard Kleinhans ein Kunstwerk gewidmet, die Quadriga. Dargestellt sind vier Arbeiter, die die Schlempe aus der Stadt abtransportieren mussten.

Die Schlempe entsteht als Nebenprodukt beim Brennen. Gleichzeitig wurde diese als hoch effizientes Mastfutter an das Vieh verfüttert. Da die meisten Brenner gleichzeitig landwirtschaftliche Betriebe im Kirchspiel hatten, konnte somit eine effiziente Wertschöpfungskette entstehen.

Die Quadriga stand zuerst vorm Bürgerhaus, wurde jedoch im Jahre 2015 an den Eingang der Fußgängerzone versetzt.



↑ Spielende Kinder auf der Weststraße, Blick bis zum Fuselpättken, links: Haushaltswaren Meyer

Zum Glück wurde durch den Einsatz einiger engagierter Bürger verhindert, dass das Fachwerkensemble niedrigerissen wurde. Dieses stellt heute eine Perle und ein Entree in die immer noch schöne Innenstadt von Sendenhorst dar.

Einige wunderschöne Fachwerkhäuser konnten gerettet werden. Und wenn auf den alten Fotos die Häuser auch so schön aussehen, die Innenstadt und die Weststraße war eng, gerade in den Hinterhof-Bereichen. Kleine Gewerbebetriebe machten den knappen Platz noch knapper und der Wohnraum in den nach außen „schönen“ Gemäuern war eher bescheiden. So konnte mein Vater in seinem eigenen Zimmer nicht aufrecht stehen, die Toilette befand sich im Hof. Die Liste ließe sich fortsetzen...

TEIL 2 FOLGT IN DER NÄCHSTEN AUSGABE.

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



Tobias Kunicke

IT-Hilfe für
kleine Unter-
nehmen und
Privatanwender

**IHR KOMPETENTER
PARTNER RUND
UM DIE IT**



www.athoc-it-service.de

Drostenhofstraße 13a
48167 Münster

Tel: 02506 / 7 09 33 03
Fax: 02506 / 7 09 33 04

Mobil: 0152 / 33 80 41 14
Mail: info@athoc-it-service.de



Ralf Kunicke



ANZEIGE

MAI

Gewinnspiel

Viel Glück!

FRAGE

Wo befindet sich das Fitnessstudio mit den eGym Start Strength Geräten in Sendenhorst?

Gewinne 3 Monate gratis Training im Workout Fitnessstudio in Sendenhorst.

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:

10.05.2022

PREISVERLEIHUNG:

In der kommenden Ausgabe wird der/die GewinnerIn bekanntgegeben.

MAI

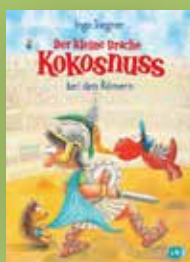
Kinder-Gewinnspiel

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 10.05.2022. 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

www.der-kitzhoefer.de

Kitzhöfer.
kreative gärten

IHR GARTENERLEBNIS PASSEND GESTALTEN

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

T. 02506 417010
info@foit-immobilien.de

APRIL

Preisverleihung

Kinder-Gewinnspiel

DIE LÖSUNG LAUTET:

Auf Bild 2 fehlt ein orange/gelber Stern.

DER GEWINNER IST:

Linus Bussmann (8 Jahre) aus Münster.

Er gewann das Buch „Die drei!!! – Mission Pferdeshow“ von Henriette Wich.

Gewinnspiel Buchfink

GEWINNSPIEL-FRAGE:

Was wagt sich Navid Kermani?

DIE LÖSUNG LAUTET:

Navid Kermani wagt sich ins Dunkle zu schreiben.

DER GEWINNER IST:

Hiltrud Thon aus Ahlen.

Sie gewann das Buch „Jeder soll von da, wo er ist, einen Schritt näher kommen“ von Navid Kermani.

Gewinnspiel

GEWINNSPIEL-FRAGE:

Auf welcher Straße befindet sich der italienische Feinkostladen Mercato Roma in Sendenhorst?

DIE LÖSUNG LAUTET:

Der Feinkostladen Mercato Roma befindet sich auf der Schulstraße in Sendenhorst.

DIE GEWINNERIN IST:

Maria Wallkötter aus Münster.

Sie gewann einen 25 Euro Gutschein von Mercato Roma in Sendenhorst.

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. Mai 2022

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
Monika Paul

Redaktionelle Mitarbeiter in dieser Ausgabe:

Ute Neigenfind, Wolfram Opperbeck, Christian Hölscher, Marc Hankmann (SG Fußball), Mechthild Bonse (FIZ Sendenhorst und Albersloh e.V.)

Auflage

5.000 Stück

Vertriebsgebiet

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

diverse Fotos/Icons von

unsplash.com und freepik.com

Titelbild: unsplash.com

gedruckt von

ONLINE GEDRUCKT VON

SAXOPRINT



stadtland[®]
magazin

Wir wünschen Ihnen einen schönen Wonnemonat Mai!

DAS OSTMÜNSTER- LAND IST SO.

Beständig, verlässlich und fair setzen wir uns
für Sie und für bezahlbare Energie ein.

SO NAH.
SO GUT.
www.so.de

Besuchen Sie
uns auf Facebook
und Instagram.



STADTWERKE 
OSTMÜNSTERLAND