

Juli 2026 | Ausgabe 142

stadtland[®]

magazin

Das Mitmachmagazin für die Region.



*Sei wie eine Sonnenblume -
dreh dich immer der Sonne zu!*

Zum Mitmachen. **Kostenlos mitnehmen!**



MONAT JULI

Immer der Sonne entgegen...

„Sei wie eine Sonnenblume –
dreh dich immer
der Sonne zu!“

(Verfasser unbekannt)

Liebe Leserinnen und Leser,

in dieser Ausgabe dreht sich alles um eins: die Sonne. Genau wie eine Sonnenblume mit Sonnenbrille auf unserem Titelbild wollen wir uns den hellen Seiten des Sommers zuwenden.

Wir nehmen Sie mit zu den schönsten Badeseen in der Region. Unsere Ausflugstipps zeigen Ihnen, wo Abkühlung, Liegewiesen und Erholung auf Sie warten – perfekt für sonnige Tage und eine Auszeit. Ganz herzlich grüßen wir die Schützen in Albersloh. Wir wünschen allen ein stimmungsvolles Fest, viele sonnige Stunden und einen gelungenen Festtagsumzug. Horrido!

Bei Brockamp Haus- und Gebäudetechnik gibt es

schon seit Anfang des Jahres Neuigkeiten. Der Service bleibt, nur die Adresse hat sich geändert. Wir berichten über die neue Heimat des Handwerks.

Herzlich willkommen heißen wir in diesem Monat Steinkamp & Rüter Immobilien – ein junges Immobilienunternehmen startet am 11. Juli in Sendenhorst. Wir wünschen viel Erfolg und einen tollen Start!

Auch Hassan Othman und sein Team von Spicy feiern mit „Spicy Sweets“ die zweite Filiale in Sendenhorst. Am 17. Juli lädt Spicy Sweets wieder dazu ein: Zahlen Sie so viel Sie möchten. Der Erlös wird wie immer einem gemeinnützigen Verein gespendet. Unterstützen Sie die Aktion und genießen Sie gleichzeitig das großartige Angebot von

Süßem und Herzhaftem.

Auch Mathis Sauerland begrüßen wir in Sendenhorst. Er gründete Anfang des Jahres S3 Elektrotechnik. Hier stehen Zuverlässigkeit, saubere Arbeit und transparente Kommunikation im Mittelpunkt.

Drehen Sie sich mit uns der Sonne zu, genießen Sie die warmen Tage und tanken Sie neue Kraft. Besonders an die Kinder und deren Familien:

Wir wünschen allen einen superguten Start in die Sommerferien. Macht das Beste aus der freien Zeit, erlebt schöne Abenteuer, lacht viel und sammelt Erinnerungen, an die ihr euch noch lange gerne zurückerinnert. Bleibt gesund und kommt gut erholt wieder!

Kompakte Markise. Große Wirkung.

Jetzt
**Cashback
400€**
sichern



Die Beste unter der Sonne. Made in Germany.
Designmarkise markilux 990. Premiumqualität zum Aktionspreis.

EUSTERGERLING
Rollladen • Markisen • Sonnenschutz

Spilbrinkstr. 1-5 · 59227 Ahlen
Telefon 02382-26 11

www.eustergerling.de



Herzlichst, Ihre

Alexandra Wuttke

Chefredakteurin
und das Team vom
stadtland magazin

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 Dauernährstoffen
- 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

Ausruhen gehört zum Leben

Und auch nicht vor sich selbst davonlaufen - Gedanken von Wolfram Opperbeck

Ja, da hat Pater Anselm mal wieder richtig Recht:

**Ausruhen gehört zum Leben, die Sonne und die Schönheit der
Schöpfung genießen, die jetzt voll in Blüte steht.**

**Und das Ziel des Lebens ist nicht,
möglichst viel zu arbeiten, sondern zu leben.**

Leben heißt aber nicht, möglichst viel zu erleben und sich nach der Arbeit nur dem Vergnügen widmen, sondern ausruhen, die Muße genießen. Denn genau darin liegt auch die Würde des Menschen. Wichtig ist auch, daran zu denken, dass die Ruhe in der Seele beginnt. Denn zuerst muss das Innere in uns zur Ruhe kommen. Und dann wird sich die Ruhe auch auf den Leib auswirken. Wichtig ist bei allem daran zu denken, dass die Fähigkeit zu leben auch mit der Fähigkeit zu tun hat, ganz im Augenblick mit sich selbst zu sein. Denn viele sind sogar auch im Urlaub noch auf der Flucht vor sich selbst. Sie hetzen von einem Ort zum anderen, um vor sich selbst davonzulaufen. Wichtig für unser Leben aber ist doch auch, sich zu erholen. Und das heißt: sich das holen, was wir für unser Leben und für unsere Seele brauchen. Es heißt: sich erlauben, ganz wir selbst zu sein, frei von allen Erwartungen unserer Umgebung, das Leben zu genießen und so wahrhaft zur Ruhe zu kommen. Ja, es liegt an einem selbst, die schönen Dinge des Tages zu erhalten und auch wahrzunehmen. Bei allem dann nie vergessen: Freude kann zu einer Kraftquelle werden aus der wir in unserem Miteinander für das Leben schöpfen können. Und die Natur lädt uns auch ein, alles, was in uns wächst, mit einem Auge anzuschauen, das nicht bewertet, sondern in allem die natürliche und vielleicht sogar auch eine göttliche Schönheit entdecken kann. Vielleicht wird mancher ja auch dafür danken, was Gott uns täglich schenkt. Ich weiß, solche Gedanken sind nicht immer leicht, aber durchaus auch mal einen Versuch wert. Denn Leib und Seele gehören zusammen. Und deshalb sollten wir sowohl auf die Seele als auch auf den Leib hören. Denn der Leib will uns auch darauf aufmerksam machen, wo wir auf unsere Seele zu wenig geachtet haben. Aber das Sonnenlicht ist doch eine der besonderen Freuden des Sommers, denn es erhellt unsere Stimmung und stimuliert unseren Leib. Davon ist nicht nur Pater Anselm Grün überzeugt. Wichtig für uns ist auch, sich loszulassen. Und immer daran zu denken:

Wir dürfen so sein, wie wir sind.

Und dabei dürfen wir natürlich auch die Ruhe genießen.



Denn in ihr kommen wir mit uns in Einklang, und es bringt uns dann nichts mehr aus der Ruhe. Ruhe aber bedeutet durchaus auch, sich jeden Tag zu bewegen, denn wir wissen doch: Bewegung tut gut und stärkt das Leben. Ja, das weiß ich auch, aber tue es dennoch leider viel zu wenig... Also, wir sollten alle unbedingt darauf achten, etwas wirklich Gutes für Leib und Seele zu tun und sich dazu eben auch öfter mal die Frage stellen: Was dient meiner Erholung tatsächlich und wodurch gewinne ich neue Kraft? Im schönen Sommer aber empfiehlt sich auch: Genieße die Sonne: lass sie tief ins Herz fallen, denn sie ist eine Kraft, die uns auch durch dunkle Tage begleiten kann! Wir wissen doch: Leben ist Bewegung. Wer stehenbleibt, erstarrt. Und Leben heißt auch: ganz im Augenblick sein und das tun, was dem Herzen entspricht. Und alles, wonach wir uns sehnen, ist schon in unseren Herzen. Es geht dann darum, vor dieser Wahrheit nicht davonzulaufen, sondern innezuhalten und sich ihr zu stellen! Und bei allem nie vergessen:

**Zur Ruhe kommen kann nur der, der bereit ist sich selbst
anzunehmen, wie er ist. Und das bedeutet auch:
Wir sollten nicht vor uns selbst davon laufen...**



**Ist denn bald schon Weihnachten?
Feiern Sie Ihre Weihnachtsfeier in der
Brennerei Bütfering.
Sprechen Sie uns jetzt an und planen
Sie mit uns!**

Tafelschmitz
Catering & Eventservice

www.brennerei-buetfering.com
Tel: 02585 8959650
Raiffeisenstraße 2, 48231 Hoetmar



Badeseen und mehr

Sommeridylle im Münsterland

Das Münsterland ist vor allem für seine Parklandschaften, Wasserschlösser und Radwege bekannt. Doch besonders im Sommer entwickelt sich die Region zu einem beliebten Ziel für Badegäste und Erholungssuchende. Zwischen Münster, Gronau, Haltern am See und dem Teutoburger Wald liegen zahlreiche Badeseen mit Sandstränden, Naturbuchten und vielseitigen Freizeitangeboten.



↑ Kleine Regatta auf dem Dreiländersee © Frankweichei / CC BY-SA 4.0

Viele dieser Seen entstanden aus ehemaligen Kiesgruben und wurden zu attraktiven Naherholungsgebieten umgestaltet. Heute bieten sie ideale Bedingungen zum Schwimmen, Segeln, Stand-up-Paddling oder einfach zum Entspannen am Wasser. Die Badeseen des Münsterlandes zeigen, wie vielseitig die Region auch abseits ihrer bekannten Sehenswürdigkeiten ist. Ob familienfreundlicher Strand, ruhiger Natursee oder Wassersportzentrum, für nahezu jeden Geschmack findet sich das passende Ausflugsziel. Die Kombination aus guter Wasserqualität, gepflegten Anlagen und reizvoller Natur macht die Seen zu beliebten Erholungsorten für Besucher jeden Alters.

DER DREILÄNDERSEE BEI GRONAU

Der Dreiländersee gehört zu den bekanntesten Badeseen im Münsterland. Sein Name verweist auf die Nähe zu Nordrhein-Westfalen, Niedersachsen und den Niederlanden. Besonders beliebt ist der breite Sandstrand, der flach ins Wasser übergeht und deshalb ideal für Familien geeignet ist. Neben dem Baden bietet der See zahlreiche Freizeitmöglichkeiten. Besucher können segeln, Tretboot fahren oder den rund 3,3 Kilometer langen Rundweg nutzen. Große Liegewiesen und gastronomische Angebote sorgen dafür, dass sich hier problemlos ein ganzer Sommertag verbringen lässt. Dank der guten Wasserqualität zählt der Dreiländersee zu den beliebtesten Ausflugszielen im Westmünsterland.



↑ Dreiländersee © Ger-Max / CC BY-SA 4.0

HADDORFER SEEN BEI WETTRINGEN

Die Haddorfer Seen zählen zu den schönsten Naturbadeseen der Region. Das weitläufige Naherholungsgebiet umfasst mehrere Seen, die von Heide-landschaft und kleinen Dünen umgeben sind. Dadurch entsteht eine besonders ruhige und naturnahe Atmosphäre. Vor allem Familien schätzen den Naturbadese mit seinem großen Sandstrand. Kinder finden Abenteuer-spielplätze und Matschbereiche, während Erwachsene die Ruhe genießen

oder sportlich aktiv werden können. Beachvolleyball, Segeln und Bootsverleih ergänzen das Angebot. Besonders attraktiv ist zudem, dass viele Bereiche kostenlos zugänglich sind.

HALTERNER STAUSEE – DAS „MÜNSTERLAND-MEER“

Der Halterner Stausee gehört zu den größten Freizeitgewässern im Münsterland und wird häufig als „Münsterland-Meer“ bezeichnet. Vor allem im Sommer entsteht hier echtes Urlaubsgefühl. Das große Strandbad mit Sandstrand lockt jedes Jahr zahlreiche Besucher an. Neben dem Baden sind hier auch Segeln, Rudern, Surfen und Tretbootfahren möglich. Durch die gute Bahn-anbindung ist der See bequem erreichbar. Zusätzlich laden die umliegenden Wälder des Naturparks Hohe Mark zu Spaziergängen und Fahrradtouren ein. Dadurch verbindet der Halterner Stausee Natur, Erholung und Sport auf ideale Weise.



↑ Stausee, Haltern am See © Günter Seggebäing / CC BY-SA 4.0



↑ Strandbad, Stausee, Haltern am See © Dietmar Rabich / CC BY-SA 4.0

PRÖBSTINGSEE BEI BORKEN

Der Pröbstingsee ist weit mehr als nur ein Badesee. Rund um das Gewässer entstand ein vielseitiges Freizeitgebiet mit Wanderwegen, Bootsangeboten und Spielmöglichkeiten. Besonders Familien nutzen den See gern für Tagesausflüge. Neben großzügigen Liegewiesen und Badebereichen gibt es ruhige

Plätze zum Entspannen. Die gepflegte und familienfreundliche Infrastruktur sorgt dafür, dass sich Besucher hier schnell wohlfühlen. Damit zählt der Pröbstingsee zu den beliebtesten Freizeitzielen im Kreis Borken.

TORFMOORSEE IN HÖRSTEL

Der Torfmoorsee liegt am Rand des Teutoburger Waldes und zählt mit rund 57 Hektar Wasserfläche zu den größeren Seen im Münsterland. Die landschaftlich reizvolle Umgebung macht ihn besonders attraktiv für Naturfreunde und Erholungssuchende. Vor allem Wassersportler kommen hier auf ihre Kosten. Segeln, Surfen und Angeln gehören zu den beliebtesten Aktivitäten. Gleichzeitig gibt es ruhige Bereiche für Spaziergänge und Naturbeobachtungen. Im Vergleich zu anderen Badeseen wirkt der Torfmoorsee oft weniger überlaufen und bietet dadurch eine besonders entspannte Atmosphäre.

Die Badeseen im Münsterland bieten somit ideale Möglichkeiten, warme Sommertage in der Natur zu verbringen. Ob sportliche Aktivitäten, Familienausflug oder ruhige Erholung am Wasser, die Region verfügt über zahlreiche attraktive Seen, die Naturerlebnis und Freizeitspaß miteinander verbinden.

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

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



DAHEIM – SO LANGE WIE MÖGLICH

In Ahlen
02382 893530

In Sendenhorst
02526 3003030

→ Individuelle Beratung
→ 24 Stunden Bereitschaft

www.caritas-ahlen.de

Schützenfest Albersloh



Drei Tage Sommer, Sonne, Schützenfest!

Unter dem Motto „3-mal S = 3 Tage Sommer, Sonne, Schützenfest!“ lädt der Bürgerschützenverein Albersloh vom 4. bis 6. Juli 2026 zum traditionellen Schützenfest ein. Drei Tage lang stehen Gemeinschaft, Brauchtum und Geselligkeit im Mittelpunkt. Gleichzeitig gibt es einige Neuerungen.



Ziel ist weiterhin ein Schützenfest für Jung und Alt, insbesondere für Mitglieder, ehemalige Albersloher sowie alle Schützenfestfreunde aus der Region. Sollte die deutsche Fußball-Nationalmannschaft am Samstag ihr Achtelfinale bei der WM 2026 bestreiten, wird das Spiel auf einer Großleinwand im Festzelt übertragen.

Am **Sonntag, 5. Juli**, beginnt das Festprogramm um 14 Uhr mit dem Antreten auf der Wiemhove. Nach der Begrüßung und der Reihenabnahme durch Oberst Thomas Steinmann wird das scheidende Königspaar Simon Spangenberg und Lana Jungfermann im Kohkamp abgeholt. Anschließend geht es zum Vogelschießen in Telges Busch. Dort werden zunächst Hampelmann und Kinderschützenkönig ermittelt, bevor die Entscheidung über die neue Schützenwürde fällt. Besonders spannend wird das Königsschießen durch eine historische Neuerung. Seit der Generalversammlung im November 2025 können auch Frauen Mitglied im Bürgerschützenverein werden. Bisher haben zwar nur wenige Frauen von dieser Möglichkeit

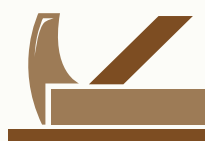
Den Auftakt bildet am **Samstag, 4. Juli, ab 20 Uhr** der Partyabend im Festzelt. Für die Musik sorgt erstmals die Top-40-Partyband IMPULS. Der Vorstand wurde beim Junggesellenschützenfest in Drensteinfurt auf die Band aufmerksam und war nach einem Probehören überzeugt, dass sie hervorragend nach Albersloh passt. Die Besucher dürfen sich auf aktuelle Hits, bekannte Klassiker und beste Stimmung freuen. Eine wichtige Neuerung betrifft die Sicherheit. Erstmals wird beim Schützenfest eine Security eingesetzt. Hintergrund ist die in den vergangenen Jahren deutlich gestiegene Zahl junger Besucher ohne Bezug zum Ort oder Fest, die teilweise stark alkoholisiert waren. Viele Mitglieder und



Stammgäste empfanden diese Entwicklung als störend. Mit einem dezenten Einsatz von Sicherheitskräften an Einlass, Notausgängen und weiteren wichtigen Punkten soll die besondere Atmosphäre des Festes erhalten bleiben.



FOTOS: SCHÜTZENVEREIN ALBERSLOH



Tischlerei & Raumkonzepte

Tim Ahlers

ehemals Möbel Kofoth

Bergstraße 25
48324 Sendenhorst-Albersloh
Tel. 02535 - 261

info@tischlerei-ahlers.de

www.tischlerei-ahlers.de

- Möbel
- Küchen nach Maß
- Innenausbau
- Raumkonzepte

Gebrauch gemacht, der Verein hofft jedoch auf weiteren Zulauf. Neumitglieder dürfen laut Satzung erst nach zwei Jahren Vereinszugehörigkeit auf den Vogel schießen. Für die meisten neuen weiblichen Mitglieder kommt eine Teilnahme daher frühestens 2028 infrage. Eine Ausnahme gilt jedoch für Mitglieder des Kolping-Blasorchesters, des Spielmannszuges und der Fahngarde. Da sie bereits Vereinsmitglieder sind, könnten sie, sofern ihre Mitgliedschaft länger als zwei Jahre besteht, schon 2026 am Königsschießen teilnehmen. Damit ist es möglich, dass Albersloh erstmals eine Schützenkönigin erhält. Am Abend sorgt erneut DJ Soundlight für Stimmung im Zelt. Sollte die deutsche Nationalmannschaft am Sonntag ihr



Achtelfinale bestreiten, wird auch dieses Spiel auf Großleinwand übertragen. Der **Montag** beginnt um 8 Uhr mit der Schützenmesse in der St.-Ludgerus-Kirche. Anschließend erfolgt eine weitere Neuerung. Nach dem Antreten auf der Wiemhove besucht der Verein direkt die Kindergartenkinder. Dadurch wird der Zeitplan gestrafft und die Kinder müssen nicht unnötig lange auf den neuen König oder die neue Königin warten. Beim anschließenden Frühschoppen im Festzelt werden der neue Regent proklamiert sowie langjährige Mitglieder geehrt. Um 11.30 Uhr folgt der Besuch des Ehrenmals, anschließend der traditionelle Fahnschlag beim Ortsvorsteher und bei der Bürgermeisterin.

Ab 17 Uhr beginnt das bekannte Nachmittagsprogramm mit der Abholung von König beziehungsweise Königin und Hofstaat sowie den Besuchen beim Pastor am Ludgerushaus und im Altenheim. Danach wird im Festzelt der große Königsball gefeiert. Für die Musik sorgt die in Albersloh bestens bekannte Band Motion Livemusic. Ein weiterer Höhepunkt ist die traditionelle Polonaise um 21 Uhr, bevor bis in die frühen Morgenstunden gefeiert wird. Der Bürgerschützenverein Albersloh freut sich auf drei stimmungsvolle Festtage und heißt alle Gäste herzlich willkommen, ob langjährige Mitglieder, ehemalige Albersloher, Neubürger oder Schützenfestfreunde aus der Region.



Wir wünschen allen Alberslohern ein schönes Schützenfest!



Autohaus Breul GmbH & Co. KG
Ihr freundliches Autohaus am Rande der Großstadt

VERKAUF • SERVICE • KAROSSERIE • LACKIERUNG

- Ford Neu- und Gebrauchtwagen
- Garantie- und Kulanzabwicklung
- Inspektion und Wartungsarbeiten
- Karosserie- und Lackfachbetrieb

Autohaus Breul GmbH & Co. KG
Münsterstraße 8 • 48324 Albersloh
Tel. 0 25 35 / 205 - Fax 1377
www.ford-breul-sendenhorst.de

Karosserie • Fachbetrieb



Reparatur aller Fabrikate
Lackierung

Wo Fachwissen auf Heimatverbundenheit trifft

Ein junges Immobilienunternehmen startet in Sendenhorst

Mitten in Sendenhorst am Lambertiplatz ist gerade ein junges Immobilienunternehmen entstanden, das klassische Maklerei mit technischem Know-how verbindet. Während viele Immobilienunternehmen vor allem den Vertrieb in den Mittelpunkt stellen, verfolgen Christoph Steinkamp und Benjamin Rüter bewusst einen anderen Ansatz. Mit der Gründung der Steinkamp & Rüter Immobilien GmbH verfolgen die beiden Unternehmer das Ziel, Immobilien ganzheitlich zu betrachten und das technisch, wirtschaftlich und strategisch.

”

Für uns war schnell klar, dass wir unser Unternehmen dort aufbauen möchten, wo wir verwurzelt sind – im Münsterland.

“

Genau diese regionale Verbundenheit prägt die Arbeit von Steinkamp & Rüter Immobilien. Statt anonymem Großstadgeschäft setzen sie bewusst auf persönliche Erreichbarkeit, ehrliche Beratung und langfristige Beziehungen zu Eigentümern, Investoren und Projektpartnern in der Region. Hinter dem Unternehmen stehen zwei junge Experten mit unterschiedlichen, sich aber ideal ergänzenden Schwerpunkten. Christoph Steinkamp, wohnhaft in Vorhelm, studierte Bauingenieurwesen und absolvierte sowohl den Bachelor als auch den Master of Science. Ergänzend qualifizierte er sich als Immobilienmakler (IHK). Sein Schwerpunkt liegt heute in der Immobilienvermittlung und der strategischen Vermarktung. Moderne Präsentationen, hochwertige Fotos und Videos, digitale Prozesse sowie eine schnelle Kommunikation gehören für ihn selbstverständlich zu einer professionellen Maklerei. Privat ist der 30-Jährige sportlich aktiv, begeistert sich für Padel und schätzt



↑ v.l. Benjamin Rüter und Christoph Steinkamp

den persönlichen Austausch sowie Networking in der Region. Benjamin Rüter aus Haltern am See bringt ebenfalls eine starke fachliche Grundlage mit. Nach seinem Studium der Immobilienwirtschaft und des Immobilienmanagements absolvierte er zusätzlich den Masterstudiengang „Energieeffizientes und Nachhaltiges Bauen“. Seine Schwerpunkte liegen insbesondere in der Bau- und Projektleitung sowie in der Projektentwicklung. Dabei spielt für ihn vor allem die Verbindung einer nachhaltigen Bauqualität und einer wirtschaftlich sinnvollen Planung eine zentrale Rolle. Privat verbringt der 28-Jährige viel Zeit in

der Natur, beim Wandern und Sport sowie im Austausch mit Menschen aus der Region. Dass beide Geschäftsführer noch vergleichsweise jung sind, sehen sie nicht als Nachteil, im Gegenteil. Gerade ihre moderne Sichtweise auf Immobilien und Vermarktung wird von vielen Eigentümern als erfrischend wahrgenommen. Digitale Prozesse, hohe Erreichbarkeit und die aktive Nutzung von Social Media gehören heute für viele Kunden zum Standard. Gleichzeitig wünschen sich Eigentümer aber vor allem Verlässlichkeit, Transparenz und ehrliche Beratung. Genau diese Kombination möchten Steinkamp und Rüter bieten.

Baubegleitung und Vermarktung einer Wohnung in Sendenhorst:



↑ Vor der Sanierung



↑ Nach der Sanierung



↑ digitaler Möblierungsvorschlag

„
Als Bauingenieure betrachten wir Immobilien ganzheitlich – technisch, wirtschaftlich und marktorientiert.
 “

Während Immobilien häufig rein vertrieblich betrachtet werden, fließen bei Steinkamp & Rüter Immobilien auch technische Aspekte, Projektpotenziale und wirtschaftliche Entwicklungen in die



Beratung ein. Das schafft nicht nur mehr Transparenz, sondern hilft Eigentümern oft dabei, bessere und langfristig sinnvollere Entscheidungen rund um Verkauf, Entwicklung oder Investition zu treffen. Der Schwerpunkt des Unternehmens liegt auf der modernen Immobilienvermittlung im Münsterland. Dazu gehören professionelle Immobilienpräsentationen, hochwertige Visualisierungen, ehrliche Beratung sowie realistische Wertermittlungen. Eigentümer werden von der ersten Einschätzung bis zum Notartermin persönlich begleitet. Ergänzend bietet das Unternehmen Leistungen in den Bereichen Bau- und Projektleitung, technische Beratung und Projektentwicklung an. Die Verbindung aus technischer Expertise und moderner Vermarktung ermöglicht dabei einen ganzheitlichen Blick auf Immobilien – von der ersten Idee bis zur erfolgreichen Umsetzung.

Besonders wichtig ist den beiden Geschäftsführern die Nähe zur Region. Der Fokus von Steinkamp & Rüter Immobilien liegt unter anderem auf Sendenhorst, Albersloh, Drensteinfurt, Rinkerode, Everswinkel, Alverskirchen, Hoetmar, Dolberg, Vorhelm, Ahlen und Münster. Gerade im Münsterland seien Vertrauen, Verlässlichkeit und persönliche Empfehlungen noch immer entscheidende Werte und genau diese möchten die beiden Unternehmer mit ihrem Unternehmen verkörpern. Mit der Gründung der Steinkamp & Rüter Immobilien GmbH verbinden Christoph Steinkamp und Benjamin Rüter eine klare Zukunftsvision. Nachhaltiges



Wachstum, moderne Immobilienvermarktung und eine langfristige Entwicklung im Münsterland. Ihr Ziel ist es, sich langfristig als modernen und verlässlichen Immobilienpartner zu etablieren – professionell, bodenständig und nah an den Menschen der Region.

**Zur Büroeröffnung
 am 11.07 ab 16 Uhr
 laden die beiden Gründer
 alle Interessierten
 herzlich zum
 Lambertiplatz 2 ein.**

**Jetzt
 kostenlose
 Immobilien-
 bewertung
 anfragen**



www.steinkamp-rueter.de



**STEINKAMP & RÜTER
 IMMOBILIEN**

Steinkamp & Rüter Immobilien GmbH
 Lambertiplatz 2 / 48324 Sendenhorst

Tel.: 02526 5379720

Mail: info@steinkamp-rueter.de

Website: steinkamp-rueter.de

Voltigierturnier in Sendenhorst



Nachwuchsvoltigierer zeigen ihr Können

Fahne, Stehen oder Standwaage, was auf dem Boden so einfach ist, wird auf einem Pferderücken zum Balanceakt. Ob im Schritt bei den Kleinen oder im Galopp bei den Großen, Kraft, Koordination, Beweglichkeit und Ausdauer, das alles braucht man für diesen Sport – das VOLTIGIEREN.

Auch im Sendenhorster Reit- und Fahrverein wird diese Pferdesportart angeboten. Als Einstieg in den Pferdesport ist das Voltigieren gerade bei kleinen Kindern sehr beliebt. Aber auch als Leistungssport wird Voltigieren auf Turnieren gezeigt. Leistungsgruppen zeigen ihre Pflicht- und Kürübungen im Galopp, während im Nachwuchsbereich die Voltigierer im Galopp und Schritt oder nur im Schritt turnen.

Auch in diesem Jahr findet in Sendenhorst ein Voltigierturnier statt. Am 11. und 12. Juli 2026 lädt der Reit- und Fahrverein Sendenhorst auf seiner Anlage zu einem Nachwuchs-Voltigierturnier mit Prüfungen zur Qualifikation für den Fünf-Ländervergleichswettkampf ein.

Ein grober Ablauf der einzelnen Prüfungen steht auch schon fest.

Am Samstagvormittag startet der Turniertag mit Prüfungen in den Klassen Gruppenvoltigieren E (gleichzeitig Qualifikation zum Fünf-Ländervergleichswettkampf) und A. Nachmittags sind die Einzelvoltigierer in ihren jeweiligen Leistungsklassen E bis L gefragt.



↑ Auch auf dem Holzpferd zeigen die Voltigierer ihr Können.



↑ Der Nachwuchs zeigt sein Können in der Kür, hier das Team Sendenhorst 3



↑ Die jüngsten Voltigierer freuen sich, ihr Können ihrer Familie und ihren Freunden zu zeigen.



↑ Pflichtübungen sind ein wichtiger Bestandteil beim Wettbewerb. Hier zeigt eine Sendenhorster Voltigiererin das „Knien“.



↑ ↑ Freuen sich auf ein hoffentlich erfolgreiches Wochenende Team 1 des RV Sendenhorst

Sonntags geht es sportlich weiter mit den Nachwuchsgruppen im WBO-Bereich. Begonnen wird mit Mannschaftsprüfungen im Galopp-Schritt, gefolgt von Doppel- und Einzelvoltigieren. Zum „Training unter Wettkampfbedingungen“ haben sich weitere Teams angemeldet. Nach einer kurzen Mittagspause geht es mit den ganz Kleinen im Programm weiter. Prüfungen wie „Schritt-Schritt Mini“ und „Schritt-Schritt Krümel“ stehen auf dem Zeitplan. Bevor es für alle Teilnehmer am Ende des Tages zur großen Siegerehrung in den Zirkel geht, zeigen einige Gruppen sowie Doppel- und Einzelvoltigierer ihr turnerisches Können auf dem Holzpferd. Zuschauer sind herzlich eingeladen. Der Eintritt ist frei. Für das leibliche Wohl sorgt das Kuchen- und Grillteam des RV Sendenhorst.



MY GYM PRIME

Effektives Training und richtiges Handeln beim Abnehmen

Bernd Bügemannskemper im Interview zum Thema Abnehmen und Fitness.



↑ Bernd Bügemannskemper

Bernd Bügemannskemper, rund um das Thema Abnehmen und Fitness kursieren viele Mythen. Woher beziehen Sie Ihre Informationen?

Neben meiner über 40-jährigen Erfahrung in der Fitnessbranche arbeiten wir eng mit dem IST-Studieninstitut zusammen. Dort werden aktuelle wissenschaftliche Erkenntnisse erforscht und ausgewertet.

Welche Irrtümer begegnen Ihnen besonders häufig?

Zum Beispiel die Aussage: „Abends essen macht dick.“ Entscheidend ist jedoch nicht die Uhrzeit, sondern die gesamte Kalorienbilanz. Wer dauerhaft mehr Energie aufnimmt als verbraucht, nimmt zu. Viele Menschen verzichten auch auf Kohlenhydrate. Kohlenhydrate sind nicht grundsätzlich schlecht. Sie liefern dem Körper Energie. Wer regelmäßig Krafttraining betreibt, kann die daraus gewonnene Glukose sogar für den Muskelaufbau nutzen.

Reicht Sport allein aus, um abzunehmen?

Nein. Erfolgreiches Abnehmen ist immer das Zusammenspiel von Ernährung und Bewegung. Wer nur eine Diät macht, verliert auch immer Muskelmasse. Krafttraining hilft dabei, Muskulatur zu erhalten oder sogar aufzubauen, was wichtig ist, weil Fett fast ausschließlich in der Muskulatur verbrannt wird.

Wie bewerten Sie die sogenannten Abnehmspritzen?

Sie können beim Gewichtsverlust unterstützen. Eine groß angelegte Studie bewies, dass es wichtig ist, gleichzeitig Krafttraining zu betreiben und ausreichend Eiweiß zu sich zu nehmen. So lässt sich der Verlust von Muskelmasse reduzieren und langfristig das Wunschgewicht halten.



Auch im hohen Alter können Muskelmasse und Kraft durch gezieltes Training erhalten oder sogar aufgebaut werden.



Hansefit und Wellpass auch bei uns! Inclusive EGYM, Sauna, Kurse, Mineralgetränke, Trainingspläne, Ernährungsberatung, Körperanalyse und 24/7-Training

Gibt es noch weitere Missverständnisse?

Ja, zum Beispiel die Annahme, Menschen mit Bluthochdruck dürften kein Krafttraining machen. Unter fachlicher Anleitung kann richtig dosiertes Krafttraining sogar dazu beitragen, den Blutdruck langfristig zu verbessern.



Regelmäßiges Krafttraining hilft beim Erhalt und Aufbau von Muskelmasse – ein wichtiger Faktor für erfolgreiches und nachhaltiges Abnehmen.



Ihr wichtigster Tipp für alle, die fit und gesund bleiben möchten?

Regelmäßiges Krafttraining – unabhängig vom Alter. Muskelmasse und Kraft lassen sich bis ins hohe Alter erhalten und oft sogar verbessern. In Kombination mit einer ausgewogenen Ernährung ist das der beste Weg zu mehr Gesundheit und Wohlbefinden.

SOMMER ANGEBOT

**14 Tage gratis |
danach 1 Monat
für 22,50€**

**MY
GYM**

Mach dich fit für den Sommer!

24/7

**Anschließend 44,90€
• monatlich kündbar**

**• Startgebühr 24,90 €
anstatt 49,90 €
Für jeden der uns noch nicht kennt!**

Ein Hof als neue Heimat des Handwerks

Brockamp Haus- und Gebäudetechnik schafft Raum für Wachstum und Ausbildung

Die Firma Brockamp Haus- und Gebäudetechnik hat Ende 2025 ihren bisherigen Standort an der Borsigstraße in Sendenhorst verlassen und ist zum 1. Januar 2026 zum Brock 13 in den Außenbereich umgezogen. Mit dem neuen Standort ging gleichzeitig auch die Umbenennung des Unternehmens einher. Zuvor war der Betrieb noch fünf Jahre unter dem vertrauten Namen Keßler & Brockamp Haustechnik GmbH an den bekannten Räumlichkeiten weitergeführt worden.



↑ Team von Brockamp Haustechnik

Die Geschichte des Unternehmens ist eng mit Stephan Brockamp verbunden, der bereits im Jahr 2007 als gleichberechtigter Partner in das damalige Unternehmen Keßler eingestiegen war. Über viele Jahre hinweg wurde der Betrieb gemeinsam geführt, bis Norbert Keßler am 31. Dezember 2020 in den wohlverdienten Ruhestand verabschiedet wurde. Seitdem liegt die alleinige Geschäftsführung bei Stephan Brockamp. Bereits zu dieser Zeit entstand die Idee, den Betrieb langfristig neu auszurichten und an einem anderen Standort weiterzuentwickeln. Als sich die Möglichkeit ergab, den ehemaligen Hof im Brock zu übernehmen, war für Marion und Stephan Brockamp schnell klar, dass sie diesen Schritt wagen wollten. Der Gedanke, an einem Ort gleichzeitig zu leben und zu arbeiten, war schon lange ein persönlicher Wunsch der beiden. Bis aus der Idee Realität wurde, verging allerdings einige Zeit. Bauvoranfragen, Genehmigungen und umfangreiche Umbauarbeiten begleiteten das Projekt über mehrere Jahre hinweg.

Heute blicken Marion und Stephan Brockamp mit großer Zufriedenheit auf diesen Schritt zurück. Der neue Standort bietet nicht nur mehr Platz für den Betrieb, sondern auch eine ruhigere Umgebung und bessere Möglichkeiten für die Zukunft. Rückblickend habe sich die viele Arbeit



↑ Stephan und Marion Brockamp

mehr als gelohnt. Die Verbindung von Wohnen und Arbeiten an einem Ort und zeitgleich ruhige Umgebungsbedingungen entsprachen genau den Vorstellungen, die sie sich gewünscht hatten.

Inhaltlich konzentriert sich Brockamp Haus- und Gebäudetechnik bewusst auf die klassischen Bereiche des Handwerks.

Zum Leistungsspektrum gehören Heizungs-, Sanitär- und Elektroarbeiten ebenso wie moderne Wärmepumpentechnik. Gerade die Nachfrage nach alternativen, energieeffizienten Heizsystemen ist in den vergangenen Jahren deutlich gestiegen.

Die „Energiewende“ ist jeden Tag auch unsere Baustelle.

Der Betrieb setzt auf Fachkompetenz und Spezialisierung in den traditionellen Gewerken, die seit vielen Jahren das Fundament des Unternehmens bilden.

Besonders wichtig ist dem Unternehmen das familiäre Betriebsklima. Aus ursprünglich sechs Mitarbeitern ist in den vergangenen Jahren ein Team mit inzwischen 19 Beschäftigten inklusive Auszubildenden entstanden. Viele Mitarbeiter halten dem Betrieb bereits seit langer Zeit die Treue. Zwei Beschäftigte sind sogar schon seit mehr als 30 Jahren Teil des Unternehmens. Mehrere Mitarbeiter haben ihre berufliche Laufbahn bereits mit der Ausbildung im Betrieb begonnen und sind dem Unternehmen bis heute verbunden geblieben. Dieses vertrauensvolle Miteinander und die enge Zusammenarbeit im Team gelten für Marion und Stephan Brockamp als eine der wichtigsten Grundlagen des Erfolgs. Großen Wert legt das Unternehmen außerdem auf die



↑ Die Anlagenmechaniker Heizung – Sanitär

Ausbildung eigener Fachkräfte. Besonders stolz ist man darauf, dass ehemalige Auszubildende dem Betrieb auch nach ihrer Ausbildung erhalten bleiben. Zwei dieser Auszubildenden haben in den vergangenen Jahren nach Ende ihrer ersten Ausbildung eine zweite im Unternehmen begonnen bzw. beendet. Einer der beiden absolvierte zunächst eine Ausbildung im Bereich Elektrotechnik. Anschließend entschied er sich zusätzlich für die Ausbildung zum Anlagenmechaniker Heizung und schloss auch diese ab. Aktuell absolviert er gerade seine erste Meisterprüfung im Elektrohandwerk und startet im

Anschluss die Weiterbildung zum Meister im Heizungs- und Sanitärbereich. Nach Abschluss dieser wird er Ende kommenden Jahres wieder im Unternehmen tätig sein. Auch der zweite Auszubildende, welcher die Gesellenprüfung im Heizungsbaubereich bereits bestanden hat und aktuell gerade zum Elektrotechniker ausgebildet wird, möchte sich im Anschluss zum Meister fortbilden. Auch er möchte im Anschluss in den Betrieb zurückkehren. Die Kombination aus den beiden Berufen ist eine wichtige und zielführende Kombination. Die Heizung von heute wird mit Strom betrieben.

”

Ich habe das damals auch so gemacht und ebenfalls in beiden Berufen Ausbildungsprüfungen und die Meisterprüfungen abgelegt

“

, erklärt Stephan Brockamp. Somit konnte ich beide von der guten Kombination der Berufe überzeugen und auf Ihrem Weg begleiten.

Für Stephan Brockamp ist diese Entwicklung ein wichtiges Zeichen für die Qualität der Ausbildung



↑ Die Elektriker

und die Verbundenheit innerhalb des Betriebs. Dass gut ausgebildete Fachkräfte auch nach ihrer Ausbildung und Meisterprüfung im Unternehmen bleiben, sei heute keineswegs selbstverständlich. Umso mehr freue man sich darüber, engagierte Mitarbeiter langfristig im Team zu behalten. Neben fachlicher Qualität setzt Brockamp Haus- und Gebäudetechnik weiterhin auf persönlichen Service und Kundennähe. Gerade im Handwerk spielt Vertrauen eine entscheidende Rolle. Auch außerhalb der regulären Arbeitszeiten versucht das Unternehmen, in dringenden Fällen schnelle Hilfe zu leisten. Trotz zunehmender Digitalisierung sieht Stephan Brockamp das Handwerk weiterhin als zukunftsichere Branche. Moderne Technik ist zwar immer wichtiger, dennoch bleibt jede Heizungsanlage und jedes Gebäude individuell. Qualifizierte Handwerksarbeit und persönliche Betreuung werden deshalb auch in Zukunft unverzichtbar bleiben.



Brock 13
48324 Sendenhorst
Tel.: 02526 2220

E-Mail: info@brockamp-haustechnik.de
www.brockamp-haustechnik.de

Verlosung

Jeden Monat ein Buch von der Buchhandlung Buchfink in Wolbeck

GIFTIGER GRUND

Fesselnd und aufwühlend: der ungewöhnlichste Krimi der Saison - vom Gewinner des deutschen Krimipreis 2024

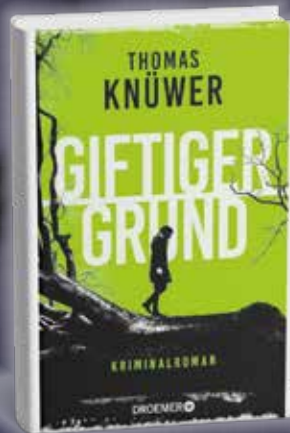
Ein ungewöhnlicher Kriminalroman ohne Ermittler - Gänsehaut garantiert, nichts für schwache Nerven!

Für Joran, frisch aus dem Jugendknast entlassen, werden die ersten Tage in Freiheit zum Desaster: Sein Vater erpresst ihn und auf Jobsuche wird er erniedrigt und schikaniert. Verzweifelt schleicht er schließlich nachts zu der Tankstelle, die er vor sieben Jahren überfallen hat. Seine letzte Hoffnung ist die Beute, die er vor seiner Festnahme in einem Kanalschacht verstecken konnte.

Die Tankstelle ist längst verlassen – ein Lost Place – doch statt der Beute findet Joran im Schacht eine Leiche: Aras, sein damaliger Freund und Komplize. Ist der Dritte im Bunde sein Mörder?

Entsetzt merkt Joran, dass er nicht allein ist auf dem heruntergekommenen Gelände. Da ist Edda, ein kleines Mädchen im Schlafanzug. Und Charu, die sich als Fotografin von Lost Places einen Namen machen will. Der Tote im Schacht wird

für alle drei zu einer schicksalhaften Verbindung. Ein außergewöhnlicher Krimi, der zwischenmenschliche Abgründe auslotet.



Der Autor: Thomas Knüwer

Thomas Knüwer wurde 1983 im Münsterland geboren. Der studierte Grafik-Designer arbeitet in der Werbe- und Kommunikationsbranche und leitet eine Digitalagentur in Hamburg. Seine Kampagnen wurden vielfach national und international ausgezeichnet.

Wer die Antwort weiß, schickt uns bitte bis zum **10.07.2026** eine E-Mail an gewinnspiel@stadtlandmagazin.de oder eine Postkarte mit Antwort, Namen und Telefonnummer an die Redaktionsadresse (siehe im Impressum).

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
diesem Monat*

„GIFTIGER GRUND“

Autor: Thomas Knüwer

Verlag: Drömer Verlag



GEWINNSPIEL- FRAGE:

**Was findet Joran
statt der Beute
im Schacht?**



BUCHFINK

Literatur & Begegnung

Buchhandlung Buchfink

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

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

Regina Hermen · Münsterstraße 11 · 48167 Münster · Telefon: 02506 / 30277 64 ·
Mail: info@buchfink-buchhandlung.de · www.buchfink-buchhandlung.de

Verlosung

STADTLAND MAGAZIN | BÜCHERWELT

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

Der Coppenrath Verlag mit seinem prägnanten Speicher-Ensemble am Hafen ist durch seine Kinderbuch-Charaktere bekannt geworden. „Wenn Kunden oder Besucher unseren Verlag verlassen und sagen ‚solch einen verrückten Verlag habe ich noch nicht gesehen‘, macht mich das stolz“, sagt der Verleger Wolfgang Hölker.



LÖSE DAS
RÄTSEL AUF DER
GEWINNSPIELSEITE
UND GEWINNE
DIESES BUCH SOWIE
50 WALD ABENTEUER
UND EIN
6-IN-1 MULTI TOOL.

Buchgewinn in DIESEM MONAT

„Als die Wölfe fliehen mussten“

Altersempfehlung: ab 9 Jahren
Autorin: Rosanne Parry
Illustratorin: Mónica Armijo



Ergänzend dazu sponsert
der Coppenrath Verlag
50 Wald Abenteuer und
ein 6-in-1 Multi Tool
von der Serie
Nature Zoom.



ALS DIE WÖLFE FLIEHEN MUSSTEN

Mutter zieht mich mit ihrer Pfote näher zu sich heran. „Ich weiß ein Geheimnis“, sagt sie leise. „Groß sein ist nicht das Einzige, was zählt für einen Wolf.“

Fünf Wolfsgeschwister erobern ihr Revier – Fang, Flink, Sturm und Wedel versuchen sich gegenseitig in allem zu überbieten. Nur Flausch, der Jüngste, kann nirgends mithalten. Eines Tages wird das Rudel von feindlichen Wölfen angegriffen. Flausch weiß, dass er im Kampf keine Chance hat. In Todesangst flieht er, zusammen mit den Welpen des jüngsten Wurfs, in die Berge. Plötzlich ist er allein verantwortlich für die vier Jungen, muss sie verteidigen und für ihre Nahrung sorgen. Und Flausch wächst über sich hinaus ...

New-York-Times -Bestseller-Autorin Rosanne Parry hat sich von einer wahren Begebenheit aus dem Tierreich inspirieren lassen. Eindrücklich schildert sie den Überlebenskampf eines jungen Wolfes, der nicht zum Anführer geboren wurde und dennoch seinen Platz in der Welt findet.



Lieber den Spatz in der Hand...

...als die Taube auf dem Dach. Dieses Sprichwort ist uns allen wahrscheinlich wohl bekannt. Geht es Ihnen auch manchmal so, dass die genaue Bedeutung einer Redewendung gar nicht so begrifflich ist, oder man nicht sicher sagen kann, woher sie stammt?

Bei einer Recherche wurde schnell deutlich, dass der Spatz in der Hand hierbei für etwas Kleines, eher Bescheidenes steht, dass einem bereits sicher ist. Als dieses Sprichwort entstanden ist, lag der Spatz wahrscheinlich noch recht nah, da er als Kulturfolger überall zugegen war.

Und wie sehe das Heute aus? Glauben Sie, dass es unser allseits beliebter Spatz noch in diese Gleichung geschafft hätte? Pfeifen bei Ihnen noch die Spatzen von den Dächern, und erinnern Sie sich noch an den letzten Besuch im Café, bei dem eine zutrauliche Schar Spatzen um die Tische hüpfte, auf der Suche nach ein paar Krumen und anderen Leckereien?

Durch die „Stunde der Gartenvögel“ im Mai, wurde bei der Auswertung durch den Nabu deutlich, was wir alle schon seit Jahren beobachten können. **Die Sperlinge, sowohl Feld- als auch Haussperling, verschwinden immer weiter aus unserem Alltag.**

Zwar bleibt der Spatz (Haussperling) der am häufigsten gesichteter Vogel in unseren Gärten, jedoch wurden fast 10 % weniger Individuen gemeldet im Vergleich zum Vorjahr.

Doch warum geht es unseren Spatzen so schlecht? Zum einen ist hier der Rückgang der Nahrung in Form von Insekten verantwortlich. - Saubere, kurz gemähte und aufgeräumte Gärten sind nicht gerade einladend für Insekten. Zum anderen fehlt es an Nistmöglichkeiten und geschützten Lebensräumen. **Die gute Nachricht ist hier mal wieder, dass wir aktiv etwas tun können, um dem Sperling unter die Flügel zu greifen.**

Wer bereits meine Beiträge aus den letzten beiden Ausgaben gelesen hat, weiß dass ich gerne anhand von eigenen Beispielen berichte. Nun gibt es auf unserem Hof eine Ligusterhecke, sowie zwei Eibenbüsche, die mir persönlich überhaupt nicht gefallen.

Als wir vor einigen Jahren angefangen haben, rund um den Hofladen einiges umzugestalten, war mein erster Impuls, dass wir diese Sträucher durch etwas ersetzen, dass mir optisch besser gefällt. Vielleicht mit schönen Blüten, die dann wiederum etwas für die Biodiversität tun.

Mein Mann hat sich klar dagegen ausgesprochen. Insgeheim dachte ich immer, dass ich das später noch mal zur Sprache bringe. Wohl eine recht klassische Szene einer Partnerschaft.

Nun - einige Jahre später, denke ich oft an meinen Vorstoß. Unsere Begeisterung für Vögel ist inzwischen absolut raumgreifend und Teil unseres Alltags. Mir ist heute fast unerklärlich, wie mir nicht auffallen konnte, dass in diesen Sträuchern ganze Spatzenkolonien heimisch sind. Im Podcast „Gut zu Vögeln“, wurde in der Folge über den Sperling genau darauf hingewiesen. Füllen wir Sträucher, setzen in unseren Gärten oder im städtischen Grün, die Hecken „auf den Stock“ so lösen sich ganze Kolonien auf und verlieren ihren Lebensraum.

Die Natur ist nie unordentlich und vielleicht ist es einfach unser Blick darauf, der sich verändern darf und muss. Aus eigener Erfahrung kann ich Ihnen sagen, wie viel Entspannter und Lebenswerter das Thema Garten dadurch wird. Nicht nur für uns Menschen.



↑ Haussperling Männchen



↑ Weibchen



↑ Feldsperling

Wundern
und
bewundern

• Sperling oder Spatz

- es handelt sich um 2 Namen für dieselbe Familie

• Unterarten

- Haussperling (*Passer Domesticus*), sucht die Nähe zum Menschen
- m/w sehen leicht unterschiedlich aus
- Feldsperling (*Passer Montanus*), bewohnt halboffene Landschaften
- m/w sehen gleich aus, mit brauner Kappe und schwarzem Wangenfleck

Naturstein mit Charakter

Treppen und Hauseingänge voller Stil, Stärke und Eleganz

Vincenzo Perrone – Marmor, Granit und Natursteinmanufaktur steht seit vielen Jahren für hochwertige Natursteinarbeiten mit handwerklicher Präzision und zeitloser Eleganz. Besonders im Bereich von Treppen im Innen- und Außenbereich sowie bei repräsentativen Hauseingängen bietet das Unternehmen individuelle Lösungen aus Naturstein, die Funktionalität und exklusives Design perfekt miteinander verbinden.



Treppen aus Naturstein gewinnen in der modernen Architektur zunehmend an Bedeutung. Während sie früher überwiegend funktionale Aufgaben erfüllten, sind sie heute ein wichtiger Bestandteil anspruchsvoller Raumgestaltung. Die Natursteinmanufaktur Vincenzo Perrone fertigt individuelle Treppenanlagen aus Granit, Marmor und weiteren hochwertigen Natursteinen, die sowohl optisch als auch technisch höchsten Ansprüchen gerecht werden. Im Innenbereich überzeugen Natursteintreppen durch ihre elegante Ausstrahlung, ihre Robustheit sowie ihre lange Lebensdauer. Jeder Stein besitzt eine einzigartige Struktur und Farbgebung, wodurch jede Treppe zu einem Unikat wird. Gleichzeitig sind Natursteintreppen äußerst pflegeleicht, hygienisch und widerstandsfähig gegenüber täglicher Beanspruchung. In Kombination mit Materialien wie Glas, Holz oder Edelstahl entstehen moderne und stilvolle Raumkonzepte

mit besonderem Charakter. Auch im Außenbereich bieten Treppen aus Naturstein zahlreiche Vorteile. Sie sind wetterfest, frostsicher und besonders langlebig. Durch spezielle Oberflächenbearbeitungen



verfügen sie über eine hohe Rutschfestigkeit und sorgen somit für Sicherheit bei jeder Witterung. Ob geradlinig, modern oder klassisch gestaltet: Vincenzo Perrone realisiert Außentreppen, die sich harmonisch in die jeweilige Architektur einfügen und den Eingangsbereich optisch aufwerten.

**Ein hochwertig gestalteter Hauseingang
ist die Visitenkarte eines Gebäudes.**

Deshalb legt die Natursteinmanufaktur Vincenzo Perrone besonderen Wert auf stilvolle und individuelle Eingangsbereiche. Mit Naturstein lassen sich exklusive Entrees schaffen, die bereits beim

ersten Eindruck Eleganz, Qualität und Wertigkeit vermitteln. Unterschiedliche Formate, Farben und Verlegemuster ermöglichen eine große gestalterische Vielfalt, von dezenten Lösungen bis hin zu repräsentativen Portalen mit besonderer Ausstrahlung. Durch die Kombination aus Natursteinboden, Treppenanlagen und maßgefertigten Portalen entstehen harmonische Gesamtkonzepte für Wohn- und Geschäftsgebäude. Die sorgfältige Auswahl hochwertiger Materialien sowie die präzise handwerkliche Verarbeitung garantieren langlebige Ergebnisse, die Funktionalität und Design ideal miteinander verbinden.

Mit Erfahrung, Fachkompetenz und einem hohen Qualitätsanspruch steht Vincenzo Perrone für individuelle Natursteinarbeiten, die Innen- und Außenbereiche dauerhaft verschönern und architektonisch aufwerten.



**Wir sind Ihr
Ansprechpartner**

Vereinbaren Sie Ihren
persönlichen Beratungstermin!



VINCENZO PERRONE

MARMOR • GRANIT • NATURSTEINMANUFAKTUR

Meisterbetrieb

- TREPPEN
- FUSSBÖDEN
- FENSTERBÄNKE
- GRABMALE
- SCHLEIFEN UND GLANZPOLIEREN VON NATURSTEINBÖDEN UND NATURSTEINTREPPEN

Am Mergelberg 6 | 48324 Sendenhorst | 02526 937104
info@perrone-naturstein.de | www.perrone-naturstein.de

Fitness-Serie

Nordic Wandern und Nordic Walking immer und überall möglich



Dr. Hermann Aschwer

Dr. Hermann Aschwers Lebensmotto lautet: „Bewegung ist Leben, Leben ist Bewegung“ oder wie die Turner sagen: „TURN BIS ZUR URNE“
geb. Januar 1947.
www.HermannAschwer.de

2007 hat man mir eine eigene Vitrine im Deutschen Sport- und Olympiamuseum in Köln gewidmet. 2022 wurde mir der Triathlon-LIFE-TIME AWARD für mein Lebenswerk verliehen.

Mein Lebensrucksack ist bedingt durch mein Geburtsjahr bereits prall gefüllt. Meine Maxime war und ist es, aktiv „3 Leben“ zu führen. Ein lebendiges Familienleben, ein aktives Berufsleben und ein abwechslungsreiches Sportlerleben. Meine Leidenschaft gehört dem vielseitigen Triathlon, mein Hobby den praxisnahen Sportbüchern. Hierin kann und konnte ich die sportliche Praxis mit den theoretischen Betrachtungen verknüpfen. So gelang es mir in der Freizeit einige hundert sportliche Wettbewerbe rund um den Erdball erleben zu dürfen. In den ruhigen Wintermonaten entstanden meine 20 Sport- und Fitnessbücher, die weltweit auch unter meinem Pseudonym Henry Ash erschienen sind.

Ein Aspekt war mir dabei stets besonders wichtig. Die unterschiedlichsten Bewegungsmöglichkeiten wie laufen, schwimmen, radeln, walken und auch Ski fahren aktiv in den Alltag zu integrieren. Aktivitäten mit anderen Menschen, egal ob jung oder reif, in Form von sportlicher Betätigung oder bei Vorträgen, bedeutet mir nach wie vor sehr viel.

Nordic Wandern ist flottes Wandern mit zwei Stöcken. Es ist ideal für absolute Einsteiger, für Spätbeginner im Rehabereich und für stark übergewichtige Leute. Nordic Wandern beruht auf kurzen Schritten. Wer mit langen Schritten unterwegs ist, bevorzugt eben Nordic Walking.

Die Technik bei beiden Formen gleicht im Wesentlichen dem Bewegungsmuster beim normalen Gehen. Die Ausführung der Bewegung erfolgt wie beim Skilanglauf oder auch beim normalen Gehen diagonal. Der Oberkörper und die Hüfte bewegen sich gleichmäßig und harmonisch in unterschiedliche Richtungen. Das trainiert aktiv die Hüftmuskulatur.

Der linke Arm schwingt mit dem rechten Bein nach vorne und umgekehrt, diese Bewegung wird auch als Diagonalschritt bezeichnet. Die Stöcke entlasten hierbei die Gelenke.

Folgende Punkte sind beim Nordic Walking zu beachten:

- ☐ Setzen Sie den Stock hinter der Ferse ein und schieben Sie sich nach vorne.
- ☐ Der Stock sollte schräg eingestochen werden. Bei einem Winkel von 90°, kommt man schlechter nach vorne.
- ☐ Die Füße machen eine leichte Abrollbewegung, was die Stauchungen im Fußgelenk vermindert sowie die Fuß- und Kniegelenke schont.
- ☐ Walken Sie so schnell, dass Sie sich dabei noch unterhalten können. So behalten sie eine vernünftige Herzfrequenz und genug Sauerstoff für den Körper.
- ☐ Wenn Sie lange nichts getan haben, sollten Sie trotz der Stöcke langsam anfangen.

Die Ausrüstung beim Nordic Walking besteht im Wesentlichen aus Stöcken und Schuhen. Ansonsten können sie normale sportliche Bekleidung tragen.

Stöcke: Die Länge der Stöcke hängt von Ihrer Körpergröße ab. Diese wird mit dem Faktor 0,7 multipliziert und auf den nächsten 5-cm-Schritt abgerundet.

Z. B. $1,60 \text{ m} \times 0,7 = 1,12 \text{ m}$. Die Stocklänge beträgt dann 1,10 m, da es die Stöcke nur in Längen von 1,00-1,40 m und in 5-cm-Abschnitten zu kaufen gibt. Z. B. $1,80 \text{ m} \times 0,7 = 1,26 \text{ m}$. Stocklänge hier 1,25 m.

Beim Griff gibt es verschiedene Ausführungen. Zusammen mit der Schlaufe (Daumen- oder Ringschlaufe) ermöglichen Sie einen perfekten Bewegungsablauf.

Beim Nordic Walking können Sie die gleiche Bekleidung tragen wie beim Joggen.

Für unser Fitnesstraining beginnen Einsteiger beim Nordic Walking genauso wie beim Walking. Also 2-3 x pro Woche, jeweils 20-30 Minuten im ersten Monat. Im zweiten Monat dürfen dann auch 3 x pro Woche 25-30 Minuten möglich sein. Für den dritten Monat nehmen Sie sich pro Woche 3 x 33 Minuten vor.

Laufen Sie dabei nicht stets die gleiche Runde mit der gleichen Geschwindigkeit. Variieren Sie ein wenig!

Erinnern wir uns an unser 1% und 2% - Zeitziel Bewegungsprogramm aus dem Januar 2026. 1% der Tageszeit bedeutet: Von 1440 Tagesminuten 1 %, ergibt rund 15 Minuten pro Tag, entspricht pro Woche 1:45 h sportliche Bewegung. 2 % der Tageszeit demzufolge 3:30 h sportliche Tätigkeit pro Woche.

So kommen wir unserem Jahresziel - Puls-Millionär zu werden – Schritt für Schritt ein Stück näher. Dafür lohnt es sich auch mal mehr, mal weniger zu schwitzen, um dadurch fit zu werden oder fit zu bleiben!

Um es noch einmal zu wiederholen: Ein reizvolles Jahresziel kann es sein, unseren Ruhepuls durch regelmäßige Bewegung um 2-3 Pulsschläge zu reduzieren, was sich im Laufe des Jahres zu 1 Million eingesparter Pulsschläge aufsummiert.

Ein motivierender Tipp: Legen Sie sich eine Pulsuhr mit Schrittzählerfunktion zu. So lässt sich das viel propagierte Tagesziel von 7000 Schritten leicht überprüfen.

Euer Hermann Aschwer



Dolce Vita trifft Orient

Spicy Sweets eröffnet in Sendenhorst



**GEWINNE
einen Gutschein
im Wert von
20 EURO
von Spicy Sweets**
(WEITERE INFOS AUF
DER GEWINNSPIELSEITE)

Mit dem „Spicy Sweets“ eröffnet Hassan Othman ein neues gastronomisches Angebot in der Sendenhorster Innenstadt. In den Räumlichkeiten des ehemaligen „Lieblingseis“ und der „Lieblingspizza“ entsteht ein Ort, an dem süße und herzhafte Spezialitäten aus verschiedenen Kulturen aufeinandertreffen.

Der Inhaber des gegenüberliegenden Restaurants „Spicy“ baut damit sein gastronomisches Angebot weiter aus und schafft sich mit dem „Spicy Sweets“ ein zweites Standbein im Herzen der Stadt. Dabei setzt Hassan auf Vielfalt, Qualität und eine enge Zusammenarbeit mit seinem bestehenden Restaurant auf der anderen Straßenseite. Angebote beider Betriebe können miteinander kombiniert werden und stehen auch über einen Lieferservice zur Verfügung.

Ein besonderer Schwerpunkt liegt auf Eis aus eigener Herstellung. Neben den klassischen Eissorten dürfen sich die Gäste auch auf außergewöhnliche Kreationen freuen. Ergänzt wird das Angebot durch eine große Auswahl an Bubble-Waffeln,

süße Crêpes mit verschiedenen Obstsorten sowie belgische Waffeln mit saisonalen Zutaten. In den Wintermonaten sorgen warme Toppings für zusätzlichen Genuss. Auch die Eisbecher reichen von beliebten Klassikern bis hin zu besonderen Kreationen wie dem Dubai-Schokoladenbecher. Doch nicht nur Naschkatzen kommen auf ihre Kosten. Auf der Speisekarte stehen außerdem Pizzen in den Größen 24 und 28 Zentimeter, Familienpizzen sowie große Partypizzen. Vegetarische und vegane Varianten gehören ebenso zum Angebot. Darüber hinaus können Gäste ihre eigenen Pizzateigtaschen individuell zusammenstellen.



Eine Pizzateigtasche ist eine gefüllte Teigtasche aus klassischem Pizzateig, die die typischen Zutaten einer Pizza, wie Tomatensauce, Käse und diverse Beläge, die man nach Herzenslust sich selbst zusammenstellen darf, enthält. Mit dem „Pizzadog“ findet sich zudem ein aktueller Food-Trend auf der Karte, der die klassischen Komponenten

eines Hotdogs mit dem Geschmack einer Pizza kombiniert.

Für alle, die mit gutem Gewissen sündigen möchten, wird es die gesunden Früchte-Bowls geben. Hier darf dann nach Belieben mit Magerquark, Avocadocreme, Honig und verschiedenen Früchten die individuelle Bowl zusammengestellt werden. Aber auch Protein-Crêpes und Protein-Waffeln findet man auf der extra angelegten Fitness- und Healthy-Speisekarte.

Abgerundet wird das Angebot durch verschiedene und außergewöhnliche Kaffeespezialitäten wie z. B. Affogato al caffè und Iced Matcha Latte eine gesunde, nährstoffreiche Milchkaffee-Alternative sowie alkoholfreie Cocktails. Geöffnet hat das „Spicy Sweets“ das ganze Jahr über.

Zur Eröffnung am 17. Juli 2026 bleibt sich Hassan Othman seiner Linie treu: „Zahlen Sie, so viel Sie möchten.“ Der gesamte Erlös der Eröffnungsaktion wird einem gemeinnützigen Verein gespendet. Hassan Othman und das gesamte Team hoffen auf eine große Beteiligung und darauf, dass dabei eine beachtliche Summe für den guten Zweck zusammenkommt.



Inhaber: Hassan Othman

Schulstraße 14-18
48324 Sendenhorst
Tel.: 02526 5590812



SCAN
mich



**SCHNELL UND
UNKOMPLIZIERT
ONLINE
BESTELLEN
UNTER:
SPICY-ONLINE.COM**

S3 Elektrotechnik

Elektrohandwerk - Planung mit System

S3 Elektrotechnik ist ein moderner Meisterbetrieb für Elektrotechnik mit Sitz in Sendenhorst und tätig im Kreis Warendorf sowie im gesamten Münsterland. Das Unternehmen steht für fachgerechte Ausführung, persönliche Beratung und zukunftssichere Lösungen für Privat- und Gewerbekunden. Ziel ist es, hochwertige elektrotechnische Leistungen mit moderner Planung, nachhaltigen Konzepten und zuverlässigem Service zu verbinden. Hinter dem Unternehmen steht Mathis Sauerland, Elektromeister, Wirtschaftsingenieur und technischer Systemplaner.



↑ Mathis Sauerland

Er ist in Sendenhorst aufgewachsen und dadurch der Region sehr verbunden. Nach seiner Ausbildung zum Elektriker und anschließender Tätigkeit bei der Heinrich Thüsing GmbH & Co. KG in Hoetmar folgte eine zweite Ausbildung zum technischen Systemplaner im Generalplanungsbüro agn Niederberghaus & Partner GmbH in Ibbenbüren, wo er anschließend als Planer und Bauleiter tätig war. Dort betreute er anspruchsvolle Projekte im Bereich der technischen Gebäudeausrüstung, bis es ihn zurück nach Sendenhorst zog, wo er zu Anfang des Jahres das Unternehmen S3 Elektrotechnik gründete.

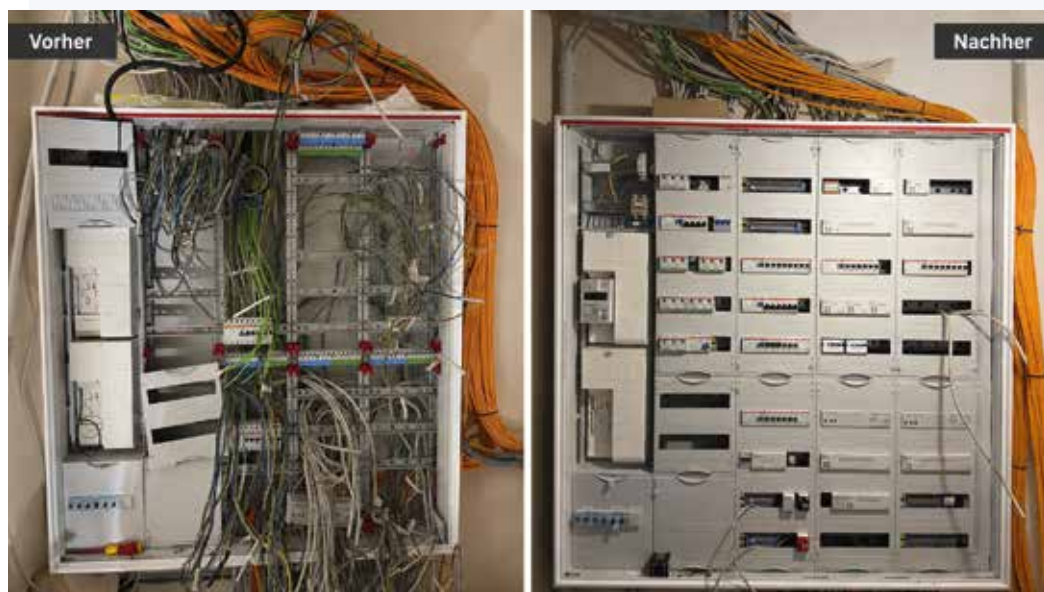
Bei S3 Elektrotechnik stehen Zuverlässigkeit, saubere Arbeit und transparente Kommunikation im Mittelpunkt.

Die Kunden erhalten eine durchgängige Begleitung – von der ersten Beratung über die sorgfältige Planung bis zur fachgerechten Umsetzung und verlässlichen Betreuung darüber hinaus. Besonderer Wert wird dabei auf persönliche Ansprechpartner, kurze Reaktionszeiten und individuelle Lösungen gelegt, die exakt auf die jeweiligen Anforderungen abgestimmt sind.

Das Leistungsspektrum umfasst sämtliche Bereiche traditioneller sowie innovativer Elektrotechnik. Dazu zählen Elektroinstallationen im Neu- und Altbau, Sanierungen, Erweiterungen sowie die Wartung und Instandhaltung bestehender Anlagen. Das Unternehmen übernimmt die komplette elektrische Ausstattung von Wohnhäusern, Wohnungen, Büroflächen und gewerblichen Gebäuden. Auch Reparaturen und Modernisierungen bestehender Anlagen werden fachgerecht und zuverlässig ausgeführt.

Im Bereich der Kommunikations- und Netzwerktechnik bietet S3 Elektrotechnik moderne und zukunftssichere Lösungen an. Dazu gehören strukturierte Netzwerk-Verkabelungen, Verlegung und Konfektionierung von Glasfaserleitungen, leistungsfähige WLAN- und Internetlösungen sowie Smart-Home-Systeme zur intelligenten Steuerung von Beleuchtung, Heizung, Rollläden oder Sicherheitstechnik. Auf diese Weise entstehen mehr Komfort, Sicherheit und Energieeffizienz in Wohn- und Geschäftsgebäuden. Im Bereich der erneuerbaren Energien bietet S3 Elektrotechnik die Installation von Photovoltaikanlagen inklusive Speichertechnik an. Auf Wunsch übernimmt das Unternehmen auch die Anmeldung beim Netzbetreiber.

Ziel ist eine nachhaltige, wirtschaftliche und energieeffiziente Stromversorgung, die langfristig Energiekosten senkt und gleichzeitig die Umwelt schont. Daran anknüpfend unterstützt das Unternehmen private und gewerbliche Kunden auch im Bereich der E-Mobilität bei der Planung und Installation von Wallboxen. Dabei wird besonderer Wert auf Sicherheit, Normkonformität und eine zukunftssichere Auslegung der elektrischen Anlagen gelegt. Die Lösungen werden individuell auf die vorhandene Infrastruktur und den zukünftigen Bedarf abgestimmt. Auch die Beleuchtungstechnik gehört zum Leistungsumfang. Entwickelt werden energieeffiziente Lichtlösungen für Wohnräume, Büros, Gewerbeflächen und



Außenanlagen. Zusätzlich werden Sicherheits- und Notbeleuchtungen nach geltenden Normen geplant. Zudem wird für gewerbliche Kunden die Berechnung und Planung von der Beleuchtung am Arbeitsplatz nach ASR A3.4 angeboten. Ein weiterer Schwerpunkt liegt im Bereich E-Check und Sicherheitsprüfungen. Elektrische Anlagen werden einem E-Check unterzogen sowie ortsveränderliche Geräte nach DGUV-Vorschrift 3 geprüft. Dadurch lassen sich für die Unternehmen Risiken frühzeitig erkennen, Schäden vermeiden und die Betriebssicherheit dauerhaft gewährleisten. Nach erfolgreicher Prüfung erhalten die Kunden die entsprechenden Prüfprotokolle und Nachweise.

Ein weiteres Leistungsangebot von S3 Elektrotechnik ist die CAD- und BIM-gestützte Planung elektrotechnischer Anlagen. Hierdurch können Projekte präzise, effizient und transparent umgesetzt werden. Dies ermöglicht eine strukturierte Projektabwicklung und sorgt für optimale Ergebnisse, insbesondere bei komplexen Bauvorhaben.



Als regionaler Meisterbetrieb steht S3 Elektrotechnik Kunden in Sendenhorst, im Kreis Warendorf und im gesamten Münsterland zuverlässig zur Seite.

S3 Elektrotechnik verbindet klassisches Handwerk mit fundierter Planungskompetenz und persönlichem Service.

Ob kleinere Reparaturen, umfassende Elektroinstallation, Smart Home, Photovoltaik, Sicherheitsprüfung oder Netzwerktechnik – das Unternehmen entwickelt individuelle Lösungen, die sicher, effizient und zukunftsfähig sind.



**Mathis Sauerland B.Eng.
Elektrotechnikermeister**

Südtor 7
48324 Sendenhorst
Tel.: 02526 8614970
Mobil: 0174 3833030

- Montag-Donnerstag 7.00 Uhr bis 17.00 Uhr
- Freitag 7.00 Uhr bis 14.00 Uhr

S3

ELEKTROTECHNIK
Smart • Sicher • Sauerland

**INDIVIDUELLE
TERMINE UND
NOTDIENSTSERVICE
AUCH
AUSSERHALB DER
GESCHÄFTSZEITEN**



Über mich



↑ Peter Sacher

Ich wurde 1947 in Drensteinfurt geboren. Schon früh entdeckte ich mein Zeichentalent. Diese Begabung half mir bei meinem späteren Hobby, dem Modellbau. Als Kind bastelte ich aus Schuhkarton-Pappe LKW und Motorräder. Jahre später begann ich Modelle in Eigenbauweise aus Plastikplatten zu bauen. Im Verlauf der kommenden ca. vierzig Jahren habe ich über 90 Modelle nach Drensteinfurter Vorbildern in Eigenbauweise gebaut.

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

Tante Sofie und der „kleine Salzwedel“

Peter Sacher erinnert sich

In den 1950er Jahren war meine Kinderwelt in Drensteinfurt im „Viehfeld“, einer Siedlung hinter der Bahn. Meine Freunde und ich erlebten hier eine wunderbare, unbeschwerte Kindheit. Wir kannten jeden Stein, alle Wiesen und Wälder mit ihren vielen Spielmöglichkeiten.



↑ Bild 1: Theo Eichmanns Textilgeschäft am Kirchplatz

Viele kleine Geschäfte boten alles, was wir zum Leben brauchten. Unser „toys r us“ oder „Smyths Toys“ war das Spielwarengeschäft Wibbeke-Richter an der Mühlenstraße. Im Erdgeschoß kauften Mütter ihre Haushaltswaren, Essbestecke und Porzellan. Ich erinnere mich an die Damen hinter den Verkaufstresen in ihren hellblauen Kitteln. Da waren u.a. Chefin Doris Grumann und ihre aufmerksame ältere Schwester, sowie Edith Klein, Edith Leschnikowski und Rosi Schlesinger. Über die knarrende Treppe erreichten wir in der zweiten Etage unser Spielwarenpardies.

Textilien kaufte man u.a. bei Benne- mann, Künnemann, Gerh. Wibbeke und unvergessen, bei Theo Eichmann, gen. „Herzchen“ am Kirchplatz (Bild 1), und Kurzwaren bei den Schäfer-Schwestern an der Kurzen Straße. Backwaren wurden

bei fünf Bäckern, Fleisch und Wurst bei ebenfalls fünf Metzgern gekauft.

In der Wagenfeldstraße befand sich das Hutmachergeschäft Mörchen, in dem „Damenputz“ verkauft wurde, bei Radio-Funke kaufte man Radios, später Fernsehgeräte und unsere Schallplatten. Hier war auch das erste Lebensmittelgeschäft von Horst Salzwedel. Georg Kössendrup, Paul Möllers und Frau Strieberg-Damann führten ebenfalls Lebensmittelgeschäfte. Das Angebot wurde erweitert von Schustern, Schuhgeschäften und Gärtnereien. An der Riether Straße (heute Marienstraße) betrieb Regina Gunnemann ihren „Tante-Emma“-Laden (Bild 2). Am Honekamp befand sich das Lebensmittelgeschäft von Marianne Töns (Bild 3), in der Ossenbecker Siedlung gab es den Lebensmittelladen Ross und die Bäckerei Schote.

An der Schützenstraße im Viehfeld hatte Horst Salzwedel im Haus von Hubert



↑ Bild 2: Regina Gunnemann in ihrem Laden

US DER REGION

Wimber zwei Räume für einen Edeka-Lebensmittelladen gemietet, den „kleinen Salzwedel“, wie er im Volksmund genannt wurde (Bild 4). Selbstverständlich kauften die Familien aus dem Viehfeld hier ihre Lebensmittel. Während meiner gesamten Kinderzeit war die Verkäuferin Sofia Dortmann, für uns Kinder war sie die „Tante Sofie“ (Bild 5). Auf dem Tresen des Ladens standen große Glasbehälter. In denen warteten die geliebten Süßigkeiten, wie die roten

Himbeerbonbons, auf uns. Hin- und wieder wurde ich mit einem Einkaufszettel zu Tante Sofie geschickt, den ich ihr übergeben musste. Unter dem Tresen packte sie ein leichtes Päckchen in Zeitungspapier ein und übergab es mir ohne Worte. Als der später leere Karton nicht mehr gebraucht



↑ Bild 4: Der kleine Salzwedel im Haus von Hubert Wimber

wurde, bekam ich ihn zum Basteln meiner LKW-Modelle, denn als Kind baute ich meine Modelle aus Kartonpappe. Was sich in dem geheimnisvollen Karton verbarg, erfuhr ich erst viele Jahre später als ich die ausgedienten Modelle verbrannte. Zum Vorschein kam die blaue Verpackung eines Damenhygieneartikels. Es war der beste Karton, den ich je verarbeitet hatte. Heute wissen wir, wie verklemmt die damalige Zeit und viele Erwachsene waren.

Mein Friseur in den 1950er und folgenden Jahren war Fritz Heysel. Bei einem meiner Friseurtermine hatte er Urlaub. Meine ältere Schwester Doris, die mich begleitete, brachte mich zum Friseur Alfred Lübbert an der Mühlenstraße. Er war Herrenfriseur und benutzte zum Haarschneiden eine Handschneidemaschine (Bild 6). Wenn er unaufmerksam war, passierte es, dass er mit seinem Schneidegerät seinen Kunden in die Haut zwickte und das tat verteufelt weh. Das passierte auch bei mir. Es war mein erster und letzter Besuch bei diesem Friseur.

Alle genannten Geschäfte und viele mehr gibt es schon lange nicht mehr. Gerne und manchmal auch wehmütig erinnern sich viele ältere Mitbürger an die vielen Geschäfte und Läden mit ihren Menschen.

*Wichtiges, Spannendes
und Abenteuerliches über
die Region*



↑ Bild 3: Kleine Freunde vor dem Laden von Marianne Töns, v.l. Günter und Heinz Neuer, Wilhelm (1) Töns und Hubert Weißen



↑ Bild 5: Horst Salzwedel mit Verkäuferinnen u.a. unten rechts Sofia Dortmann



↑ Bild 6: Handschneidemaschine



Très Beau

SALON DE BEAUTÉ

Inh. Makbula Yigit
Geiststraße 4
59320 Ennigerloh
Tel. 02524 6749581
Mobil. 0176 24936842

www.tresbeausalon.de



Edda erklärt's: Fünf Versicherungen, die beim Hausbau wirklich wichtig sind

Ein eigenes Haus bauen – das ist für viele ein echter Lebenstraum. Aber neben schönen Themen wie Grundriss, Küche oder Garten gibt es auch Dinge, um die man sich kümmern sollte, bevor etwas passiert.

Ich sag immer: Beim Hausbau geht es nicht nur darum, alles richtig zu machen – sondern auch darum, für den Fall der Fälle vorbereitet zu sein.

Hier sind **fünf Versicherungen**, die ich Bauherren immer ans Herz lege:

1. Bauherrenhaftpflichtversicherung

Stell dir vor, vor deiner Baustelle löst sich ein Brett oder jemand stolpert über etwas, das nicht richtig gesichert war. Als Bauherr bist du verantwortlich – auch wenn Handwerker vor Ort sind. Die Bauherrenhaftpflicht springt genau dann ein: Sie bezahlt berechnete Schäden und wehrt unberechtigte Forderungen ab.

Mein Tipp: Das ist keine „Kann“-Versicherung – die gehört einfach dazu.

2. Feuer-Rohbauversicherung

Ein Rohbau ist empfindlicher, als man denkt. Gerade Feuer, Blitzschlag oder Explosion können hier großen Schaden anrichten. Die gute Nachricht: Diese Absicherung ist oft schon in der späteren Wohngebäudeversicherung enthalten – man muss sie nur aktivieren.

Mein Tipp: Früh kümmern, damit der Schutz vom ersten Stein angeht.

3. Bauleistungsversicherung

Nicht jeder Schaden hat einen klaren Verursacher. Was ist, wenn ein Sturm Teile beschädigt oder jemand die Baustelle verwüstet? Genau dafür ist die Bauleistungsversicherung da. Sie übernimmt Schäden, die einfach „passieren“, ohne dass jemand direkt schuld ist.

Mein Tipp: Das ist der Schutz für die Dinge, die man nicht planen kann.

4. Bauherrenrechtsschutz

Wo gebaut wird, gibt es manchmal auch Diskussionen. Vielleicht passt etwas nicht, verzögert sich oder wird teurer als gedacht. Dann ist es gut, jemanden im Rücken zu haben. Der Bauherrenrechtsschutz übernimmt die Kosten für Anwalt, Gericht und Gutachter.

Mein Tipp: Gerade bei größeren Bauprojekten kann das viel Stress und Geld sparen.

5. Bauhelfer-Unfallversicherung

Freunde helfen beim Streichen, Familie packt mit an – das ist ganz normal beim Hausbau. Was viele nicht wissen: Diese Helfer sind nicht automatisch abgesichert. Wenn etwas passiert, kann das schnell ernst werden. Die Bauhelfer-Unfallversicherung sorgt dafür, dass im Ernstfall zumindest finanziell alles geregelt ist.

Mein Tipp: Unbedingt daran denken – das wird oft unterschätzt.

Fazit

Ein Haus zu bauen ist ein großes Projekt – und ein paar Dinge laufen einfach nicht nach Plan. Mit den richtigen Versicherungen kannst du viele Risiken abfedern und dich auf das konzentrieren, worauf es wirklich ankommt:

Dein neues Zuhause.

Wenn Sie Fragen dazu haben, sprechen Sie uns gerne an.

**Edda Glaser, Marcel Schumann u.
Philipp Geschermann,**

Tel. 02526 93999-0

„Ihr Nachbarschafts-Helfer.“

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

Geschermann & Schumann

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

PROVINZIAL

Mehr als sieben Millionen Registrierungen im Zentralen Vorsorgeregister

Das von der Bundesnotarkammer geführte Zentrale Vorsorgeregister (ZVR) hat eine neue Rekordmarke erreicht: Mehr als sieben Millionen Vorsorgeverfügungen sind inzwischen registriert. Seit über 20 Jahren ist das Register ein zentrales staatliches Instrument der privaten Vorsorge und aus dem Alltag der Bürgerinnen und Bürger in Deutschland nicht mehr wegzudenken.

DAS STAATLICHE REGISTER FÜR PRIVATE VORSORGE

Das Zentrale Vorsorgeregister wird seit 2004 von der Bundesnotarkammer in mittelbarer Staatsverwaltung unter der Rechtsaufsicht des Bundesministeriums der Justiz und für Verbraucherschutz geführt. Registriert werden können Vorsorgevollmachten, Betreuungsverfügungen, Patientenverfügungen und Widersprüche gegen das Ehegattenvertretungsrecht.

Das Register ermöglicht es Betreuungsgerichten sowie Ärztinnen und Ärzten, schnell und zuverlässig festzustellen, ob Vorsorgedokumente existieren und welche Vertrauenspersonen benannt wurden. Dadurch wird sichergestellt, dass getroffene Vorsorgeentscheidungen im Ernstfall berücksichtigt werden können – auch dann, wenn eine Person ihren Willen selbst nicht mehr äußern kann.

NEUE FUNKTIONEN STÄRKEN PRAKTISCHEN NUTZEN

Künftig soll es möglich sein, elektronische Abschriften von Vorsorgevollmachten, Betreuungsverfügungen und Patientenverfügungen ebenfalls im Zentralen Vorsorgeregister zu hinterlegen. Betreuungsgerichte sowie Ärztinnen und Ärzte können bereits heute im Bedarfsfall feststellen, dass ein Vorsorgedokument existiert und wo dieses hinterlegt ist. Künftig erhalten sie darüber hinaus Zugang zur bildlichen Darstellung der Vorsorgedokumente und können so unmittelbar vom Inhalt der Urkunde Kenntnis nehmen. Dies erleichtert insbesondere Entscheidungen in medizinischen Notfällen und unterstützt Betreuungsgerichte bei der Prüfung, ob eine rechtliche Betreuung erforderlich ist.



VORSORGEVOLLMACHTEN ALS WICHTIGES INSTRUMENT FÜR DIE SELBSTBESTIMMUNG

Ein Unfall, eine schwere Krankheit oder altersbedingte Einschränkungen können dazu führen, dass Menschen ihre Angelegenheiten vorübergehend oder dauerhaft nicht mehr selbst regeln können. Mit einer Vorsorgevollmacht können Bürgerinnen und Bürger frühzeitig eine oder mehrere Vertrauenspersonen bestimmen, die in einer solchen Situation stellvertretend handeln und entscheiden dürfen. Dadurch kann häufig die Bestellung einer rechtlichen Betreuung durch das Betreuungsgericht vermieden werden.

Der Umfang einer Vorsorgevollmacht kann individuell festgelegt werden. In der Praxis umfasst sie häufig sowohl persönliche Angelegenheiten – etwa medizinische Entscheidungen oder Fragen des Aufenthalts – als auch vermögensrechtliche Angelegenheiten wie Bankgeschäfte oder organisatorische Fragen des täglichen Lebens.

Bei der Erstellung einer Vorsorgevollmacht können Notare bei der rechtssicheren Gestaltung unterstützen. In der Praxis zeigt sich, dass ohne fachkundige Beratung häufig Unklarheiten oder Fehler entstehen können, die im Ernstfall dazu führen, dass eine Vollmacht nicht akzeptiert wird oder ihre Verwendung erschwert ist. Eine notarielle Beratung trägt dazu bei, dass die Vollmacht rechtlich eindeutig formuliert ist, den individuellen Willen genau abbildet und im Rechtsverkehr – etwa gegenüber Banken, Behörden oder Grundbuchämtern – problemlos verwendet werden kann.

Wer frühzeitig vorsorgt und sich beraten lässt, kann sicherstellen, dass die eigene Entscheidungsfähigkeit auch dann gewahrt bleibt, wenn man selbst nicht mehr handeln kann. Eine notariell gestaltete Vorsorgevollmacht trägt dazu bei, dass persönliche Wünsche und Entscheidungen im Ernstfall zuverlässig umgesetzt werden können.



Weitere Informationen erhalten Sie bei Ihrem Notar **Andreas Rickert**.



Andreas Rickert
Fachanwalt für Bau- und Architektenrecht
Notar

UEBBERT BRINKMANN & PARTNER MBB

Rechtsanwälte

HAMM

Dr. Paul Uebbert
» Rechtsanwalt
bis 31.12.2022

Dr. Marlies Brinkmann
» Fachanwältin
für Medizin- und
Arbeitsrecht
bis 31.05.2025

Andreas Rickert
» Fachanwalt für
Bau- und
Architektenrecht
» Notar

Anne-Kathrin Heckl
» Fachanwältin
für Familienrecht

Denise Koch
» Fachanwalt für
Bau- und
Architektenrecht

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

SENDEHORST

Peter Abke
» Rechtsanwalt

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



Das Team



www.uebbert-brinkmann.de

UEBBERT BRINKMANN & PARTNER mbB
Rechtsanwälte • Fachanwälte • Notar

JULI

Gewinnspiel

Viel Glück!

FRAGE:

Wann eröffnet Spicy Sweets in Sendenhorst?

GEWINNE
einen Gutschein
im Wert von
20 EURO
von
Spicy Sweets

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:

10.07.2026

PREISVERLEIHUNG:

In der kommenden Ausgabe wird der/die GewinnerIn bekanntgegeben.

JULI

Kinder-Gewinnspiel

LÖSE

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

1

2

DAS RÄTSEL UND GEWINNE
50 WALD ABENTEUER UND
EIN 6-IN-1 MULTI TOOL
VON DER SERIE NATURE ZOOM.



Wenn du die Antwort weißt, schick uns eine E-Mail oder Postkarte mit vollständigem Namen, Alter und Adresse bis zum 10.07.2026. Es gelten die gleichen Teilnahmebedingungen wie oben.

IMAGE BY FREEPIK

DER KITZHÖFER BAUT KREATIVE GÄRTEN

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

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 4178101
info@foit-immobilien.de

ANZEIGE

ANZEIGE

JUNI

Preisverleihung

Kinder-Gewinnspiel

DIE LÖSUNG LAUTET:
Auf Bild 2 fehlt das Haus.

DIE GEWINNER SIND:
Die Geschwister Lia (4 Jahre) und Lion Braun (6 Jahre) aus Vorhelm.
Sie gewannen das Buch „Ein Sommer auf Kullerö“ sowie einen Hula-Hoop-Reifen und ein Springseil vom Coppenrath Verlag.

Gewinnspiel Buchfink

GEWINNSPIELFRAGE:
Wie heißt der Neue, der in Dominiks Klasse auftaucht?

DIE LÖSUNG LAUTET:
Der Neue in Dominiks Klasse heißt Biff.

DIE GEWINNERIN IST:
Jessica Zurbrüggen aus Oelde.
Sie gewann das Buch „Restsommer“ von Kea von Garnier.

Gewinnspiel

GEWINNSPIELFRAGE:
Auf welches Sommerangebot dürfen Sie sich beim Fitnessstudio My Gym Prime in Sendenhorst freuen?

DIE LÖSUNG LAUTET:
Auf das Sommerangebot: 14 Tage gratis danach 1 Monat für 22,50 Euro.

DIE GEWINNERIN IST:
Ingrid Frenster aus Drensteinfurt.
Sie gewann 6 Monate VIP Mitgliedschaft im My Gym Prime 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. Juli 2026

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.



**Kooperationspartner
und Anzeigenvertrieb**
Zirk - Schumann GbR



Thomas Zirk-Gunnemann
Marcel Schumann



Lektorat
Madita Schumann



Redaktion
Dirk Vollenkemper



Design
Heesun Yi

Kooperation mit dem
Coppenrath Verlag GmbH & Co. KG



Redaktionelle Mitarbeiter in dieser Ausgabe:
Wolfram Opperbeck, Peter Sacher, Melanie Rielmann, Hermann
Aschwer, Marion Pumpe (Volti Gruppe RV Sendenhorst)

Auflage
5.000 Stück

Vertriebsgebiet
Sendenhorst, Albersloh, Drensteinfurt, Rinkerode,
Everswinkel, Alverskirchen, Hoetmar, Wolbeck, Vorhelm
diverse Fotos/Grafiken/Icons von
freepik.com, canva Pro

gedruckt von

art+image
Druckerei
GmbH & Co. KG



**Weil Nähe
Vertrauen
schafft!**

art+image
Druckerei
GmbH & Co. KG

**VERWURZELT
IN DER REGION,
GESCHÄTZT ÜBER IHRE
GRENZEN HINAUS.**

INNOVATIV | ERFAHREN | KREATIV | PRÄZISE | ZUVERLÄSSIG

Dresdener Str. 4 | 32423 Minden
Tel.: +49 571-82898-0 | www.art-image.de | info@art-image.de

STARTE EINEN
RUNDGANG DURCH UNSER GEBÄUDE

QR Code

ANZEIGE

„RUNDUM ZUFRIEDEN.“

FAMILIE TOBIAS W. AUS TELGTE

ZUM KAUF EINER PV-ANLAGE
DER STADTWERKE OSTMÜNSTERLAND

PV-Lösungen mit
Ansprechpartnern
vor Ort – auch nach
der Installation.



SO NAH.
SO GUT.
www.so.de



STADTWERKE **SO**
OSTMÜNSTERLAND