

HALLO MÜNSTER

Jeden Mittwoch · kostenlos ·
· Mittwoch, 27. September 2017
Ausgabe 77/2017 ·
www.ag-muensterland.de



Fotos: dpa(2), Hanno Endres/tiemann.tv

Kino royal

Queen Victoria freundet sich mit einem jungen Inder an – darum geht's in Stephen Frears' emotionsvollem Film. | Seite 5



Essen à la Mensa

Wenn's den Kindern in der Kita oder in der Schule nicht schmeckt, sollten Eltern gelassen bleiben. | Seite 11



Der nächste Fall

Die drei ??? suchen das geheimnisvolle Aztekenschwert: Ein Lese-Abenteuer mit Christoph Tiemann und Co. | Seite 3

Kurznotiert

Diskussion über Taufe und Mission

MÜNSTER. Mit Mission verbinden sich immer Fragen nach dem Respekt gegenüber den missionierten Menschen, ihrer Religion und ihrer Kultur. Kann und darf oder muss heute noch in Deutschland missioniert werden? All dem widmen sich evangelische und katholische Theologen heute (27. September, 19 Uhr) im Gespräch mit einem muslimischen Theologen während der Podiumsdiskussion „Taufe und Mission“ im Stadtmuseum (Salzstraße 28).

Beruflich wieder durchstarten

MÜNSTER. Nach einer Auszeit wieder in den Job einzusteigen und Familie und Beruf unter einen Hut zu bekommen, ist nicht einfach. Unterstützung dabei bietet Andrea Mick, Beauftragte für Chancengleichheit am Arbeitsmarkt in der Agentur für Arbeit Ahlen-Münster, allen Frauen und Männern morgen (28. September, 9.30 Uhr) während einer Info-Veranstaltung in der Agentur für Arbeit (Martin-Luther-King-Weg 22). Treffpunkt ist das Berufsinformationszentrum (BiZ). Anmeldungen sind unter Telefon 0251/69 85 05 oder per E-Mail an Ahlen-Muenster.BCA@arbeitsagentur.de möglich.

Schluss mit Stille

Ex-Jupiter-Jones-Sänger spricht im Interview über seine Angststörung | Seite 2



Foto: Philipp Haas

Eltern gegen Lehrerin „Frau Müller muss weg“ mit neuen Ensemble-Mitgliedern

In Lutz Hübners „Frau Müller muss weg“ versuchen Eltern, die Klassenlehrerin loszuwerden. Das funktioniert nur mit gegenseitigen Vorwürfen, bisigen Bemerkungen und realistisch gezeichneten Charakteren. Im Wolfgang-Borchert-Theater (Am Mittelhafen 10) läuft heute (27. September, 20 Uhr) die zweite Vorstellung der Komödie in dieser Spielzeit. Mit dabei sind die neuen Ensemble-Mitglieder Johannes Langer und Jannike Schubert.

Und darum geht's: Elternabend in der Klasse 4b. In drei Monaten gibt es die Zeugnisse, nach denen sich die weitere

Schullaufbahn der Kinder zwischen Gymnasium, Real- oder Hauptschule entscheidet. Eine Entscheidung, die die Eltern der 4b nicht tatenlos abwarten werden. Sie haben ihr Urteil gefällt und tragen ein Misstrauensvotum in der Tasche: Frau Müller, die Lehrerin, muss weg, ehe sie die Zukunft ihrer Kinder vernichtet. Denn nach drei fast glücklichen Grundschuljahren haben sich die Noten der Klasse dramatisch verschlechtert. Da kann man doch nur das pädagogische Konzept bezweifeln, wenn es überhaupt eins gibt. Doch Frau Müller schlägt zurück!

Karten für den heutigen sowie alle weiteren Termine sind unter Telefon 0251/4 00 19 und online erhältlich.

www.wolfgang-borchert-theater.de



Foto: Wolfgang Borchert Theater

Von Menschen mit Macken

Sängerin, Autorin und Kabarettistin Gabi Sutter im AWO-Treff

Das Themenkreis-Team des Ortsvereins Wolbeck der Arbeiterwohlfahrt (AWO) lädt für morgen (28. September, 15 Uhr) in den Treff an der Neustraße 2 ein. Die Sängerin, Autorin und Kabarettistin Gabi Sutter präsentiert ihr Programm „MMM – Menschen mit Macken“. Sie

trägt skurrile, originelle Geschichten und Gedichte von Menschen vor, die nicht so ganz alltäglich sind. Mit viel Humor schildert die Autorin auf lebenswerte Art und Weise, wie es so manchen Erdenbürgern geht, die einen kleinen Spleen haben. Sutters Werke sind fantasievoll und

amüsant und werden von ihr mitreißend vorgetragen. „Ein Lesegenuss für Jedermann“, heißt es in der Ankündigung. Als „Zusatzbonbönen“ singt sie einige ihrer Lieder. Ihr Repertoire umfasst alle Stilrichtungen – spritzig-amüsante Texte inklusive. Unterhaltung pur dürfte da-

mit garantiert sein. Der Kostenbeitrag für diese Sonderveranstaltung beträgt 10 Euro einschließlich Kaffee und Kuchen.

Warum warten...? JETZT STARTEN! **benefit** Fitness, Wellness & Kurse www.benefit-fitness.de Tel.: 0251 97304380

Monatlich nur **14,99€** + BIS ZU 6 MONATE GRATIS Gültig für die ersten 20 Studiowechsel

Wir kaufen alle EDELMETALLE...

Zahngold - Altgold (auch mit Zähnen)

Schmuck - Münzen - Platin - Silber

Zinn und Versilbertes

Münster • Aegidiimarkt 7 (gegenüber Café Extrablatt)

GOLD ANKAUF **Telefon (02534) 6453822** Öffnungszeiten: Mo. – Sa. 8.00 – 18.00 Uhr

Großes Trauringstudio

GOLDANKAUF Zahngold & Altgold (auch mit Zähnen)

Bargeld sofort!

JUWELIER JOSEF Königsstraße 37-38 Münster • Tel. 0251/47433

Batteriewechsel + Goldschmiede- und Uhrmacher-Reparaturen aller Art

Griechisches Restaurant **SANTORINI** Die Insel der Gastfreundschaft www.santorini-ms.de

Original griechische Spezialitäten, vielseitige Speisekarte und abwechslungsreiche Tagesgerichte.

Schillerstraße 30 • 48155 Münster (hinter dem Bremer Platz) Täglich 17.30 bis 24.00 Uhr geöffnet • Küche bis 23.00 Uhr Telefon 02 51/6 59 39

Spitzenplatzierung auf allen Distanzen!

Wir verleihen Autokindersitze – kostenlos und unkompliziert.

die lobby für kinder

Deutscher Kinderschutzbund in Münster Berliner Platz 33 • Telefon 0251 47180 www.kinderschutzbund-muenster.de

Herbstglück

Freiland Alpenveilchen in vielen leuchtenden Farben

1,29 nur 1,29

Angebot gültig 27.09. - 03.10. 2017

Gartencenter Münster, Willy-Brandt-Weg 10 Tel.: 0251 6096830 Sonntags von 11 - 16 Uhr geöffnet www.blumen-risse.de Blumen Risse GmbH & Co. KG Im Ostfeld 5, 58239 Schwerte

Zum Glück gibt's **Blumen RISSE**

Stärker als die Panik

Ex-Jupiter-Jones-Sänger Nicholas Müller präsentiert sein erstes Buch

Er stand im Rampenlicht, die Fans himmelten ihn an: Nicholas Müller (35) war Sänger der Band Jupiter Jones – bis ihn 2014 eine Angststörung zum Aussteigen zwang. Nach einer Therapie ist ihm der Neuanfang geglückt. Was er erlebt hat, schildert der Musiker in einem Buch.

Von Annika Wienhölter

„Ich bin mal eben wieder tot: Wie ich lernte, mit Angst zu leben“ lautet der Titel Ihres Werks, das am Montag (2. Oktober) erscheint. Warum haben Sie sich für genau diese Worte entschieden?

Müller: Weil es ein Buch in zwei Teilen sein soll. „Ich bin mal eben wieder tot“ spielt auf meine unzähligen Panikattacken an. Und „wie ich lernte, mit der Angst zu leben“ beschreibt, wie ich jetzt damit umgehe.

Ihre Diagnose: generalisierte Angststörung mit starken Panikattacken, Hypochondrie und depressiven Episoden. Wo kam das alles so plötzlich her?

Müller: Gute Frage. Wenn ich die beantworten könnte, würde ich das glatt machen (lacht kurz auf). Die Panik kam mit dem Tod meiner Mutter, aber vermutlich war sie schon immer da. Die Depressionen gehen Hand in Hand mit der Panik. Und die Hypochondrie: Absurd eigentlich, ich lebe völlig ungesund, rauche wie einst Helmut Schmidt, bin ständig unterwegs und schlafe deshalb viel zu wenig. Da frage ich mich dann schon

mal, was mit meinem Körper los ist und Sorge mich.

Ohne den Lesern zu viel aus Ihrem Buch zu verraten: Wie haben Sie sich zurück ins Rampenlicht und zurück ins Leben gekämpft?

Müller: Was meinen Job angeht, indem ich eine neue Band gegründet habe – „von Brücken“ heißt die – mit meinem sehr, sehr guten Freund Tobi. Nun machen wir, was wir am besten können: Musik. Und von der gesundheitlichen Seite her: daran arbeiten und Geduld haben. Ich habe eine Therapie gemacht. Und mir Zeit gelassen. Bei allem. Auch wenn einem das falsch vorkommt, weil man denkt, man verpasst was.

Wie geht es Ihnen jetzt?

Müller: Danke, hervorragend (lacht). Meine Tochter hat zwar mal wieder einen Schnupfen aus der Kita mitgebracht, aber so lange es nur Schnupfen ist...

Sie wohnen in Münster. Deshalb ist es doch sicherlich großartig, dass eigene erste Buch vor heimischem Publikum vorzustellen?

Müller: Auf jeden Fall. Es handelt sich ja sogar um eine Vorpremiere. Das ist ein gutes Gefühl.



Ex-Jupiter-Jones-Sänger Nicholas Müller ist zurück im Rampenlicht – mit neuer Musik und einem Buch. Foto: Philipp Haas

Zwerchfellvernichtung

Don Clarke begeistert mit seinem Programm „Sexundsechzig“

Mit seinem aktuellen Programm „Sexundsechzig“ knüpft der Comedian Don Clarke laut Pressemitteilung dort an, wo er niemals aufgehört hat: beim Nichtstun! Und da er glücklich

erweise nicht der Einzige ist, der ihm dabei gerne zuhört, wird seine Fangemeinde immer größer. In über 1000 Shows von Flensburg bis nach München und von Köln bis nach Dresden begeisterte Don Clarke in den letzten Jahren

sein Publikum und hinterließ eine Schneise der Zwerchfellvernichtung.

Mit neuen, skurrilen Geschichten ist er wieder auf Tour, plaudert aus dem Nähkästchen und gibt Lebenstipps der etwas anderen Art: „Wenn

Du abnehmen willst, musst Du erst mal zunehmen! Das lief bei mir so gut, dass ich ein paar Mal verdoppelt habe...“ Und um trotzdem nicht ganz untätig zu sein, betreibt er wieder Sport: Rittersport.

Was spornt diesen Mann an, der außer zwei Exfrauen, vier Kindern, fünf Enkelkindern und einem dicken Bankkonto nichts hat? Die pure Lust am Leben! Und ihm wird immer klarer, warum sich Großeltern und Enkelkinder so gut verstehen: Sie haben die gleichen Feinde. Publikum und Kritiker sind sich gleichermaßen uneinig: „Der kann ja wirklich nichts – aber das verdammt gut!“

Morgen (28. September, 20 Uhr) stürmt Don Clarke den Hot Jazz Club (Hafenweg 26b). Der Eintritt kostet 23,35 Euro. Tickets gibt's im WN-Ticket-Shop, bei Jörgs CD-Forum, im Bürgerhaus Kinderhaus sowie unter www.eventim.de und an allen bekannten VVK-Stellen!

www.donclarke.de



Er kann nix – das aber verdammt gut: der Comedian Don Clarke. Foto: Guido Kollmeier

MÜNSTER
Donnerstag (28. September)
20 Uhr, Hot Jazz Club,
Show von und mit Don Clarke



Vorlesungen für Fortgeschrittene: Morgen startet das „Studium im Alter“-Wintersemester. Foto: WWU/Peter Grewer

Ein Knall zum Start

„Studium im Alter“: Wintersemester beginnt

Am Anfang unseres Universums war der Urknall. Das lernen bereits Schüler. Doch

aber noch mehr: Bereits ab 10 Uhr versorgen die Mitarbeiterinnen der Kontaktstelle „Studium im Alter“ Interessierte im Hörsaalgebäude mit Infos. Am Nachmittag steht eine Uni-Erkundung auf dem Programm, die um 14 Uhr vor dem Haupteingang des Schlosses beginnt.

Unter dem Titel „Die erste Mikrosekunde des Universums – Erforschung von Urknallmaterie am CERN/LHC“ berichtet der Physiker Privatdozent Dr. Christian Klein Bösing über seine Forschungen. Physiker der Uni Münster sind Teil eines internationalen Teams von Wissenschaftlern

am Forschungszentrum CERN, das sich mit diesen Fragen beschäftigt.

Zum Semesterauftakt gibt's aber noch mehr: Bereits ab 10 Uhr versorgen die Mitarbeiterinnen der Kontaktstelle „Studium im Alter“ Interessierte im Hörsaalgebäude mit Infos. Am Nachmittag steht eine Uni-Erkundung auf dem Programm, die um 14 Uhr vor dem Haupteingang des Schlosses beginnt.

Anmeldungen für eine Teilnahme an dem Programm im Wintersemester sind noch bis zum 6. Oktober (Freitag) bei der Studium-im-Alter-Kontaktstelle (Telefon: 0251/ 8 32 13 20) möglich. Dort sind auch weitere Infos zu bekommen.

unabhängig von ihrem Schulabschluss die Möglichkeit, zusammen mit den jüngeren Studierenden an unterschiedlichen Veranstaltungen aus dem regulären Studienangebot teilzunehmen. Der Erwerb eines akademischen Abschlusses ist im Rahmen des „Studiums im Alter“ nicht möglich.

MÜNSTER
Donnerstag (28. September)
11.15 Uhr, Hörsaal H1,
„Studium im Alter“-Semesterstart

Spannende Suche

„Die drei ??? und das Aztekenschwert“-Lesung für Jung und Alt

Die Kulisse ist perfekt: Christoph Tiemann und Kollegen lesen morgen (28. September, 19 Uhr) ein klassisches „Die drei ???“-Abenteuer in Münsters Planetarium (Sentruper Straße 285).

Der Fall: Die Brüder Pico und Diego Alvaro verlieren durch ein Feuer ihren ganzen Besitz. Ihre letzte Hoffnung ist, das juwelenbesetzte Aztekenschwert zu finden, das ein Alvaro-Ahn seinerzeit von Cortez persönlich geschenkt bekam.

Dummerweise ist dieses Schwert seit über 100 Jahren verschollen. Justus, Peter und Bob beginnen trotzdem mit der Suche. Mühselige und teilweise lebensgefährliche Ermittlungen bringen die drei ??? und Diego Alvaro auf eine heiße Spur und diese führt tief in die Vergangenheit.

Das Vorleseabenteuer dauert zweieinhalb Stunden – Pause inklusive. Geeignet ist es für alle Kinder ab zehn Jahren und Erwachsene. Hinter den Mikrofonen: Christoph Tiemann, Judith Suermann, Manuela Reiser, Alban Renz, Alexander Rolfes und Urs von Wulfen. Musikalisch erschreckt Philip Ritter das Publikum.

Schauspieler, Kabarettist und Autor Tiemann taucht mit seinen Lesungen in die Welt der drei Detektive ein. Für jeden Fall des mutigen Trios stellt er als Gastgeber gemeinsam mit Pianist Ritter ein neues Team leidenschaftlicher Vorleser zusammen, die es schaffen, den detailreichen Zauber der verschobenen Fi-

guren für die vielen alten und jungen drei Fragezeichen-Hörer lebendig werden zu lassen.

Die Eintrittskarten für die morgige Show kosten 12 Euro, ermäßigt 8. Erhältlich sind die Tickets im LWL-Museum für Naturkunde (Telefon: 0251/ 5 91 60 50), das montags bis freitags zwischen 8.30 und

12.30 Uhr sowie montags bis donnerstags von 14 bis 15.30 Uhr geöffnet hat. Vorbestellungen gehen per E-Mail an planetarium@lwl.org.

MÜNSTER
Donnerstag (28. September)
19 Uhr, Planetarium
www.tiemann.tv



Foto: LWL/Steinweg

Kurznotiert

Schwedisch kochen im ABI Südpark

MÜNSTER. Gemeinsam schwedisch kochen – dazu sind heute (27. September, 18.30 bis 20.30 Uhr) alle Familien in den ABI Südpark eingeladen. Wer Lust auf ein spannendes Outdoor-Genuss-Erlebnis hat, meldet sich im ABI am Dahlweg 3 an. Ein Erwachsener und maximal drei Kinder zahlen 35 Euro, zwei Erwachsene mit bis zu drei Kindern 55 Euro.

Vortrag über Crowdworking

MÜNSTER. Crowdworking ist ein Trend, der den Arbeitsmarkt verändert. Der Wirtschaftswissenschaftler Dr. Michael Sendker geht in seinem kostenlosen Vortrag am heutigen Mittwoch (27. September, 17 Uhr) in der Stadtbücherei (Alter Steinweg 11) auf die Konsequenzen für die Arbeitnehmer ein.

Gerichte aus der Kindheit probieren

MÜNSTER. Wie ging das noch einmal? Viele Gerichte, mit denen wir aufgewachsen sind, versetzen uns unmittelbar in die Vergangenheit. Für den Kurs „Gerichte unserer Kindheit“ am heutigen Mittwoch (27. September, 18.30 Uhr) wurden Rezepte aus der Region gesammelt. Anmeldungen (Kursnummer: 332212) sind im VHS-Infotreff (Aegidiemarkt 3, Telefon: 0251/ 4 92 43 21) oder online unter vhs.muenster.de möglich.

Politik trifft Leidenschaft

Die „Blumenberg Lectures“-Reihe wird beendet durch Chantal Mouffe, die eine der wichtigsten Stimmen im Feld der politischen Theoriebildung ist. An der Westminster University London leitet sie das Centre for the Study of Democracy. In ihrem Vortrag am Freitag (29. September, 18.15 Uhr) im Juridicum (Hörsaal JUR4, Universitätsstraße 14-16) erläutert sie, warum für sie Leidenschaft ein zentraler Begriff zum Verständnis aktueller politischer Prozesse ist. Mit ihrem Interesse für radikale künstlerische Strategien ist sie nahe bei den Fragen, die die Skulptur-Projekte-2017-Kuratoren stellen.



Foto: Stephan Röhl

Naturheilverfahren bei Krebs

MÜNSTER. Die Krebsberatungsstelle bietet heute (27. September, 16 Uhr) im Gesundheitshaus (Gasselstiege 13) für Krebsbetroffene und Angehörige eine Beratung zu ergänzenden Behandlungsmöglichkeiten mit Naturheilverfahren an. Heilpraktiker Matthias Eubel berät zu klassischen Naturheilverfahren und Traditioneller Chinesischer Medizin (TCM). Eine Anmeldung unter Telefon 0251/62 56 20 ist nötig.



Limbradur (l.) geht im Planetarium Einsteins Universum auf die Spur. Foto: Softmachine Immersive Productions

Wissensreise

Neue Show im Planetarium

Mit „Limbradur und das Geheimnis der Schwerkraft“ läuft im Planetarium des Landschaftsverbands Westfalen-Lippe (LWL / Sentruper Straße 285) ab heute (27. September, 18 Uhr) ein neues Familien-Programm für Kinder ab neun Jahren und Erwachsene. Die 360-Grad-Produktion bietet in 45 Minuten Szenen zum Staunen, wenn sich das Publikum auf die Spuren Albert Ein-

steins begibt. Der zwölfjährige Luke steht im Mittelpunkt der Show. Eines Nachts schleicht er sich in das Albert-Einstein-Museum. Dort trifft er Alby, den Wissensroboter, der ihn mit den Ideen Einsteins bekannt macht. Alle Termine gibt's online.

www.lwl-planetarium-muenster.de

Neue (T)Raumdecke in nur 1 Tag!

PLAMECO®

Besuchen Sie unsere Ausstellung Montag + Freitag von 14:00 – 18:00 Uhr oder nach Vereinbarung.

Zimmerdecken • Beleuchtung • Zierleisten

schnell und sauber montiert

PLAMECO Fachbetrieb Münster, Höltenweg 97, 48155 Münster
Gewerbegebiet Höltenweg (Gremmendorf) oder rufen Sie an: 0251/ 67 49 91 44

Atair® GmbH Wilmsberger Weg 10 48565 Steinfurt-BO www.atair.de Öffnungszeiten: DI-FR: 10–18 Uhr SA: 10–13 Uhr

SOCKEN LAGERVERKAUF

camel active bugatti HIS NY 1923 TOM TAILOR Prinzessin Lillifee

GUTSCHEIN Café Mauritius Marienplatz 2 • 48565 Steinfurt

1 TASSE FILTERKAFFEE + 1 STÜCK KUCHEN GILT NICHT FÜR TORTE

Beim Kauf von **SOCKEN** im Wert von min. 25€ gibt es einen **GUTSCHEIN** für das Café Mauritius **GRATIS** dazu*

*Aktionszeitraum 15.9. - 28.10.2017 • Gilt nicht für Wäsche!

Renovierungsangebote ab sofort

Viele weitere stark reduzierte Angebote in der Ausstellung!

KAMINLAND KOMPETENZ IN KAMINÖFEN

Münster Frauenstraße 28 | Tel: 0251 / 44 48 4

Filiale der Kaminland Handels GmbH, Oldenburg

Kurznotiert

Handorfer Atelier in neuen Räumen

HANDORF. Morgen (28. September) startet das Handorfer Atelier zur begleitenden und individuellen Bildgestaltung in neuen Räumlichkeiten: Erstmals dient der Werkraum der Matthias-Claudius-Schule (Drostestraße 7) als Veranstaltungsort. Ab 18.30 Uhr gibt Peter Adorf an zehn Abenden wertvolle Tipps, wie die Idee zum Bild wird. Neueinsteiger sind willkommen. Anmeldungen (Kursnummer: 176231) sind im VHS-Info-Treff (Aegidiimarkt 3), unter Telefon 0251/4 92 43 21 oder auf vhs.muenster.de möglich.

Biografien schreiben leicht gemacht

MÜNSTER. Kindheit, Jugend, Erwachsen werden – wie habe ich die Zeit erlebt? Wie waren die gesellschaftlichen Lebensbedingungen während dieser Lebensabschnitte? Der Kurs „Festgehaltene Erinnerung – Schreiben Sie Ihre Geschichte(n)“ läuft ab heute (27. September) oder ab dem 5. Oktober (Donnerstag) alle zwei Wochen jeweils von 10 bis 12.15 Uhr. Interessierte melden sich im VHS-Infotreff (Aegidiimarkt 3), unter Telefon 0251/49 24 32, per E-Mail an infotreff@stadt-muenster.de oder auf vhs.muenster.de an.

Konzert mit The Quarrymen Beatles

MÜNSTER. Greifen sie zu ihren Instrumenten, werden Johannes Kuhn, Florian Giese, David Jung und Christian Josef zu John, Paul, George und Ringo: Von den Instrumenten bis zum Outfit lassen die vier jungen Musiker die Songs der Beatles originalgetreu und authentisch erklingen. Das gibt's am Freitag (29. September, 20 Uhr) im Bennohaus (Bennostraße 5) zu erleben. Klaus Baumeister moderiert den Abend und liest aus seinem Buch. Karten und Infos gibt's unter Telefon 0251/60 96 73.

Kontakt

Verteilung, Kleinanzeigen
0251/6 90 46 52

Anzeigen
0251/6 90 96-21 bis -27
anzeigen.muenster@ag-muensterland.de

Redaktion
0251/6 90 96-12 bis -19
redaktion.muenster@ag-muensterland.de

AGM | Anzeigenblattgruppe Münsterland

www.ag-muensterland.de

- Anzeige -

Guido Maria Kretschmer gratuliert zur 200. Eröffnung!



Ein weiterer Meilenstein in der Erfolgsgeschichte der Hammer Fachmärkte ist erreicht: Hammer eröffnet den 200. Markt. Der Startschuss für die aktuellen Hammer Aktionswochen ist gefallen – tolle Angebote und unschlagbare Rabatte inklusive!

Mit herbstlichen Ideen und neuen Kollektionen wie „FASHION FOR WALLS Vol. II“ von Guido Maria Kretschmer begeistern die mehr als 200 Hammer Fachmärkte ihre Kundinnen und Kunden in ganz Deutschland.



Die Hammer Einrichtungstipps für den Herbst

Wenn es draußen wieder ungemütlicher wird, freuen wir uns drinnen über kuschelige Decken, eine schöne Tasse Tee und eine gemütliche Atmosphäre.



Unser Tipp: Teppiche zaubern Wohnlichkeit in Ihr Zuhause: Sie sind eine wunderbare Ergänzung und machen eine schöne Einrichtung erst richtig perfekt. Bringen Sie mit Hilfe von Teppichen ganz einfach Farben und Muster in Ihre Wohnung und schaffen Sie sich im Handumdrehen ein wohnliches und gemütliches Ambiente.

Unsere sensationellen Aktions-Vorteile erhalten Sie in allen Hammer Fachmärkten!

ZUR ERÖFFNUNG BIS ZU **50% SPAREN**

200. ERÖFFNUNG

BIS ZU **50% SPAREN**

Gültig bis zum 08.10.2017

Noch einfacher Punkte sammeln!

Die neue DeutschlandCard App:

oder unter www.deutschlandcard.de/app05



Hammer www.hammer-heimtex.de

Ihre Nr. 1 für Raumgestaltung



2 Eimer kaufen! 20 € Gutschein geschenkt!

Alpina Kristallweiß, waschbeständige Innenfarbe für Wände und Decken, frei von Löse- und Konservierungsmitteln.

32,99 € l **25,99** Grundpreis: 3,25/l



VORWERK

Schlingen-Teppichboden „Beta“, auf Vliesrücken, ca. 400 cm breit.

48231 Warendorf ¹⁴

August-Wessing-Damm 82-84 • Tel. 02581/7896311
Mo-Fr: 9.00 - 20.00 Uhr • Sa: 9.00 - 18.00 Uhr

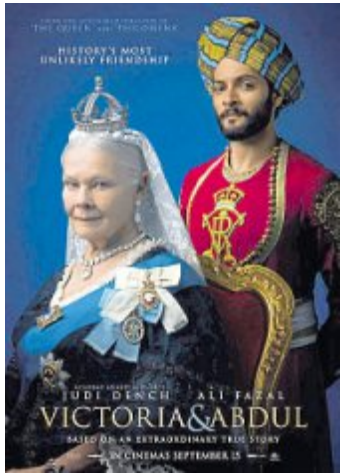
48157 Münster ¹⁴

An der Kleimannbrücke 1 • Tel. 0251/3211160
Mo-Fr: 9.00 - 20.00 Uhr • Sa: 9.00 - 18.00 Uhr

Missgunst und Neid

„Victoria und Abdul“: Judi Dench als Queen

Die hochbetagte Queen Victoria freundet sich mit einem jungen Inder an. Stephen Frears erzählt die Geschichte der unkonventionellen Beziehung anrührend und mit Humor. Judi Dench glänzt als grantelnde Regentin.



„Victoria und Abdul“ (USA)
Biografie, Drama

Fazit: ★★★★★
Queen Victoria freundet sich mit dem Inder Abdul an – sorgt damit für Aufruhr bei ihrem Hofstaat

Zu Beginn erlebt der Zuschauer eine Monarchin, die man zum Regieren tragen muss. Zwei kräftige Hofdamen sind nötig, um die enorm korpulente Victoria morgens im Bett aufzurichten. Da trompetet ein Sekretär ihr schon die ewig gleichen, öden Termine des Tages ins Ohr. Die seit Jahrzehnten verwitwete Queen ist einsam, übergewichtig und gemütskrank. Der ewig graue englische Himmel lichtet sich erst, als Victoria bei einem Festbankett den jungen indischen Bediensteten Abdul Karim (Ali Fazal) kennenlernt. Die beiden freunden sich an, verbringen viel Zeit miteinander. Der Muslim Abdul weiht Victoria in die Geheimnisse des Korans an, gibt ihr Sprachunterricht und erfreut die eigensinnige Frau mit seiner sympathischen Unbekümmertheit. Der Hofstaat tobt vor Missgunst und Neid, Thronfolger Bertie (Eddie Izzard) ist entsetzt. Aber Victoria hält an Abdul fest, auch als herauskommt, dass der es mit der Wahrheit nicht immer ganz genau nimmt.

Respekt für diesen Auftritt: Judi Dench meistert die nicht ganz risikofreie Rolle der grantelnden Monarchin mit Bravour und ohne falsche Untertöne. Ihre Darstellung der verhärmten Queen ist anrührend und hat durchaus Mut zur Hässlichkeit. Wenn die Regentin mit langen, grauen Haaren ungeschminkt vor dem Spiegel sitzt, sehen wir eine Frau, die sich in einer sterilen Welt der Rituale nach etwas Liebe und Zuneigung sehnt. Die meint sie beim jungen Inder Abdul zu finden. Ali Fazal verkörpert den Mann vom Subkontinent mit Charme und Augenzwinkern.



Foto: Peter Mountain/Focus Features/Universal Pictures/dpa

Trotzdem spielt er in diesem durchaus humorvollen Film nur die zweite Geige. Regisseur Stephen Frears und sein Drehbuchautor Lee Hall haben sich um politische Korrektheit bemüht. Neben Abdul kommt noch ein zweiter Inder an den britischen Königshof: Mohammed (Adeel

Akhtar) ist das Gegenteil des sonnigen, etwas devoten Abdul. Er prangert die Briten als Imperialisten an, hasst ihr Essen und das grauenhafte Wetter an der Themse und wird doch sein Heimatland nicht wiedersehen. Der renitente, aber loyale Inder weigert sich, bei den Intrigen gegen Abdul

mitzumischen, und deshalb wird ihm die Heimreise verweigert. Geschichtsblinde Monarchenverehrung kann man Stephen Frears also nicht vorwerfen. (dpa)

Herz und Nostalgie

„Cars 3: Evolution“ startet durch

Lightning McQueen steckt mitten in einer Lebenskrise. Er ist nicht mehr der Teufelskerl mit überdrehtem Ego, der vor elf Jahren in Cars davon träumte, der jüngste Renn-Champion zu werden. Damals verschlug es ihn in das Wüstennest Radiator Springs, wo der rostige Abschleppwagen Hook, Fiat Luigi und die heiße Porsche-Dame Sally zu seinen Freunden wurden. Der schnittige Sportwagen lernte seine Lektion: Unter der Motorhaube kommt es auf wahre Freundschaft und Vertrauen an. 2011 war er dann der unschlagbare rote Turboflitzer, der in einem Grand-Prix-Wettkampf mit aufgemotzten Konkurrenten lautstark Gas gibt. „Cars 2“ hatte das Tempo eines Formel-1-Rennens, die Spannung eines James-Bond-Thrillers und damit weniger Platz für Herz und Nostalgie. In „Cars 3“ drückt Pixar etwas auf die Bremse – und das ist gut so. Bei der Fortsetzung

der Story von sprechenden Autos steht die angeschlagene Gefühlswelt des Protagonisten im Rampenlicht. Der in die Jahre gekommene Rennwagen Nr. 95 wird von der jüngeren Generation kräftig in die Mangel genommen. Plötzlich ziehen Newcomer wie der schnittige Jackson Storm an ihm vorbei. Ein Zweikampf mit dem Hightech-Junior endet für den Renn-Veteranen mit einem schlimmen Crash. Zeit für den Ruhestand? Oder kann die junge, peppige Renn-Trainerin Cruz Ramirez den lädierten Veteranen aus der Reserve locken? (dpa)



„Cars 3: Evolution“ (USA)
Animation, Abenteuer

Fazit: ★★★★★
Lightning McQueen ist in die Jahre gekommen und kann mit der neuen Generation kaum mithalten

Jede Menge Lorbeeren

Neuer Rekord für Horrorfilm: „Es“

Wer derzeit einen roten Ballon sieht, der denkt recht zuverlässig an einen gruseligen Clown. Pennywise heißt er und ist die Hauptfigur in Stephen Kings „Es“. Nach einer TV-Verfilmung vor gut 25 Jahren kommt der Bestseller nun in zwei Teilen in die Kinos und in den Vereinigten Staaten ist der Erfolg des Films immens: „It“, so der Originaltitel, gelang dort der beste Start für einen Horrorfilm aller Zeiten. Der bisherige Rekordhalter „Paranormal Activity 3“ kam zum Auftakt nicht einmal auf die Hälfte der rund 123 Millionen Dollar, die „Es“ eingespielt hat. Schon vor Monaten war der erste Trailer im Internet am ersten Tag rund 197 Millionen Mal aufgerufen worden, laut New York Times war das der erfolgreichste Vorschaufilmclip Hollywoods aller Zeiten. Rund 85 000 Fans hatten sich für Besuchstour und Fotos vor dem Horrorhaus aus dem Film angemeldet, das der

Filmverleih Warner in Los Angeles nachbaute. Viele Vorschusslorbeeren also für die Verfilmung eines 31 Jahre alten und im Original rund 1100 Seiten langen Buchs. Erzählt wird die Geschichte einer Gruppe von Teenagern in der Kleinstadt Derry im Bundesstaat Maine der späten 1980er-Jahre. Zu Beginn ermordet der gruselige Clown den sechsjährigen Georgie Denbrough, einige Monate später versucht dann eine Gruppe von Teenagern, angeführt von Georgies Bruder Bill, den Tod und weitere mysteriöse Geschehnisse in Derry aufzuklären. Dabei merken sie schnell, dass sie sich ihren schlimmsten Ängsten stellen müssen, um die Taten des seit Jahrhunderten mordenden Clowns zu verstehen. (dpa)



„Es“ (USA)
Horror, Thriller

Fazit: ★★★★★
In der Kleinstadt Derry werden immer mehr Kinder umgebracht – von einem Wesen, das ihre größten Ängste darstellt

„Rock My Heart“

PFERDEDRAMA. Jana ist 17 und will selbst über ihr Leben bestimmen. Doch sie lebt mit einem Herzfehler. Als Jana dem Vollbluthengst namens Rock My Heart begegnet, schöpft sie Lebensmut. Zusammen mit Pferdetrainer Paul wagt sie das Abenteuer und will mit Rock My Heart an einem Galopprennen teilnehmen. (dpa)
FAZIT: ★★★★★

„Tal der Wölfe: Vaterland“

KRIEGSFILM. Bei einem Einsatz im Irak stößt Polat Alemdar auf eine Karte der Türkei. Er findet heraus, dass ein Angriff auf die Türkei in der Vorbereitung ist. Es geht um einen Putsch, bei der die Machtverhältnisse in der Türkei auf den Kopf gestellt werden sollen.
FAZIT: ★★★★★

„Wann endlich küsst du mich?“

DRAMA. Doris nimmt ihren zwei Töchtern alle Entscheidungen ab. Doch die eine ist auf der Suche nach dem Sinn des Lebens und die andere ist plötzlich schwanger, und das ist ganz unerwartet auch Doris. Die neue Situation veranlasst alle zum Perspektivwechsel.
FAZIT: ★★★★★

Notdienste

APOTHEKENNOTDIENST

Mittwoch, 27. September
Turm-Apotheke, Am Kreuztor 6, 0251/29 82 00
Kiepenkerl Apotheke, Meesenstiege 54 a, 0 25 01/92 15 77
(jeweils von 9 bis 9 Uhr)

ÄRZTLICHER NOTDIENST

Informationen unter der zentralen Telefonnummer 116 117
Gehörlose und Sprachbehinderte erfahren den diensthabenden
Notarzt unter Telefax 0203/5 70 64 44

TELEFONSELSORGE

0800/1 11 01 11 oder 0800/1 11 02 22

Tiere suchen ein Zuhause



Harry

...ist noch zurückhaltend, aber lieb und zugänglich. Für die Eingewöhnung braucht er Zeit, wird dann jedoch seinen Menschen treu ergeben sein. In seinem neuen Daheim wünscht sich Harry seinen gewohnten Freilauf. Wer ihm ein neues Zuhause geben möchte, der erhält weitere Informationen im Tierheim (Dingstiege 71) und unter Telefon 0251/32 62 80.

Do 28. September MÜNSTER

THEATER
„Er ist wieder da“
20 Uhr
Wolfgang Borchert Theater

Karten unter 0251/4 00 19

Fr 29. September MÜNSTER

THEATER
„Je suis Fassbinder (Deutschland im Herbst 2016)“
19.30 Uhr
Kleines Haus des Stadttheaters

Karten unter 0251/5 90 91 00

THEATER
„Trust me“
18 und 21 Uhr
GOP Variété-Theater

Karten unter 0251/4 90 90 90

KONZERT
Konni Kass & Band + Sean Christopher
21 Uhr
Gleis 22

KONZERT
Fayzen
21 Uhr
Hot Jazz Club

Sa 30. September MÜNSTER

PARTY
Joveler Wiesen Samstag
ab 22 Uhr
Jovel Music Hall

KONZERT
Silverstein + Trash Boat
21 Uhr
Gleis 22

KONZERT
Ulita Knaus
21 Uhr
Hot Jazz Club

KONZERT
Serum 114
20 Uhr
Sputnikhalle

KONZERT
Ali As
20 Uhr
Skaters Palace

So 1. Oktober MÜNSTER

KINDER
„Die verhexte Prinzessin“
15.30 Uhr
Charivari-Puppentheater



Maximo Park sind mit neuem Album auf Tour und am Sonntag (1. Oktober, 20 Uhr) in der Sputnikhalle. Foto: Steve Gullick

THEATER
„Das neue Jerusalem“
18 Uhr
Wolfgang Borchert Theater
Am Mittelhafen 10

Karten unter 0251/4 00 19

KONZERT
Twelve Foot Ninja
20 Uhr
Sputnikhalle
Am Hawerkamp 31

„Monsoon“-Tour

KONZERT
Maximo Park
20 Uhr
Jovel Music Hall
Albersloher Weg 54

Mo 2. Oktober MÜNSTER

THEATER
„Trennung für Feiglinge“
20 Uhr
Boulevard-Theater

Di 3. Oktober MÜNSTER

THEATER
„Terror“
18 Uhr
Wolfgang Borchert Theater
Am Mittelhafen 10

KONZERT
Forkupines + Goodbye Fairground + Snareset
21 Uhr
Gleis 22

Mi 4. Oktober MÜNSTER

THEATER
„heim.weh“
20 Uhr
Theater im Pumpenhau
Gartenstraße 123

Karten unter 0251/23 34 43

(alle Angaben ohne Gewähr)

Kleinanzeigenmarkt

Möbel/Wohnen

Kompl. sehr gute 2 Zi.-Whg. Einricht. inkl. Geschirr ect. zu verkaufen. Nur Selbstabholung ☎ 0151/56624900

Kleiner Schreibtisch, stabil, fürs Kinderzimmer mit Stuhl o. ähnl. zu verk. ☎ 0177/5126681

Tiermarkt

Schicke Malteser-Welpen, geimpft, entwurmt, 450 €. ☎ 02568/388685.

Verkäufe

Garagenflohmarkt, MS-Gelmer, Werseesch 39 - 41 (Rodeo) Sonntag 1.10.17, 11-18 Uhr. ☎ 0251/325127 o. 0160/96700827.

Kaminholz 2 Jahre abgelagert, reine Buche für 80€ SRM und reine Eiche für 75 € SRM, frei Haus, ☎ 0171/6839637

Haus- und Garagentrödel, im Haus auf 2 Etagen, v. 30.9.-.15.10., tägl. v. 10 - 18 Uhr, für Kaffee u. Kuchen ist gesorgt, Familie Eichler, 59379 Selm-Bork, Lünener Str. 89, ☎ 0 25 92/6 27 19.

Ganzjahresreifen Goodyear, 255/55 R 18, 7 mm Profil, VB 300 € sowie Sommerreifen Continental, 255/55 R 18, ebenfalls 7 mm Profil, VB 300 € zu verkaufen. ☎ 02591/8939321.

Haushaltsauflösung Emsdetten, Sternstr. 58: Möbel, Porzellan, Sammlerpuppen, Stoffballen und vieles mehr am Samstag den 30.09.2017 von 10.00 Uhr - 17:00 Uhr.

WR, 4x auf Alufelgen, 225/55 R 16, 6mm mit Drucksensor, für 3er-BMW. VB 590 €. ☎ 0 25 08/9 99 94 77.

Amica Einbaukühlschrank (v. Juni 2016, mit Restgarantie!): Einbau-spülmaschine Constructa (v. Juni 2014, 2 J. Restgarantie), Preis VS, ☎ 02508/9997136 od. ☎ 0174/4125518.

KAMINHOLZ
BUCHE + EICHE
Ofenkammertrocken – In Spitzenqualität!!!
www.kortbus.de · Tel.: 02532/96280

4 Reifen auf Stahlfelgen 195/65 15 für BMW E46, 2 Sommer-, 2 Winterreifen mit Original BMW- Radkappen, VB 50 €. ☎ 0 25 07/9 86 95 55.

4 Rotex Winterreifen auf 4-Loch Stahl. 175/65R135, 5-7 mm, 60 €, ☎ 02534/65722.

Gut erhaltenes Teakholz Sideboard, (2,40 x 0,40 x 0,80 m) wegen Umzugs an Selbstabholer für 60 € VB abzugeben. ☎ 02504/4562.

Trampolin 1 m Durchm., für 15 €. ☎ 0152/34089742.

Zinkwanne, Oval zu verkaufen, 26 cm H, Br. 73 cm, T 51 cm, Wanne ist dicht, VB 45 €, ☎ 02507/9869555

Gesuche

Antiquitäten, Pelze, Bernstein, Zinn, Bilder, Uhren, Münzen, Medaillen, Orden, Tödel, Schallpl., Nähmasch., Schmuck, Koralle, Besteck, Teppiche, Instrum., Porz., Puppen, Figuren (Bronze/Porz.), Handt., Radios, ☎ 01523/6845331, MfG Theib

Suche hochwertigen Pelzmantel oder -Jacke, alte Näh- od. Schreibmaschine, Bleikristall und Zinn, Krause, ☎ 0175/8128707

Suche Bekleidung, Pelze, alte Bibeln, Silberbesteck, Münzen, Schmuck, Bernstein-/Korallenketten, ☎ 0201/53697128.

Kostenlose Abholung von Gefriertruhen, Gefrierschränken, Waschmaschinen, Metall und Schrott. ☎ 01 51 / 12 30 20 62

Achtung Ankauf von Pelze, Abendgarderobe, Handtaschen, Leder, Porzellan, Sammelmassen, Kristall, Römergläser, Zinn, Silberbesteck, Gemälde, Gobelin, Figuren aller Art, Uhren, Münzen, Schmuck, Näh- und Schreibm. Teppiche, Bernstein, Schallplatten, Puppen. Kostenlose Beratung vor Ort. Zahle bar. Hr. Weiß, ☎ 0163/8258655.

Suche Nähmaschine und hochwertige Gläser. ☎ 01784594550.

Achtung!!!! Privat sucht Pelzmäntel, Pelzjacken, zahle 500-3000 €, Münzen, Porzellan, Tafelsilber, Bernsteinschm., Puppen, Garderobe und Teppiche. ☎ 0151/52109446

Achtung! Kaufe Modeschmuck, Armbanduhren und Taschenuhren, Münzen jeder Art, Silber und Zinn jeder Art, Orientteppich und Altbekleidung. Zahle bar. ☎ 0163/1349016

Herr Heilig kauft Pelzjacke o. Mantel, Porzellan, Kristall, Puppen, Bücher, Bilder, Spinnrad, Näh und Schreibmaschine, Handtaschen, Möbel, Münzen, sowie Schmuck aller Art. ☎ 0163/4449826.

Privat sucht Akkordeon oder Harmonika. ☎ 02381/3606332.

Suche kleinen Zweisechar/Kippflug. ☎ 0172/9758314.

Achtung Kaufe! Pelze a. Art und Persianer, Teppiche, Abend-Trachten-Mode, Taschen, Kristall, Bilder, Bernstein, Korallen, Zinn, Orden, Münzen, Silberbesteck, Porzellan, alte Weine, Spirituosen, Uhren a. Art, Schmuck, Antiquitäten, Seriose Abwicklung. Frau Lora ☎ 01 63/1 36 31 11

Sammler sucht fertig gestickte Gobelbilder sowie Schreibmaschinen. Bitte alles anbieten!! ☎ 0151/71410467.

Suche Münzen u. Briefmarken, alte Ansichtskarten, alte Briefe (gerne große Sammlung), ☎ 02508/997892 od. ☎ 02508/993219.

Kaufe Trödel, Antikes, Schallplatten, Altes u. Nettes aus Keller, Dachboden, Hausverkauf oder Nachlass. ☎ 0 25 72/8 91 35 oder 01 60/99 14 28 88.

Suche Modelleisenbahnen, z.B. Märklin H0, Spur N, Spur G, Spur Z, Spur 1 und Ähnliches, ☎ 02508/997892 oder ☎ 02508/993219.

Liebe Leser aufgepasst! Sammler sucht alles an Orden und Abzeichen bis 1945 sowie auch Uniformen, Helme, Bilder, Ansichtskarten, Wehrpässe, Münzen a.A. u. Reichsmark, D-Mark u. Kaiserreich, ☎ 01523/6845331 MfG Theib

Suche Gefrierschrank od. Gefriertruhe, auch defekt, bezahle auch dafür. ☎ 0157/81030746 od. 05971/9602664

A1!!!!ACHTUNG ACHTUNG!!!! Kaufe Klöppel-Decken, Pelze, Garderobe, Bilder, Münzen, Uhren, Schmuck, Silber, Handtaschen, Bernstein, ☎ 0177/6108998 Frau Reichmann.

Achtung Ankauf, Pelze, Bekleidung, Porzellan, Näh-/Schreibmaschi-nen, LPs, Handtaschen, Bleikristall, Teppiche, Bücher, Bilder, Schmuck, seriöse Hausbesuche ☎ 0177/6798358.

Sammler su. Biebeln und Gebets-bücher, ☎ 01573/9651557

Grundstücke

Ein Haus mit Baum wär unser Traum. Wir sind eine Lehrerfamilie auf der Suche nach einem EFH in Lüdinghausen. Grundstück ab 600 m², auch mit Sanierungsbedarf. Kontakt: 0176/23886199.

Verkauf Häuser

Marl-Sinsen: Sehr gepflegtes freist. 5-Fam-Haus ohne Reparaturstau im guten Zustand, incl. 586 m² Grdst. KP: 415.000,-€. (E-Pass i. Auf-trag) ☎ 0152/54061825

Coesfeld: Großzügiges 1 oder 2-Fam-Haus im Außenbereich incl. 1893 m² Grdst. u. 185 m² Wfl. + großes Nebengebäude mit neu-zeitlicher Ausstattung im guten Zustand. KP: 275.000,-€ (E-Pass 127,9 kWh). ☎ 0152/54061825

Rosendahl: Großzügiges 1 Fam.-Haus mit moderner Ausstattung im sehr guten Zustand 154 m² Wfl. incl. 754 m² Grdst.!(E-Pass i. Auf-trag) KP: 259.000,-€ ☎ 0152/54061825

Ankauf Häuser

Verkaufsberatung-Privatverkauf durch erfahrene Sachverständige, Verkaufspreisermittlung, Verkehrs-wertgutachten, Expose, Bilder, Por-tale, Grundrisse, Wohnflächenbe-rechnung, Energieausweis, usw. www.0251-sachverständiger.de, MSD GmbH ☎ 0251-141606 .

Altbau, auch renovierungsbedürftig oder Abriß für Handwerksunter-nehmen als eigene Winterbau-stelle, sowie für Bauunternehmen zu Sanierung zu kaufen gesucht, Michael Dittmer, amarc21 Immobilien Münster, ☎ 0251-141600, www.amarc21-muenster.de.

Mietgesuch Häuser

Familie sucht idyllisch gelegenes Haus (Wfl. ab 130 m², Grdst. ab 750 m²) in naturnaher Alleinlage (50 km Süd/Ost-Umkreis von MS) zu kaufen/mieten. Gerne renov.bed., Kontakt via: 0151/19156385, hausgesuch-ms@web.de

Verkauf Wohnungen

Hamm-B.-Hövel, moderne, hochwertig ausgestattete ETW, 3 Zi., KDB, 71 qm, mit kleinem Wintergarten, Stellplatz, Zentrums-lage, im gepflegten Wohn- u. Ärz-tehaus, optimale Verkehrs- Anbin-dung über A1 bzw. Bahnhof B.-Hö-vel auch nach Drensteinfurt / Münster von privat zu verkaufen. KP 119.000 €, ☎ 0177/2306238.

Vermietung Wohnungen

Ostbevern, DG-Whg., 3 Zi., Wohn-/Esszi., Küche, Bad, 68 m², EBK kann übernommen werden, Keller, Einstellpl., wärmegeklämmt, ruh. Wohnlage, keine Tiere, an alleinst. Person mittleren Alters, ab sof. zu verm., KM 350 €, ☎ 02532/5742.

Ottmarsbocholt, 3 ZKBB, zum 1.02.18, zu verm., KM 495 €. ☎ 0151/42621372.

Drensteinfurt-Walstedde, 89 m², 2 ZKB, im ZFH, 1. OG, Südbalkon, gehobene Ausstattung, KM 480 €, ab 1.12. frei. ☎ 02387/1557

Hiltrup: Seniorengerechte Neubau-DG-Whg. mitten im Alten Dorf, 62 m², Keller, FB-Hzg., Aufzug, boden-geleiche Dusche, Dachterr., V. 58,3 kWh/(m²a), KM 630 €, Stellpl. 30 €, NK 140 €. ☎ 02501/261059.

Nordkirchen: 2 Zimmer, neu renoviert, inkl. Einbauküche (fast neu) ab sofort zu verm., KM 350 € + 150 € NK, ☎ 0177/5403822.

Lüdinghausen, 4 ZK, 2 Bäder, 84 m², II. OG, Keller, Garten, Waschraum, sehr stadtnah, frei ab 01.12., KM 504 € + Nk + 2 MM Kaution, keine Haustiere. ☎ 02591/1266

Nordkirchen-Cappelle, 20 Min von MS/DO, top Bahn-/Autobahnver-bindung, möbl. mod. App., EBK, im EG, KM 200 € + 100 € NK, ab sofort, ☎ 0171/3493294.

Nordkirchen-Capelle, 20 Min. bis MS, 20 Min bis DO. Sehr schöne, helle, warme 65 m² sout.-Whg. in mod. gehob. Ausstatt. m. weißer hochglanz Nobilia EBK inkl. WaMa., schönes Fachwerk, gr. Frühstückstheke, neues hell gefliestes Bad, ebenerdige Dusche, Bahnanbind., Autobahnanbind., KM 340 € + 110 € NK, ab sof. frei, ☎ 0171/3493294.

Mietgesuch Wohnungen

Alleinstehende Dame (54 J.) sucht dringend kl. Wohnung/App. in Emsdetten und Umgebung. ☎ 0151/21703084.

Vermietung zum Festpreis von nur € 595,- inkl. Mwst., wir vermieten Ihr Haus / Ihre Wohnung in Münster, außerhalb Münster auf Anfrage, über 25 Jahre Erfahrung in Münster und Münsterland, Bonitätsgeprüfte Mieter mit aussagefä-higer Selbstauskunft – vor Besichti-gung! alle Portale usw. www.0251-Sachverständiger.de Sachverständigen und Immobilienbüro MSD GMBH Münster, ☎ 0251-141606.

Suche Wohnung in Olfen oder Lüdinghausen. Zwei kleine Hunde sollten erlaubt sein! ☎ 0174/2554338.

Greven: 3 ZKBB zum 01.01.18 ges. ☎ 0177/5126681

gewerbliche Objekte

Hiltrup-Westfalenstrasse: Halle, 100 m², nur für Lagerzwecke,zum 1.12.17 zu verm. ☎ 02501/261059

Veranstaltungen

Nachtflohmarkt
Freitag, 29.09.2017
16.00–22.00 Uhr
Münster, Parkplatz am Preußenstadion, Hammer Straße, direkt an der B54
Info: S. Braun, Tel. 02 51/24 90 12

TRÖDELMARKT
Jeden Mittwoch + Samstag
6.00 bis 14.00 Uhr
Münster, Parkplatz am Preußenstadion, Hammer Straße, direkt an der B54
Info: S. Braun · Tel.: 0251 / 24 90 12

Sudoku								
				5	6			2
7		4	2					9
	6			7				
9				3		8	2	
	5	7		6				4
				4			6	
4					1	9		5
8			9	2				

Kleinanzeigenmarkt

Mittwoch, 27. September 2017

Stellenangebote



Unser Seniorenzentrum **Mitten in Mauritz in Münster** sucht Sie als:

Pflegefachkraft (m/w)

WIR bieten Ihnen eine unbefristete Anstellung in einem familiären Umfeld, eine leistungsgerechte Vergütung, viele Zusatzleistungen und betriebliches Gesundheitsmanagement!

SIE verfügen über eine entsprechende Qualifikation, übernehmen gerne Verantwortung und möchten in einem motivierten Team gute Lebensbedingungen für Senioren gestalten?

Dann freuen wir uns auf Ihre Bewerbung!

Seniorenzentrum Mitten in Mauritz – Frau Klein
Mondstraße 104 – 48155 Münster
0173 49 15 39 66 – S.Klein@sander-pflege.de

**50 JAHRE.
1 JOB.
1.000 DANK!**

Tag der offenen Tür

am 29.09.2017 von 10.00 – 15.00 Uhr

Schauen Sie vorbei und entdecken Sie, welche Jobs Ihren Fähigkeiten entsprechen!
Wir unterstützen Sie – menschlich, professionell und tatkräftig!
Unser Team freut sich auf das persönliche Gespräch mit Ihnen.
Psst! Wir haben sogar eine kleine Überraschung für Sie.

persona service AG & Co. KG
Niederlassung Münster
Bahnhofstraße 12
48143 Münster

Anmeldungen oder Fragen nehmen wir unter Tel: 0251 414190 oder per E-Mail: muenster@persona.de entgegen.
www.persona.de



Brötchen suchen Chauffeur!

Morgengold Frühstücksdienste sucht zuverlässige Frühaufsteher(m/w) aus Münster mit PKW, tägl. ab 4:00 Uhr ca. 1,5-2 Std 700-800 Euro ☎ 05451-5458123

Aushilfe Rampe: Die Aschendorff Logistik sucht zu sofort Aushilfen (m/w) zum Kommissionieren und Abpacken von Zeitungen auf Mini-Job-Basis (Arbeitszeiten: Fr. 03:00 - 11:30 Uhr oder Fr. 06:00- 14:00 Uhr) Wir bieten Ihnen eine umfassende Einarbeitung in Ihren Aufgabenbereich sowie die Mitarbeit in einem engagierten Team. Stichwort: Aushilfe Rampe, ☎ 0251 / 690-664 oder E-Mail: zeitungsbotenbewerbung@aschendorff.de

Zur Verstärkung unseres Teams suchen wir Mitarbeiter in der Gebäudereinigung auf 450 €-Basis. Arbeitstage sind Mo, Mi, Fr, jeweils von 18-20 Uhr. Ansprechpartner ist Frau Immer, ☎ 0157/85283229, K&V Dienstleistungen

Gebäudereinigung sucht zuverlässig. (450 €) f. MS-Süd + City. 2 x wö., 4h und/oder 1 x wö., 4,5h. MS/399220.

Zustellqualitätsmitarbeiter: Wir suchen zur Unterstützung unseres Teams in Münster ab sofort einen flexiblen und zuverlässigen Mitarbeiter (m/w) auf Mini-Job-Basis. Sie haben Freude an der Arbeit mit Menschen, sind teamfähig und verfügen über gute Deutschkenntnisse in Wort und Schrift. Einen gültigen Führerschein der Klasse 3 beziehungsweise B bringen Sie als Voraussetzung mit. Der Einsatz eines eigenen PKW wäre wünschenswert, ist aber keine Bedingung. Sie arbeiten meist mittwochs und samstags, nach Absprache auch an anderen Wochentagen. Wir freuen uns auf Sie! Stichwort: Zustellqualitätsmitarbeiter. ☎ 0251 / 690-664, zeitungsbotenbewerbung@aschendorff.de

Hilfe bei Gartenarbeit, 1-2 mal wöchentl. in Everswinkel ges. ☎ 02582/668383 o. 0171/2490873.

Wir suchen in der Münster Innenstadt 10 Reinigungskräfte: 10 €/Std. von Montag bis Samstag, 6-9 Uhr. ☎ 01 74/3 07 51 24/E-Mail: Bewerbung@rastwork.de Sozialversicherung!

Raumpfleger/-in für ein Objekt in Senden auf 450 €-Basis gesucht. AZ: Mo.,Fr und Sa: 6.00 Uhr bis 8.30 Uhr. Tariflohn 10 €/Stunde. H.-D. Kottmeyer Gebäudereinigung + -management ☎ 02572/951660

Putzhilfe ges. ca. 3 Std./Wo. für 3 Pers.-Haush. in Senden. ☎ 02597/2793893 AB.

Für unser Objekt in Münster, Geiststr., suchen wir ab sofort eine zuverlässige und einsatzbereite, deutschsprachige Reinigungskraft für 5 x wöchentlich ab 07.00 Uhr mit Steuerkarte. Bei Interesse melden Sie sich bitte bei Frau Sczesny unter: ☎ 0162/4081377. Gülich Gruppe Gebäudedienste GmbH & Co. KG.

Rinkerode, Raumpflegerin für Privathaushalt auf Minijob-Basis für 1 x pro Woche / 3 Std. gesucht. ☎ 0178/1534725

Minijob als Bote

HALLO
Für die Verteilung der **HALLO am Samstag und Mittwoch** suchen wir Dich (m/w ab 13 Jahren) als Zeitungsbote in **Nienberge, Mauritz und Mecklenbeck**.
Wir freuen uns auf Dich!
Melde Dich einfach unverbindlich bei der Aschendorff Direkt.
Telefon (02 51) 6 90-664
zustellerbewerbung@aschendorff.de

Auslieferungsfahrer/in für Niederlassung Münster gesucht
Arbeitszeit ca. 23 Std./Woche, Mo.–Do. ca. 8.30–13.00 Uhr, Fr. ca. 8.30–13.30 Uhr, PKW-Führerschein und körperliche Fitness erforderlich.
Meyer Menü GmbH & Co. KG
Herr Daniel Perlick · Pleisterröhlenweg 284
48157 Münster · daniel.perlick@meyer-menue.de
www.meyer-menue.de

Qualitätssicherung im Außendienst:
Wir suchen ab sofort einen neuen Mitarbeiter (m/w) für 20 Wochenstunden in der Qualitätssicherung im Außendienst in Münster. Sie sind sehr flexibel in der Arbeitszeit und kennen sich im Stadtgebiet Münster aus? Perfekt! Wir freuen uns auf Ihren Anruf oder E-Mail. Für diese Tätigkeit benötigen Sie einen Führerschein und einen eigenen PKW. Stichwort: Qualitätssicherung im Außendienst. ☎ 0251 / 690-664, zustellerbewerbung@aschendorff.de

Aschendorff Logistik
Wir suchen **Zeitungs Zusteller (m/w)** für die Zustellung der „Westfälischen Nachrichten“ für das gesamte Verbreitungsgebiet.
Über Bewerbungen aus den Bereichen **Geistviertel, Gievenbeck und Kinderhaus** würden wir uns besonders freuen.
Telefon (02 51) 6 90-664
zeitungsbotenbewerbung@aschendorff.de

Lust auf Sylt? Die "Kleine Teestube in Keitum" (www.kleinteestube-sylt.de) sucht zur Verstärkung des Teams eine "Küchenfee", für Frühstück, Waffeln, Milchreis und versch. Kleinigkeiten. Wohnung vorhanden, Bewerbung unter: info@kleinteestube-sylt.de

Wir suchen ab sofort **Reinigungskräfte (w/m)** auf Minijob-Basis für unser Objekt in 48153 Münster, Friedrich-Ebert-Straße
AZ: Mo – Fr 16.00 – 18.00 Uhr

Clean Servicepower GmbH Herr Zenelji 0152 - 0155 38 30

Motorräder

Suche Vespa - Piaggio Roller, Zust egal. 0157/36812810 rufe zur.

Wohnwagen

Kaufe Wohnmobile & Wohnwagen 03944-36 160 www.wm-aw.de FA

Bekannschfts-vermittlungen

Dietlinde, 70 J., Kfm. Angestellte in Rente, seit fast 2 J. verwitwet. Bin eine hübsche, natürl. Frau, mag Zärtlichk., Auto fahren, kochen (am liebsten für uns beide). Einsamkeit macht unglücklich u. meine Sehnsucht nach einem lieben Mann ist groß. Ich könnte Sie kurzerhand besuchen, melden Sie sich heute noch ü.b. PV ☎ 0176-34488891

Erna, 75 J., sorgsame Hausfrau, mit schöner weibl. Figur. Bin sehr einsam seit ich verwitwet bin u. wünsche mir noch einmal e. anständigen Mann. Würde Sie verwöhnen, bekochen u. abends mit Ihnen gemeinsam fernsehen. Ich fahre sicher Auto u. komme gerne zu Ihnen. Kostenloser Anruf üb. Pd-Seniorengleich ☎ 0800-7774050

Ilse, 75 J., verwitwet, bin eine ruhige, liebevolle Hausfrau, habe ein großes Herz, eine weibl. Figur mit schöner Oberweite. Ich koche gern u. gut, bin fleißig in Haus u. Garten u. habe eine Auto, ich wünsche mir üb. pv einen guten Mann hier aus der Gegend, gern auch bis 85 J., der mit mir wieder glücklich werden möchte. Gerne erwarte ich Ihren Anruf. ☎ 02596 - 9720555

Edeltraud, 70 J., seit kurzem verwitwet, ich suche einen guten Mann (Alter egal) üb. pv, hier aus der Gegend. Ich habe eine frauliche, schlanke Figur, bin fleißig, zärtlich, häuslich, eine gute Autofahrerin, Köchin u. saubere Hausfrau. Ich bin nicht anspruchsvoll und würde Ihnen eine treue, fürsorgliche Kameradin u. Frau sein. ☎ 0151/62913877

Liebevolle Sie, Heidi, 62 J., gel. Altenpflegerin, zuletzt war ich als Pfarrhausälterin tätig, ich habe eine zierliche Figur, bin eine sehr nette, humorvolle, hübsche Frau, ich wohne allein u. fühle mich daher oft sehr einsam. Wenn Sie mich gern kennenlernen möchten, rufen Sie gleich an. pv ☎ 0151-62903590

Marion, 59 J., bin eine liebe, hübsche Frau, mit ansprechender Figur, Krankenschw. v. Beruf, u. auch privat helfe ich wo ich kann, liebe es neue Kochrezepte auszuprobieren, mag Ausflüge mit meinem Auto, doch am liebsten möchte ich ganz für DICH da sein. Das Alleinsein ist furchtbar, darum ruf gleich üb. PV an. ☎ 0176-47603082

Ich, Cornelia, 66 J., bin e. natürliche, einfache Witwe, etwas vollbusig, ich mag Musik, Ausflüge (habe eigenes Auto), Natur, gehe gern spazieren, gemütliche Abende, Fernsehen zu zweit. Mein größter Wunsch ist einen lieben Mann, gerne bis 80 J. üb. pv, hier aus der Gegend kennen zu lernen, ich bin nicht ortsgelunden u. habe keine großen Ansprüche. ☎ 0151-62913879

Ulla, 65 J., bin eine Seele von Frau, warmherzig, fürsorglich u. zärtlich. Ich sehe gut aus, kann wunderbar kochen, haushalten u. wirtschaften. Suche einen ehrlichen Mann, dem ich wieder eine umsorgende Frau sein kann. Was halten Sie von e. Kennenlernen am Wochenende? Rufen Sie üb. PV an, ich fahre gerne zu Ihnen. ☎ 0176-56849847

Lieber netter Er (52 J.), sportlich sucht gerne ältere Sie für gelegentliche Treffs. ☎ HA8257972 AGM, 48135 Münster

Verloren/Gefunden

Roter zielr. Kater in Münster-SÜD vermisst, 3 Fangzähne. Finderlohn! ☎ 0151/59252473.

Lohnsteuer

Aktuell Lohnsteuerhilfverein e.V. Wir erstellen Arbeitnehmern, Rentnern und Beamten die Lohnsteuererklärung. Hammer Str. 147, 48153 Münster, ☎ 0251/ 2 891 876, www.komurcu.aktuell-verein.de

Partnerschaften

Witwe, Anfang 60, sportlicher Typ, topfit, ohne Anhang, finanz. unabhängig, 1,72 gr, 63 kg, sucht gleichgesinnten Partner für Radtouren, liebt Natur, Tiere u. mod. Musik u. alles was das Leben schön macht. ☎ 0173/7034475.

Reise

Nordsee-Dangast: Komfort-Fewo 2-6 Pers., ruhig u. zentral, komplett renoviert, allergikergesiegt, WLAN, kinderfreundl., Fotos auf Anfrage. Ab 60 €/Tag ☎ 0176/56285148 / hc.glitsch@t-online.de

Norderney, FeWo, 2 P, Blk. zentr., ruh., strandn., frei 7. - 21.10 ☎ 05975/3727.

Harlesiel, FW + FH, Am Yachten, Oktober frei. ☎ 05846/2485, www.nordsee-friese.de

Schöne ruhige Fewo in Norddeich für 4 Per.. EG, Terasse, Wlan, Fahrräder, Bollerwagen usw. ab 40 €/Nacht. www.traum-ferienwohnungen.de/199489/ ☎ 0151/17649559

Fischland-Darss Zingst, große, top 4* FeWo, 2 SZ, zentr., strandnah, uvm, 08.10.-14.10. Sonderpreis, ☎ 0251/20801180

Norderney, schöne 2-Raum FeWo mit Terrasse zu vermieten. ☎ 0 49 32/8 32 13.

Ameland-gemütl. FeWo für 4 Pers. in der Zeit vom 30.09-15.10.17 zu verm. ☎ 0049 160-92506655.

Vermischte Anzeigen

Modemarkt für Frauen
Second-Hand & Neu
03. Okt. 11-18 Uhr
Eintritt ab 14 Jahre 3,50 €
www.frauenkreis.land
über 90 Stände!
MS-Hiltrup, Stadthalle

diewohnstube.de - Firma Claus, Inhaber Thomas Schwarzer, Raumausstattmeister, ☎ 02 51/64 46 9

Privater Trödelmarkt. Dieselstr. 3. Sendenhorst, sonntags 10-16 Uhr. Teppiche, Brücken, Porzellan, Möbel usw., ☎ 02526/3162

Glas- u. Rahmenreinigung, auch Wintergärten u. Solaranlagen, v. Fachmann seit über 35 Jahren, keine Anfahrtskosten. www.amendt-dienstleistung.de, ☎ 0251/328272 od. ☎ 02504/8445 od. ☎ 02571/576800

Existenzgründer/-in!!! Sehr gutes Angebot!!! Langjährig bestehendes Handarbeits-/Wollgeschäft mit zusätzlichen Dienstleistungen in Münster an motivierte Nachfolger/-in abzugeben. ☎ HA8257117 AGM, 48135 Münster

Mobile Fußpflege kommt ins Haus für 20 €. Fa. Heike, ☎ 0251/276277.

WIR MACHEN IHRE WELT BUNTER!

AGM Anzeigenblattgruppe Münsterland
www.ag-muensterland.de

Dienstleistungen/Empfehlungen

Malerarbeit vom Meister, kostenloses Angebot unter ☎ 02 051 / 9 81 96 62.

Renovierungsteam übernimmt Fliesen-, Maler-, Trockenbau-, Elektro-, Bäder- sowie Innen- u. Außenputzarbeiten ☎ 0163/4966460

Galabaubetrieb bietet an: Rollrasenverlegung 5,50 €/m², Altrasenabschälungen, Maulwurfnetzverlegung, Erd- und Pflasterarbeiten und Baumfällarbeiten ☎ 0152/53403041.

Auflösung des Rätsels

1	9	8	3	5	6	7	4	2
7	3	4	2	1	8	6	5	9
2	6	5	4	7	9	3	8	1
9	4	1	5	3	7	8	2	6
6	8	2	1	9	4	5	3	7
3	5	7	8	6	2	1	9	4
5	1	9	7	4	3	2	6	8
4	2	3	6	8	1	9	7	5
8	7	6	9	2	5	4	1	3

Anrufen Verlieben

SIE sucht IHN
Hallöchen!
Ich (33) bin auf der Suche nach einer festen Beziehung. Wenn du mich gerne kennenlernen möchtest, schreibe mir.
Voice mailbox: 55042

Möchte wieder das Glück erleben
das Gefühl haben nicht mehr allein zu sein. Bin 75/173, ohne Anhang, NR und suche netten Partner, gern auch jünger, für eine Dauerbeziehung.
Voice mailbox: 71299

Ich suche einen netten Mann für die Zukunft und eine große Liebe. Er sollte zwischen 35 und 70 Jahren sein. Ich freue mich auf eine nette Nachricht von dir auf meiner Mailbox. Antwort garantiert.
Voice mailbox: 71130

Hallo!
Ich (63) bin spontan und für alles was zu zweit Spaß macht. Mag romantische Abende bei Kerzenschein und auch lustige Geselligkeiten. Ich freue mich schon auf nette Antworten.
Voice mailbox: 54947

Antworten per Telefon
Sie haben ein tolles Inserat entdeckt? Wählen Sie:
0900 1-10 16 19
(1,99 EUR/Min, zzgl. Mobilfunk-Zuschlag, T.M.)
und geben Sie nach Aufforderung die Voice mailbox-Nummer des jeweiligen Inserates ein.
Voice mailbox: 55042

Hallo, bin Single-Mama
36 Jahre, und suche eine feste Beziehung! Wenn du auch treu, ehrlich und kinderlieb bist, dann schreib doch mal.
Voice mailbox: 54987

Ich, 57 Jahre
suche nur ehrliche, liebevolle Partner. Ich bin humorvoll, sportlich, lache gerne und bin herzlich! Ich bin wirklich schon sehr gespannt.
Voice mailbox: 54749

Ich, 49, suche
einen netten, lieben Partner, der treu und ehrlich ist, außerdem NR sowie tiefelb, denn ich habe einen Hund. In meiner Freizeit gehe ich gern essen, ins Kino oder einfach mal spazieren. Wenn du Interesse hast und auch eine feste Beziehung suchst, dann melde dich einfach.
Voice mailbox: 71033

Ich bin 47 Jahre alt
und hoffe, jemanden kennenzulernen, der witzig, unternehmungslustig und ehrlich ist und auch gerne kuschelt. Ich freue mich schon auf nette Antworten.
Voice mailbox: 54823

Unglücklich?
Ich auch. Rentnerin, 53 Jahre, XL, mit kleinem Handicap, wünscht sich von einem lieben Ihm, bis 65 Jahre, gerne mottig, gefunden zu werden. Zum Aufbau einer festen Partnerschaft. Fühlst du dich angesprochen? Dann melde dich bei mir.
Voice mailbox: 71091

Smarte 34-jährige
schlanke Blondine ist auf der Suche nach Mr. Right zum Verlieben. Ich warte voller Spannung auf nette Antworten.
Voice mailbox: 54656

Unternehmungslustige
und offene Sie (18) sucht ehrlichen Mann, der Gefühle zulässt und Liebe zeigen kann. Keinen Stubenhocker. Melde dich doch einfach mal bei mir. Ich freue mich schon sehr auf unser Kennenlernen.
Voice mailbox: 54934

Hallo!
Ich (56) suche dich, dem Liebe und Treue noch was bedeutet! Melde dich. Ich bin schon sehr gespannt auf unser Kennenlernen.
Voice mailbox: 54844

Ich, um die 70, schlank
suche einen netten Mann, mit dem man gemeinsam was unternehmen kann. Melde dich einfach bei mir.
Voice mailbox: 54770

Premiummitgliedschaft: IBAN: DE97 7008 0000 0450 9419 00 / BIC: DRESDEFF700.
Hinweise: Inserenten hören Ihre Mailboxen über eine Telefonnummernnummer zu maximal 1,49 EUR/min ab. Schriftliche Antworten auf „Anrufen und Verlieben.. - Anzeigen sind generell nicht möglich und werden weder weitergeleitet, noch zugesandt. Der Verlag behält sich das Recht vor, Anzeigen auch ohne besonderen Grund abzulehnen oder zu ändern. Anzeigen können ggf. auch in anderen Medien (Print oder Videotext) erscheinen. Gewerbliche Anzeigen (PV u.ä.), die beim Leser den Anschein privater Kontaktanzeigen erwecken, werden kostenpflichtig abgemahnt. In derartigen Mißbrauchsfällen bleiben auch weitergehende Schadensersatzansprüche vorbehalten.



Kurznotiert

Sicherer mit Rücktrittbremse

Wenn Eltern ein Kinderfahrrad kaufen, sollten sie ein Modell mit Rücktrittbremse wählen. Denn beim Bremsen könne das Kind dadurch die Griffe besser und fester umfassen, erklärt die Dekra. Außerdem erhöhe sich bei zwei Seilzugbremsen die Gefahr, dass etwa das Vorderrad blockiert. Bei den Griffen raten die Prüfer zu gut gepolsterten Modellen, die Verletzungen beim Hinfallen, aber auch Kratzer an Autos verhindern. Grundsätzlich wichtig: Das Kinderfahrrad muss den gesetzlichen Vorgaben entsprechen. So muss es unter anderem zwei Bremsen, Pedale mit Rückstrahlern sowie ein weißes Vorder- und ein rotes Rücklicht haben. (dpa)

Aufs Schloss kommt's an

Wer sich länger an seinem Fahrrad erfreuen möchte, sollte neben regelmäßiger Pflege und Wartung auch an den Diebstahlschutz denken. Aber was kostet ein gutes Schloss? Ein Betrag in Höhe von rund zehn Prozent des Radpreises nennt der Tüv Süd als Faustformel. Dabei seien Bügel- und Faltschlösser am sichersten. Die Prüforganisation rät, die Leese immer mit einem festen Gegenstand oder dem Fahrradständer zu verketten. (dpa)

Weg mit dem Dreck

Bei leichten Verunreinigungen des Fahrrads reichen meist ein Lappen und lauwarmes Wasser. Bei hartnäckigem Schmutz leisten jedoch spezielle Reinigungssprays gute Dienste. Sie kosten meist fünf bis zehn Euro, lösen Dreck und Matschkumpen gut auf und seien interessant auch für Alltagsfahrer, die ihre Leese im Frühjahr pflegen möchten, sagt Thomas Geisler vom Pressedienst Fahrrad. Viele der Reinigungssprays seien biologisch abbaubar, sagt Geisler. Um das Rad nach dem Putzen zu polieren, können spezielle Radkonservierungssprays genutzt werden. „Eine Politur verleiht dem Rahmen Glanz und schützt ihn vor Schmutz“, sagt Geisler. Alternativ zu den Sprays gebe es auch Poliertücher mit einem ähnlichen Effekt. (dpa)



Alleskönner nicht nur für den Alltag: Alufahrräder sind laut Experten für 80 Prozent der Radler gut geeignet. Fotos: dpa

„Schön designte Rahmenformen, die ganzen Oversize-Rahmen wären mit Stahl so nicht möglich, wo ja meist runde Rohre verwendet werden.“

Siegfried Neuberger vom Zweirad-Industrieverband (ZIV)

„

Von Stahl bis Carbon

Bei Fahrradrahmen gibt es gravierende Unterschiede

Das Grundgerüst eines Fahrrads kann in seiner Beschaffenheit so vielfältig sein wie die Radtypen selbst.

Und jeder Rahmen hat andere Eigenschaften, so dass das Material der Wahl immer eine Grundsatzentscheidung ist. Das klassische Rahmenmaterial war lange Zeit Stahl. „Weil es das am besten zu verarbeitende und auch haltbare Material war“, sagt Andreas Götz vom Bund Deutscher Radfahrer (BDR). Stahl ist sehr stabil und trägt auch hohe Beanspruchungen. Doch er rostet. Das macht Aluminium nicht – und es ist obendrein leichter. In den 1980er Jahren zog Alu als Rahmenwerkstoff in den Massenmarkt ein. „Da hat man die Dauerhaltbarkeit so langsam in den Griff bekommen“, sagt Gunnar Fehlau vom Pressedienst Fahrrad (pd-f). „Das war ein Lernprozess, aber das Rezept funktioniert jetzt.“ Und zwar so gut, dass Alu heute der Platzhirsch ist: „Der Alurahmen dürfte circa einen Marktanteil von 80 Prozent haben.“ In der Vintage- und Nostalgie-Szene orientiert sich der

Geschmack an klassischen Rennrädern der 1930er bis 1980er mit ihren dünnen und eleganten Stahlrohren. In solchen Nischen lebt Stahl weiter. Über alle Eigenschaften hinweg dürfte aber ein Alufahrrad für 80 Prozent der Leute eine gute Wahl sein, meint Fehlau. Alu sei unter anderem leicht, bezahlbar und langlebig. „Aluminium lässt viel

mehr Rohr- und Rahmengemetrien zu“, erklärt Siegfried Neuberger vom Zweirad-Industrieverband (ZIV). „Schön designte Rahmenformen, die ganzen Oversize-Rahmen wären mit Stahl so nicht möglich, wo ja meist runde Rohre verwendet werden.“ Das Spektrum reicht von billigen Baumarkträdern für 250 Euro bis hin zur Oberklasse, wo allein der Rahmen 2000 Euro kostet. Ab etwa 400



Euro sei die Qualität brauchbar, sagt Fehlau. Allerdings bricht Alu unvermittelter, Stahl ist zäher. Für Fahrräder aus carbonfaserverstärktem Kunststoff (CFK) indes werden Carbonfasermatten je nach Konstruktionsplan angeordnet und mit Kunstharz verklebt. So lässt sich der Rahmen völlig frei in der Form und flexibel aufbauen, was die jeweiligen Materialstärken angeht. Einzelnen Partien können unterschiedliche Merkmale zugewiesen werden. Zum Beispiel mehr Steifigkeit an Stellen wie etwa im Tretlagerbereich und mehr Flexibilität für mehr Federungskomfort an den Hinterradstreben, erläutert Andreas Götz. Hersteller nutzen sie vor allem bei hochwertigen Mountainbikes oder Rennrädern. Gegenüber Alu hat Carbon den Vorteil, noch leichter, fester und steifer zu sein. Einfache Modelle sind ab etwa 1300 Euro zu haben. Im Alltag ist Carbon aber zu empfindlich. Denn jede Krafteinwirkung, die nicht dem

eigentlichen Zweck folgt, ist kritisch. Etwa wenn das Rad auf die Bordsteinkante fällt. Auch wenn man nach Stürzen nichts sieht: Unsichtbare Mikro-Risse können sich gebildet haben. Götz rät, nach einem Zwischenfall sofort zum Fachhändler zu gehen. Denn geschädigtes Carbon kann völlig unvermittelt reißen. (dpa)

Das Münsterland hat den längsten Strand!

NEIN. ABER WIR HABEN DEINEN JOB!

JOBS im Münsterland

JOBS-IM-MUENSTERLAND.DE

Lohnende Police

Fahrradversicherung mit umfangreichen Leistungen

Gute Versicherungen zum Absichern von Diebstahl und Beschädigungen bei Fahrrädern gibt es schon ab 46 Euro im Jahr, wie eine Untersuchung der Zeitschrift „Finanztest“ zeigt. So eine spezielle Police könne sich lohnen, wenn eine Leese 500 Euro oder mehr kostet. Beim Vergleich der Leistungen und Preise sollte man darauf achten, ob der Tarif den Wiederbeschaffungswert des Bikes oder nur den Zeitwert ersetzt. Einige Anbieter verlangen zudem eine Selbstbeteiligung.

Wichtig ist auch die Frage, was der Tarif genau absichert. Oft ist einfacher Diebstahl, Vandalismus sowie Einbruchsdiebstahl abgedeckt. Die meisten Anbieter zahlen auch bei Raub. Davon ist dann die Rede, wenn ein Dieb das Fahrrad dem Besitzer aus der Hand reißt und damit wegfährt. Interessant für Radler: 19 der untersuchten Tarife bieten sogar einen weltweiten Schutz an – für mindestens sechs Wochen im Jahr. Die Tester haben 25 Tarife unter die Lupe genommen –

darunter solche für Citybikes um 500 Euro, Rennräder um 1500 Euro sowie für E-Bikes um 2500 Euro und E-Trekking-Räder um 4000 Euro. Wer eine Hausratversicherung hat, kann meist über einen Zusatzbeitrag sein Rad auch außerhalb der eigenen vier Wände absichern. Laut „Finanztest“ bieten die speziellen Fahrrad-Police oft umfangreichere Leistungen – etwa den Ersatz des Rads nach einem Unfall. (dpa)

Vertrag muss sein

Wer ein gebrauchtes Fahrrad kauft, sollte auf einen Kaufvertrag bestehen. Darin sollten beispielsweise die Rahmennummer, der Name des Verkäufers und am besten noch dessen Ausweisnummer dokumentiert sein. Die Rahmennummer ist im Rahmen eingraviert und findet sich oft unter dem Tretlager oder am Sattelrohr. Auch die originalen Unterlagen zum Fahrrad lässt sich der Käufer bestenfalls aushändigen. (dpa)

Allzeit gute Sicht

Wischerblätter kontrollieren



Die Wischblätter am Auto müssen regelmäßig kontrolliert werden – insbesondere in der regnerischen Zeit.Foto: ProMotor

Kaum zu glauben, aber gute Sicht im Regen ist abhängig von einem Hundertstelmillimeter. Denn so schmal ist die Auflagefläche des Wischblatts auf der Scheibe.

Bei der Herstellung wird die Wischlippe zumindest bei Markenfabrikaten auf ein Tausendstelmillimeter genau geschliffen. Auf der Scheibe verformt sie sich ein wenig unter der Anpresskraft des Wischarsms und kann dann das Wasser perfekt abziehen. Damit das so bleibt, sollten Autofahrer ein paar Vorsichtsmaßnahmen treffen.

So ist es Gift für die Wischlippe, wenn sie wochenalte, angetrocknete Insektenreste vom Glas raspeln soll oder den Raureif im Winter. Also besser die Scheibe vor der Fahrt reinigen.

Auch immer wieder zu beobachten ist das Schnalzenlassen der Wischarme aus größerer Entfernung auf die Scheibe. Dabei können erhebliche Kräfte auftreten, welche die Bügel des Wischblatts und auch den Arm selbst verbiegen. Anschließend liegen die Wischer nicht mehr sauber

Die Tage werden kürzer, jetzt kommt es wieder auf gute Sicht im Dunkeln an. Die ist auch von den Scheibenwischern abhängig.

an. Das kann auch zum Rattern der Wischer führen, weil der Wischgummi an den Umkehrpunkten der Bewegung nicht mehr in die andere Richtung kippt. Das muss er, weil das Wasser stets abgezogen werden muss. Dann sollte eine Werkstatt den so genannten Schränkungswinkel der Wischarme prüfen und einstellen. Bei älteren Wischblättern hilft dies aber meistens nicht, da bleibt nur eine Neuanschaffung.

Selbst wenn sie noch gut wischen, neigen ältere Wischgummis zur Ablageverformung. Sie nehmen die Form an, in der sie nach dem Abschalten des Antriebs liegengeblieben sind. Beim Wiedereinschalten kippen sie dann nicht in die andere Richtung und ziehen das Wasser ab, sondern schieben es vor sich her und beginnen auf dem Glas zu rubbeln.

Ein ähnlicher Effekt tritt auch ein, wenn Wachsrückstände aus der Autowaschanlage auf der Scheibe verbleiben und die Wischer aus dem Tritt bringen. Dagegen hilft nur eine sorgfältige Reinigung der Scheibe mit einem Glasreiniger, in hartnäckigen Fäl-

len auch mit Silikonentferner. Denn das ganze System Scheibenwischer funktioniert nur, wenn das Glas Wasser nicht abstößt.

Im Regen sollte sich ein geschlossener Wasserfilm auf der Scheibe bilden. Entstehen hingegen einzelne, kleinste Tröpfchen, wird der Wischgummi beim Auftreffen darauf jedes Mal ein winziges Stück angehoben. Genug, um soviel Wasser zurückzulassen, dass es im Dunkeln bei Gegenverkehr oder Straßenbeleuchtung zu gefährlicher Blendung kommt.

Das gleiche passiert auch bei verschlissenen Wischerblättern. Wenn Streifen zunehmen oder gar Wasserlachen zurückbleiben, hilft nur eine Neuanschaffung. Das sollte jedem Autofahrer die Sicherheit wert sein. (ProMotor)

Blender – nein danke

Oktober ist Lichttest-Zeit

Rund ein Drittel aller Pkw ist mit fehlerhafter Beleuchtung unterwegs. Verschenkte Sicherheit. Und ein Grund, in diesem Jahr unbedingt am Licht-Test in den Meisterbetrieben der Kfz-Innungen teilzunehmen.

Von Sonntag (1. Oktober) bis zum 31. Oktober (Dienstag) kann jeder Autofahrer die Beleuchtung seines Fahrzeugs prüfen lassen. Diese Chance sollte sich niemand entgehen lassen, schließlich stehen die dunklen Monate vor der Tür.

Die Meisterbetriebe checken natürlich die Funktion aller Leuchten, vor allem aber auch die Einstellung der Scheinwerfer. Die ist aus mehreren Gründen elementar für die Sicherheit im Dunkeln.

Denn zu hoch eingestellt blenden die Scheinwerfer den Gegenverkehr, zu niedrig erreichen sie nicht die maximal mögliche Leuchtweite. Die Folge: Hindernisse werden zu spät erkannt, der Bremsweg reicht unter Umständen nicht mehr aus.

Was nur wenig bekannt ist: Auch die seitliche Ausrichtung muss genau passen. Strahlen die Scheinwerfer zu weit nach links, blenden sie ebenfalls den Gegenverkehr. Nach rechts wird es zwar im Graben schön hell, der Fahrer sieht aber sonst nichts.

Deshalb sind auch häufig in Internetforen kursierende Anleitungen, die mit „Stellen sie ihr Auto vor eine weiße Wand“ beginnen, reiner Mumpitz. Ohne ein richtiges Scheinwer-

fer-Einstellgerät ist eine genaue Platzierung des Lichtkegels unmöglich, schon gar nicht auf einem gepflasterten Hof.

Denn bereits ein Millimeter Abweichung am Scheinwerfer kann einen Sichtverlust von mehreren Metern bedeuten.

Oder die Blendung aller Entgegenkommener.

Daher sollte jeder Autofahrer die Gelegenheit nutzen, das Autolicht im Oktober prüfen zu lassen. (ProMotor)



Die Chance sollte sich niemand entgehen lassen: Die Kfz-Innungsbetriebe bitten im Oktober zum Lichttest. Foto: ProMotor

Alles frisch im Verbandskasten?

Kfz-Innungs-Obermeister empfiehlt jährlichen Check

Er fährt immer im Auto mit, führt aber oft ein Schattendasein im Kofferraum. Einen regelmäßigen Check des Verbandskastens sollte jeder Autofahrer einmal jährlich vornehmen, rät der Obermeister der Kfz-Innung.

Zum Inhalt gehören ein 14-teiliges Pflaster-Set mit zugeschnittenen Pflasterstreifen, Fingerstripps und -kuppenverbänden, Hautreinigungstücher und ein Verbandpäckchen in Kindergröße. Andere Teile wie Mullbinden wurden

dafür gestrichen. Nur wenn der Inhalt tiptop ist, kann er helfen, im Fall der Fälle Leben zu retten.

Wer ohne aktuelles Material in der Erste-Hilfe-Box unterwegs ist, kann mit einem Bußgeld von fünf Euro belegt werden, bei der Hauptuntersuchung ist es ein geringer Mangel. „Frische“ Verbandskästen gibt es im Handel.

Auffrischen sollten Autofahrer regelmäßig ihre Erste-Hilfe-Kenntnisse, empfiehlt der

Obermeister. Zwar gehört ein Kurs zum Führerschein dazu, doch danach gerät ein Auffrischungslehrgang oft in Vergessenheit.

Deshalb sollte ein Erste-Hilfe-Kurs, der von Wohlfahrts-

verbänden oder privaten Organisationen angeboten wird, alle zwei bis drei Jahre absolviert werden, sagt er. Wer noch einmal übt, wie eine Atemkontrolle oder die stabile Seitenlage funktioniert, kann im Ernstfall besser und schneller helfen. (ProMotor)



LESERREISEN



p. P. im DZ
€245,-
EZZ 55,-€

WEIHNACHTSMÄRKTE IM ODENWALD MIT DARMSTADT, MICHELSTADT UND HEIDELBERG

3 TAGE REISE | FREITAG, 01.12.2017 BIS SONNTAG, 03.12.2017

Der Darmstädter Weihnachtsmarkt rund um das Residenzschloss empfängt jedes Jahr seine Besucher mit Lichterglanz, Kunsthandwerk und dem Duft nach gebrannten Mandeln und Glühwein. Ein besonderes Highlight sind die Stände aus den Darmstädter Partnerstädten mit ihren internationalen Spezialitäten. Ein besonderes Besucherlebnis in der Adventszeit ist jährlich der Michelstädter Weihnachtsmarkt. Im Rahmen der Rückfahrt lassen Sie sich vom Heidelberger Weihnachtsmarkt in der Altstadt mit ihren verwinkelten Straßen und Gassen verzaubern lassen.

LEISTUNGEN:

- Fahrt im modernen Fernreisebus mit WC und Getränkeservice
- 2x Übernachtung/Frühstücksbuffet im H+ Hotel Darmstadt**** (vormals RAMADA)
- 1x 3-Gang-Abendessen
- 1x Odenwälder Spezialitätenbuffet
- Stadtführung Darmstadt
- Odenwaldrundfahrt mit örtl. Reiseleitung und Besuch von Michelstadt & Wertheim
- Aufenthalt während der Rückreise in Heidelberg
- Gästebetreuung

ABFAHRT:

Greven (Rathaus)
Münster (Bremer Platz)
(BAB 1) Autohof Hamm/Werne



pro Person
€24,-

WEIHNACHTSMARKT BREMEN

TAGESFAHRT | DIENSTAG, 28.11.2017 UND SAMSTAG, 02.12.2017

Die historische Hansestadt Bremen zeigt sich zur Adventszeit von ihrer glanzvollsten Seite. Ob Lichterschein unter dem Weltkulturerbe oder mittelalterliches Ambiente am Wasser, Shoppingspaß mit Weihnachtsflair – die Auswahl der Weihnachtsmärkte ist vielfältig. **Lichterglanz rund um das Weltkulturerbe & Schlachtezauber an der Weserpromenade** rund um Rathaus und Roland (UNESCO-Welterbe) lädt der stimmungsvolle Bremer Weihnachtsmarkt mit seinen über 170 weihnachtlich geschmückten Ständen zum ausgedehnten Bummel ein. Entlang der berühmten Böttcherstraße kommen Sie entlang der beliebten Promenade bequem an die Weser, Bremens Lebensader. Hier erwartet Sie in der Adventszeit der „Schlachtezauber“, alle Schiffe am Kai glitzern im festlichen Licht. Der Bremer Weihnachtsmarkt gilt als einer der schönsten im Lande. Seine historische Kulisse, die romantische Beleuchtung und das maritime Ambiente, verbunden mit dem Duft nach frischen Mandeln und weiteren Köstlichkeiten, all das macht den besonderen Flair aus und begeistert Jahr für Jahr immer mehr Besucher.

LEISTUNGEN:

- Fahrt im modernen Fernreisebus mit WC
- Individueller Aufenthalt in Bremen
- Rückfahrt aus Bremen ca. 20.00 Uhr

ABFAHRT:

07.30 Uhr Münster (Bremer Platz)
08.05 Uhr Greven (Rathaus)



Informationen und Buchung
02864.8800-134

Kardinal-von-Galen-Straße 9 · 48734 Reken · info@lms-reisen.de



Drückt man den Knopf für den Hausnotruf, wird erst die Zentrale der Einrichtung, von der man das System bekommen hat, informiert. Foto: Initiative Hausnotruf

Zuerst die Zentrale

Hausnotruf: Erste Informationen gibt es über das Freisprechsystem

Betätigt ein älterer Mensch den Knopf für den Hausnotruf, kommt in der Regel nicht gleich ein Rettungswagen.

Sattdessen wird zunächst die Zentrale des Hausnotrufanbieters kontaktiert, die sich dann über das Freisprechsystem informiert, was passiert ist. Davon ist abhängig, wie es weitergeht.

Senioren können in der Zentrale eine Liste mit Ansprechpartnern hinterlegen, die im Notfall kontaktiert werden sollen – und in der Regel auch einen Haustürschlüssel. Der zuständige Mitarbeiter informiert je nach Lage die Angehörigen oder den Rettungsdienst – oder schickt einen Mitarbeiter vorbei. Es gibt auch die Möglichkeit, mit dem Anbieter zu vereinbaren, dass sich die Zentrale meldet, wenn der Knopf vom Nutzer zu einer bestimmten Uhrzeit nicht gedrückt wird. Ein solcher Service kostet aber üblicherweise extra.

Ein Hausnotruf besteht in der Regel aus einem Funksender und einem Basisgerät mit einer Freisprecheinrichtung,

das an die Telefonbuchse angeschlossen wird. Den Sender trägt der Nutzer am Körper – zum Beispiel als Armband oder mit einer Kordel um den Hals. Durch den Funksender kann von jedem Ort im Haus aus ein Sprechkontakt zur Notrufzentrale aufgenommen werden.

Senioren zahlen generell eine einmalige Anschlussgebühr, die bis zu 50 Euro kosten kann. Es kommen dann noch monatliche Fixkosten hinzu. Sie liegen je nach Anbieter und Zusatzleistungen zwischen etwa 20 und 50 Euro. Unter Umständen zahlt die Pflegekasse einen Zuschuss. Wer Anbieter vergleicht, sollte darauf achten, dass die Notrufzentrale rund um die Uhr be-

setzt ist, rät Ursula Lenz von der Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen.



Foto: DRK

Schönheit ist keine Frage des Alters

Vorurteil trifft vor allem das weibliche Geschlecht

Das Vorurteil, dass mit zunehmendem Alter die Schönheit kontinuierlich abnimmt, trifft vor allem die Damen. „Während bei Frauen das Altern als hässlich wahrgenommen wird, gilt es bei Männern zunächst als attraktivitätsfördernd“, erklärt Frieder Lang, Gerontopsychologe an der Universität Erlangen. Der Psychologe widerspricht allerdings der These, dass dies für alle Frauen ein echtes Problem darstellt. Die meisten sehen das Älterwerden eher als Herausforderung. Sie merken, dass sich ab einem gewissen Alter die Maßstäbe

verschieben. „Attraktivität wird nicht mehr an einem möglichst jugendlichen Aussehen gemessen, sondern an der Gepflegtheit der äußeren Erscheinung“, sagt Lang. Kosmetik, Stil und Pflege treten in den Vordergrund.

Viele Frauen, die in ihrer Jugend nicht dem gängigen Schönheitsideal entsprochen haben, erleben diese neuen Maßstäbe sogar als befreiend. Stilberater, Frauenzeitschriften und Beauty-Blogs haben seit einigen Jahren die Zielgruppe „50 plus“ für sich entdeckt. Sie werben für einen selbstbewussten Umgang mit dem Älterwerden. „Die Zahl 50

ist nicht mehr der Angstfaktor, wie er das noch vor zehn Jahren war“, sagt die Stil-Expertin Martina Berg, die den Mode- und Lifestyle-Blog „Ladys 50plus“ betreibt.

Ältere Frauen sollten ihr zufolge nicht das Ziel haben, mit ihren Töchtern die Kleidung zu tauschen, sie dürfen ihre eigenen Stärken betonen. Bei den Klamotten empfiehlt die Stilberaterin ganz allgemein mehr Mut zur Farbe.

Aber auch die Lippen können ein kräftigeres Rot vertragen. Grundsätzlich solle man beim Schminken im Alltag jedoch nicht übertreiben. „Weniger ist hier mehr.“ Berg rät zu Lip-

penstift, Wimperntusche und Rouge. Wer kein Make-up mag, kann auch mit Bräunungspuder ein wenig Farbe ins Gesicht bringen.

Doch auch mit der besten Pflege kann man keine Falten verschwinden lassen. Manchen Frauen gelingt es, sie als Zeichen von Reife zu akzeptieren. Andere haben damit Schwierigkeiten. Wer sich sehr an den eigenen Falten stört, dem bietet die moderne Medizin Möglichkeiten. Schönheits-Operationen sind heute viel selbstverständlicher als früher. „Die allgemeine Akzeptanz in der Bevölkerung hat sich gewandelt“, sagt

Riccardo Giunta, Chefarzt für Plastische Chirurgie am Klinikum der Universität München. (dpa)

Kurznotiert

Mittagssonne meiden

Sonnenschutz ist immer wichtig. Ab etwa 65 Jahren wird die Haut aber empfindlicher gegenüber Sonneneinstrahlung, weil schützende Hautpigmente nur noch sehr langsam gebildet werden. Entsprechend schnell holen sich ältere Menschen einen Sonnenbrand. Senioren im Alter ab 65 müssen im Sommer deshalb besonders auf ausreichenden Sonnenschutz achten, rät Christine Eichler, Chefärztin des Evangelischen Zentrums für Altersmedizin in Potsdam. Ist die Haut Sonne ausgesetzt, sollte sie mit Sonnencreme mit mindestens Lichtschutzfaktor 20 eingecremt sein. Den Kopf schützt am besten ein Sonnenhut. In der Mittagszeit sollten ältere Menschen die Sonne möglichst komplett meiden. (dpa)

Yoga: Ein guter Ausgleich

Pflegende Angehörige brauchen Entspannung. Dazu eignet sich beispielsweise Yoga, erklärt Daniela Sulmann vom Zentrum für Qualität in der Pflege (ZQP). Man sollte ihr zufolge versuchen, sich selbst wieder stärker in den Fokus zu nehmen. Wem das schwerfällt, der kann zum Beispiel ein Tagebuch führen. Es sei gut, zumindest ab und an zu notieren, was am jeweiligen Tag zu tun war, wie viel Zeit für die Pflege aufgewendet wurde und was man dabei empfunden hat. Und: „Auch, wie es dem Pflegebedürftigen geht, schreibt man mit auf.“ In regelmäßigen Abständen schaut der Pfegende das Tagebuch mit einem Außenstehenden zusammen an. Viele realisieren erst dadurch, welch enorme Aufgabe sie Tag für Tag stemmen – oder dass der Pflegebedürftige schneller abbaut, als der Pfegende denkt. (dpa)

Haare dürfen ruhig lang sein

Wer schon ein paar Lebensjahre mehr im Pass stehen kann, muss seine Frisur dem nicht zwingend anpassen. Statt zum früheren Einheitslook – kurz, mit Dauerwelle – rät Stilberaterin Petra Schreiber heute zu weichen, luftigen Schnitten. Auch die Haare wachsen zu lassen, könne je nach Gesichtsform und Haarstruktur gut aussehen. Nur von einem rät sie vehement ab: die Haare mit zunehmendem Alter sehr dunkel zu färben. Denn „sie betonen manchmal die Falten“. (dpa)

Alte Hobbys rosten nicht

Sport, Singen oder Tanzen – was immer man früher gern getan hat, sollte wieder rauskramen, wer in Rente geht. Häufig hat man ein früher geliebtes Hobby ohnehin nur aufgegeben, weil neben Job und Familie kaum mehr Zeit blieb. Viele ältere Menschen fühlen sich mit einer in Vergessenheit geratenen Leidenschaft viel wohler als mit „klassischen“ Seniorenangeboten, hat Christine Sowinski vom Kuratorium Deutsche Altershilfe erfahren. (dpa)

Wenn's nicht schmeckt

Gemeinsam nach Lösungen suchen

Das neue Kita- und Schuljahr hat allertorten begonnen. Neben Spielen und Lernen stehen gemeinsames Frühstück und Mittagessen auf dem Plan. Der Inhalt der Brotdosen lässt sich selbst bestimmen.

Weniger Einflussmöglichkeiten gibt es beim warmen Essen. Nicht immer trifft das Angebot den Geschmack der Kinder. Das Team der Verbraucher-Initiative sagt, was Eltern tun können, wenn sich ihre Sprösslinge über die Kita- oder Schulverpflegung beschweren.

„Das will ich nicht essen, ich mag kein gekochtes Gemüse, die Soße ist nicht lecker“ – solche oder ähnliche Klagen ihrer Kinder über das Essen in Kita oder Schule kennen viele Eltern. Gemeinsam Lösungen und einen Umgang damit zu finden, trägt dazu bei, dass die mittägliche Verpflegung nicht zum leidigen Dauerthema in der Familie wird. „Ermuntern Sie Ihre Kinder, zu Hause und auswärts neue Speisen nicht von vornherein abzulehnen, sondern wenigstens einmal oder idealerweise mehrmals zu probieren“, rät Alexandra Borchard-Becker, Ernährungswissenschaftlerin bei der Verbraucher-Initiative.

Selbst wenn das Kind Lebensmittel oder Gerichte zunächst für nicht wohlschmeckend befunden hat, muss das nicht für alle Zeiten so bleiben. Geschmack und Vorlieben entwickeln und verändern sich. Kinder brauchen mehrere Versuche, bis sie zuvor Abgelehntes akzeptieren. „Vereinbaren Sie mit Ihrem

Kind, dass es sich bei den Mahlzeiten heraussuchen kann, was es essen mag. Klären Sie dieses Vorgehen mit Erziehern oder Betreuungspersonen ab und machen Sie deutlich, dass Ihr Kind zwar kosten sollte, aber nicht zum Essen gezwungen werden darf“, sagt Borchard-Becker. Mittagsangebote, bei denen Kinder zwischen mehreren warmen Gerichten oder kleineren Speisen wie Salaten

oder Wraps wählen können, werden meistens besser angenommen.

„Bleiben Sie gelassen, wenn Ihr Kind mittags nur Kartoffeln gegessen oder sich statt des warmen Essens ein belegtes Baguette gekauft hat. Sorgen Sie bei den anderen Mahlzeiten für Ausgleich, zum Beispiel mit Rohkost zum Knabern und einem Vollkornbrot oder einer warmen Mahlzeit am Abend“, empfiehlt die Ernährungsexpertin. Vom Angebot unabhängig sind Kinder, die sich eine zusammen mit den Eltern bestückte Lunchbox von zu Hause mitbringen.



Wenn das Essen in der Kita oder der Schule dem Nachwuchs nicht schmeckt, ist Gelassenheit der Eltern gefragt. Foto: dpa

Broschüre

Essverhalten lässt sich erlernen

Wie Kinder ein geeignetes Essverhalten lernen, was sie brauchen, um gut versorgt zu sein, und wie Familienmahlzeiten stressfrei ablaufen, beschreibt das Team der Verbraucher-Initiative in seinem neuen Themenheft „Basiswissen Essen für Kinder“. Die 16-seitige Broschüre kann für 2 Euro (zuzüglich Versandkosten) online unter www.verbraucher.com bestellt oder heruntergeladen werden.

Kurznotiert

Zeit für die Umstellung

Leben Kinder abwechslungsreich beim Vater und bei der Mutter, brauchen sie immer wieder Zeit für diese Umstellung. Denn bei dem einen Elternteil laufen die Dinge vielleicht anders als bei dem anderen. Das permanente Umstellen verlangt Kindern allerhand ab: „Einige reagieren sehr traurig, bockig oder ziehen sich erstmal zurück“, sagt Dana Mundt von der Onlineberatung der Bundeskonferenz für Erziehungsberatung. Hier heißt es: dem Kind Zeit geben, geduldig sein und nicht zu viel erwarten. Gespräche darüber, wie es bei Mama oder Papa denn war, sind erlaubt – solange es nicht in Richtung aushorchen geht. Dass Kinder ab und an gar nichts erzählen wollen, gehört dazu. (dpa)

Regelmäßig darüber sprechen

Eltern sollten auch Teenager noch nicht allein mit Smartphone oder Tablet hantieren lassen. Besser ist es, wenn sie auch dann noch als Ansprechpartner greifbar sind und Regeln aufstellen. Darauf weist Kristin Langer hin, Mediencoach bei der Initiative „Schau hin! Was dein Kind mit Medien macht“. Das kann zum Beispiel bedeuten, dass Jugendliche ihre Eltern fragen, bevor sie eine neue App herunterladen. „Dann kann ich mir das mit meinem Kind gemeinsam anschauen und einschätzen: Kommen da Folgekosten auf uns zu?“, sagt Langer. Zudem können Eltern und Kids ausmachen, dass sie in regelmäßigen Abständen über neu entdeckte Websites sprechen. (dpa)

Den Akku aufladen

Eine Mutter/Vater- und Kind-Kur beugt Burnout vor

Einmal Eltern, immer Eltern: Mütter und Väter sind ständig im Einsatz, immer präsent für ihre Kinder, im Haushalt, im Beruf. Pause machen gilt nicht! Aber gerade das kann gefährlich werden. Mütter und Väter, die ständig auf Hochtouren laufen und nur noch wie auf Knopfdruck „funktionieren“, werden irgendwann innerlich ausbrennen. Das Burnout-Syndrom schwebt wie ein Damoklesschwert über ihnen. Die Vorboten zeigen sich in totaler körperlicher, geistiger und emotionaler Erschöpfung, oft gepaart mit erheblichen körperlichen Beschwerden. Das sind Alarmsignale!

Wenn der Akku leer ist, ist es höchste Zeit, sich mal vom Alltag auszuklinken. Denn Erholung und Entspannung sind wichtige Voraussetzungen, um der Gefahr des Burnouts entgegenzutreten. Eine spezielle Mutter/Vater- und Kind-Kur kann da hilfreich sein. Denn hier wird mit einem ganz gezielten Burnout-Verbeugeprogramm darauf hingewirkt, Körper und Geist wieder der Ruhe zu verschaffen.

Ziel der Kur ist es, den Betroffenen zu helfen, ein Alltagsmanagement zu entwickeln, Stressbewältigungsstrategien zu erarbeiten sowie körperliche Erholung zu erfahren.

Auskunft zur Schwerpunkt-Kur „Dem Burnout vorbeugen“ erteilt das Mutter-Kind-Hilfswerk kostenlos unter Telefon 0800/2 25 51 00.

Infos und Antragsformulare zum Download findet man auch im Internet unter der Adresse www.mutter-kind-hilfswerk.de.

„Bleiben Sie gelassen, wenn Ihr Kind mittags nur Kartoffeln gegessen oder sich statt des warmen Essens ein belegtes Baguette gekauft hat. Sorgen Sie bei den anderen Mahlzeiten für Ausgleich, zum Beispiel mit Rohkost zum Knabern und einem Vollkornbrot oder einer warmen Mahlzeit am Abend“, empfiehlt die Ernährungsexpertin. Vom Angebot unabhängig sind Kinder, die sich eine zusammen mit den Eltern bestückte Lunchbox von zu Hause mitbringen.



Die Teilnahme an verschiedenen medizinischen und sporttherapeutischen Programmen ist Bestandteil der Mutter/Vater- und Kind-Kur. Foto: Mutter-Kind-Hilfswerk

Hier schaue ich gerne rein!



58 Prozent der Bevölkerung blättern gern Prospekte durch, um auf Sonderangebote oder neue Produkte aufmerksam zu werden.* Weitere Zahlen, Daten und Fakten rund um die lokale Konsum- und Lebenswelt in Deutschland lesen Sie in der Studie „Lokale Welten“ des Instituts für Demoskopie Allensbach. Sie finden die Studie auf www.bvda.de.

www.commedia.de · Foto: © lightpoet - fotolia.com

AGM | Anzeigenblattgruppe Münsterland

Mitglied im BVDA

* Basis: Bundesrepublik Deutschland, Bevölkerung ab 16 Jahre

Bundesverband Deutscher Anzeigenblätter



HARDECK

Jahre

www.hardeck.de

Das Gedicht vom Preis

Lieber Leser gib bloß Acht,
die Spatzen pfeifen es vom Dach:
Des Finken Preis geht rauf und runter,
HARDECKs Preis bleibt immer drunter.
Ob Geburtstag oder jede Fantasie,
HARDECK hat die Tiefpreisgarantie:
Und das gleich zwei Jahr' lang,
ist mit Sicherheit der beste Fang.
Wer immer noch nicht ist in Ekstase,
schenken wir Lieferung und Montage.
Unsere Finanzierung mit Applaus
macht allen Finken den Garaus.

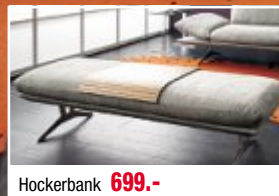
Denn die Moral von
der Geschichte':
Woanders kaufen
lohnt sich nicht.

KOINOR



umplanbar®
Armteilverstellung
Rückenverstellung
Kopfteilverstellung
viele Farben

Wohnlandschaft
Stoff Impression, besonders
legere Polsterung, Elemente
inklusive Funktionsrücken und
Funktionsarmteile, Metallkufen
Nickel satiniert, ca. 159 x 314 cm.
Ohne Hockerbank, Kissen, Deko.
2406.0041



Hockerbank **699.-**

JUBELangebot
1580.-
inkl. Lieferung + Montage in NRW und NDS
36 mtl. 0% Raten = 43.89

MCA
furniture



Front Eiche massiv

Wohnwand
Front Asteiche bianco massiv, geölt, Korpus furniert, Absetzung Metall, Nischen
Schieferrnachbildung, Breite ca. 301 cm. Ohne Beleuchtungen, Zubehör, Deko. 1333.0066

JUBELangebot
1180.-
inkl. Lieferung + Montage in NRW und NDS
36 mtl. 0% Raten = 32.78

hülsta
Die Möbelmarke.



Wohnwand FENA
Front Lack reinweiß,
Breite ca. 330 cm,
Absetzung betongrau.
Ohne Beleuchtungen,
Zubehör, Deko.
1707.0009/02

JUBELangebot
1280.-
inkl. Lieferung + Montage in NRW und NDS
36 mtl. 0% Raten = 35.56

NIEHOFF
SITZMÖBEL



Ansteckplatte
50 cm, Mehrpreis
129.-

Wildecke massiv

Stuhlgruppe
Wildecke massiv
geölt. Ohne Deko.
1749.0043

Sessel
Kunstleder
je **178.-**

Sessel
Kunstleder
mit Rückholfunktion
(180 Grad drehbar) je **218.-**

Esstisch, Wildecke massiv geölt,
ca. 200 x 100 cm, ausziehbar auf
250 cm, inklusive Besteckschublade
und Zargenauszug ca. 50 cm.

JUBELangebot
1380.-
inkl. Lieferung + Montage in NRW und NDS
36 mtl. 0% Raten = 38.33



motorische Verstellung
Tonnentaschen-Federkern
Schaumtopper
viele Bezüge erhältlich

Motor-Boxspringbett
Unterbau mit Bonell-Federkern-Matratzen, Tonnentaschen-
Federkernmatratzen, Liegefläche ca. 180 x 200 cm, inklusive
Topper. Ohne Wäsche, Kissen, Deko. 1924.0019

JUBELangebot
800.-
inkl. Lieferung + Montage in NRW und NDS
36 mtl. 0% Raten = 22.22

Immer
0€
Lieferung & Montage^①
Möbel & Küchen
ab 750.- in NRW und
Niedersachsen (Festland).

Immer
0%
Finanzierung
bis zu 72 Monate^②
schon ab 100.-
Keine Zinsen, keine
Anzahlung, keine Gebühren.

Immer
0€
Küchen-Vollservice
inkl. Aufmaß, Lieferung,
Montage & Anschlüsse^⑤
ab 2.599.- zusätzlich mit Wasser- und
Elektroanschlüssen in ganz NRW und
Niedersachsen (Festland).

Immer
2 Jahre
Tiefpreis
Garantie^③
auch auf
Internetpreise und
Neueröffnungspreise.

So finden Sie zu uns! www.hardeck.de/anfahrt

Senden HARDECK 48308 Senden
Bahnhofstraße 75, Tel. 025 36/33 00 0

① **Lieferung und Montage:** HARDECK: Alle Küchen und Möbel ab einem Warenwert von 750.-, ohne Anschlüsse, in NRW und Niedersachsen (Festland). ② **Sonder-Finanzierung:** Barzahlungspreis entspricht dem Nettodarlehensbetrag sowie dem Gesamtbetrag. Effektiver Jahreszins und gebundener Sollzins entsprechen 0,00 % p.a., Bonität vorausgesetzt. Partner ist die Santander Consumer Bank AG, Santander-Platz 1, 41061 Mönchengladbach. Die Angaben stellen zugleich das 2/3 Beispiel gemäß § 6a Abs. 3 PangV dar. Gilt auf alle Neuaufträge ab 100.- Euro Warenwert für Küchen, Möbel und Matratzen, 36 Monate ab 100.- Euro, 48 Monate ab 2.999.- Euro, 60 Monate ab 3.999.- Euro, 72 Monate ab 4.999.- Euro Warenwert. Ab 4.000.- Finanzierungsbetrag Lohn- und Gehaltsabrechnung erforderlich. ③ **Immer der beste Preis:** Sollten Sie einen identischen Artikel bei gleicher Leistung innerhalb von 2 Jahren günstiger bekommen und uns dies nachweisen, erhalten Sie die Differenz zum Kaufpreis zurück (für Neu-Aufträge ab dem 30.11.2016). ④ **Küchen-Vollservice in ganz NRW und Niedersachsen (Festland):** Wenn Herdanschlussdose, Steckdosen, Eckventile und Kunststoff-Auflaufrohr fertig installiert sind und mit unserem Installationsplan übereinstimmen, erledigen wir alle Anschlüsse kostenlos ab einem Warenwert von 2.599.- Euro. ⑤ **Preisgleiche Umplanung von Werbeartikeln:** Wir passen die Möbel und Küchen auf Ihre Wünsche an. Wir rechnen den Preisvorteil zum Normalpreis aus und verrechnen diesen mit der neuen Zusammenstellung.

Hardeck Möbel GmbH & Co. KG - Amtsgericht Bochum, HRA 838, Pers. haftender Gesellschafter: Hardeck GmbH, HRB 847 - Geschäftsführer Karl-Ernst Hardeck, Dirk Hardeck

Angebote gültig bis zum 17.10.2017
Maße sind ca. Angaben. Irrtümer und Modellabweichungen vorbehalten.