

DORF GESPRÄCH



RECKE und Umgebung

Ausgabe 27 - August/September 2013



Jugendfeuerwehren aus dem Kreis zu Gast in Recke



Heimatverein Recke
Mitglieder besuchen
Baltikum



**Ehrenamtliche
Schiedspersonen**
Erfahrungsaustausch
im Ibbenbürener
Rathaus



**Radweginitiative
Halverde**
Großer Hofflohmarkt
geplant

Ihr Malermeister! Glasmeyer

Maik Glasmeyer
Malermeister

St. Martin Str. 30
49509 Recke-Obersteinbeck
Tel. 0 54 53 / 80 70 69
Mobil 01 70 / 8 10 48 81
maik.glasmeyer@osnanet.de
www.maler-glasmeyer.de

Alles für Ihr Haus:

- **Sämtliche Malerarbeiten**
- **Bodenbeläge**
- **Fassadengestaltung**
- **Wärme-Dämm-Verbund-Systeme**
- **Baumwolltechnik**

- ◆ Unter- und Kellern
- ◆ Wärmegärten
- ◆ Schweißblechbohrer
- ◆ Apparat- und Gerüste
- ◆ Wärmegärten
- ◆ Eckschweißvorrichtung



Metallbau
WEWELER-BÖRJES
Stahl- und Aluminiumbau



Ausstellung, Beratung und Verkauf

Wiesengrund 28 • 49509 Recke-Steinbeck

Telefon (0 54 53) 9 19 98-0

Fax (0 54 53) 9 19 98-22

www.weweler-boerjes.de

E-Mail: info@weweler-boerjes.de

SCHÜCO

Paul's Karosserieservice

Karosseriemeisterbetrieb
Inh. Wolfgang Wiesner

Brennerskamp 12 b
49509 Recke - Espel

Tel.: 0 54 53 / 3 31 99 29

Handy.: 01 73 / 8 56 59 89



GÖCKE
Ihr zuverlässiger Partner aus Steinbeck

Kirchstraße 22 • 49509 Recke-Steinbeck
Telefon 0 54 53 / 85 13 • Telefax 0 54 53 / 8 04 14
info@elektro-goecke.de • www.elektro-goecke.de

Photovoltaik
Beratung • Planung • Montage
Elektro-Installation
Beratung • Planung • Ausführung von Handarbeit
Kleingeräte



Fahrräder und Zubehör
Eigene Werkstätte
Haushaltsgeräte
Eigene Kundenkartei

Foto: Jakob Kalinin, fotolia.de

In dieser Ausgabe:

Berichte

- **Jugendfeuerwehren aus dem Kreis zu Gast in Recke** Seite 4
- **Mitglieder des Heimatvereins besuchen Baltikum** Seite 6
- **Neue satellitengestützte Fahrradtouren in Recke** Seite 7
Zehn Routen zwischen 22 und 53 Kilometer stehen zur Verfügung
- **Kinder, wie die Zeit vergeht** Seite 8
Nach 69 Jahren den Vater gefunden
- **Radweginitiative Halverder Straße plant großen Hofflohmarkt** Seite 10
- **Sechs Schulen freuen sich in diesem Jahr über kostenlose Trinkwasserwerke des WTL** Seite 10
Wasserversorgungsverband sponsert letztmalig sechs Schuleinrichtungen im Tecklenburger Land mit einer gesunden Trinkwasserversorgung
- **Gewerbeschau Wallenhorst vom 13. bis 15. September 2013** Seite 13
Bereits 125 Aussteller angemeldet - Ausstellungsflächen vergrößert
- **Ein neuer Lebenschnitt** Seite 14
Tipps zum Schulanfang
- **Ehrenamtliche Schiedspersonen im Amtsgericht** Seite 15
Erfahrungsaustausch im Ibbenbürener Rathaus
- **„Echt GRIMMinell: und wenn sie nicht gestorben sind, dann wird's jetzt aber Zeit!“** Seite 16
Veranstaltung der Buchhandlung Volk als Hommage an die Brüder Grimm am 20. September
- **Das eigene Haus – ein wahr gewordener Traum** Seite 17
Wie schütze ich mein Hab und Gut richtig?





- **Zumba, Hip Hop und Step Aerobic für Kinder und Jugendliche im Funsports** **Seite 18**
- **Der Apothekergarten der Schlüterschen Apotheke** **Seite 19**
Jetzt neu: Das Buch zum Garten
- **Sehtest zum Schulbeginn** **Seite 20**
Schulkinder mit Sehschwächen müssen sich übermäßig anstrengen
- **AIDA – Der Weg zum Traumjob** **Seite 22**
Die vier Stufen zum Erfolg

Rubriken

- **Veranstaltungskalender** **Seite 14**
- **Buchtipps von Helga Volk** **Seite 16**
Jorgen Brekke, „Das Buch des Todes“
- **Rücken-Rat von Physiotherapeut Erik Hannema** **Seite 21**
Rückenfreundlich schlafen
- **Impressum** **Seite 21**
- **Das etwas andere Interview** **Seite 23**
Gabriele Meyknecht

Zum Titelbild dieser Ausgabe: Die Recker Jugendfeuerwehr ist mittendrin und wartet auf den Start

Einschulung

Zeit für Geschenke!



s.Oliver
39,95 €



ICE
watch
59,00 €



Ein persönliches Geschenk:

Uhren und Schmuck mit Namensgravur oder persönlicher Widmung

Training-Haus
Alkemeyer
Jewelry

Umarbeitungen und Anfertigungen in eigener Goldschmiede
Uhren-Meisterwerkstatt

Poststr. 5 • Recke • ☎ 0 54 53 / 35 16 • www.alkemeyer.de

Simon Sandmann

Steinmetz Bildhauer Restaurator
Meisterbetrieb

Ihr Ansprechpartner für
individuelle Grabgestaltung



Haarstraße 44 • 49509 Recke

Tel. 05453/3329045 • Fax 05453/3329046

Mobil 01 70/7 76 01 24 • www.steinmetz-sandmann.de

- Planung
- Flachdacharbeiten
- Zimmerarbeiten
- Gerüstbau
- Balkonsanierung
- Sturmschadenbeseitigung
- Energieberatung

- Reparaturarbeiten
- Kaminkopfverkleidung
- Bauklempnerei
- Dachfenstereinsatz
- Wärmedämmarbeiten
- Dachdeckerarbeiten aller Art
- Sommerlicher Wärmeschutz

UWE MEYER
DACHDECKERMEISTER
GEBÄUDEENERGIEBERATER

Dülkenweg 8
49509 Recke
Tel. 0 54 53 / 83 14-0
Fax 0 54 53 / 83 14-20
Mobil 0 171 394 8884

www.dachdecker-energie.de

Meisterhaft
★★★★★

A
B
C
D
E
F
G

Asbestsanierung
nach
TRGS
519





Das Feuerwehrhaus in Recke ist Anlaufpunkt für 21 Jugendfeuerwehren aus dem gesamten Kreis.



Einweisung durch den Kreisjugendfeuerwehrwart Frank Klose.

Jugendfeuerwehren aus dem Kreis zu Gast in Recke

Als man im Jahr 1964 den Bundesverband Deutsche Jugendfeuerwehren gründete, konnte man nicht ahnen welchen Zulauf diese Organisation mit den Jahren bekommen sollte. Bundesweit sind rund 260.000 Mitglieder in fast 18.000 Gruppen organisiert - Jungen und Mädchen, die aus allen sozialen Schichten und Bildungsstufen unserer Gesellschaft kommen. Die jungen Menschen werden gebraucht, um Freiwilligkeit innerhalb der Feuerwehren zu sichern, um gesellschaftliches und kulturelles Leben aufrechtzuhalten und um der Jugend zu zeigen, was Gemeinsinn bedeutet.

Nicht umsonst zählen Jugendfeuerwehren heute zu den größten Anbietern sinnvoller und zuverlässiger Freizeitbeschäftigungen für junge Menschen. Auch im Kreis Steinfurt wurde 1975 ein Verband der Jugendfeuerwehren gegründet. „Derzeit gibt es 25 Jugendfeuerwehren in zwanzig Städten und Gemeinden des Kreises“, schwärmt der Kreisjugendfeuerwehrwart, Frank

Klose. Man habe derzeit knapp 500 Mitglieder, davon wären ca. 14% Mädchen. Die Altersspanne betrage 10 bis 18 Jahre, so Klose.

Die Kreisjugendfeuerwehr organisiert überörtliche Veranstaltungen für die Jugendlichen, wie z.B. den Kreisorientierungsmarsch vor einigen Wochen in Recke, die Kreislarmübung oder das beliebte Kreiszeltlager. „Ein weiterer Schwerpunkt liegt in der Fort- und Weiterbildung unserer ca. 170 Betreuer/Betreuerinnen. Hier gibt es im Bildungsbereich einige Veranstaltungen“, erläutert Klose weiter. Ihm und dem Vorstand der Kreisjugendfeuerwehr sei die Gleichstellung von Mädchen und Jungen sehr wichtig. Hierfür wurde vor einigen Jahren ein extra Fachbereich „Gleichstellung“ gebildet. Ein weiteres wichtiges Thema sei hier die Betreuung im Bereich



Die Recker Jugendfeuerwehr ist mittendrin und wartet auf den Start.





*Übung macht den Meister: Der Ball muss in den Eimer!
rechts: Saugschläuche zusammenkuppeln auf Zeit.*



Kindeswohlgefährdung und sexualisierte Gewalt. „Wir stehen für etwaige Fälle kompetent als Ansprechpartner zur Verfügung“, so der Kreisjugendfeuerwehrwart.

In Recke wird die Jugendfeuerwehr, die im Jahr 2003 zum 100-jährigen Bestehen der Freiwilligen Feuerwehr gegründet wurde, von Thorsten Meymann, Frank Gerweler, Jan Stall und aus dem Löschzug Steinbeck von Hendrik Bringemeier betreut. Anlässlich des 10. Geburtstages der Recker Jugendfeuerwehr fand in diesem Jahr ein großer Orientierungsmarsch der Jugendfeuerwehren aus dem gesamten Kreis Steinfurt in Recke statt. „Das war schon eine echte Herausforderung, die aber von den Kameraden der Feuerwehr Recke bravourös gemeistert wurde“, freut sich Thorsten Meymann, Leiter der Jugendfeuerwehr Recke. Das Treffen der 21 Jugendgruppen begann in Recke um 9.00 Uhr. Die jungen Feuerwehrleute mussten auf dem zehn Kilometer langen Marsch durch Recke und Steinbeck verschiedene Stationen anlaufen. Dort konnten sie beim Wasserspritzen, Saugschlauchkuppeln und diversen

Geschicklichkeitsübungen ordentlich Punkte sammeln. Für die kurze Mittagspause hatten die Kameraden der Steinbecker Feuerwehr ihre Fahrzeughalle geräumt und mit Tischen und Bänken ausgestattet. Dort konnten sich die angehenden Feuerwehrleute mit Gegrilltem, Brötchen und leckeren Salaten für die weiteren Aufgaben am Nachmittag stärken.

Das Geräthaus der Feuerwehr in Recke war schließlich zur Bekanntgabe der Siegergruppe proppenvoll. Vor der Siegerehrung kam dann auch prompt dickes Lob von höchster Stelle. „Ihr habt das richtig gut gemacht! Heute haben 242 junge Feuerwehrleute mitgemacht, die von 62 Personen betreut wurden“, teilte Frank Klose am späten Nachmittag erfreut fest. Er lobte nicht nur die 25 Recker und 14 Steinbecker Feuerwehrleute, sondern auch das DRK und den Kreisvorstand der Jugendfeuerwehr.

Junge Menschen, die das Besondere suchen - ein Hobby, das mehr bietet - sind bei der Jugendfeuerwehr genau richtig. (fb)

Gleich geht es los: 242 junge Feuerwehrleute aus dem gesamten Kreis Steinfurt treffen sich in Recke zum Orientierungsmarsch.



Life Kinetik®

sportlich, Spaß, sensationell

Sie werden kreativer, konzentrierter, leistungsfähiger.

Bringen Sie mehr Spaß in Ihr Leben, durch das gezielte Bewegungsprogramm zur Gehirnentfaltung.

Wir bieten Kurse für **Kinder, Erwachsene und Senioren.**

Trauen Sie sich und probieren Sie etwas ganz Neues.

Ich freue mich auf Sie!

Nicole Wesselmann,
lizenzierte Life Kinetik Trainerin

Starten Sie durch!
Neue Kurse nach den Sommerferien
Für Kinder am 5. September, 15.00 Uhr und für Erwachsene am 10. September, 9.00 Uhr

Tel. 054 53/7576 • Mobil 0160/77 31 443 • www.lifekinetik.de



AS-Multimedia.de

Stadtmagazine - Drucksachen - Internet

Ihr Partner in Riesenbeck

für die Erstellung von Visitenkarten, Flyern, Prospekten und vieles mehr, privat und geschäftlich!

Wir erstellen und pflegen auch Ihre Internetseite!



Beverger Str. 10 • 48477 Hörstel-Riesenbeck • Tel. 054 59 - 80 1661
www.as-multimedia.de



Die Bewohner sind glücklich über die Aktion der Recker



Mitglieder des Heimatvereins Recke bringen Rollatoren und Rollstühle nach Litauen.

Mitglieder des Heimatvereins Recke besuchen Baltikum

Seit mehr als drei Jahrzehnten fährt Florenz Beckemeier ins Baltikum, wo er bis zu seiner Rente geschäftlich tätig war. Auch als Vorsitzender des Heimatvereins ist es dem reisefreudigen Recker ein Herzenswunsch, den Kontakt zu Land und Leuten nicht abreißen zu lassen. Auf seinem Vorschlag hin fuhren nun 6 Mitglieder des Heimatvereins über Polen nach Litauen und Lettland. Zum einen wollte man das Baltikum einmal näher kennenlernen, zum anderen dem kleinen Altenpflegeheim „Alantos seneliu globos namai“ in dem Örtchen Alanta, nördlich der litauischen Hauptstadt Vilnius, einige Hilfsgüter überbringen.

Das Altenpflegeheim in Alanta ist eigentlich ein normales Privathaus, das nun 34 älteren Menschen

als Pflegeheim dient. In der 1995 gegründeten Institution versucht man den Menschen eine möglichst

humane Bleibe zu bieten. Die Anstrengungen der 22 Pflegekräfte sind rührend. Mit den nötigsten Hilfsmitteln werden die Menschen dort versorgt und gepflegt. „Wir sind entschlossen, sicherzustellen, dass durch medizinische und kultu-

relle Dienstleistungen die Lebensbedingungen für die Bewohner des Pflegeheims gewährleistet sind“, deutet die Leiterin vom Pflegeheim, Kristina Baltrušaitien die Probleme an. Umso mehr freue man sich heute über die Aktion des Recker Heimatvereins. Die Recker übergaben neben Hand- und Badetüchern auch zwei dringend benötigte Rollatoren sowie zwei Rollstühle. „Wir sind glücklich über die Rollatoren und Rollstühle“, erklärt die sichtlich gerührte Leiterin. Nun hätten die älteren Menschen die Gelegenheit, auch einmal nach draußen vor die Tür zu kommen.

Ein weiterer Höhepunkt der Reise war der Besuch des Kreuzberges in der Nähe der Stadt Šiauliai. Der "Berg der Kreuze" - so wird er in Litauen genannt - ist weltweit bekannt. Fast täglich stellen Menschen aus aller Welt hier ihre Kreuze auf. So auch die Mitglieder des Recker Heimatvereins, die auf ihrer privaten Rundreise durch das Baltikum am "Berg der Kreuze" Halt machten. Das pulverbeschichtete Kreuz fertigte Ewald Geers an. Es ist gut 1,20 Meter hoch und trägt die Inschrift „Heimatverein Recke“. Pastor Werner Heukamp segnete das Kreuz noch kurz vor Antritt der Reise.

Viele Kreuze sind mit persönlichen Danksagungen und Bitten verbunden. Andere Aufschriften auf den Kreuzen sind eher öffentlicher Art und stehen im Zusammenhang mit dem litauischen Volk und seiner be-



links: Heimatverein am „Berg der Kreuze“ in Litauen. vl.: Felix Büscher, Robert Herkenhoff, Florenz Beckemeier, Ewald Geers, Christoph Hagedorn und August Klinkhammer. unten: Große Freude im Pflegeheim „Alantos seneliu globos namai“ über die Rollatoren und Rollstühle.



Neue satellitengestützte Fahrradtouren in Recke

Zehn Routen zwischen 22 und 53 Kilometer stehen zur Verfügung

Zu den bereits bestehenden satellitengestützten Fahrradtouren aus dem Radtourenflyer hat der Verkehrsverein Recke nun unter Federführung von Erwin Harte fünf weitere Touren ausgearbeitet, sodass jetzt insgesamt zehn Touren zur Verfügung stehen. Die Routen sind zwischen 22 und 53 km lang, Start und Ziel ist immer am Rathaus Recke. Die Tourendaten können im Netz per PC, mit iPhone, smartphone oder Navigationsgerät im gpx-Format heruntergeladen werden. Außerdem besteht die Möglichkeit, die Dateien im kml-Format auf die Geräte zu übertragen. Natürlich gibt es auch Hinweise auf Sehenswerthes unterwegs. Zu finden sind die Radrouten auf der Internetseite der Gemeinde Recke www.recke.de. Dort muss die Seite „Tourismus“ gewählt werden, die Dateien sind dann unter „Fahrrad-Routenplaner“ zu finden.

Im Rahmen der Vorstellung der neuen Radrouten verabschiedete der Verkehrsverein Recke auch den langjährigen Kassierer Johannes Santel. Seit 2003 führte Johannes Santel die Kassengeschäfte. Während seiner zehnjährigen Tätigkeit im Verkehrsverein Recke organisierte

Johannes Santel in Zusammenarbeit mit dem Heimatverein Recke außerdem die Anfertigung und Aufstellung von Ruhebänken im gesamten Gemeindegebiet. Manfred Oelgemöller, Vorsitzender des Verkehrsvereins dankte ihm für seine stets zuverlässige Arbeit. (pd)



v.l. nach r. Manfred Oelgemöller 1. Vors. Verkehrsverein Recke, Silvia Seibel, Schriftführerin Recke, Erwin Harte, 2. Vors. Recke (hat die Touren ausgearbeitet)

Ein Ort mit bleibenden Eindrücken - der „Berg der Kreuze“ in Litauen
links: Ein Kreuz des Heimatvereins Recke steht nun auch dort



www.dorfgesprach-recke.de

wegenden Vergangenheit. Die Anzahl der Kreuze hat man bis heute nicht genau zählen können. Große und kleine Kreuze, aus Holz, Metall oder anderen Werkstoffen, reihen sich dicht aneinander. Vor gut 20 Jahren, am 7. September 1993, besuchte sogar Papst Johannes Paul II diesen Ort und feierte dort vor einer großen Menschenmenge eine heilige Messe. Die sechs Männer aus Recke waren

fasziniert und überwältigt von den Eindrücken am „Berg der Kreuze“ in Litauen. Überhaupt habe man in Litauen und Lettland vieles gesehen und erlebt, war die einhellige Meinung unter den Mitfahrern. „Wir überlegen, ob wir im kommenden Jahr eine derartige Rund- und Studienreise nicht auch einmal offiziell den Mitgliedern des Heimatvereins anbieten sollen“, erklärte der Vorsitzende, Florenz Beckemeier. (fb)

WIR FEIERN GEBURTSTAG!

**TOLLE ÜBERRASCHUNGEN
VOM 8. BIS ZUM 20. AUGUST**

11+11 JAHRE!



**schuhhaus
multhoff**

49509 Recke - Hauptstraße 13 - Telefon 05453/3255



www.schuh-multhoff.de



Kinder, wie die Zeit vergeht

Nach 69 Jahren den Vater gefunden

Wenn man den schier unermesslichen Aufwand an Recherche nach vermissten Personen hinterfragt, ist man schon verwundert, wie einfach es auf einmal geht. Manchmal fragt man sich, warum nicht auch andere darauf gekommen sind. Was ist gemeint und was ist geschehen?

Auf einer Studienreise des Recker Heimatvereins durch Polen, Litauen und Lettland haben sechs Mitglieder des Vereins vieles erlebt und so ei-

niges gesehen. Letzteres bezieht sich auf Land und Leute - eine Erfahrung, die wohl keiner der mitgereisten Recker missen möchte. So zählten

sicherlich der „Berg der Kreuze“, mit dem Aufstellen des „Recker Kreuzes“ oder der Besuch in Alanta im Altenpflegeheim zu den Höhepunkten der Fahrt durch das Baltikum. Die eigentliche Krönung kam aber erst unverhofft gut eine Woche nachdem

Auf der Suche nach Karl - Josef Hillermann unterstützen Mitarbeiter der Gemeinde Kalvarija in Litauen die Recker - insbesondere Frau Dovile Skroblaite (r).

Die Recherche von Felix Büscher brachte den Durchbruch. Er fand den vermissten Soldaten Hillermann.

man wieder in der münsterländischen Heimat angekommen war.

Ewald Geers hatte vor Antritt der Reise einen Herzenswunsch der befreundeten Familie Böwer aus Espel mit im Gepäck. Es handelte sich um einen Brief aus dem Jahr 1944 von der Wehrmacht. Darin aufgeführt ist der Soldat Karl - Josef Hillermann aus Espel, der seit der Zeit als vermisst gilt. Auf der Rückzugsbewegung der Wehrmacht vor der heranrückenden Russischen Armee, verlieren sich die Spuren des Soldaten in der Nähe des Ortes Kalvarija in Litauen. Der Bitte der Familie, die Mitglieder des Heimatvereins mögen doch mal versuchen auf ihrer Reise herauszufinden, ob es in der Nähe Soldatenfriedhöfe und vielleicht sogar eine Spur von Karl - Josef Hillermann gebe, wollte man natürlich gerne nachgehen.

Die sechs Männer aus Recke besuchten daraufhin die Gemeindeverwaltung in Kalvarija. Die unglaublich hilfsbereiten Mitarbeiterinnen der Gemeindeverwaltung kümmerten sich sofort um das Ansinnen der Recker Heimatfreunde und fuhren sogar mit zu den alten Friedhöfen in der Gegend. Doch sehr viel Hoffnung hatte eigentlich niemand. Wie sollte man dort Kriegsgräber, oder gar das Grab des Soldaten Hillermann finden? Die Gemeindeverwaltung sicherte den Reckern weitere Unterstützung zu und forschte Tage später auf den umliegenden Friedhöfen von Kalvarija nach. Man fand etwa 20 Gräber aus



Karl - Josef Hillermann galt 69 Jahre als vermisst.

KIEFERORTHOPÄDIE + IMPLANTOLOGIE + ÄSTHETIK + CHIRURGIE + PROPHYLAXE + ZAHNTECHNIK

zmz
+recke
ZAHNMEDIZINISCHES ZENTRUM RECKE

POTTKAMP 3 · 49509 RECKE
TEL 0 54 53 · 93 38-0
FAX 0 54 53 · 93 38-28
INFO@ZMZ-RECKE.DE
WWW.ZMZ-RECKE.DE



ZEIT FÜR IHRE GESUNDHEIT

der Zeit des ersten Weltkrieges und viele Gräber ohne Aufschrift. Auch einen Friedhof, auf dem 1944 viele Soldaten beerdigt wurden, die um einen kleinen Hügel gekämpft hatten, hatte man ausfindig gemacht. Doch von einer heißen Spur war man meilenweit entfernt.

Wieder in der Heimat angekommen, forschte Felix Büscher, der zu den sechs Reisenden zählte, im Internet weiter intensiv nach Karl - Josef Hillermann. Die ständig auf den neuesten Stand gebrachten Datenbanken der verschiedenen Organisationen brachten nach hartnäckigem Suchen schließlich den Durchbruch. Für Büscher gibt es daraufhin keinen Zweifel mehr, Karl - Josef Hillermann aus Espel, geboren am 25. Mai 1908 und seit dem 1. Juli 1944 vermisst, ist gefunden worden. Sein Grab befindet sich auf einem großen Soldatenfriedhof in der Stadt Kaunas in Litauen.

Somit hat nach fast 70 Jahren für die Familie Böwer, allen voran Johanna Böwer, die Tochter des vermissten Soldaten Hillermann, die schmerz-

hafte Suche ein Ende. Der Ort der Trauer wurde gefunden. Jetzt plant das Ehepaar Böwer sogar eine Reise nach Litauen - zum Grab des Vaters.

Wie wir sehen, ist die grausame Zeit des 2. Weltkrieges für viele Menschen noch allgegenwärtig. Sie sollte uns darüber hinaus eine Mahnung sein, denn erst das Vergessen vollendet die Vernichtung der Opfer! (fb)



Johanna Böwer ist überglücklich, dass nun ihr Vater nach fast 70 Jahren gefunden wurde.

Sponsorenlauf zu Gunsten des Kunstrasenplatzes

Der Kunstrasenplatz von 6.000 m², der im letzten Jahr in Betrieb genommen wurde, wird besser und mehr genutzt als die Verantwortlichen des TuS gedacht haben.

Am 16. Juni veranstaltete der TuS Recke einen Sponsorenlauf im Fürstenbergstadion zu Gunsten des Kunstrasenplatzes. Der finanzielle Zuschuss des TuS Recke zu diesem Projekt ist zum Teil durch Sponsorengelder abgedeckt. Durch den Sponsorenlauf kann ein weiterer Teil des Kunstrasenplatzes finanziert werden.

Die Verantwortlichen freuten sich besonders, dass nicht nur Mitglieder der Fußballabteilung an diesem Lauf teilnahmen, sondern alle Sparten des TuS Recke ihre Beteiligung zugesagt hatten. Auch der Sportverein Grün Weiß Steinbeck, die den Platz mitnutzen, nahm an dem Sponsorenlauf teil, um den ein oder anderen Euro zu erlaufen.

Der Lauf begann mit dem Bambinilauf, wobei die „kleinen“ Sportler Runden um den Sportplatz liefen. Die Älteren liefen eine ca. 1,2 Km Strecke um das Sportgelände in Recke.

Es versuchten am Sonntag die jungen sowie älteren Sportler möglichst viele Runden zu laufen. Auch das leibliche Wohl kam nicht zu kurz. Rund um den Sponsorenlauf wird für die ganze Familie etwas geboten. Es wird Kaffee und selbstgebackener Kuchen, Bratwürstchen und Pommes und natürlich auch Getränke angeboten. (ra)

Sind Sie mit Ihrer Website zufrieden?



Ist Ihre Internetseite veraltet?

Sind Sie mit Ihrem Grafiker oder Programmierer unzufrieden?

Haben Sie eine Website, die unübersichtlich ist bzw. nicht individuell Ihr Unternehmen widerspiegelt?

Oder Sie besitzen noch keine Internetseite?

Dann sprechen Sie uns an!

Wir erstellen und pflegen Ihre neue Internetseite!

**Bei uns KOMPLETT
ab 17,00 € im Monat***

* zzgl. Gebühren für Ihren Provider/Domain-Registrierung und den einmaligen Kosten für die Erstellung von 390,00 €



AS-Multimedia.de

Stadtmagazine - Drucksachen - Internet

Bevergerner Straße 10, 48477 Hörstel-Riesenbeck - Tel. 054 59 - 80 16 61 - info@as-multimedia.de

Radweginitiative Halverder Straße plant großen Hofflohmmarkt

Sie haben sich einiges vorgenommen, die Mitglieder des Vorstandes „Radweginitiative Halverder Straße“, denn die Mittel für den Ausbau des Fahrradweges nach Halverde sind noch lange nicht zusammen. „Da fehlen uns noch 15.000 bis 20.000 Euro, bis wir endlich weitermachen können“, erklärt Friedhelm Kolwes vom Vorstand. Obwohl Zuschüsse vom Land und vom Kreis zugesagt wurden, würde es noch nicht reichen. Jetzt will die emsige Radweginitiative den erfolgreichen Flohmarkt von 2011 wiederholen und hofft, dass dann weiteres Geld in die Kasse kommt.

Der Hofflohmmarkt findet am Wochenende, vom 10. bis 11. August, in der Zeit zwischen 10.00 und 18.00 Uhr auf dem Grundstück

der Familie Hensel an der Halverder Straße statt. Man habe für das leibliche Wohl gesorgt, so die beiden Vorstandsmitglieder. Die Mitglieder des

Fastabends Harhof backen nicht nur den Kuchen für die Kaffeetafel, sondern spenden auch noch diverse Sachen für den Flohmarkt. Da dürfte das

eine oder andere Schnäppchen dabei sein. Eine weitere, kleine Einnahmequelle soll der Verkauf von Ziegelsteinen, mit eingebrachtem Hausnamen werden. Diese Steine werden für 15 Euro an den Mann oder an die Frau gebracht. „Die Ziegelsteine werden wir dann sichtbar in die Rückwand einer neuen Bushaltestelle verbauen“, erklärt Friedhelm Kolwes stolz. Auch an die Kleinen habe man beim Floh-

Sechs Schulen freuen sich in diesem Jahr über kostenlose Trinkwasserwerke des WTL

Wasserversorgungsverband sponsert letztmalig sechs Schuleinrichtungen im Tecklenburger Land mit einer gesunden Trinkwasserversorgung

Die Entscheidung ist gefallen: Johann Knipper, Geschäftsführer des Wasserversorgungsverbandes Tecklenburger Land (WTL), stellte am 27. Mai die sechs diesjährigen Gewinnerschulen des Gesundheitswettbewerbs TRINX vor. Bereits zum fünften Mal nach 2008, 2009, 2011 und 2012 hatte der WTL gemeinsam mit dem Verein Wasser für Menschen e.V. alle Grund-, Förder- und weiterführenden Schulen aus dem Versorgungsgebiet dazu aufgerufen, sich für ein Sponsoring von leitungsgebundenen Trinkwasseranlagen im Wert von je rund 5000 Euro zu bewerben.

Gesundheit ist unser allerhöchstes Gut“, so Knipper. „Das gilt natürlich ganz besonders für unsere Kinder.“ Eigentlich hatte der WTL sich dazu entschieden, jedes Jahr fünf Schulen mit leitungsgebundenen Trinkwasserspendern auszustatten. „Da das Projekt aber in diesem Jahr ausläuft und wir nur sechs Bewerber hatten, haben wir uns kurzfristig entschlossen, auch dem sechsten Bewerber ein gesundes Schulwasserwerk zu finanzieren“, so

Knipper weiter. Freuen dürfen sich in diesem Jahr die Städtische Realschule und die Harkenberghauptschule in Hörstel, die Städtische Anne-Frank-Realschule, die Roncalli-Realschule und die Gemeinschaftshauptschule Laggenbeck in Ibbenbüren sowie die Overberggrundschule in Recke. Mit dem gesunden und frischen Trinkwasser aus dem Tecklenburger Land erhalten auf diese Weise über 2000 weitere Schülerinnen und Schüler eine

gesunde Alternative zu zucker- und kalorienhaltigen Softgetränken. Die Sommerferien werden dazu genutzt, die gesponserten Geräte in den Schulen aufzustellen. Unmittelbar nach den Ferien wird es an allen sechs Standorten eine feierliche Einweihung der TRINX Frische-Quellen geben. Zusätzlich erhalten die Schulen kostenlose Trinkflaschen und Urkunden, die die Einrichtungen als „Wassertrinkende Schulen“ auszeichnen und unter anderem vom Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz unterschrieben ist.

Mit dem Wasser für Menschen e.V. steht dem WTL ein kompetenter und erfahrener Partner zur Seite, der sich seit vielen Jahren für die Gesundheitsförderung bei Kindern und Jugendlichen einsetzt. Bereits seit 2006 organisiert der Verein und WTL gemeinsam verschiedene Projekte zum gesunden

Trinkverhalten an Schulen. Mit den sechs Gewinnerschulen aus diesem Jahr profitieren nun rund 22.000 Kinder und Jugendliche im Kreis Steinfurt von den gesunden Schulwasserwerken. „Als Wasserversorger fühlen wir uns in besonderer Weise verpflichtet, uns in der Region zu engagieren“, erklärt Knipper. Mit den diesjährigen Gewinnern soll die Aktion auslaufen, da die Initiatoren festgestellt haben, dass inzwischen nahezu alle Schuleinrichtungen, die an den Geräten Interesse haben, ausgerüstet sind. Im kommenden Jahr soll die Kampagne anstatt dessen auf Firmen im Tecklenburger Land ausgedehnt werden. „Denn uns liegt auch die Gesundheit der Arbeitnehmer in unserem Versorgungsgebiet am Herzen“, berichtet Knipper. Über die genauen Rahmenbedingungen wird derzeit zwischen WTL und Wasser für Menschen e.V. gesprochen. (pd)





markt gedacht. So werde unter anderem auch eine Hüpfburg aufgebaut.

Ein ausgebauter Fahrradweg nach Halverde ist den Anliegern der Straße wichtig. Dabei sind die Ziele hoch gesteckt. Bereits zum Juli kommen den Jahres will man den Radweg von der Kreuzung bei Lidl bis kurz vor der Grenze zu Halverde fertiggestellt haben. „Das sind dann genau 2,3 Kilometer“, berichtet Vorstandsmitglied Wolfgang Hensel und fährt fort, „die letzten 500 Meter werden wir erst dann fertigstellen, wenn auch Halverde die Lücke zur Ortsgrenze geschlossen hat“. Damit wäre ein

Friedhelm Kolwes und Wolfgang Hensel (v), von der „Radweg-Initiative Halverder Straße“, stellen ein Hinweisschild für ihren Flohmarkt auf.

durchgängiger, sicherer Fahrradweg nach Halverde befahrbar. Für den lobenswerten Entschluss, einen Radweg entlang der Halverder Straße zu bauen, hat die „Radweginitiative Halverder Straße“ sogar Ende letzten Jahres den RWE-Klimaschutzpreis 2012 zugesprochen bekommen! (fb)



Die Steinbecker C Mädchen

Die Mannschaft hat in der letzten Saison die Hallenkreismeisterschaft und die Kreismeisterschaft gewonnen. In der nächsten Saison, die im September beginnt, spielt die Mannschaft als 1. B Jugend in der Kreisliga A gegen die anderen B-Mädchen Mannschaften aus dem Kreis Tecklenburg. Der Meister aus dieser Staffel nimmt an der Aufstiegsrunde zur Bezirksliga teil. Die Steinbecker Mädchen gehören mit zum Favoritenkreis und die Mannschaft kann noch die ein oder andere motivierte Spielerin (Jahrgang 97-99), damit der Kader auch groß genug ist. Interessentinnen melden sich gerne beim Trainer Bernd Schaffer(05453/7533). (pd)

Lührmann

Hauptstraße 9
49509 Recke
Telefon 0 54 53 / 35 98
Telefax 0 54 53 / 77 00

Schreibwaren, Bürobedarf & Bücher

Sandmann

Bäckerei · Konditorei

Hauptstraße 12 · 49509 Recke
Telefon 0 54 53 / 32 25

MERSCH
RECKER
MASCHINENVERLEIH GMBH

Hausanschrift Maschinenslager
Buchenweg 34 Am Wall
49509 Recke 49509 Recke
Telefon: 0 54 53 / 71 62

- Minibagger/Radlader
- Rüttelplatten
- Scherenbühne
- Anhängerbühne 12 m/18 m/22 m
- 380 V Kompressor
- Druckluft-Elektroschweißhammer
- Diamantsägen/Kernbohrgeräte
- Holzhäckseler/Holzspalter
- Gartenfräse/Stromgeneratoren
- Heizgeräte/Bautrockner
- Weitere Maschinen auf Anfrage

www.reckermaschinenverleih.de • info@reckermaschinenverleih.de

**BESTATTUNGSINSTITUT
WIEMELER**

49509 Recke-Steinbeck
Recker Str. 15

Erd-, Feuer- und Seebestattungen

- Überführungen von und nach Auswärts
- Vertrauensvolle Erledigungen aller Formalitäten
- 24h Bereitschaftsdienst, auch an Sonn- und Feiertagen
- Bestattungs-Vorsorge-Beratung

Tel. 0 54 53 / 82 85
0 54 53 / 8 00 43
Mobil 0 171 / 7 46 30 84



Veranstaltungskalender

August bis September 2013



August

Freitag, 2.8.13, Beginn Provinzial Cup, Fürstenbergstadion, TuS Recke, Fußballabteilung

Freitag, 2.8.13, Großes Sommer-Reitturnier, Dressur bis Klasse M, Springen bis Klasse S, Reitanlage, Recke-Langenacker, Reit- & Fahrverein Recke

Samstag & Sonntag, 3. & 4.8.13, Großes Sommer-Reitturnier mit Abschluss & Siegerehrung der MWR-Tour

Samstag, 10.8.13, Gemeindepokal, Fastabendrunde, Fürstenbergstadion, TuS Recke, Fußballabteilung

Sonntag, 11.8.13, Endrunde Provinzial Cup, Fürstenbergstadion, TuS Recke, Fußballabteilung

Sonntag - Samstag, 11. - 17.8.13, Minilager, Anmeldungen unter www.caj-steinbeck.de, CAJ-Steinbeck

Mittwoch, 14.8.13, 15.00 - 18.30 Uhr, Grillnachmittag, Hotel/Gasthof Gronheid, Steinbeck, Senioren Steinbeck

Samstag & Sonntag, 17. & 18.8.13, 14.00 - 18.00 Uhr, Kaninchenschau und Hobbykaninchenbewertung mit Spielnachmittag, Kath. St.-Martin Grundschule, Obersteinbeck, Kaninchenzuchtverein W300, „Edle Rasse“

Sonntag & Montag, 18. & 19.8.13, 15.00 - 19.00 & 16.00 - 20.00 Uhr, Blutspende, Kath. Raphael-Grundschule, Steinbeck, DRK-Ortsverein Steinbeck

Sonntag - Freitag, 18.- 30.8.13, Ferienlager, Anmeldungen unter www.caj-steinbeck.de, CAJ-Steinbeck

Montag, 19.8.13., 17.00 Uhr, Grillen, Karola Schröer, Obersteinbeck, VdK Steinbeck

Dienstag, 20.8.13, Dekanatswallfahrt zur Mutter Anna, Hopsten Breischen, Kfd, Kath. Frauengemeinschaft Steinbeck

Mittwoch, 21.8.13, 14.15 Uhr, St.-Anna-Wallfahrt, Gnadenkapelle Hopsten-Breischen, Abfahrt: Schulzentrum Recke, Seniorengemeinschaft St. Dionysius Recke

Freitag, 23.8.13, 16.30 - 20.30 Uhr, Blutspende, Rathaus / Bürgersaal, Recke, DRK-Ortsverein Recke

Freitag bis Sonntag, 23.- 25.8.13, 3-Tage-Radtour im Raum Nordhorn, Tourenführung: Waltraud & Erwin Harte, TuS Recke Radwandergruppe

Samstag, 24.8.13, 3. Recker-Trecker-Treck, KLJB Recke, Kath. Landjugend

Samstag, 24.8.13, 18.00 Uhr, Biwak, Waldfreibad, Steinbeck, Bürgerschützenverein Steinbeck

Mittwoch, 28.8.13, Wirtschaftsfrühstück, Rathaus Bürgersaal, WIR

September

Sonntag, 1.9.13, Kolpingsommerfest, Pfarrheim/Garten Steinbeck, Kolpingfamilie Steinbeck

Dienstag 3.9.13, 16.00 Uhr, Informationsveranstaltung für Rentner der IGBCE Ortsgruppe Steinbeck, Hotel/Gasthof Gronheid, Steinbeck, IGBCE Ortsgruppe Steinbeck

Donnerstag, 5.9.13, 19.30 Uhr, Politisches Speed Dating mit Wahl-

Jetzt bei Ihrer Hauptgeschäftsstelle Aloys Placke

Hörsteler Straße 89
49509 Recke

Fon 05453-8685
Fax 05453-98085

alloys_placke@gothaer.de
www.alloys_placke.gothaer.de



Tschüß Sorgen: Mit der PrivathaftpflichtPlus.

- ☒ Selbst verursachte Schäden
- ☒ Eigene Schäden, bei Zahlungsunfähigkeit des Verursachers

Gothaer

Besuchen Sie uns am 17./18. August 2013
auf der Grenzlandschau in Schale!



- Neuwagenvermittlung aller Fabrikate
- Halbjahres-, Jahres- und Gebrauchtfahrzeuge aller Fabrikate
- Finanzierung/Leasing
- Fahrzeugverleih
- Fahrzeug-Aufbereitung
- Abschleppdienst

Steinbecker Straße 19 | 49509 Recke
Telefon: 05453/7676 | Telefax 05453/96511
j.schroeder@steinbecker-autopavillon.de

www.steinbecker-autopavillon.de

Gewerbeschau Wallenhorst vom 13. bis 15. September 2013

Bereits 125 Aussteller angemeldet -
Ausstellungsflächen vergrößert

In der Zeit vom 13. bis 15. September 2013 findet auf dem Oktoberfestgelände an der Hansastrasse in Wallenhorst in Zusammenarbeit mit dem Verein „Wir für Wallenhorst – Marketing e.V.“ (WfW) zum dritten Mal die „Gewerbeschau Wallenhorst“ unter dem Motto „Die Region zu Gast!“ statt.

Aufgrund der starken Nachfrage nach Ausstellungsflächen mussten sowohl die Hallen- als auch die Freigeländeflächen vergrößert werden. Die bisher vergebene Ausstellungsfläche ist

bereits jetzt größer als die Gesamtfläche der Gewerbeschau 2011. Diese Tatsache belegt die Attraktivität der Ausstellung in Wallenhorst. Im Freigelände beteiligen sich mehrere

Autohändler führender Marken und werden die neuen Modelle des kommenden Autojahres 2014 vorstellen. Geöffnet ist die Ausstellung freitags von 15.00 bis 19.00 Uhr sowie samstags und sonntags jeweils von 10.00 bis 18.00 Uhr und wird von einem abwechslungsreichen Rahmenprogramm für die ganze Familie begleitet. Einen Querschnitt durch die Wallenhorster Modevielfalt zeigen sieben Einzelhändler aus Wallenhorst im Rahmen einer Moden- und Frisurenschau. Zahlreiche Aktionen für Kinder in den Ausstellungshallen sowie im Freigelände erhöhen den Erlebnischarakter der Ausstellung. Vereine und Verbände aus Wallenhorst werden sich wieder an der Ausstellung

zu beteiligen. Im Freigelände stehen kostenlos Marktstände zur Verfügung, die im Charakter eines Dorfes aufgebaut werden. So soll die Vielfältigkeit des Vereinslebens in Wallenhorst präsentiert werden. Federführend für die Organisation hierfür ist die Unternehmensvereinigung „Wir für Wallenhorst“. Der Eintritt ist für die Besucher an allen Ausstellungstagen frei, ebenso stehen kostenlose Parkplätze direkt am Ausstellungsgelände zur Verfügung. Interessierte erreichen die Ausstellungsleitung bei der Fa. Friedrich Haug, Cappeln zu den üblichen Bürozeiten unter der Telefonnummer 04478/95875-13 oder per Mail an schute@haug-ausstellungen.de (pd)

kandidaten Clemens-August-Heim, Recke, KAB St.-Josef Recke & Kolpingfamilie Recke

Samstag & Sonntag, 7. & 8.9.13, Olpefahrt 2 FK, Kolpingfamilie Steinbeck

Sonntag, 8.9.13, 8. Schaftag im Tecklenburger Land, Treffpunkt: Brochterbecker Str. 60 in Lengerich-Wechte, ANTL e.V., Arbeitsgemeinschaft Naturschutz Tecklenburger Land e.V.

Sonntag, 8.9.13, Steinbecker Spätsommer, Steinbeck, WIR

Sonntag, 8.9.13, 11.00 Uhr, Kartoffelfest und Dreschtage zum Tag des offenen Denkmals: leckere Kartoffelpfannkuchen, Brot aus dem Steinbackofen, Kartoffeldruck für Kinder. Für das leibliche Wohl ist bestens gesorgt! Alte Ruthemühle, Steinbeck, Heimatverein Recke

Mittwoch, 11.9.13, 15.00 - 18.00 Uhr, Senioren-Nachmittag, Pfarrheim, Steinbeck, Senioren Steinbeck

Donnerstag, 12.9.13, Doppelkopfturnier und andere Spiele, Pfarrheim, Steinbeck, Kfd, Kath. Frauengemeinschaft Steinbeck

Samstag bis Montag, 14. - 16.9.13, Kirmes, Ortskern, Gemeinde Recke

Dienstag bis Freitag, 17.-20.9.13, Heiter besinnliche Einkehrtage zum Jahr des Glaubens, Borken-Marienu, Seniorengemeinschaft St. Dionysius Recke

Die Region zu Gast in

WALLENHORST



Die Erlebnis-Ausstellung für die ganze Familie ...



GEWERBESCHAU

P + EINTRITT FREI

Wallenhorst / Hansastrasse

13. - 15. September

Freitag von 15 – 19 Uhr

Samstag & Sonntag 10 – 18 Uhr

www.wirfuerwallenhorst.de

Ein neuer Lebenschnitt

Tipps zum Schulanfang



Foto: Yantra, fotolia.de

Der erste Schultag ist ein Fest, denn ein neuer Lebensabschnitt beginnt: Endlich kein Kindergartenkind mehr sein, endlich zu den „Großen“ gehören, endlich zur Schule gehen. Der Einschultag ist ein Ereignis im Leben eines jeden Kindes, das unvergessen ist. Nicht alle, aber die meisten Kinder freuen sich auf diesen Tag. Das nicht nur, weil sie eine schöne Schultüte mit allerlei Überraschungen bekommen. Mit viel Bedacht wurde der neue Schulranzen ausgewählt, Stifte, Bücher und Hefte eingepackt. Eine neue Lebensphase beginnt, die zukunftsbestimmend ist, mit vielen schönen spannenden, aber manchmal auch schwierigen Momenten. Damit das Schulkind optimal auf den Wechsel vom Kindergarten auf die Schule vorbereitet ist, sind einige Dinge zu bedenken, die den Schulstart erleichtern.

Der Schulweg:

Bereits im Kindergarten haben die Kinder den Schulweg geübt. Beim Überqueren der Straße heißt es: „Erst links, dann rechts, dann geradeaus – so kommst du sicher wieder nach Haus!“. Kurze Sprüche helfen im Straßenverkehr, lassen sich einprägen. Doch sie sind nicht immer leicht umzusetzen. Kinder verkennen leider die Gefahr von roten Ampeln, schnellen Autos oder großen Straßen. Doch es ist lebenswichtig, dass sie spätestens nach dem Schulanfang lernen, ein verantwortlicher Verkehrsteilnehmer zu werden – eine der schwersten Aufgaben, die Eltern vor Herausforderungen stellen. Dennoch ist es notwendig, Kinder loszulassen und nicht ständig mit dem Auto zur Schule zu fahren. Denn sie müssen lernen, mit Gefahren fertig zu werden.

Deshalb heißt es für sie, den Schulweg immer wieder mit ihren Kindern zu üben, den Weg intensiv mit ihnen durchgehen. Kinder nehmen den Straßenverkehr anders wahr, als Erwachsene. Sie können die Geschwindigkeit der Fahrzeuge nicht einschätzen und haben, da sie kleiner sind, auch ein viel kleineres Sichtfeld. Wenn sich Eltern in die Hocke setzen, wissen sie, was Kinder sehen können, bzw., was sie nicht sehen können. Auch auf bestimmte Gefahrenstellen sollten Kinder aufmerksam gemacht werden, um dann den sichersten Weg mit Querungshilfen und Ampeln zu wählen. Die Vorbildfunktion der Eltern darf nicht außer Acht gelassen werden. Auch sie sollten nie zwischen parkende Autos zur anderen Straßenseite gehen.

Aufmerksam sollte man die Kinder in diesem Zusammenhang darauf machen, dass sie sich nicht

von Erwachsenen ansprechen oder mitnehmen lassen, sondern konsequent ihren Weg gehen.

Gesunder Start:

Das Frühstück daheim und das Pausenbrot tragen enorm dazu bei, dass Kinder sich wohl fühlen und gut ausgerüstet sind. Vorbereitetes klein geschnittenes Obst und Gemüse oder ein aufgepepptes Pausenbrot mit Gemüse oder Salat, regen den Appetit des Schulkindes an.

Und um alle gesundheitlichen Störungen auszuschließen, wäre eine Rundumuntersuchung mit Hör- und Sehtest angebracht.

Der Hausaufgabenplatz:

Doch auch Zuhause ändert sich einiges, ein Platz für die Erledigung der Hausaufgaben muss geschaffen werden. Das Schulkind möchte seine Aufgaben zunächst sicher noch am liebsten in Nähe der Eltern am Küchentisch erledigen. Das ist auch nicht schlimm, wenn das Kind Platz hat, nicht durch Lärm, Radio und anderem abgelenkt wird. Doch wenn die Hausaufgaben zunehmen, gilt es, einen festen Platz mit einem höhenverstellbaren Stuhl einzurichten. Das Kind sitzt richtig am Tisch, wenn Knie-, Hüft- und Ellbogengelenke jeweils rechte Winkel bilden und dabei beide Füße bequem auf dem Boden stehen. Zwischen Oberschenkeln und Tischplatte sollte genügend Platz sein.

Zu guter Letzt gilt es zu bedenken, dass für Kinder das ungewohnte Sitzen am Schulpult eine enorme Belastung darstellt. Deshalb sollten sie in der Freizeit genügend Zeit zum Toben und Bewegen an der frischen Luft haben. So kann das Schulkind auch abends rechtzeitig schlafen und am nächsten Tag ausgeschlafen und unbeschwert den Schulweg antreten.

(ra)



Foto: Sandra Yackel, fotolia.de

Ab 50,00 Euro Einkaufswert bei Spielwaren gewähren wir Ihnen **10% Rabatt!**

Schleich playmobil LEGO ...und vieles mehr!

Friseur buscher
Spiel- und Schreibwaren
Händlerstraße 1
49509 Recke, Oberstenbruch
Tel.: 054 53 96 83

Bleibende Erinnerungen
Hochzeitsdokumentationen mit großen Fotobüchern

Bewerbungs- & Passbilder

Felix Büscher
49509 Recke
Tel.: 054 53 / 96 83
info@digijair.de

Reinhard Lüttmann
Steuerberater

Dipl.-Finanzwirt
Thomas Lüttmann
Steuerberater *)

Steuerberatersozietät:
Poststr. 7b
49509 Recke
Telefon / Fax:
05453/9313-0/-13

*) zugleich „Landwirtschaftliche Buchstelle“ i.S.d. § 44 StBerG

Ehrenamtliche Schiedspersonen im Amtsgericht Ibbenbüren

Erfahrungsaustausch im Ibbenbürener Rathaus

Einmal jährlich findet ein Austausch der Schiedspersonen aus dem Bezirk des Amtsgerichts Ibbenbüren statt. In diesem Jahr war Ibbenbüren Gastgeber. Das Amtsgericht Ibbenbüren ist zuständig für die Ortschaften: Hörstel, Hopsten, Ibbenbüren, Mettingen, Recke und Saerbeck.

Im kleinen Sitzungssaal des Rathauses begrüßte Ibbenbürens Bürgermeister Heinz Steingröver die „Mediatoren.“ „Schiedspersonen arbeiten ehrenamtlich und sind für eine Dauer von fünf Jahren vom jeweiligen Stadtrat gewählt. Sie suchen zu vermitteln und zu einer gütlichen Einigung zwischen zerstrittenen Personen zu kommen. Die Schiedspersonen spielten eine wichtige Rolle in einer Zeit, in der jeder auf sein Recht beharrt, auch wenn er nicht Recht hat“, so Ibbenbürens Bürgermeister.

Nach einem regen Gespräch zwischen dem Leiter des Amtsgerichts Ibbenbüren, Frank Michael Davids und dessen Geschäftsleiter, Hartmut Richter mit den Schiedspersonen waren sich die Teilnehmer einig: „Es ist wichtig sich auszutauschen und zu sehen, wie andere Schiedspersonen ihre Aufgaben bewerkstelligen und Probleme lösen.“

Davids ging zu Anfang kurz auf Ibbenbürens Gerichtsbarkeit ein und erklärte: „Die Arbeit der Friedensleute sei Friedensstiftung auf erster Ebene.“ Sie sei im nachbarschaftlichen und örtlichen Bereich schwieriger geworden. Die zerstrittenen Parteien wollten jeweils ihr Recht durchsetzen, selbst wenn sie ahnten, dass sie nicht Recht haben. Frank Michael Davids dankte den Schiedspersonen für ihre Arbeit, die das Gericht entlastet. Ein Schiedsverfahren, so wurde deutlich, sei bedeutend günstiger als einer Gerichtsverhandlung. Zwar falle eine geringe Gebühr zur Kostendeckung an, die aber keineswegs im Verhältnis zu Anwalts-, eventueller Gutachter- und Gerichtskosten stehe.

„Zu beobachten ist, dass die Parteien im Nachhinein meist zufriedener mit einer außergerichtlichen Schlichtung sind, als mit einem Gerichtsurteil“, stellte Davids fest.

Die Tendenz für ein Schlichtungsverfahren ist steigend, da die Präsenz der Schiedspersonen größer geworden ist. Adressen der Schiedspersonen sind an der Stadt, aus der Zeitung oder im Internet zu erfahren.

„Wenn beide Parteien zum Schlichtungstermin erscheinen, ist die Bereitschaft groß, sich beim Schiedsverfahren zu einigen“, so der Tenor.

Dennoch, so belegte Frank Michael Davids mit Zahlen, nimmt die Bereitschaft, sich zu einigen ab. So sei die Aufgabe der Schiedsleute schwieriger geworden. Schiedsverfahren spielen sich überwiegend im Zivilrecht ab, wo die Emotionen hoch schaukeln.

Auch sei die Besetzung eines Ehrenamtes immer schwieriger, das ist der allgemeine Trend. Dennoch trifft das noch immer eher in Großstädten zu, als im Ibbenbürener Raum. Schiedsleute werden vorgeschlagen oder melden sich an ihrer Gemeinde. Wenn sie ausgewählt sind, sind Schulungen und Literaturstudien gewährleistet. Deutlich wurde: Schiedsleute stehen absolut unter Schweigepflicht.

Viele Fragen zur praktischen Arbeit kamen zur Sprache: „Was mache ich, wenn ich Kenntnis von einer schweren Straftat bekomme?“, „Was ist zu tun,

Schiedspersonen in Recke:

Alfred Bückler, Haarstraße 13, 49 509 Recke, Telefon 05453 1600.

Ludger Determann, Nienkamp 9, 49 509 Recke, Telefon 05453 8651. (Vertretung).

wenn eine Partei nicht erscheint?“, „Sind Vorgespräche mit dem einzelnen der Parteien nötig?“, Wie sollten Anschreiben sein, wie erste Kontaktaufnahmen? All diese Fragen wurden intensiv besprochen. Besonders in schwierigen Fällen gelte es, klare Aussagen zu machen und Grenzen aufzuzeigen. (ra)



Treffen der Schiedspersonen des Bezirks Amtsgericht Ibbenbüren mit dem Leiter des Amtsgerichts Frank Michael Davids (5. li) und Hartmut Richter, Geschäftsleiter des Amtsgerichts Ibbenbüren (rechts).



Reinigungsmittel vom Profi:
Ergiebig, material- und
umweltschonend.

**Sie sparen Zeit,
Geld und Energie!**

Unsere Laden-Öffnungszeiten

Mo.–Do.: 9.00–12.00, 14.00–17.00 Uhr
Freitag: 9.00–12.00, 14.00–16.00 Uhr

- Unterhaltsreinigung
- Baureinigung
- Glasreinigung
- Fassadenreinigung
- Industriereinigung
- Hausmeisterdienste
- Teppichbodenreinigung
- Reinigung von Photovoltaikanlagen
- Verkehrsflächenreinigung
- Pflege von Garten- und Grünanlagen
- Winterdienste

Gebäudereinigung
Lasch GmbH
Lange Wand 29
49509 Recke
www.lasch-gmbh.de
05453/93000



„Echt GRIMMinell: und wenn sie nicht gestorben sind, dann wird's jetzt aber Zeit!“

Veranstaltung der Buchhandlung Volk als Hommage an die Brüder Grimm am 20. September

Im Jahr 2012 wurden die Kinder- und Hausmärchen der Brüder Grimm 200 Jahre alt. Grund genug, um zu einem ganz besonderen Bühnenerlebnis einzuladen. Marianne Vier und Alexandra Eyrich, professionelle Erzählkünstlerinnen, haben ein Veranstaltungsprogramm entwickelt, welches sich an Jugendliche und Erwachsene richtet. Präsentiert werden Erzählkunst und szenisches Spiel - auf gruselige, ironische, gewagte, aber auch amüsante Weise. Ergänzt wird die abendfüllende Veranstaltung durch klassische Musik am Klavier.

Das Programm

Inhaltlich geht es diesmal keineswegs um die Grimmschen Klassiker (Rapunzel, Rotkäppchen, Dornröschen etc.), sondern eben um die "GRIMMinellen", wie z.B. "Gevatter Tod", "Der Räuberbräutigam", "Das Totenhemdchen", "Der alte Großvater und sein Enkel", "Fitchers Vogel" und einige mehr...

"Echt GRIMMinell - und wenn sie

nicht gestorben sind, dann wird's jetzt aber Zeit!" Ein märchenhaft tragisch-tödlicher Abend als Hommage an die Brüder Grimm (ab 14 Jahren).

Die Erzählerinnen

Die Bambergerin Alexandra Eyrich ist Märchenpädagogin und professionelle Erzählkünstlerin. Neben ihrer umfassenden und abwechs-

lungsreichen Bühnenarbeit gehören Projekte wie etwa "Märchen und Klassik" (u.a. für das Kölner Präventivprojekt "Gewaltfrei lernen") ebenso zu ihrem Schaffen wie das Durchführen von pädagogischen Fortbildungen (u.a. im Auftrag des Bayer. Staatsministeriums). Interkulturelle, trauerbegleitende und musikalische Projekte mit sämtlichen Ziel- und Altersgruppen runden ihre Tätigkeit ab.

Die Buchveröffentlichung "So wähle" (Haag+Herchen Verlag) war 2012 in der Literaturszene ihr Debüt als Autorin und Illustratorin. Sie war mehrfach Studiogast im Saarländischen Rundfunk und ist deutschlandweit auf Festivals und anderen (Groß-) Veranstaltungen zu sehen und zu hören.

Heute hat Alexandra Eyrich die

pädagogische und künstlerische Leitung der Akademie Vielfalt deluxe für Märchen, Pädagogik und Kultur in Bamberg inne.

Der Termin

20. September, 20.00 Uhr (ab 14 Jahren), Eintritt Vorverkauf: 16,00 Euro/Abendkasse: 18,00 Euro. (pd)



Buchtipps von Helga Volk

Jorgen Brekke, „Das Buch des Todes“

Efrahim Bond ist Konservator des Edgar-Allan-Poe-Museums in Richmond und macht eine sensationelle Entdeckung. Unter dem Umschlag eines ledergebundenen Buches aus der Poe-Sammlung entdeckt er überschriebene Texte eines blutigen Geständnisses von einem mittelalterlichen Serienmörder, die auf Menschenhaut geschrieben wurden.

Schulbücher

und individuell angefertigte und wiederverwendbare Umschläge

- Einfach die **Schulbuchliste abgeben** (oder per Telefon, Fax bzw. Mail) und eine **Bücher-tasche mit einer Überraschung zum Ende der Ferien abholen**
- Oder auf Wunsch am nächsten Tag nach der Bestellung, sofern lieferbar, abholen
- Oder durch unseren Botendienst portofrei bringen lassen

Tel. 05453-7275, Fax 05453-3887, Vogteistr. 8, 49509 Recke
www.buch-volk.de, info@buch-volk.de, skype: buchhandlung.volk

Doch bevor er seinen Fund publik machen kann, wird er ermordet. Fast zeitgleich wird in Trondheim ein beinahe identischer Mord begangen: die Bibliothekarin Gunn Brita Dahle wird enthauptet aufgefunden.

Es dauert eine Weile, bis auf beiden Seiten des Atlantiks die Zusammenhänge festgestellt werden und die beiden Ermittler Felicia Stone und Odd Singsaker zusammen arbeiten. Ein durchweg spannend aufgebauter Thriller mit historischen Bezügen und einem sympathischen Ermittlerteam.

„Jorgen Brekke, Das Buch des Todes“ ist erschienen im Heyne-Verlag, es kostet 12,99 Euro



Jetzt modernisieren und profitieren: Viessmann Brennwertechnik mit Solarintegration.



So lohnt sich die Modernisierung:

- Handwerkerleistung steuerlich absetzbar
- Heizkosten um bis zu 40% senken
- Testsieger bei Stiftung Warentest (03/2009): Viessmann Kombi-Solaranlagen

Wir beraten Sie gern:

VIESSMANN



Heukamp Heizung & Sanitär
Bahnhof 23 - 49509 Recke
Telefon: 05453 / 80 658



Sommer-Hit 2013

**Klimawartung
inkl. Urlaubs-Check**

€ 59,00



Das Angebot enthält:
Befüllen mit Klimamittel
laut Herstellervorgabe.
Funktionalitäts-Prüfung
der Klimaanlage.
Druckverlusttest.
gültig bis 15.08.2013

Auto-Technik Schröder GmbH | Steinbecker Straße 23 | 49509 Recke
Telefon 0 54 53 / 91 98-300 | info@auto-technik-schroeder.de
www.auto-technik-schroeder.de

Anzeige

Das eigene Haus – ein wahr gewordener Traum

Wie schütze ich mein Hab und Gut richtig?

Die Wohnungstür ist aufgebrochen, Schränke und Kommoden wurden durchwühlt, Fernseher und HiFi-Anlage sind weg. Ist der Bestohlene ausreichend abgesichert, hat er Glück im Unglück.

Nicht nur durch Einbruch und Vandalismus, auch durch Hagelschlag, Feuer, Sturm oder Wasserrohrbruch können erhebliche Schäden entstehen, die dem Traum vom sorgenfreien Zuhause einen schweren Dämpfer versetzen. Die Provinzial bietet eine Wohngebäude- und eine Hausratversicherung an, die ab dem kleinsten Schaden für finanzielle Sicherheit sorgen.

Die Wohngebäudeversicherung deckt Schäden am Wohngebäude und allen dazugehörigen Gebäuden und Anlagen wie Gartenhäuschen, Carports

oder auch Hecken und Wegen ab. Im Rahmen der Hausratversicherung ist prinzipiell alles versichert, das sich im Inneren befindet – also Einrichtungs-, Gebrauchs- und Verbrauchsgegenstände sowie sonstige Wertsachen. Im Einzelfall wären das beispielsweise Möbel, Elektrogeräte, Lebensmittel oder auch Wertpapiere.

Jedes Versicherungspaket kann individuell zusammengestellt und nach Bedarf erweitert werden. Oft kommen die Folgekosten eines Schadens den Hausbesitzer besonders teuer zu stehen. Deshalb übernimmt die Wohn-

Immer da, immer nah.

PROVINZIAL
Die Versicherung der Sparkassen

Wenn es darauf ankommt, sind wir für Sie da – zuverlässig wie ein Schutzengel.



Aloys Robbe



Andreas Sandmann

Ihre Provinzial-Geschäftsstelle

Robbe & Sandmann

Hauptstraße 54, 49509 Recke

Tel. 0 54 53 / 12 12, 9 19 99-0

robbe-sandmann@provinzial.de



gebäudeversicherung auch bis zu 24 Monate den privaten Mietausfall, wenn eine vermietete Wohnung, bedingt durch einen Schadenfall, nicht bewohnt werden kann.

Elementarschadenversicherung ist sinnvoll

Die Daten von Klimaforschern belegen, dass die Häufigkeit von

Unwetterschäden in Deutschland beträchtlich zunimmt. Daher ist es empfehlenswert, sich gegen Elementarschäden entsprechend abzusichern. Ein Schutz gegen solche Schäden wird immer wichtiger. Die Provinzial empfiehlt ihren Kunden die Elementarschadenversicherung abzuschließen, um im Notfall auf der sicheren Seite zu sein. (pd)

Zumba, Hip Hop und Step Aerobic für Kinder und Jugendliche im FunSports

Foto: George Dorigkh, fotolia.de



Ein erweitertes Kursprogramm für Kinder und Jugendliche bietet ab September das FunSports im MediVital in Recke.

Seit vier Jahren betreibt das FunSports in Recke nun schon erfolgreich für 3-10 Jährige den „Kreativen Kindertanz“ und „Tanzen nach coolen Moves“, in mittlerweile acht Gruppen. Im Mai 2013 wurde das

Angebot für die 12 bis 15 Jährigen um neue Hip Hop Kurse ausgeweitet. Eine junge Trainerin bringt den Jugendlichen diesen modernen Dance-Style bei. Durch die gute Resonanz und häufige Nachfrage hinsichtlich weiterer Kurse für die 12 bis 15 Jährigen, machte sich das Team von Marion Wesselmann, Inhaberin vom FunSports, daran den Bereich weiter auszubauen. Daher runden nun, ab September, die Kurse „Zumba“ und „Step Aerobic“ den Bereich für die Kinder und Jugendliche ab.

Auch für Erwachsene gibt es immer wieder interessante Angebote, wie die aktuelle Sommeraktion, wobei bis zum 30. August 2013, Erwachsene das komplette Angebot für vier Wochen testen können.

Im FunSports trainiert man im Milon Gerätezirkel, dem modernsten chipkartengesteuerten Kraft-Ausdauer-Zirkel und chipkartengesteuerten Kraft / Rückenzirkel. Im Milon-Zirkel sind Kraft- und Ausdaurelemente so angeordnet, dass sie mit den individuellen auf der Chipkarte gespeicherten Einstellungen ein optimales Training garantieren. Je nach individueller Zielsetzung kann man so das Körpergewicht reduzieren, die Muskel straffen und definieren oder aber die Muskeln aufbauen.

Das Kursangebot für die Erwachsenen beinhaltet Zumba, Bauch-Beine-Po Gymnastik, Pilates, Step Aerobic, Bodypump- das Original Langhantel Workout, Sh'bam- ein besonderes Tanz Workout für jedermann. Derzeit umfasst das ganze Kursprogramm 23 Kurse in der Woche.

Interessierte, die die Sommeraktion oder den Kinder/Jugendbereich testen möchten, melden sich direkt im FunSports.

Für alle Kids mit Rhythmus im Blut

Ab September neue Kurse „ZUMBA“ und „STEP AEROBIC“ für 11 - 15 jährige Jungen und Mädchen

Schnuppertraining am Mittwoch, 28.08. und 04.09.2013

- Step Aerobic um 15.45 Uhr
- Zumba um 16.30 Uhr

funSports

med. Sport-Gesundheitszentrum
Marion und Christof Wesselmann

Anmelden und fertig!

Am Mersch 5
49509 Recke
Tel. 05453 / 932200

www.gesundheitszentrum-recke.de

Der Apothekergarten der Schlüterschen Apotheke in Recke

Jetzt neu: Das Buch zum Garten

In einer kleinen Oase hinter der Schlüterschen Apotheke in Recke gedeihen über 50 Heilpflanzen. Jedes Jahr gibt es mehrere Führungen, bei denen Apothekerin Karin Schaffer über die Geschichte und die umfassende Wirkung von Heilpflanzen berichtet. Die Wirksamkeit der Heilpflanzen ist oft traditionell überliefert und bei den meisten inzwischen wissenschaftlich erwiesen.

Bei der Betrachtung der Heilpflanzen kann sich die Heilkraft der Pflanzen erschließen. Schon im Mittelalter erkannten Heilkundige, was eine Heilpflanze von anderen Pflanzen unterschied. Es wurde untersucht, unter welchen Bedingungen sie aufwächst, welche Farbe und Gestalt z.B. die Blüte hat und ob es besondere Auffälligkeiten beim Wachstum gab. Daraus schloss man dann auf die Anwendungsgebiete. Hier eine Leseprobe aus dem Apothekergartenbuch, das aus den Apothekergartenführungen entstanden ist und mit Fotos von Bernd Schaffer aus dem Apothekergarten ansprechend gestaltet wurde.

Neben der Heilpflanzenbeschreibung

erfahren Sie Interessantes über die Namensherkunft, Wirkung und Anwendung und wie Sie die Heilpflanzen für den Hausgebrauch verwenden können. Das Buch beschreibt, wie Sie Heilpflanzen ernten, aufbewahren und weiterverarbeiten z.B. als Heilöle, Tinkturen oder Salben. Die beschriebenen Rezepte eignen sich auch als Geschenkidee. Wer freut sich nicht über ein linderndes Heilöl in einer schönen Flasche, ein selbstgemachtes Hopfenkissen oder ein Duftpotpourri. Außerdem finden Sie beste Heilpflanzen für Frauen, Heilpflanzen in der Homöopathie und ein kleines Wörterbuch der Pflanzeninhaltsstoffe. Das Buch ist für 5 Euro in der Schlüterschen Apotheke erhältlich. (pd)





KlimaGut-Brief



KlimaGut-Glücks-sparen



KlimaGut-Brief flex



www.ksk-steynfurt.de


KlimaGut – mit uns das Klima verbessern.
Sprechen Sie mit uns.

Prinzip MehrWert:



Gut für die Wirtschaft.



Gut für die Umwelt.



Gut für die Menschen.

www.prinzip-mehrwert.de



**Kreissparkasse
Steinfurt**



Sehtest zum Schulbeginn

Schulkinder mit Sehschwächen müssen sich übermäßig anstrengen

Eltern wissen oft nicht, dass ihre Kind nicht richtig sehen kann. Weil die Kinder kein anderes Seherlebnis kennen, fällt es ihnen selbst nicht auf, denn Sehschwächen tun nicht weh. Außerdem können kleine Kinder sich nicht artikulieren, wenn sie merken dass irgendwas nicht stimmt. Bis zum siebten Lebensjahr entwickeln sich wichtige Nervenverbindungen, deshalb ist frühes Handeln angebracht, um schwere lebenslange Sehstörungen zu vermeiden. Kinder mit Sehschwächen haben ungeahnte Schwierigkeiten im Alltagsleben.

Damit der Schulstart gelingt, ist anzuraten, sicherheitshalber einen Sehtest einzuplanen*, rät Augenoptiker Florian Hillebrand.

Gutes Sehen ist nicht nur fürs Lesen, Rechnen und Schreiben unerlässlich, sondern auch in den aktiven Phasen, wie auf dem Schulweg, in den Schulpausen und beim Sport. Die motorische Entwicklung ist beeinträchtigt, so fühlen sich die Kinder unsicher, weil sie Entfernungen und Hindernisse nicht genau einschätzen können.

Woran können Eltern erkennen, ob ein Kind möglicherweise eine Sehschwäche hat?

Anzeichen können häufiges Blinzeln, Augenreiben, rote tränende Augen oder Überempfindlichkeiten sein. Will ein Kind nicht gerne Malen oder Basteln, sitzt es ständig zu nah am Fernseher oder hält es das Bilderbuch zu nah ans Gesicht, können das Signale für Sehfehler sein.

(ra)

@kids
Kinderbrillen

piffiges Design
geprüfte Qualität
kompetente und faire Beratung

Mit Federbügeln und Kunststoffgläsern zum Komplettpreis
ab € 9,90*

* Zuzahlung in € inkl. der gesetzlichen MwSt. für eine komplette Brille inkl. Etui und Mikrofaserluch, bei Vorlage einer gültigen ärztlichen Verordnung für Kinder und Jugendliche bis 18 Jahre, die Mitglied einer gesetzlichen Krankenkasse sind.

Gilt für Kunststoff 1.5 Lieferbereich: mindestens sph + / - 6,00 dpt; cyl bis 2,00 dpt, Durchschnitt 55/60/65

HILLEBRAND
Qualität von Augen
Augenoptik - Kontaktlinsen

**Hopstener Str. 8
49509 Recke
Tel. 05453 / 7595**

Der Knochencheck

Starke Knochen für ein langes Leben

Ca. 212 Knochen tragen uns, doppelt so hart wie Granit, zugkräftig wie Gusseisen. Sie können viel tun, um Stabilität und Elastizität zu erhalten.

Neben richtiger Ernährung und Bewegung empfehlen wir Schüßler Salze, die wir gerne für Sie individuell zusammenstellen.

Machen Sie den Knochencheck!
Investieren Sie 5 Euro für Ihre Gesundheit!

Wir heißen Sie dazu vom 16.- 20. September 2013 herzlich in der Schlüterschen Apotheke willkommen

Wer mehr für sich tun möchte, informiert sich beim Vortrag von Heilpraktikerin Frau Katjo am

Mittwoch, den 18.9.2013 um 19.00 Uhr im Seminarraum der Schlüterschen Apotheke. (pd)



Schlütersche Apotheke

Mittwoch, 18. September 2013

Vortrag von Heilpraktikerin Frau Katjo aus Recke:
Stabile Knochen

16.- 20. September 2013

Knochentage:
Wir messen ihre Knochendichte!

Wir kümmern uns um Ihre Gesundheit!

Hopstener Straße 1a
49509 Recke
Tel. 0 54 53 / 32 21
www.apotheke-recke.de



Rücken-Rat

von Erik Hannema,
Bachelor of Physiotherapy



Rückenfreundlich schlafen So vermeiden Sie Rückenschmerzen

Rückenfreundliches Schlafen ist einer der wichtigsten Faktoren, um Rückenschmerzen zu vermeiden. Gerade beim Schlafen können Rückenschmerzen entstehen. Lesen Sie hier, auf was Sie unbedingt achten sollten.

Richtig schlafen verhindert Rückenschmerzen

Der Schlaf ist enorm wichtig für unsere Gesundheit, da sich der Körper nur dann regenerieren kann. Viele machen allerdings den Fehler und schlafen zu wenig. Dann hat der Körper auch zu wenig Zeit, die Belastungen des Tages richtig auszukurieren. 7 bis 8 Stunden Schlaf sollten es schon sein. Auch der Rücken ist betroffen, wenn wir zu wenig oder auch falsch schlafen. Denn Verspannungen und Verkrampfungen können sich nur lösen, wenn wir dem Rücken eine Pause gönnen.

Das richtige Zubehör

Damit sich der Rücken entspannen kann, brauchen wir zunächst einmal die richtige Matratze. Diese sollte nicht zu weich sein, da wir sonst darin versinken, was zu Fehlhaltungen und Verkrampfungen durch eine ungünstige Körperposition führen kann. Besser ist eine mittelharte Matratze, die den Rücken und die Wirbelsäule nachts stützt.

Zu hart darf sie aber auch nicht sein, da sie sich sonst der Wirbelsäule nicht anpassen kann. Testen Sie in Ruhe aus, bis Sie eine Matratze gefunden haben, auf der Sie sich wohl fühlen. Einige Geschäfte bieten auch ein 4-6 wöchiges „Probieren“ an. Wichtig ist auch, die Matratze spätestens nach zehn Jahren auszutauschen, da sie im Laufe der Zeit weicher wird.

Mit dem richtigen Kissen Rückenschmerzen vermeiden

Einige Anbieter bieten spezielle Kissen gegen Rückenschmerzen an, die man sich in den Nacken, den Rücken oder zwischen die Beine klemmt. Ob diese wirklich sinnvoll sind, muss man austesten. Denn da wir uns nachts viel bewegen, verrutschen die Kissen und bleiben nicht an ihrer gedachten Position. Daher gibt es auch keine ideale Schlafhaltung. Im Liegen sind zu dicke Kissen allerdings nicht geeignet, da man im Nacken abknickt. Besser ist es, wenn die Wirbelsäule ganz gestreckt ist.

Schlafklima

Wichtiger als die Schlafhaltung ist das Schlafklima. Damit sich der Körper entspannen kann, darf es weder zu warm noch zu kalt in unserem Schlafzimmer sein. Ist es zu kalt, verkrampfen die Muskeln, ist es zu warm, schwitzen wir. Ideal sind Temperaturen zwischen 17 und 19 Grad. Achten Sie auch auf eine gute Durchlüftung und eine gute Luftfeuchtigkeit, da bei trockener Heizungsluft die Schleimhäute austrocknen, was die Infektionsgefahr erhöht.



AS-Multimedia.de

Stadtmagazine - Drucksachen - Internet

IMPRESSUM



Das **Dorfgespräch Recke** erscheint 6x jährlich im Verlag AS-Multimedia.

Verlag: AS-Multimedia, Andreas Schöwe,
Beverger Straße 10, 48477 Hörstel
info@as-multimedia.de
Telefon: 0 54 59 / 80 16 61 - Fax: 0 54 59 / 80 16 62

Inhaber und Gesamtleitung:
Andreas Schöwe (as@as-multimedia.de)

Redaktion:
- Petra Wall (Leitung; pw; pw@as-multimedia.de)
- Rita Althelmig (ra@as-multimedia.de)
- Dr. Klaus Hickisch (kh)
- Felix Büscher (fb)

Fotos:
kommen von den Autoren, der Fotoagentur Fotolia.com
oder wie im Bericht angegeben

Anzeigen:
Andreas Schöwe (as@as-multimedia.de)

Layout:
Melanie Aufderhaar (ma@as-multimedia.de)

Vertrieb:
Das **Dorfgespräch Recke** erhalten Sie alle zwei Monate
kostenlos zugestellt.

Probleme bei der Zustellung? Tel. 0 54 59 / 80 16 61

Dieses Heft wurde auf 115g-Bilderdruckpapier, glänzend,
gedruckt

Zur Zeit gilt die Anzeigenpreisliste Nr. 3 vom 01.09.2010. Für unverlangt
eingesandte Manuskripte, Fotos und Druckvorlagen etc. wird keine
Haftung übernommen. Die Veröffentlichung und Kürzung derselben
behalten wir uns vor.

Namentlich gekennzeichnete Artikel stimmen nicht unbedingt mit der
Meinung der Herausgeber überein. Artikel die mit P.D. gekennzeichnet
sind, entstammen dem Presse-Dienst der jeweiligen Firma bzw. des
Vereins. Änderungen und Kürzungen behalten wir uns auch hier vor.
Für eventuelle Schäden durch fehlerhafte Anzeigen oder für fehlerhafte
Anzeigen selber wird keine Haftung übernommen.

© 2013 bei AS-Multimedia
Eine Vervielfältigung, auch auszugsweise,
ist nicht gestattet.



Die Inhalte aus diesem Magazin (oft mit vielen Ergänzungen)
finden Sie auch unter: www.dorfgesprach-recke.de

Rücken - Zentrum

PHYSIO-fit

RECKE

AKTIV GEGEN IHRE
RÜCKENSCHMERZEN

Homeyers Hof 1 - 49509 Recke
Tel. 0 54 53 / 966 396

www.physio-fit-recke.de



Foto: ianmes kouadeas - Fotolia.de

AIDA – Der Weg zum Traumjob

Die vier Stufen zum Erfolg



Auf der Suche nach einem neuen Job stellen Bewerber sich schnell die Frage, wie sie sich im Bewerbungsverfahren gegenüber anderen Bewerbern durchsetzen sollen. Schließlich muss ich als Bewerber damit rechnen, dass ich nicht der einzige Kandidat auf die eine ausgeschriebene Stelle bin. Wie kann ich im Bewerbungsprozess also punkten?

Wer sympathisch, locker, kompetent und selbstbewusst auftritt, kann leichter einen Job bekommen, macht schneller Karriere, kann höhere Gehälter verhandeln, kann offener auf andere Personen zugehen und wird insgesamt mehr Spaß bei der Arbeit haben. Soweit die Theorie – wie kann ich nun konkret vorgehen, um meinen Traumjob zu bekommen? Die Antwort ist: Selbstreflexion und eine gute Vorbereitung.

Wer bin ich? Was kann ich? Was will ich? – Das sind die Kernfragen, die im gesamten Bewerberprozess wichtig sind. Was zeichnet mich als potentiellen Mitarbeiter aus? Welche Stärken und Fähigkeiten werde ich mitbringen? Warum möchte ich diese Arbeitsstelle – was ist meine Motivation? Diese Fragen sollten Sie vor der Erstellung Ihrer Bewerbungsunter-

lagen reflektieren und beantworten. Bereits das Bewerbungsanschreiben sollte Antworten auf diese Fragen beinhalten. Um eine optimale Selbstdarstellung, im Anschreiben sowie im Vorstellungsgespräch zu gewährleisten, sollten Sie die psychologische Werbeformel AIDA einsetzen und versuchen, einen Perspektivenwechsel vorzunehmen. Stellen Sie sich vor, Sie wären der Personalchef – wen würden Sie einstellen? Wer sich auf den Kontakt mit dem Personal nach der AIDA –Formel vorbereitet, ist bestens aufgestellt.

Die AIDA Werbestrategie beschreibt die grundlegenden Aufgaben, um erfolgreich zu werben:

A: Aufmerksamkeit auf sich richten

I : Interesse an der eigenen Person wecken

D: Desire – der Wunsch, Sie näher kennen zu lernen und Sie einzustellen

A: Aktion – zum Handeln auffordern, d. h. Sie zum Vorstellungsgespräch einladen und Ihnen einen Arbeitsvertrag anbieten

Wie soll das gehen? Bei der Umsetzung der Werbeformel im Anschreiben sollten Sie sich auf das Stellenprofil beziehen. Die Kriterien, die sich auf Ihre Stärken, Qualifikationen und Fähigkeiten beziehen, sind die Ausgangsbasis Ihrer erfolgversprechenden Bewerbung. Wann wird eine Bewerbung interessant? Bestimmt nicht, wenn ein Bewerber immer die gleichen Bewerbungsunterlagen versendet. Leider kommt das immer wieder vor. Diese Bewerbungen sind langweilig und werden oft mit Absagen bedacht. So unterschiedlich die Stellenanzeigen der einzelnen Unternehmen sind, so verschieden und individuell sollten auch Ihre versendeten

Unterlagen sein. Beziehen Sie sich immer auf das Stellenprofil – nur so können Sie die Aufmerksamkeit (A) und das Interesse (I) wecken. Wenn sich dann noch die Fähigkeiten und Qualifikationen aus der Stellenanzeige in Ihren Bewerbungsunterlagen wiederfinden, entsteht der Wunsch (Desire, D), Sie näher kennen zu lernen. Warum? Weil Sie dann als idealer Bewerber für die offene Stelle in Frage kommen. Denn dann steigt die Wahrscheinlichkeit, eine Einladung zu einem Vorstellungsgespräch zu erhalten (Aktion, A).

Denken Sie daran, dass derjenige den Job bekommt, der die größte Übereinstimmung zu dem Anforderungsprofil der Stelle hat und am besten zum Unternehmen passt. Alles gar nicht so leicht – daher scheuen Sie sich nicht, professionelle Unterstützung in Anspruch zu nehmen. Bereits kleine Veränderungen in Ihren Bewerbungsunterlagen werden große Wirkungen haben.

Gabriele Meyknecht, Dipl. Psychologin, Personal- & BusinessCoach

Ihre neue Ansprechpartnerin in Ihrer Region für

Kompressionsstrümpfe und Brustprothetik!

Edith Wenker

Wacholderweg 1a
49504 Lotte

Telefon 0 54 05 / 61 84 00
Telefax 0 54 05 / 61 84 01
Mobil 01 78 / 530 32 07



Wir kommen
gern zu Ihnen
nach Hause!

Kostenloser Service!

medi

Das etwas andere Interview

Heute: Gabriele Meyknecht, Diplom Psychologin, Personal- und BusinessCoach

Sie ist seit mehreren Jahren in der psychologischen Beratung als Coach tätig und hat sich insbesondere auf die Themen Arbeit und Gesundheit sowie Personal spezialisiert. Arbeitsschwerpunkte sind die psychologische Gesundheitsförderung, das Bewerbermanagement und die Personalauswahl und -entwicklung. Im Bereich Bewerbermanagement berät und begleitet sie Personen, die auf Jobsuche sind. Dazu zählen Karriereberatung, Bewerbungstraining sowie die Vorbereitung auf Vorstellungsgespräch und Assessment Center. Der Mensch steht im Mittelpunkt ihrer Beratung. Die individuellen Entwicklungsmöglichkeiten jeder einzelnen Person werden dabei berücksichtigt, um gezielte, an den Bedürfnissen des Menschen und des Unternehmens ausgerichtete Strategien zu entwickeln.



Gabriele Meyknecht

Ihr Lieblingsplatz in Ihrer Wohnung?

Mein absoluter Lieblingsplatz ist unser Wohngewächshaus. Das habe ich im mediterranen Stil eingerichtet. Mit dem Duft der zurzeit blühenden Organenblüten und dem Geplätscher des Brunnens erhalte ich nach Feierabend einen Touch Urlaubsstimmung.

Welche Eigenschaften schätzen Sie an Ihren Freunden?

Besonders wertvoll finde ich, dass man sich auf sie verlassen kann und ich weiß, dass sie mich unterstützen, wenn ich Hilfe brauche.

Was mögen Sie an sich gerne?

Ich kann mich gut in andere Personen hineinversetzen und somit einen Perspektivenwechsel vornehmen. Das kommt meiner Arbeit als Psychologin zu Gute.

Was ist Ihnen ganz besonders wichtig in Ihrem Leben? Mir ist besonders wichtig, dass ich flexible Strukturen habe und dass ich mir meine Zeit und Arbeit selbst einteilen kann. Dabei bin ich besonders kreativ.

Gibt es Kindheitserinnerungen, an die Sie gerne zurückdenken?

Wir sind mit meinen Eltern und meinen beiden Geschwistern oft nach Österreich in den Urlaub gefahren, um zu wandern. Obwohl es damals für mich sehr anstrengend war, denke ich heute gerne an diese Zeit zurück.

Welches Märchen oder welche Geschichte gefiel Ihnen als Kind sehr gut? Mein Lieblingsmärchen war Aschenputtel. Besonders gefallen hat mir dabei, dass das Gute sowie die Ausdauer und Beständigkeit (Aschenputtel) letztendlich belohnt wurden.

Wovor hatten Sie als Kind Angst?

Als Kind hatte ich vor große Angst vor Spinnen. Damit kann ich heute etwas besser umgehen, da ich weiß, dass

diese Form der Angst zum großen Teil erlernt ist und man diese auch wieder verlernen kann. (Trotzdem erschrecke ich mich, wenn plötzlich eine große Spinne auftaucht)

Wie sieht ein entspannender Abend bei Ihnen aus?

Da ich Spaß am Kochen habe und mein Mann und ich gerne mediterran essen, koche ich uns ein leckeres Gericht – gern mit Meeresfrüchten und Aioli. Dazu darf natürlich ein guter Rotwein nicht fehlen.

Was verabscheuen Sie am meisten? Ungerechtigkeit und Unehrlichkeit – man sollte eine eigene Meinung haben und diese auch selbstbewusst vertreten.

Wohin verreisen Sie gerne?

Ich liebe Südfrankreich – dorthin werden wir auch mit der ganzen Familie – mein Mann und ich sowie unsere beiden Kinder mit Freundinnen – diesen Sommer fahren. Unseren Hund nehmen wir natürlich auch mit.

Welche Tiere gefallen Ihnen gut und welche Tiere mögen Sie nicht so sehr? Hunde habe ich gerne als Haustiere, insbesondere die Rasse Golden Retriever gefällt mir gut. Eigentlich mag ich alle Tiere, außer Mäuse, wenn sie sich im Haus befinden.

Welche Blumen mögen Sie gerne? Meine Favoriten sind Rosen, die versuche ich auch im Garten in Kübeln zu halten, was leider nicht so gut funktioniert.

Was essen Sie gerne und welche Speise mögen Sie überhaupt nicht? Ich liebe Garnelen und rosa gebratene Steaks, das Gemüse sollte gedämpft und knackig sein – so schmeckt es am Besten. Da ich gerne

esse, mag ich eigentlich alles. Auf Gerichte mit Bulgur kann ich jedoch verzichten.

Was ist Ihr größter Fehler?

Da ich viele Ideen habe, möchte ich diese auch schnell umsetzen. Manchmal kommt es vor, dass ich zu schnell Entscheidungen treffe, da ich sehr ungeduldig bin. Inzwischen habe ich eine Strategie entwickelt, mich selbst zu stoppen und die Konsequenzen meiner Entscheidungen besser zu reflektieren.

Ihre Lieblingsgestalt in der Geschichte? Ich würde ihn nicht unbedingt als Lieblingsgestalt bezeichnen, aber von Sokrates, dem griechischen Philosophen der Antike, bin ich beeindruckt. Er hat eine besondere Art der Gesprächsführung entwickelt und praktiziert, auf die man sich heute noch in der Verhaltenstherapie bezieht (Sokratischer Dialog).

Wo würden Sie gerne leben?

Ich glaube, ich lebe schon in der richtigen Region. Hier ist es im Sommer nicht zu heiß und es gibt auch viele regenfreie Tage. Wenn es dann im Sommer aber länger regnet, wäre ich doch lieber in Südfrankreich.

Welche natürlichen Gaben möchten Sie besitzen?

Ich könnte mir vorstellen, dass man sein Gedächtnis so trainieren kann, dass einem in jeder Situation, und zwar schnell, eine passende Antwort einfällt. (Sie kennen das wahrscheinlich auch, später, wenn man aus der Situation raus ist, ärgert man sich, nicht die richtigen Worte gefunden zu haben.)

Was ist Ihr Traum vom Glück?

In der Philosophie sowie in der Psychologie wird die Frage nach dem Glück vielfach diskutiert. Was ist ei-

gentlich Glück? Glück besteht nur in einem Augenblick und kann schnell wieder vorbei sein, wenn der Umstand des Glücks zur Gewohnheit geworden ist. Eine Voraussetzung um glücklich zu sein ist, eine besondere Lebenseinstellung und die Fähigkeit, auch kleine Dinge wahrzunehmen und sich daran zu erfreuen. Man sollte auch den Anspruch an sich selbst und die eigenen Ziele überprüfen. Sind diese zu hoch, kann man kaum glücklich werden. Das wäre auch mein Traum, wenn mir selbst alles so gelingen würde.

Wie lautet Ihr Lebensmotto?

„Verbringe die Zeit nicht mit der Suche nach einem Hindernis! Vielleicht ist keines da.“ von Franz Kafka

Wenn Sie Bürgermeisterin von Recke wären, was würden Sie ändern?

Wunschdenken wären natürlich mehr Geschäfte und ein breiteres Sortiment der Lebensmittelgeschäfte, der Wochenmarkt könnte größer sein... aber dafür wohnen wir halt auf dem Lande... man kann nicht alles haben.

Das nächste
Dorfgespräch
Recke
erscheint im
September
2013



Rothertshausener Straße 13 • 49509 Recke

Telefon (0 54 53) 35 46 • Telefax (0 54 53) 38 82
www.haermeyer-roes.de • webmaster@haermeyer-roes.de

GESTALTE DEIN KINDERZIMMER ZUM JUGENDZIMMER

mit Wahnsinnsfarben
und coolen
Tapeten

FANTASTISCH
ANDERS



WILSON DESIGN

Vier Jahreszeiten – ein WohlfühlKlima.

a member of DAIKIN group

ROTEX

ROTEX HPSU compact
Luft-/Wasser-Wärmepumpe

- Komfortable Wärme im Winter,
sanfte Kühlung im Sommer
- Perfekte Trinkwasserhygiene
- Direkte Kombination mit
Solaranlage oder bestehen-
den Heizsystemen möglich



www.rotex.de

Josef Bültel

Buddendiek 3 • 49509 Recke
Tel. 054 53/39 25 • Fax 054 53/96 63 39
Mobil 0171/31 52 527

WTL

WTL

**Wir sorgen für
gutes Wasser -
und eine
super Figur!**



Wasserversorgungsverband
Tecklenburger Land
Wir sorgen für gutes Wasser

49479 Ibbenbüren
Tel.: 05451 - 900 - 0
info@wtl-wasser.de
www.wtl-wasser.de

© WTL

Der Sommer ist da! Zeit, Lieblingsplätze zu leben!



NATUR inFORM
natürlich • wetterfest • formstabil

WPC-Terrassendielen
und Sichtschutzzaun



**Wir beraten
Sie gerne!**

Heinrich Wenker KG
Klosterstraße 15
49509 Recke

Tel. 054 53/93 40 - 0
Fax 054 53/93 40 20

info@wenker-baustoffe.de
www.wenker-baustoffe.de

Wenker KG
Baustoffe