

• Stadtjournal

Rheine



© Verkehrsverein Rheine

■ Neuer Jugend-
amtselternbeirat
in Planung



■ Kreis Steinfurt und
Kreisheimatbund
präsentieren
„UNSER KREIS 2018“



Muskelkraft und Pferdestärken

Kreis Steinfurt und Kreisheimatbund präsentieren „UNSER KREIS 2018“
Buntes Programm bei der Vorstellung des 31. Jahrbuches im Recker Rathaus

Seit 1988 gibt der Kreis Steinfurt gemeinsam mit dem Kreisheimatbund das Jahrbuch „UNSER KREIS“ heraus. Landrat Dr. Klaus Effing und Kreisheimatpflegerin Reinhild Finke stellten jetzt gemeinsam die Ausgabe für 2018 im Recker Rathaus vor.

Nach der Begrüßung der 160 geladenen Gäste durch den Hausherrn Eckhard Kellermeier, Bürgermeister der Gemeinde Recke, richtete sich Landrat Effing in seinem Grußwort an alle Beteiligten. „Ich bedanke mich ganz herzlich bei den Mitgliedern

des Jahrbuch-Redaktionsteams, bei unserer Redakteurin Angelika von Dewitz-Krebs und bei allen Autorinnen und Autoren sowie Fotografinnen und Fotografen. Sie haben wieder einmal ein vielfältiges und spannendes Jahrbuch entstehen lassen“, freute sich der Landrat und ergänzte im Hinblick auf die Zusammenarbeit mit dem Kreisheimatbund: „Wir können stolz darauf sein, dass wir uns gegenseitig so bereichern!“

So bunt und vielfältig wie das Leben im Kreis Steinfurt ist auch der 31. Band der Jahrbuchreihe „UNSER KREIS“, der Beiträge aus allen 24 Städten und Gemeinden des Kreises enthält. Auf über 270 Seiten finden sich unter dem Jahresthema „Muskelkraft und Pferdestärken“ mehr als 80 Texte zur Geschichte und Gegenwart des Kreises sowie viele Fotos und Illustrationen, an deren Entstehung mehr als 80 Autorinnen und Autoren sowie Fotografinnen und Fotografen beteiligt waren. Im Rahmen der Präsentation stellte Reinhild Finke, Vorsitzende des Kreisheimatbundes, eine bunte Auswahl der hoch- und plattdeutschen Texte

und Gedichte aus dem Jahrbuch vor und bedankte sich beim Kreis für die fruchtbare Zusammenarbeit: „Ohne die organisatorische, personelle und finanzielle Unterstützung des Kreises Steinfurt würde es das Jahrbuch nicht geben.“

Ein Gastbeitrag von Dr. Silke Eilers, Geschäftsführerin des Westfälischen Heimatbundes, ein Autoreninterview mit Angelika Weide, Leiterin der Volkshochschule Lengerich, sowie verschiedene musikalische Beiträge rundeten die Jahrbuchpräsentation ab. Der ortsansässige Heimatverein aus Recke sorgte außerdem mit Sketchen seiner Jugendgruppe und reichlich Verpflegung für gute Stimmung.

Das Jahrbuch für den Kreis Steinfurt „UNSER KREIS 2018“ kann im Archiv des Kreises für einen Preis von 10,00 Euro (zuzüglich Versand) erworben werden. Bestellungen nimmt Mechthild Brebaum im Internet unter www.kreis-steinfurt.de/jahrbuch, per Mail an: mechthild.brebaum@kreis-steinfurt.de oder telefonisch unter: 02551 69 1041 entgegen. (pd)

Lütkemeyer's
GASTHOF

Samstag, 18. November, ab 18.30 Uhr

★ **FISCHBUFFET** ★

(um Anmeldung wird gebeten!)

Die gemütliche Gaststätte mit guter
Küche und Biergarten.

Für Feste aller Art stehen Ihnen unsere
Räumlichkeiten für 10 bis 500 Personen
zur Verfügung.

48477 Dreierwalde - Hopstener Str. 1
Tel. 059 78/248 - Montags Ruhetag
www.luetkemeyer-dreierwalde.de

Berichte u. a.

- **Muskelkraft und Pferdestärken** Seite 2
Kreis Steinfurt und Kreisheimatbund präsentieren „UNSER KREIS 2018“
- **Ein Licht geht um die Welt** Seite 4
Gedenkfeier für alle verstorbenen Kinder
- **Achte Auflage der Musical-Masquerade** Seite 5
Gesucht: Gesangstalente zwischen 13 und 20 Jahren
- **Inclusionswerkstatt Kreis Steinfurt** Seite 6
Umzug von Rheine nach Saerbeck
- **Neuer Jugendamtselternbeirat in Planung** Seite 7
Informationen auf der Homepage
- **Save the Date!** Seite 10
Freitag, 9. März Dinnershow in Dreierwalde
- **Wärmeverlusten auf der Spur** Seite 11
Kreisweite Thermografie-Aktion
- **Termine in Rheine** Seite 12
- **Naturwunder Erde** Seite 13
Eine Weltreise voller Bilder
- **Ein offenes Ohr** Seite 14
Sorgentelefon Kreis Steinfurt

Rubriken

- **Praxistipps für ein glückliches Leben** Seite 15
- **Bauen, wohnen, leben** Seite 8
- **Impressum** Seite 15

Das nächste
Stadtjournal
Rheine erscheint
im Januar 2018



Flüge | Reisen | Last Minute | Kreuzfahrten | Ferienhäuser | Fähren | Mietwagen | Konzertkarten

TSC Touristik Center



www.touristik-center.eu
E-Mail: info@touristik-center.eu

TSC Touristik Center GmbH
Nienbergstr.94
D-48431 Rheine
Tel.: 05971 96 47 55
Fax: 05971 80 74 44 0

FREYWILLE
PURE ART

SCHMIDT.
Schmuck & Uhren

48431 Rheine ■ Emsstraße 7-9
Fon 05971-3188 ■ info.uhrenschildt.de
Onlineshop ■ www.uhrenschildt.de

Plakette fällig?

GTÜ

Sie müssen nicht mehr zum TÜV ...

...auch wir führen an unserer
Kfz-Prüfstelle in Rheine an der
Osnabrücker Straße täglich
Hauptuntersuchungen an Ihrem
Fahrzeug durch.



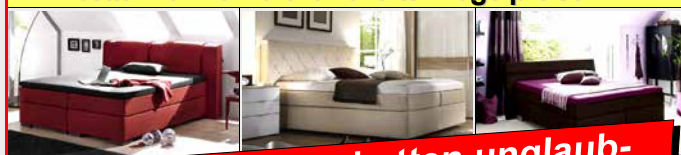
Montag – Freitag
8.00 – 17.00 Uhr
Jeden Samstag
9.00 – 12.00 Uhr

48429 Rheine
Siedlerstr. 3
Tel. 05971 96160-55

Wessels
Prüfingenieure
www.wessels-rheine.de

Diesel's-Gartenmöbelhalle

**Hochwertige Gartenmöbel + exklusive Boxspring-
betten zu knallhart kalkulierten Lagerpreisen!**



Viele Boxspringbetten unglaublich günstig und sofort lieferbar!



**Mo.-Frei 10h - 19h
Sa. 10h - 18h**

**Kanalstraße Rheine-Ost 05971/8074400
an der A 30: Abfahrt Kanalhafen**

www.diesels-gartenmoebelhalle.de

10. Dezember

Ein Licht geht um die Welt

Gedenkfeier für alle verstorbenen Kinder



Weltweiter Gedenktag für alle
verstorbenen Kinder

10. Dezember 2017
18.30 – 19.15 Uhr
BeTreff - Herrenstraße 12
Hörstel-Bevergern

Eingeladen sind trauernde Eltern,
Geschwister, Verwandte, Freunde
und alle diejenigen, die sich
verbunden fühlen.

Allein in Deutschland sterben jährlich rund 20.000 Kinder und Jugendliche. Weltweit sterben etwa sieben Millionen Kinder pro Jahr noch vor ihrem sechsten Lebensjahr. Das sind etwa 17.000 Kinder täglich. Hierbei sind die Kinder, die ihren Weg auf diese Welt zu früh beendet haben oder tot geboren wurden noch nicht mitgezählt. Sie alle hinterlassen trauernde Eltern, Geschwister, Großeltern und Freunde.

Und alle sind sie unvergessen! Ob der Verlust des Kindes nun erst wenige Wochen oder Monate zurückliegt oder gar viele Jahre ist für Mütter und Väter unwichtig. Dies gilt auch für die sogenannten Sternenkinder. Hiermit sind Kinder gemeint, die vor, während oder nach der Geburt versterben. Der poetischen Wortschöpfung liegt die Idee zugrunde, Kinder zu benennen, die „den Himmel“ (poetisch: die Sterne) „erreicht haben, noch bevor sie das Licht der

Welt erblicken durften“. Der Begriff Sternenkind richtet den Fokus auf das Kind selbst. Er berücksichtigt die intensive Bindung, die vor allem viele Mütter und Väter bereits zum ungeborenen Kind entwickeln und die deswegen oft intensive und langanhaltende Trauer, die dessen Tod verursacht.

Für all diese Kinder wurde der 2. Sonntag im Dezember als weltweiter Gedenktag als das „Weltweite Kerzenleuchten“ beziehungsweise das „Worldwide Candle Lighting“ festgelegt. An diesem Tag gedenken weltweit Angehörige und Freunde ihrer verstorbenen Kinder, Schwestern, Brüder, Enkel und Enkelinnen. Initiiert wurde dieser Tag 1996 vom amerikanischen Verein verwaister Eltern, den "Compassionate Friends".

Zum Gedenken gehört, dass abends um 19.00 Uhr Ortszeit eine Kerze für jedes verstorbene Kind angezündet wird. Diese Kerzen werden gut sicht-

bar an ein Fenster gestellt. Durch die Zeitverschiebung von jeweils einer Stunde erlöschen die Kerzen in einer Zeitzone und werden in der nächsten entzündet. Dadurch entsteht der Eindruck einer Lichterwelle, die in 24 Stunden einmal um die gesamte Erde wandert. Jedes Licht steht für das Wissen, dass diese Kinder unser Leben erhellt haben und dass sie nie vergessen werden. Das Licht steht auch für die Hoffnung, dass die Trauer das Leben der Angehörigen nicht für immer dunkel bleiben lässt. Das Licht schlägt Brücken von einem betroffenen Menschen zum anderen, von einer Familie zur anderen, von einem Haus zum anderen, von einer Stadt zur anderen, von einem Land zum anderen. Es versichert Betroffene der Solidarität untereinander. Es wärmt ein wenig das kalt gewordene Leben und wird sich ausbreiten, wie es ein erster Sonnenstrahl am Morgen tut.

„Möge ihr Licht für immer schei-

nen“, ist die Grundidee hinter dieser Lichterwelle zum Worldwide Candle Lighting.

Petra Wall und Silvia Korte (amiko.world – Trauerbegleitung für Kinder, Jugendliche und Familien e. V.) und Andrea Thalmann (Seelenfeuer – Musik die gut tut) organisieren diese Gedenkfeier für alle Betroffenen. Beginn ist um 18.30 Uhr im BeTreff. Neben Musik und Texten wird es auch eine kurze Erläuterung zum Gedenktag geben. Um 19.00 Uhr werden die Kerzen entzündet und gemeinsam der Kinder gedacht. Ob die Kerzen mit nach Hause genommen oder in die St. Marien Kirche gebracht werden, darf jeder Teilnehmer selbst entscheiden.

„Wir möchten den kleinen Seelen und allen, die um sie trauern ein bisschen Zeit und Raum geben“, erklären die Initiatorinnen ihre Motivation diese Gedenkfeier zu organisieren.

(pw)

ADVENTS-BRUNCH

3., 10. & 17. DEZEMBER 2017, 9-14 UHR

Schlemmen Sie vom vorweihnachtlichen Buffet mit warmen & kalten Frühstücksspezialitäten, Suppe, hausgemachtem Glühwein bis hin zu winterlichen Desserts!

Bitte reservieren Sie rechtzeitig unter +49 5971 899 70 77.

MARCHÉ MÖVENPICK RHEINE

Emsgalerie, Emsstraße 36, 48431 Rheine
marche-moevenpick.com/rheine

marché
MÖVENPICK



Achte Auflage der Musical-Masquerade

Für die achte Auflage der Musical-Masquerade, die am 13. Januar 2018 zum achten Mal in der Schauburg Ibbenbüren stattfindet, gibt es in diesem Winter erstmals als besonderen Leckerbissen eine Besonderheit. Im Vorfeld des Konzerts wird ein Platz reserviert für ein junges Gesangstalent aus der Region Münster-Osnabrück im Alter zwischen 13 bis 20 Jahren. Dieses von einer Jury ausgewählte Talent wird am Mittwoch, 29. November zentral im Kreis Steinfurt in der Aula des Gymnasiums Martinum, Emsdetten, bei einem großen Vorsingen (Casting) ermittelt.

Im Zeitraum zwischen 16.00 bis 19.00 Uhr können sich Talente aus dem Kreis Steinfurt, dem Münsterland oder dem Großraum Osnabrück vorstellen und eine Gesangsprobe abgeben. Dabei sollte es sich aber nicht um einen Musicalsong handeln. Weitere Details zum Vorsingen können von allen Interessierten per Mail an post@dacapomagazin.de angefordert werden. (pd)



Foto: topol_93_Fotolia.com

Das große Musical Masquerade Casting



Gesucht:
Gesangstalente zwischen 13 und 20 Jahren

Gewinnen Sie einen Auftritt am 13. Januar 2018 beim Kult-Konzert in der Schauburg Ibbenbüren!



Vorsingen am:
Mittwoch, 29. November 2017; 16.00 bis 19.00 Uhr
Gymnasium Martinum, Wannenmacherstr. 61; Emsdetten

Anmeldungen auch kurzfristig möglich!
Weitere Informationen unter post@dacapomagazin.de



Inklusionswerkstatt Kreis Steinfurt: Umzug von Rheine nach Saerbeck ist perfekt Sprechstunden für Lehrer aller Schulen immer donnerstags oder nach Vereinbarung

Inklusionswerkstatt Kreis Steinfurt:

Umzug von Rheine nach Saerbeck ist perfekt. Sprechstunden für Lehrer aller Schulen immer donnerstags oder nach Vereinbarung

Der Umzug ist abgeschlossen, die Inklusionswerkstatt am neuen Standort im Bioenergiepark in Saerbeck ist komplett eingerichtet. Die Freude über die neuen Räume ist beim Inklusionswerkstatt-Team

um Vera Tegtmeier und Kathrin Schürmann groß. „Wir haben uns in den ersten Wochen schon gut eingelebt“, sagt Vera Tegtmeier. „Der Standort hier in Saerbeck ist eine sehr gute Alternative zur Grütterschule in Rheine.“ Das Team musste mit der Inklusionswerkstatt nach gut drei Jahren aus der Grütterschule ausziehen, weil dort weitere Räume für den Unterricht fehlten.

Zügig stand für das Schulamt für den Kreis Steinfurt fest, dass die Inklusionswerkstatt in den Bioenergiepark umzieht. Zwei entscheidende Vorteile sprachen für Saerbeck, erklärt die für Inklusion zuständige Schulaufsichtsbeamtin Rosalia Abbenhaus: „Saerbeck ist zentral im Kreis Steinfurt gelegen. Gleichzeitig ergeben sich auch Synergieeffekte mit dem im Bioenergiepark ansässigen außerschulischen Lernort. Beide können beispielsweise gemeinsam einen Seminarraum nutzen.“ In der Inklusionswerkstatt können Lehrer aller Schulen

im Kreis Steinfurt, die Schüler mit und ohne sonderpädagogischen Unterstützungsbedarf gemeinsam unterrichten, ihren inklusiven Unterricht planen und vorbereiten. Das siebenköpfige Werkstatt-Team, alles erfahrene Lehrkräfte in der Praxis, berät, informiert über sonderpädagogische Förderschwerpunkte, unterstützt die Pädagogen dabei Förderpläne zu erstellen und bietet konkrete didaktische, methodische und pädagogische Hilfen. „Die Kolleginnen und Kollegen finden hier auch aktuelles Material von Handreichungen der Bezirksregierung, umfangreiche Fachliteratur sowie Schulbuchreihen rund um die Themen ‚Gemeinsames Lernen‘ und ‚Inklusion‘“, weist Kathrin Schürmann auf das Angebot der Inklusionswerkstatt hin. „Bei uns und mit uns können Fragen kurzfristig und praxisnah geklärt werden – in Einzelgesprächen oder auch in Arbeitsgruppen erarbeiten wir gemeinsam Lösungen.“ Außerdem bietet das Team thematische Workshops an.

Die Inklusionsfachberater des Schulamtes für den Kreis Steinfurt Hannelore Lange und André von Gostomski bieten in der Inklusionswerkstatt außerdem Arbeitskreise, Qualitätszirkel und Workshops an, zu denen die Pädagogen regelmäßig eingeladen werden.

Neben der offenen Sprechstunde donnerstags von 13.30 Uhr bis 15.30 Uhr können auch Termine vereinbart werden per Telefon 02574 3399993 oder außerhalb der Sprechstunde per E-Mail an info@inklusionswerkstatt.de.

Die neue Adresse der Inklusionswerkstatt: Inklusionswerkstatt - Beratung und Austausch für Lehrkräfte im Kreis Steinfurt, Bioenergiepark Saerbeck – Gebäude 8, Riesenbäcker Str. 54, 48369 Saerbeck.

Weitere Informationen gibt es auf der Homepage der Inklusionswerkstatt unter www.inklusionswerkstatt.de. (pd)

brother XN 2500



**25 verschiedene
Stichfunktionen
Vier-Stufen-Knopfloch
199,- €**

**Wir reparieren Nähmaschinen
aller Fabrikate.**

Ihr Nähmaschinen-Fachhändler

Schulte

Nähtechnik GmbH

Industriestraße 53
48432 Rheine-Mesum
Tel. 0 59 75 / 30 62 00



Der neue Jugendamtse Elternbeirat; vorne Mitte die Sprecher: Daniel Mosel und Karin Sauerland
Dahinter die Beisitzer: Sarah Hoppe, Anke Kleinbems, Sabine Mauksch, Jessica Schneidenbach, Annika Detiege und Sandra Jürriens

Neuer Jugendamtse Elternbeirat in Planung

Informationen zum Beirat gibt es auf der Homepage

Am 6. November 2017 trafen sich auf Einladung des städtischen Jugendamtes 24 Elternbeiräte der 40 Kindertageseinrichtungen in Rheine und sprachen sich einstimmig für die Bildung des neuen Jugendamtse Elternbeirates aus.

genüber den Trägern der Jugendhilfe zu vertreten. Insbesondere die automatische Mitgliedschaft des Sprechers im Jugendhilfeausschuss der Stadt Rheine unterstreicht die Bedeutung des Jugendamtse Elternbeirates.

Weitere Informationen zum Beirat gibt es auf der Homepage des Beirates: <http://elternbeirat-rheine.de/> oder bei der Stadt Rheine, unter Tel. 05971/939-501 (pd)



Zum Sprecher des neuen Beirates wurde Karin Sauerland gewählt. Daniel Mosel steht ihr als stellvertretender Sprecher zur Seite. Unterstützt wird das Sprecherteam von Sandra Jürriens, Jessica Schneidenbach, Sarah Hoppe, Anke Kleinbems, Sabine Mauksch und Annika Detiege, die sich alle ehrenamtlich im Jugendamtse Elternbeirat engagieren.

Seit 2011 können sich jeweils zu Beginn eines neuen Kindergartenjahres, auf Grundlage des Kinderbildungsgesetzes, Elternbeiräte der einzelnen Kindertageseinrichtungen zu einem Jugendamtse Elternbeirat zusammenschließen. Das Ziel ist ihre gemeinsamen Interessen ge-



Für kühle
Rechner



Treppen

Balkone

Tore & Zäune

Fenstergitter

u.v.m.

Rufen Sie uns gerne an:
Tel. (0 54 59) 80 19-0

48477 Hörstel
www.h-laumann.de



Laumann
Qualität aus Metall

Heizkörpertausch schont Geldbeutel & Gesundheit

terhechte · höfker

architekten

planung & projektsteuerung

dipl. ing. birgit terhechte
dr. ing. dirk terhechte
dipl. ing. robert höfker

48431 rheine, riegelstr. 3
tel. 05971 / 80117-10 fax 05971 / 80117-25
www.terhechte-hoefker.de

SieMatic

Mehr Funktion, mehr Freiheit, mehr Freude
**DIE KÜCHE ALS SPIELRAUM
FÜR IHRE IDEEN**



Küchen-Wenzky GmbH / Am Bauhof 27
48431 Rheine / Telefon 05971/2682
www.wenzky-kueche.de



Kaum eine andere Sanierungsmaßnahme ist so effizient wie die Modernisierung des Heizsystems. Vor allem der Austausch durch moderne und leistungsstarke Heizkörper kann inzwischen mit minimalem Aufwand, ohne viel Lärm und Schmutz erfolgen.

Bei Renovierungs- und Modernisierungsarbeiten werden die Heizkörper nur allzu oft ausgespart – zwar optisch nicht mehr attraktiv, sind sie von außen scheinbar ja noch in Ordnung. Doch in die Jahre gekommene Heizkörper oder DIN-Radiatoren können Haushaltskasse und Gesundheit stark belasten: Ihr hoher Wasserinhalt macht das Heizungssystem träge und treibt die Energiekosten in die Höhe. Rost kann zu Undichte führen, Ablagerungen wie Kalk beeinträchtigen ebenso die Wärmeübertragung. Zudem führen die alten Wärmespeicher durch ihren sehr hohen Konvektionsanteil zu einer erhöhten Luft- und Staubzirkulation im Raum. Moderne Heizkörper haben dagegen oft einen

hohen Anteil an behaglicher Strahlungswärme. In puncto Energieeffizienz sind sie erheblich leistungsfähiger, feiner regulierbar und erlauben niedrigere Betriebstemperaturen – dadurch können Heizkosten gespart werden. Die therm-x2 Flachheizkörper von Kermi zum Beispiel zeichnen sich durch eine besonders kurze Aufheizzeit aus, geben ein Maximum an behaglicher Strahlungswärme ab und führen dank der patentierten x2-Technologie zu einem nachweisbaren Energieeinsparpotential von bis zu 11 Prozent. Sie sind außerdem ideal geeignet für den Betrieb an modernen, energieeffizienten Niedertemperatursystemen wie Wärmepumpen oder Solarthermie.

Heizkörper wechseln – schön & einfach: Ob Designheizkörper oder zeitlose Flachheizkörper-Optik – das Kermi Austauschheizkörper-Programm bietet für alle Bereiche des Wohnens und Arbeitens das richtige und passende Modell. Die Anschlussmaße der Heizkörper sind exakt auf die Nabenabstände der alten und technisch überholten DIN-Radiatoren abgestimmt. Das erlaubt einen schnelleren und sauberen Austausch durch den Heizungsfachmann – ganz ohne aufwändige Mauer- oder Malerarbeiten. Lediglich die alten Verschraubungen müssen gelöst und mit dem neuen Heizkörper verbunden werden. Für Heizkörper, deren Anschlussmaße außerhalb der DIN-Abmessungen liegen, steht eine breite Auswahl von Anschlussadaptern zur Verfügung.

Bund, Länder und Gemeinden bezuschussen zahlreiche Modernisierungsmaßnahmen. Der Heizungsfachbetrieb kennt alle aktuellen Förderungsmaßnahmen. Wichtig zu beachten ist, dass Anträge und Bewilligung vor der Investition stehen. Weitere Infos unter: www.kermi.de/raumklima/renovierungsloesungen.
(akz-d)

Herzlich Willkommen:
OBI's großer Weihnachtsmarkt!

Immer einen Besuch wert!

Tipp: Eine Geschenkkarte von OBI hat immer Saison.

Hier findet jeder das Passende für eine schöne Advents- und Weihnachtszeit!

Egal ob Dekoration, Beleuchtung oder Geschenkidee...

Wir bieten eine große Auswahl für jeden Geschmack! Kommen Sie doch einfach mal vorbei und stöbern Sie in unserem großen Weihnachtsmarkt.

Unser Lichtershop hält für alle Einsatzgebiete die passende Beleuchtung bereit – kabelgebunden oder batteriebetrieben; innen oder aussen.

Und sollten Sie noch auf der Suche nach einem passenden Geschenk sein – auch hier bietet OBI in allen Bereichen Anregungen und tolle Angebote!

Aktuelle Trends und Altbewährtes – all das bietet OBI!

Mehr unter www.obide.de oder direkt im Markt!

OBI Markt Rheine / Paulstr. 37 – 47 / 48429 Rheine / Tel. 05971-9701-0
Öffnungszeiten: Mo. bis Fr.: 8:30 – 20:00 Uhr / Sa.: 8:30 – 18:00 Uhr

OBI

Gute Nacht für 25 Cent

Wer heute in einem guten Hotel übernachtet, muss dafür meist einen dreistelligen Betrag zahlen. Die Nacht im eigenen Bett ist selbstverständlich sehr viel preiswerter, doch allzu sparsam sollte es auch dort nicht zugehen. Fragwürdige Billig- und Sonderangebote eignen sich vielleicht für ein wenig genutztes Gästebett, nicht aber für den täglichen Gebrauch über viele Jahre. Dabei ist ein gutes Bett umgerechnet auf die Nutzungszeit alles andere als teuer. Beispiel: Bei einer Gebrauchsdauer von zehn Jahren kostet eine gute Matratze zum Preis von ca. 900 Euro umgerechnet nicht einmal 25 Cent pro Nacht. Selbst die Ausgabe für ein hochwertiges Bettssystem relativiert sich bei dieser Betrachtungsweise schnell.

Schließlich verbringt man während einer angenommenen zehnjährigen Nutzungszeit insgesamt rund 25.000

Stunden in seinem Bett. An der Qualität von Matratze plus passender Unterfederung dürfen keine Abstriche gemacht werden. Andernfalls drohen zumindest langfristig Rückenschmerzen. „Für eine wirkungsvolle nächtliche Entlastung und Regeneration der Wirbelsäule und der Bandscheiben muss das Bett die physiologische Form der Wirbelsäule individuell unterstützen“, weiß Dr. Florian Heider, Leiter des Ergonomie Instituts München. In Rückenlage ist dies ein Doppel-S, in der Seitenlage dagegen eine gerade Linie. Eine gute Matratze passt sich dem Körper auch bei wechselnden Schlafpositionen an und stützt ihn gleichzeitig ab. Schwerere Körperpartien wie Schultern und Hüfte müssen tiefer einsinken können. Speziell für Seitenschläfer gibt es Matratzen mit einer automatischen Schulterabsenkung zur physiologisch sinnvollen Lagerung der Halswirbelsäule. (spp-d)



Foto: Hummel/spp-d

Container-Dienst SANDMANN

Ohmstraße 5, Rheine - Tel. 0 59 71 / 97 38-0

Annahme von:

- Bauschutt
- Boden/Sand
- Altholz
- Grünabfällen
- gemischten Abfällen
- Baumischabfälle
- Asbest
- etc.

Verkauf und Lieferung von:

- RC Schotter 0/45
- RC Schotter 40/80
- Siebsand 0/8
- gesiebttem Boden
- HKS-Schotter 0/45
- Füllsand

www.containerdienst-sandmann.de



Viele Rückenschmerzen lassen sich vermeiden!



- BETTEN
- MATRATZEN
- WASSERBETTEN
- BERUFSBEKLEIDUNG
- BETTENREINIGUNG



Inh. Annette Urban

lattoflex

Osnabrücker Str. 73
(gegenüber der Basilika)
48429 Rheine
Tel. 0 59 71 / 77 61
Fax 0 59 71 / 80 51 28



Aus alt wird neu: Schrott - ein äußerst wertvoller Rohstoff!

Altfahrzeug-Annahmestelle gemäß § 5 Altfahrzeug-Verordnung

- Metallrecycling
- Stahlrecycling
- Containerdienst
- Industrieabbrüche
- Entsorgung

Werner Winter GmbH
Sandkampstraße 209
48432 Rheine

Tel. 05971 - 9715-0

www.werner-winter-gmbh.de
werner-winter-gmbh@t-online.de

Save the Date!!!



Freitag, 9. März 2018 - Dinner-Show

Längst hat sich die Dinner-Show des Freizeitvereins „BriGuLa – Bringt Gute Laune“, der den Kulturbereich der Stadt Hörstel bereits seit dem Jahr 2009 mit seinen Aktionen fördert, in Dreierwalde zu einem Highlight entwickelt. Jahr für Jahr holt BriGuLa neue Künstler nach Dreierwalde, die die Teilnehmer zum Lachen und Staunen bringen. Trotz des umfangreichen Programms ist der Abend kurzweilig. Zwischen den Künstlern bietet die Familie Lütke-

meyer mit ihrer Mannschaft ein leckeres 3-Gänge-Menü, das keine weiteren Wünsche offen lässt. Im kommenden Jahr startet bereits die 4. Ausgabe der Dinner-Show – und zwar am Freitag, 9. März 2018 um 19.00 Uhr (Einlass 18.30 Uhr) in der Gaststätte Lütkemeyer in Dreierwalde. Und diese 4. Ausgabe verspricht eine ganz besondere Ausgabe zu werden, muss doch extra eine andere Bühne aufgebaut werden, die für alle Vor-kommnisse die nötige Stabilität hat.

Denn: Spektakuläre Ereignisse lassen die Bühne unter brilliantem Blödsinn beben – dafür sorgt ein niederländisches Comedeyduo, deren Show europaweit mehrere Preise erhalten hat. Aus Frankfurt kommt Antje zunächst voll bepackt mit mehreren Koffern. Schnell ändert sich das Bild, denn die Koffer schweben fast magisch über die Füße der Artistin. Und schließlich Heinz – Glücksmoment der Show, der immer wieder für Überraschungen gut ist. Dieser Abend ist gespickt mit

vielen Erlebnissen und guter Laune, gepaart mit sehr gutem Essen.

Der Preis beträgt 49,50 Euro pro Person. Darin sind enthalten: ein Aperitif, das 3-Gänge Menü und die Show. Die Getränke zahlt jeder Gast selbst vor Ort. Als 3-Gängemenü ist folgende Auswahl vorgesehen:

Vorspeise: Matjestatar mit Pumpernickel und marinierten Zwiebeln oder Bärlauch Cremesuppe

Hauptspeise: Tranchen von der geschmorten Lammkeule an Thymiansoße mit sahnigem Kartoffelauflauf und gestovten Bohnen oder „Pollo Espanol“

-Geschmortes Hühnchen auf mediterranem Gemüse und Kartoffelgratin. Dessert: Schokoladentarte mit frischen Früchten

Die Platzkapazität ist auf 150 Personen begrenzt. Die Karten werden in der Reihenfolge des Eingangs der Bestellungen abgegeben. Die Karten sind erhältlich bei Ingrid und Michael Brinkmann Tel. 05454/180018 oder 0172 7660771 oder unter info@brigula.de. Wer gern als Familie, Freundeskreis oder Gruppe zusammensitzen möchte, kann diese Wünsche äußern – in entsprechender Weise werden die Tische zusammengesetzt. (pd)

Kunststoff-Holz-Aluminium

AK-BAUELEMENTE

ANDREAS KRÜMPEL

- Fenster/Türen
- Rollladen (-zubehör)
- Insektenschutz
- Reparatur-Service

Düsterbergstr. 17
48432 Rheine.
Tel. 059 71-79 63 67
Fax 059 71-79 63 68

www.fensterbau-rheine.de



Foto: Gina Sanders - Fotolia.com

Wärmeverluste auf der Spur

Kreisweite Thermografie-Aktion 2017/2018 gestartet Bürger können energetische Schwachstellen an ihren Häusern aufspüren lassen
Anmeldeschluss am 12. Januar 2018

Die kreisweite Thermografie-Aktion ist wieder zurück: Zusammen mit den kreisangehörigen Städten und Gemeinden bietet Haus im Glück im Energieland2050 e.V. des Kreises Steinfurt Hausbesitzerinnen und Hausbesitzern im Kreis die Möglichkeit, die Oberflächentemperaturen ihrer Gebäudehülle messen zu lassen. Ausgestattet mit einer speziellen Infrarotkamera halten die vom Energieland2050 e.V. beauftragten Thermografen in Wärmeleitbildern fest, was für das Auge sonst nicht sichtbar ist. Die Wärmebilder, so genannte Thermogramme, zeigen schlecht isolierte Bauteile und Stellen des Gebäudes auf, an denen die meiste Wärme verloren geht. Gerade Außenwände, Fenster, Dächer oder Übergänge der Bauteile untereinander können wärmetechnische Schwachstellen am Gebäude sein.

Hausbesitzerinnen und Hausbesitzer aus dem Kreis Steinfurt, die sich einen Überblick über die energetische Situation ihres Hauses verschaffen möchten, haben die Möglichkeit die Thermografie-Aufnahmen zu einem Sonderpreis von 125 Euro bei einem Reihennittelhaus oder 145 Euro bei allen anderen Häusern (bis zu vier Wohneinheiten) erstellen zu lassen.

In den kalten Wintertagen sind die beauftragten Thermografen Ralf Siegmund von der Firma Architekten Siegmund aus Lengerich, Jörg Schmiegel von der Firma schmiegel & denne aus Ochtrup und Ludwig Stroetmann von der Firma BIG – beratendes Ingenieurbüro Gebäudetechnik – aus Rheine dann im Kreis Steinfurt unterwegs.

Das Angebot umfasst ein qualitativ hochwertiges Informationspaket, die Erstellung von mindestens vier bis sechs Thermografie-Aufnahmen im Winter, die fachkundige Auswertung dieser Außenaufnahmen in Form einer Thermografie-Mappe sowie die Erläuterung der Wärmebilder im Rahmen einer Auswertungsveranstaltung.

Bis Freitag, 12. Januar 2018, haben Hausbesitzerinnen und Hausbesitzer aus dem Kreis Steinfurt die Möglichkeit, sich zu der Aktion anzumelden. Anmeldeunterlagen und nähere Informationen gibt es bei Stefanie Starp von Haus im Glück im Energieland2050 e.V. telefonisch unter 02551 69 2127, per E-Mail an stefanie.starp@kreis-steinfurt.de oder im Internet unter www.energieland2050.de. (pd)

-Anzeige-

Mundharmonika-Tage im Musikhaus Fockers

Fr., 17.11.2017 15.00 - 18.00 Uhr,
Sa., 18.11.2017 10.00 - 13.00 Uhr
Wissenswertes rund um die Mundharmonika und musikalische Praxisbeispiele gibt es von Mundharmonika-Fachmann Wilf Kiesow.
Infos unter www.musik-fockers.de

Unglaublich, was ein Keyboard so kann!

Peter Baartmans präsentiert die neue Generation im Musikhaus Fockers am Mittwoch, 29.11.2017 um 19 Uhr
Infos unter www.musik-fockers.de

Saxophon-Lounge

mit Dirko Juchem
im Musikhaus Fockers am Mi., 22.11.2017 um 18 Uhr
"Von Null auf Saxophon" - ein Workshop für alle, die schon immer das Saxophon kennen und spielen lernen wollten.
Saxophone werden gestellt!
Infos unter www.musik-fockers.de

Best Agers...



Gitarre
Klavier
Keyboard
u. v. m.

10 Unterrichts-Std. für 99,- €

Musikschule
FOCKERS
Staufenstr. 73 48429 Rheine
05971-800150 musikschule-fockers.de

Ohne Spenden wäre das Kleeblatt Rheine nicht tragbar.

Bürger helfen Bürgern - Kümmern ist Hilfe in der Not

Wir brauchen Ihre Hilfe!
Unser Bankverbindung lautet:
IBAN: DE10 4035 0005 0000 044388
BIC: WELADED1RHN

Da wir ein gemeinnützig anerkannter Verein sind, stellen wir Ihnen gerne eine Spendenquittung aus. Bitte nennen Sie uns dafür einfach Ihren Namen und Ihre Anschrift.

Das Kleeblatt Rheine finden Sie auf der Hemelter Straße 57 - 61
48429 Rheine • 05 97 1 - 80 19 61 7 • www.kleeblatt-rheine.de

VIELEN DANK!

Nähere Informationen

zur kreisweiten Thermografie-Aktion 2017/2018 gibt es im Rahmen von zentralen Einführungsveranstaltungen. (Ansprechpartner ist hier die jeweilige Kommune):

21. November, 18 Uhr, VHS Rheine, Neuenkirchener Straße 22, 48431 Rheine

Termine in Rheine

November

21.11.2017, 19.00 – 21.00 Uhr

Schokoseminar

Preis: 22,00 Euro p.P. Eine Anmeldung ist erforderlich, dazu bitte aktuelle Presse beachten. Eine kulinarische Tafel wird gedeckt, auf der allerlei süße Verführungen warten. Von italienischer Lakritzschokolade über Erdbeer-Chili-Schokolade bis hin zu irischer Whisky-schokolade. Mit Ausflügen in die herz-hafte Feinkost, wie Trüffelspeisen und Schokoladenlikör ist bestimmt für jeden Geschmack etwas dabei. Es wird ein kurzer Vortrag über die verschiedenen Kakaosorten gehalten und die Teil-nehmer werden mit den edelsten Ge-schmackseindrücken vertraut gemacht. Veranstalter: Rheine.Tourismus.Veran-staltungen. e.V., Tel.: 05971 800650, www.rheine-tourismus.de

22.11.2017, 08.00 - 18.00 Uhr

Krammarkt

Innenstadt, Veranstalter: Ordnungsamt Rheine, Tel.: 05971 939-349, www.rheine.de

25.11.2017, 18.30 – 20.00 Uhr

Nachtwächterführung mit Karl-Heinz Wellenbrock

Treff: neues Rathaus, Gebühr: 5,00 Euro, eine Anmeldung ist nicht erfor-derlich
Veranstalter: Rheine.Tourismus.Veran-

staltungen. e.V., Tel.: 05971 800650, www.rheine-tourismus.de

Dezember

01.12.2017, 19.30 – 21.30 Uhr

Teeseminar

Preis: 12,00 Euro p.P. Eine Anmeldung ist erforderlich, dazu bitte aktuelle Pres-se beachten.
Veranstalter: Rheine.Tourismus.Veran-staltungen. e.V., Tel.: 05971 800650, www.rheine-tourismus.de

Weihnachtsmarkt im Walshagenpark

02.12. – 03.12.2017, 11.00 – 18.00 Uhr

Bürgerhof & Park, Eintritt frei
Ein stimmungsvoller Weihnachtsmarkt mit viel Flair und Ideen erwartet die Besucher im Walshagenpark im Schott-hock. Er findet im Saal des Bürgerhofs, am Weg zum Schafstall, im Schafstall sowie im Bauerngarten statt. Hier fin-den sich kreative Kunsthandwerker, die Interessantes u. a. aus Holz, Metall und Textilien ausstellen.

Am Samstag findet ab 18.00 Uhr ein weihnachtlicher Abend mit Musik und Imbiss statt.

Info: Walshagenpark Verein,
Tel.: 05971 8030459

03.12.2017, 17.00 Uhr

Weihnachtskonzert in der St. Dionysius Kirche Rheine

VVK: 15,00 Euro , Abendkasse: 18,00 Euro (VVK beim Verkehrsverein Rheine, Stadtbibliothek, Buchhandlung Eckers)
Der Städtische Musikverein Rheine mit seinem Partnerchor aus Gronau und dem Symphonieorchester Rheine (SOM) spielen ein Konzert in der ein-maligen, akustischen Atmosphäre der St. Dionysius Kirche. Gespielt wird das Weihnachtskonzert „Oratorio de Noel“ von Saint Saens. Weitere Infos entneh-men Sie bitte der Tagespresse.
Veranstalter: Musikverein Rheine e.V., www.städtischer-musikverein-rheine.de

03.12.2017, 18.00 Uhr

Turmführung St. Dionys

Treff: Eingang St. Dionysius, Gebühr: 5,00 Euro. Eine Anmeldung ist erforder-lich, dazu bitte aktuelle Presse beachten
Veranstalter: Rheine.Tourismus.Veran-staltungen. e.V., Tel.: 05971 800650, www.rheine-tourismus.de und St. Dionysiusgemeinde

09.12.2017

Bonita & The Blues Shacks zum Blues zu Nikolaus

Hypothalamus, Einlass: 19.30 Uhr, Be-ginn: 20.30 Uhr. Seit 25 Jahren sind B.B. & The Blues Shacks weltweit als Top-Act der Szene unterwegs. Bereit zu neuen Abenteuern gehen die Blues Shacks nunmehr mit der einzigartigen Sängerin Bonita auf Tour. Eine Stimme, die die Spannweite einer ganzen musi-kalischen Ära abdeckt. Vorverkauf: Ver-

kehrsverein Rheine, AD-Ticket, www.bluesnote-rheine.de
Veranstalter: Bluesnote-Bluesinitiative Rheine e.V. 10.12.2017

10.12.2017, ca. 17.00 Uhr

Nikolaussonntag

Nikolauszug mit verkaufsoffenem Sonntag (vorbehaltlich Genehmigung). Nur in Rheine kommt St. Nikolaus mit seinem Gefolge über das Wasser der Ems in die Stadt. Flankiert von Tau-chern mit Fackeln, legt sein Schiff in der Innenstadt an. Musik, Geschichten und Süßigkeiten verschönern den Kindern und Familien den Nachmittag.

Veranstalter: Rheine.Tourismus.Veran-staltungen. e.V., Tel.: 05971 800650, www.rheine-tourismus.de

17.12.2017, 18.00 Uhr

Turmführung St. Dionys

Treff: Eingang St. Dionysius, Gebühr: 5,00 Euro. Eine Anmeldung ist erforder-lich, dazu bitte aktuelle Presse beachten.
Veranstalter: Rheine.Tourismus. Veran-staltungen. e.V., Tel.: 05971 800650, www.rheine-tourismus.de

19.12.2017, 08.00 - 18.00 Uhr

Krammarkt – Kalter Markt

Innenstadt, Krammärkte haben in Rheine eine über 500 jährige Traditi-on. An diesem besonderen - größten - Markt des Jahres werden wieder Tau-sende aus dem Umland nach Rheine strömen. Hier kann man seinen Einkauf in besonderer Atmosphäre genießen. Ein Höhepunkt ist der Auftritt der tradi-tionellen Turmbläser.

Veranstalter: Ordnungsamt Rheine, Tel.: 05971 939-349, www.rheine.de

22. & 23.12.2017, 20.30 Uhr

TWO4YOU

-unplugged-Christmas Special

Veranstalter: Hypothalamus, Auf dem Thie 15, www.hypothalamus.de

30.12.2017, 18.30 – 20.00 Uhr

Nachtwächterführung mit Karl-Heinz Wellenbrock

Treff: neues Rathaus, Gebühr: 5,00 Euro, eine Anmeldung ist nicht erfor-derlich.

Veranstalter: Rheine. Tourismus.Veran-staltungen. e.V., Tel.: 05971 800650, www.rheine-tourismus.de

HOLLYWOOD VERSCHENKEN

Kino-Gutscheine zum Fest!



KARDINAL-GALEN-RING 42 - 48431 RHEINE - www.zinema-city.de



© Markus Mauthe / Greenpeace

Naturwunder Erde

Eine Weltreise voller Bilder, Erlebnisse und Musik: die aktuelle multimediale Fotoshow von & mit Markus Mauthe

Die Erde im Porträt: Eine große Herausforderung hätte sich Markus Mauthe nicht aussuchen können. In seiner aktuellen multimedialen Fotoshow im Auftrag der Umweltschutzorganisation Greenpeace nimmt der Fotograf sein Publikum mit auf eine Reise zu den beeindruckendsten Naturlandschaften unseres Planeten. Ziel des Projektes ist es, die Vielfalt des Planeten mit der Kamera festzuhalten und exemplarisch alle relevanten Lebensräume im Wasser, Wald, Grasland und Gestein sowie deren Verflechtungen untereinander zu zeigen.

So fängt Mauthe die tanzenden Nordlichter über Kanadas Nadelwäldern ein, verursacht eine Gänsehaut beim Anblick der Gletscher, Eisbären und Walrosskolonien Spitzbergens, porträtiert wundersame Kalkskulpturen der ägyptischen Weißen Wüste und heftet sich an die Hufe und Pfoten wilder Tiere in der Serengeti.

Der Fotograf formuliert mit seinen Bildern eine Liebeserklärung an die Erde. Er ist überzeugt: „Wir müssen sie als ganzheitlichen Organismus begreifen. Jede Veränderung wie die Vernichtung von Regenwald oder die Ausrottung einer Fischart hat weitreichende Folgen für unser gesamtes Ökosystem.“ Markus Mauthe möchte für noch intakte Lebensräume und

deren Bewohner begeistern. Punktuell zeigt er Bedrohungen durch den Menschen und regt an, wie sich jeder für den Umweltschutz engagieren kann.

Neben fundiertem Fachwissen bietet er authentische Geschichten, Anekdoten zum Schmunzeln, haarsträubende Grenzerfahrungen und bewegende Begegnungen mit Mensch und Tier. Untermalt wird die Weltreise durch Musikpassagen von Kai Arend. Die Multivisionsshow von Markus Mauthe zieht die Besucherinnen und Besucher ins Geschehen hinein, wie es ein guter Roman oder Kinofilm vermag.

Im November kommt Markus Mauthe mit der Multimediaschau "Naturwunder Erde" auch nach Rheine:

Mittwoch, 08.11. Rheine VHS-Aula, Neuenkirchner Str. 22, mit Unterstützung der VHS Rheine Beginn: 19:30 Uhr

Der Eintritt für die Veranstaltung ist frei.

Rückfragen bitte an Astrid Schlüter, Mobil: 0171-5626708, E-Mail: astrid.schluter@greenpeace.de. Weitere Informationen, Bilder und Videos der Fotoreisen finden Sie unter: www.greenpeace.de/naturwunder-erde (pd)



OLGA SCHLEGEL
Steuerberaterin · Dipl.-Betriebswirtin

Beratung von kleinen und mittelständischen Unternehmen, Freiberuflern und Privatpersonen

Unsere Schwerpunkte:

- Baubranche
- Apotheken
- Autohandel
- Pflegedienste
- Ärzte/Zahnärzte
- Dienstleister

Osnabrücker Straße 164 • 48429 Rheine • Tel. 05971/94754-0
Fax 05971/94754-11 • info@schlegel-steuer.de • www.schlegel-steuer.de

Leidenschaft für Ihre Interessen und Ihren Erfolg!

Super. Subaru.
Geburtstagsdeal.

Jetzt bis zu
3.000 EUR¹ sparen.



100 Jahre Hersteller
& 20 Jahre Forester:



Mit 2 runden Geburtstagen geht es rund in 2017 und der Forester – jetzt neu mit EyeSight² Fahrerassistenzsystem – rundet das Programm noch ab. Sparen Sie dabei bis zu 3.000 EUR¹.



Franz-Josef Helmig und Michael Hallmeier GbR
Riesenbecker Straße 27
48477 Hörstel-Bevergern
Telefon 05459/1850, Telefax 05459/4129

Weltgrößter
Allrad-PKW-Hersteller

www.subaru.de

Abbildungen enthalten Sonderausstattung.

* Die gesetzlichen Rechte des Käufers bleiben daneben uneingeschränkt bestehen.

¹ Die Aktion gilt vom 01.09. - 31.12.2017 in Verbindung mit dem Kauf eines aktuellen Subaru Modells (Neu- oder Vorführwagen), Zulassung/Besitzumschreibung bis 28.02.2018 bei teilnehmenden Subaru Partnern. Die Aktion wird gemeinsam von der SUBARU Deutschland GmbH und den teilnehmenden Subaru Partnern getragen und ist nicht kombinierbar mit anderen Aktionen der SUBARU Deutschland GmbH. Sie sparen je nach Modell bei Kauf eines Subaru Outback: 3.000,- €; eines Forester: 3.000,- €; eines Subaru XV 2.000,- €; eines Impreza, WRX STI, Levorg oder Subaru BRZ: 1.500,- €. Weitere Detailinformationen erhalten Sie bei Ihrem teilnehmenden Subaru Partner oder unter www.subaru.de.

² Je nach Modell. Die Funktionsfähigkeit des Systems hängt von vielen Faktoren ab. Details entnehmen Sie bitte aus unseren entsprechenden Informationsunterlagen.

Ein offenes Ohr

Sorgentelefon Kreis Steinfurt

Das kennt jeder: Lebensprobleme, die sich stellen und gelöst werden oder manchmal auch ausgehalten werden müssen. Oft sind es kleine Alltagssorgen, die das Leben schwerer machen, aber auch Herausforderungen sind, die sich meistern lassen. Manchmal jedoch begleiten Nöte und Ängste unser Leben über einen langen Zeitraum und kosten viel Kraft.

Ob kleine Probleme oder große Sorgen, es tut gut darüber zu sprechen. Viele haben das Glück in schwierigen Situationen Menschen an ihrer Seite zu wissen, denen sie vertrauen. „Das Herz ausschütten“ oder „sich alles von der Seele reden“ und dabei Mitgefühl und Unterstützung

erfahren; das alles hilft und entlastet. Doch welche Möglichkeiten habe ich, wenn ich den Partner, die Familie, die Freunde nicht mit meinen Problemen belasten möchte? Macht es Sinn mit einem Zuhörer zu sprechen, der unvoreingenommen und von außen auf das „blickt“, was mein Leben erschwert?

Die ausschließlich ehrenamtlichen Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen des „Sorgentelefon Kreis Steinfurt e.V.“ nehmen sich an fünf Tagen in der Woche Zeit für Sie und bieten Ihnen „ein offenes Ohr“. Ihre Gesprächspartner am Sorgentelefon kommen aus den unterschiedlichsten Berufen und Lebensbereichen und haben sich in einer 3-jährigen Ausbildung auf diese Tätigkeit vorbereitet. Da-

bei ist die Personenzentrierte Beratung nach Carl R. Rogers Grundlage dieser Ausbildung. Die aktiven Vereinsmitglieder entwickeln ihre Fähigkeit zum aktiven Zuhören, zum Begleiten, Trösten und Ermutigen außerdem durch regelmäßige Fortbildungen und Supervisionen unter professioneller Anleitung weiter.

Das „Sorgentelefon Kreis Steinfurt e.V.“ (im Juli 1982 als Verein „Sorgentelefon Ibbenbüren e.V.“ gegründet) ist ein gemeinnütziger Verein, der sich durch Mitgliederbeiträge, Spenden und öffentliche Fördermittel finanziert und dabei weder konfessionell noch weltanschaulich gebunden ist.

Unter 05451/ 3040, immer montags und dienstags von 9.00 bis

12.00 Uhr, donnerstags von 15.00 bis 18.00 Uhr sowie freitags und sonntags von 20.00 bis 23.00 Uhr ist das Sorgentelefon für Menschen in den unterschiedlichsten Lebenslagen erreichbar.

Seine zur Verschwiegenheit verpflichteten Mitarbeiter sind für jeden da, der einen Gesprächspartner sucht und sich ein offenes Ohr wünscht. Die besondere Situation, bei der Anrufer und Zuhörer unbekannt bleiben, macht es dabei oft einfacher über Sorgen und Nöte zu sprechen.

Unter www.sorgentelefon-kreis-steinfurt.de erhalten zudem alle Interessierten weitere Informationen zum ehrenamtlichen Hilfsangebot des Vereins. (pd)

Seit dem 1. Oktober 2016 für Sie in Rheine im Einsatz!



Alexianer
ST. ANTONIUS GMBH



Ansprechpartner: Nicolas Saathoff

Pflegebüro
Antonius-mobil
Poststraße 30
48431 Rheine

Tel.: 0 59 71 - 16 93 0
Fax: 0 59 71 - 16 93 33
E-Mail: n.saathoff@alexianer.de

Ambulante Pflege aus dem Haus der Alexianer

Antonius-mobil

Aus einer Hand

Beraten | Betreuen | Pflegen | Wohnen



Wir suchen Sie!

Zur Unterstützung unseres ambulanten Teams suchen wir schnellstmöglich examinierte Gesundheits- und Krankenpfleger/Innen & Altenpfleger/Innen mit psychiatrischer Erfahrung. Bewerbung an: Alexianer St. Antonius GmbH, Herr Dieckmann, Krankenhausstraße 17, 48477 Hörstel, s.dieckmann@alexianer.de

KOSTENLOSE BERATUNG
0800-2020-229

www.antonius-mobil.de



PRAXISTIPPS FÜR EIN GLÜCKLICHES LEBEN

Von Maria Mengwasser

Keine Angst vor den dunklen Monaten!

Kennen Sie das? Sie wachen morgens auf und fragen sich, wie schaffen Sie es aufzustehen und den Tag zu meistern?

Keine Energie, keine Kraft, evtl. können Sie nachts nicht oder nur schlecht schlafen. Es geht vielen so! Besonders in dieser Jahreszeit. Sie sind damit nicht alleine, ganz im Gegenteil!

Die dunklen, kalten Tage kommen, der Nebel, die verkürzte Lichtzeit... Die dunkle Jahreszeit hat uns erreicht und wir haben keine Chance ihr zu entkommen. Wo sollen wir nur die Energie hernehmen?

Und Sie merken: es ist schwer jeden Tag zu schaffen. Es ist schwer, jeden Tag aufzustehen, so früh, wo Sie doch lieber liegen bleiben würden, die Decke sicher über dem Kopf. Nichts und niemand erreicht oder stört Sie. Keine Erwartungen, keine Pflichten. Nur Ruhe..

Und doch sind Sie verantwortlich für so

viele wichtige Dinge...

Die Kinder, sie brauchen Sie!

Die Arbeit, Sie müssen pünktlich und zuverlässig arbeiten!

Der Haushalt...

Es gibt viele Wege, die Energie wiederzufinden. Ob mit naturheilkundlichen oder mit psychotherapeutischen Methoden und mentalem Coaching. Geben Sie nicht auf. Ich helfe Ihnen. Ich biete Ihnen den Raum, den Sie brauchen, um wieder zu Kräften zu kommen. Um Ihr Pensum zu schaffen, es sogar genießen zu können und wer weiß, vielleicht noch mehr? Keine Angst vor den dunklen Monaten.

In diesem Sinne wünsche ich Ihnen allzeit wundervolle gemütliche Stunden bei Kerzenschein und einer Tasse leckerem Tee.

Ihre Maria Mengwasser



Foto: Benicce - Fotolia.com

**DAMIT SIE IM
LEBEN NICHTS AUS
DER BAHN WIRFT.**

Ist Ihr Leben in Bewegung, kann auch mal ein Stolperstein im Weg liegen. Für diesen Fall bieten wir Ihnen passgenaue Versicherungen an. Zum Beispiel die Zurich Unfallversicherung sowie unsere Berufsunfähigkeits-Vorsorge. Für Sie und Ihre Familie.

**Gerne beraten wir Sie:
GENERALAGENTUR
BRINKMANN, LÖHR &
ASSOCIATES GMBH
Dille 61 B
48432 Rheine
Telefon 05975 919808**



**ZURICH VERSICHERUNG.
FÜR ALLE, DIE WIRKLICH LIEBEN.**



Offizieller Versicherer



AS multimedia
print- und webdesign

IMPRESSUM



Das **Stadtjournal Rheine** erscheint 7x jährlich im Verlag AS-Multimedia.

Verlag: AS-Multimedia, Andreas Schöwe,
Münsterstraße 2, 48477 Hörstel
info@as-multimedia.de
Telefon: 0 54 59 / 39 60 00 5 - 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)

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

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

Layout:
Sarah Uphoff (su@as-multimedia.de)

Vertrieb:
Das **Stadtjournal Rheine** erhalten Sie alle zwei Monate kostenlos zugestellt.

Probleme bei der Zustellung?
Tel. 054 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 (pd) 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.

© 2017 bei AS-Multimedia
Eine Vervielfältigung, auch auszugsweise, ist nicht gestattet.



Einbauküchen nach Maß

Beratung | Planung | Montage

GUDE



Ihr Küchenpartner

Fernrodderstr. 10, 48432 Rheine-Rodde

Tel. 05459-41 57

info@kuechenstudio-gude.de

www.traumkuechen-gude.de

„Jede Nacht vom
Engel bewacht“



LED Engel
Leuchte 108,- €

Auch als gemütliche Leuchte für Ihr
Zuhause oder Geschenkidee.

- ♦ stromsparend
- ♦ 40 cm hoch
- ♦ dimmbar
- ♦ LED-Farbwechselfunktion

... alles im grünen Bereich
beermann Tel. 05454-9305-0 www.beermann.de

Orthopädie-
Schuhtechnik
HAARLAMMERT



Praxis für
Podologie



gesundheitshandwerk
orthopädischuhtechnik

Wir fertigen für Sie

- Orthopädische Maßschuhe
- Einlagen
- Zurichtungen
- Schuhe für Diabetiker u. Rheumatiker
- Kompressionsstrümpfe u. Bandagen
- med. Fußpflege (podologische Behandlungen)
- Schuhreparaturen

Öffnungszeiten:

Montag - Freitag: 09:00 - 12:30 Uhr & 14:30 - 18:00 Uhr
Samstag: 09:00 - 12:30 Uhr (nur Filiale Emsdetten)

3 x für Sie da!

Filiale Emsdetten

Borghorster Str. 95
48282 Emsdetten
Tel. 0 25 72-98 07 0

Filiale Rheine

Brechtstraße 44
48431 Rheine
Tel. 0 59 71-96 28 167

Filiale Steinfurt

Waserstr. 16
48565 Steinfurt
Tel. 0 25 51-53 45

www.haarlammert.de

In 3 Schritten zum Traumbad!



1 Persönliches Gespräch in unserer
Ausstellung. Hier legen Sie gemeinsam mit
unseren Fachberatern die Boden- und
Wandfliesen, die Sanitärobjekte und die
Farben Ihres Traumbades fest.



2 Auf Grundlage Ihres Raummaßes und Ihrer
bemusterten Fliesen und Sanitärobjekte
erstellen wir eine virtuelle Badplanung. Somit
erhalten Sie einen Eindruck Ihres Traumbades
bevor die erste Fliese verklebt wurde.



3 Nach der Planung erfolgt nun die Umsetzung
durch Ihren Fliesenleger und Installateur.
Auch hierbei können wir Sie im Rahmen
unserer Dienstleistung „Projektbetreuung“
unterstützen. Sprechen Sie uns an.

Josefstraße 4 · 48477 Hörstel · Telefon 05459-9351-0
Fax 05459-9351-10 · info@bruns-bauzentrum.de



BRUNS
Bauzentrum

www.bruns-bauzentrum.de