

HALLO

Münster

Sonntag, 26. Januar 2014 · Ausgabe 7/2014 · Verteilte Auflage: 120 870
Jeden Sonntag · kostenlos · www.hallo-muensterland.de

Senioren

Sonderbeilage für alle,
die schon im fortgeschrittenen Alter sind.
Innenliegend



Ratgeber für Rentner

Wetter
heute



3°
2°

Wetter
morgen



3°
0°

Kontakt

Verteilung, Kleinanzeigen

☎ 0251/690 46 52

Anzeigen

☎ 0251/690 96-21 bis -27
anzeigen@hallo-muensterland.de

Redaktion

☎ 0251/690 96-12 bis -19
redaktion@hallo-muensterland.de

Fußball

Bundesliga

Eintr. Frankfurt - Hertha BSC Berlin	1:0
Borussia Dortmund - FC Augsburg	2:2
VfB Stuttgart - FSV Mainz 05	1:2
VfL Wolfsburg - Hannover 96	1:3
1. FC Nürnberg - TSG 1899 Hoffenheim	4:0
SC Freiburg - Bayer 04 Leverkusen	3:2
Bor. Mönchengladbach - FC Bayern München	0:2
SV Werder Bremen - Eintr. Braunschweig	15.30 Uhr
Hamburger SV - FC Schalke 04	17.30 Uhr

Lokales

Für den Umweltschutz

Alle Bürger NRWs sind gefragt: Ihre Ideen für den Klimaschutzplan können sie jetzt online einbringen.
Seite 2

Punktsieg für Klitschko

Opposition in Kiew soll
Regierungsämter übernehmen
Weltblick

Wir suchen Ihren Gebrauchten.
Barankauf und Eintausch.

über
30 Jahre
AUTOHAUS
LÜTKE UPHUES

PEUGEOT DER GUTE RUF CITROËN

Münster 0251-28057-0
Havixbeck 02507-9831-0
Warendorf 02581-78964-0
WWW.LUETKE-UPHUES.DE

www.Nichtraucherwerkstatt.de

Kurs: Endlich Nichtrauchen

ab Dienstag, 18. Februar,
(7x), 18.30 bis 20.00 Uhr
Zuschuss von ges. KK
Infoveranstaltung:
Dienstag, 11. Februar,
2014 um 18.30 Uhr

Hochstr. 2 · Münster · Fon 53894-60

Auch in Havixbeck, Nottuln und Billerbeck

Feuer-, Erd-, Wald- und Seebestattungen
Anonyme Beisetzung
Überführung im In- und Ausland
Erledigung aller Formalitäten
Kostenlose Vorsorgeberatung

BESTATTUNGEN

Matthaei

Inh. Julia Matthaei

Scheibenstr. 71 - 48153 Münster
Tel.: 02 51 - 70 35 795



Ihr Vertrauen
unser
gemeinsamer
Erfolg!

Juwelier

Goldhammer

Tel.: 0251 42348

Ein Weg der sich lohnt!

KLOSTERSTRASSE 63 48143 MÜNSTER

IBS DER
BÜROFACHMARKT
FÜR MÜNSTER!

IBS BüroTIP! GmbH & Co. KG
Schiffahrter Damm 24 • 48145 Münster

Öffnungszeiten: Mo.-Fr. 9:00 bis 19:00 Uhr
Sa. 10:00 bis 16:00 Uhr



„Da muss ich
hin für
Büro, Schule,
Studium, Prints
und kleine
Geschenke!“

Kurz notiert

Altbausanierung lohnt sich

MÜNSTER. Über Finanzierungsmöglichkeiten für Altbausanierungen informieren die Energieberaterinnen Silke Krajewski und Silke Puteanus am morgigen Montag (27. Januar) im Stadthaus 3, Albersloher Weg 33. Zwischen 9 und 16 Uhr stehen sie für kostenlose Beratungsgespräche zur Verfügung. Anmeldungen sind nicht erforderlich.

Gesucht: Ideen für neuen Spielplatz

WOLBECK. Für den neuen Spielplatz nahe der Kita Holtrode in Wolbeck sind Anregungen der Kinder

und Eltern gefragt. Das Team des Kinderbüros im Amt für Kinder, Jugendliche und Familien lädt zu einer Ideenbörse ein – für Dienstag (28. Januar) ab 16 Uhr im Kita- und Bauspieltreff Holtrode, Holtrode 15-17. Weitere Infos: kinderbuero@stadt-muenster.de, ☎ 0251/4 92 51 29.

Bauarbeiten: Haltestelle verlegt

MÜNSTER. Ab dem morgigen Montag (27. Januar) wird die Haltestelle „Danziger Freiheit“ aufgrund von Straßenbauarbeiten verlegt. Die Linien 2, 10, R11 und R13 halten stadtauswärts 200 Meter eher, die Nachtbuslinie N83 fährt die Ersatzhaltestelle nicht an.

Damit künftig weniger Treibhausgas entweicht

Klimaschutzplan: Wissenschaftlerin der Uni Münster arbeitet mit

Von Annika Bündler

Das Land Nordrhein-Westfalen geht einen innovativen Weg: Beim Erstellen des Klimaschutzplanes setzen die Politiker auf die Unterstützung von Experten und Bürgern. Aktuell läuft eine Online-Beteiligung.

MÜNSTER. Ehrgeizige Ziele verfolgt die Landesregierung mit dem im Januar 2013 verabschiedeten Klimaschutzgesetz: Die Gesamtsumme der Treibhausgasemissionen in NRW soll bis 2020 um mindestens 25 Prozent reduziert werden – gemessen am Niveau von 1990. Bis 2050 möchten die Politiker erreichen, dass 80 Prozent weniger dieser Gase in die Atmosphäre entweichen.

Um das Vorhaben zu realisieren, entsteht ein Klimaschutzplan. In einer ersten Konzeptionsphase haben mehr als 400 Experten aus Wirtschaft, Wissenschaft und Verwaltung Strategien, Maßnahmen und Ziele diskutiert. Derzeit können interessierte Bürger diese Vorschläge bewerten und ebenfalls Ideen äußern: Noch bis zum 21. Februar läuft eine Online-Beteiligung unter www.klimaschutz.nrw.de.

Dr. Susan Grotefels, Geschäftsführerin des Zentralinstituts für Raumplanung der Westfälischen-Wilhelms Universität Münster, hat in der ersten Phase von September 2012 bis November 2013 aktiv mitgewirkt. Die 53-jährige Rechtswissenschaftlerin gehörte der Arbeitsgruppe „Umwandlung“ an – einer von insgesamt sechs AGs.

„Es war hochinteressant“, sagt Grotefels über die anfängliche Konzeptionsphase. „Jeder konnte zu Wort kommen, Ideen einbringen und Stellung beziehen.“ Das habe sie so noch nicht erlebt. Dabei laden das Land und der Bund die Cappenbergin immer wieder als Sachverständige ein, damit sie politische Vorhaben bewertet. Ihr Spezialgebiet ist nach eigener Aussage das Bau- und Raumordnungs-



Ehrgeizige Ziele: Das Land möchte die Summe der Treibhausgasemissionen drastisch senken. Foto: Rainer Sturm / pixelio.de

recht unter Einbeziehung umweltrechtlicher Bezüge.

Nachdem die Online-Beteiligung für Bürger abgeschlossen ist, wird sich die Politik mit allen vorgeschlagenen Maßnahmen beschäftigen, um darauf aufbauend den Klimaschutzplan zu erarbeiten.

„Wenn der Plan dann ins Parlament geht, kann es sein, dass ich noch einmal als Sachverständige gehört werde“, erzählt Grotefels. „Aber das sei abhängig von

den Fragen, die noch zu klären sind.

Generell ist die Wissenschaftlerin begeistert von der Art, wie der Klimaschutzplan erarbeitet wird: Die Beteiligten hätten offen über alle Ideen aus verschiedenen Bereichen und von Menschen mit unterschiedlichem Know-how diskutiert. Zudem gefällt ihr, dass die Bevölkerung rechtzeitig mit ins Boot geholt wird. Nun hofft sie, dass viele Bürger die Chance auch nutzen.

FAMILY FRIENDS & WOCHEN
bis 31. März

TOYOTA

NICHTS IST UNMÖGLICH

KINDER FLOHMARKT

Wir freuen uns auf Sie!

- Keine Standgebühr (Anmeldung bis zum 07.02.)
- Abwechslungsreiches Rahmenprogramm für Kinder
- Leckereien für Groß und Klein
- Die „Family & Friends Card“ mit exklusiven Angeboten

von 9:00 bis 13:00 Uhr
22.02.
bei Toyota shiro

Anbieter jetzt anmelden unter
0251/77748-7410

Abb. zeigt ein Original BIG-Bobby-Car classic blau, Art. Nr. 800001309 mit Sonderbeklebung „Toyota“.

toyota-shiro.de

shiro

kinderflohmarkt@toyota-shiro.de

shiro GmbH & Co. KG · Toyota Vertragshändler
48163 Münster · Weseler Straße 655 · toyota-shiro.de



Hat ähnlich viele Zuschauer wie das Dschungelcamp: Julia Engelmann. Foto: Campus TV/dpa

Bisschen übertrieben

Experte aus Münster zu Poetry-Slam-Hype

Alle reden, schreiben, bloggen – teils ungefragt – über Poetry-Slammerin Julia Engelmann. Aber wieso eigentlich der Rummel um einen nicht mehr ganz taufrischen Text, in dem es, kurz, darum geht, nun ja, den Tag zu pflücken? HALLO-Redakteur Florian Levenig hat Andreas Weber, Münsteraner, selbst Slammer, Veranstalter und Gründer eines NRW-weiten Netzwerkes, gefragt.

Kollegin Engelmann hat vier Millionen YouTube-Klicks. Neidisch?

Weber: Nö. Ich freu' mich für Julia und gönne ihr die Aufmerksamkeit. Interessant finde ich, dass das Video seit einem halben Jahr im Netz rumgeistert und sie den Text in Bielefeld auch nicht zum ersten Mal vorgelesen hat.

Die einen halten Frau Engelmann für Literaturpreiswürdig, TV-Moderator Jan

Böhmermann nennt sie ein „volkstümliches Ruhrbröckchen“. Was denn nun?

Weber: Ich finde den Text okay. Nichts, worüber man sich furchtbar aufregen müsste. Aber ebenso wenig der beste Wortbeitrag aller Zeiten. Was man Julia zustehen muss: Sie hat, gerade bei vielen jüngeren Menschen, einen Nerv getroffen.

Wirkt sich der Hype auf die lokale Szene aus?

Weber: Das weiß ich nicht. Wir kommen ja aus der Off-Kultur. Wenn die sich, zumindest ein Stück, Richtung Mainstream bewegt, hat wohl keiner was dagegen.

Garantiert nicht gerade das Nischendasein an sich spannende, geistreiche, abseitige Texte?

Weber: Ach, schräge Vögel wird's in der Szene – so oder so – immer geben.

Städtischer Haushalt steht

Bezirksregierung gibt grünes Licht

MÜNSTER. Die Bezirksregierung Münster hat am Donnerstag den Haushalt der Stadt Münster für 2014 freigegeben. Es ist der erste Haushalt der Stadt seit der Umstellung auf das Neue kommunale Finanzmanagement (NKF) am 1. Januar 2008, der in der Planung einen Überschuss und damit einen ausgeglichenen Haushalt ausweist. Auch hinsichtlich der Ergebnisse für die Jahre 2012 und 2013 zeichnen sich deutliche Ver-

besserungen gegenüber der Planung ab, heißt es in einer Pressemitteilung.

Regierungspräsident Professor Reinhard Klenke zeigt sich erfreut: „Der Stadt gelingt es mit diesem Haushalt, einen echten Überschuss zu erwirtschaften. Dies ist ein Zustand, von dem sich andere Städte in unserem Regierungsbezirk noch weit entfernt sehen.“ Der Haushalt 2014 umfasst das bisher höchste Haushaltsvolumen der Stadt.

Kurz notiert

Münsteraner erinnern an Opfer

MÜNSTER. Mit einer Kranzniederlegung und einem ökumenischen Gottesdienst begehen die Münsteraner am morgigen Montag (27. Januar) den bundesweiten Tag des Gedenkens an die Opfer des Nationalsozialismus. Die Kranzniederlegung beginnt um 16.30 Uhr am Zwinger auf der Promenade. Um 17 Uhr schließt sich ein ökumenischer Gottesdienst in der Apostelkirche an.

ENTDECKEN SIE UNSERE SCHÖNSTE WINTERFINANZIERUNG

0% ZINSEN ANZAHLUNG**
4 Jahre Garantie und Wartung*



€ 0,- Anzahlung und 0 Zinsen

RENAULT relax Paket inkl. 4 Jahren Garantie und 4 Jahren Wartung. Z. B.:

RENAULT TWINGO PARIS
1.2 LEV 16V 75 eco²
monatl. schon ab

Anzahlung 0,- €
Nettodarlehensbetrag 10.611,- €
48 Monate Laufzeit 119,- €
(47 Raten à 119,- €
und eine Schlussrate: 5.018,28 €)
Gesamtaufleistung 40.000 km
eff. Jahreszins 0,0 %
Sollzinssatz (gebunden) 0,0 %
Gesamtbetrag 10.611,- €

€ 119,-**

Ausstattung:

- 2 Einzelsitze hinten
- Klimaanlage
- LM-Felgen
- Tempopilot
- Radio 4x15W MP3 Bluetooth u.v.m.

RENAULT MÉGANE PARIS DELUXE
5-Türer 1.6 16V 110
monatl. schon ab

Anzahlung 0,- €
Nettodarlehensbetrag 16.790,- €
48 Monate Laufzeit 179,- €
(47 Raten à 179,- €
und eine Schlussrate: 8.383,86 €)
Gesamtaufleistung 40.000 km
eff. Jahreszins 0,0 %
Sollzinssatz (gebunden) 0,0 %
Gesamtbetrag 16.836,81 €

€ 179,-**

Ausstattung:

- Keycard Handsfree
- Navigationssystem
- LM-Felgen
- Klimaautomatik
- Spurwarn- und Fernlichtassistent u.v.m.

Gesamtverbrauch (l/100km) kombiniert: 6,9-4,7; CO2-Emissionen (g/km) kombiniert: 159-108; CO2-Effizienz F-C ((EG) Nr. 715/2007)

*Enthalten sind ein Renault Garantie Plus Vertrag (Anschlussgarantie nach der Neuwagengarantie inkl. Mobilitätsgarantie) sowie alle Kosten der vorgeschriebenen Wartungsarbeiten für die Vertragsdauer (48 Monate bzw. 40.000 km ab Erstzulassung gemäß Vertragsbedingungen). **Ein Finanzierungsangebot für Privatkunden der Renault Bank, Geschäftsbereich der RCI Banque S.A. Niederlassung Deutschland, Jagenbergstraße 1, 41468 Neuss. Gültig bis zum 31.03.2014. Gültig für Tageszulassungen und ausgewählte Modelle. Über alle Detailbedingungen informieren wir Sie gerne. Abbildungen können Sonderausstattungen enthalten. Zwischenverkauf und Irrtümer vorbehalten.



Autohaus
Twent GmbH

Autoforum Münster

48163 Münster • Kölner Straße 1 • Tel. 0 25 01 / 97 38 - 300
www.autoforum-muenster.de

46325 Borken
Königsberger Str. 3 • Tel. 02861/80451-0



ALTERNATIV KÖNNEN WIR IHNEN AUCH EIN GÜNSTIGES BARPREIS- UND LEASINGANGEBOT RECHNEN!
Besuchen Sie uns im Autohaus. Wir beraten Sie gerne.

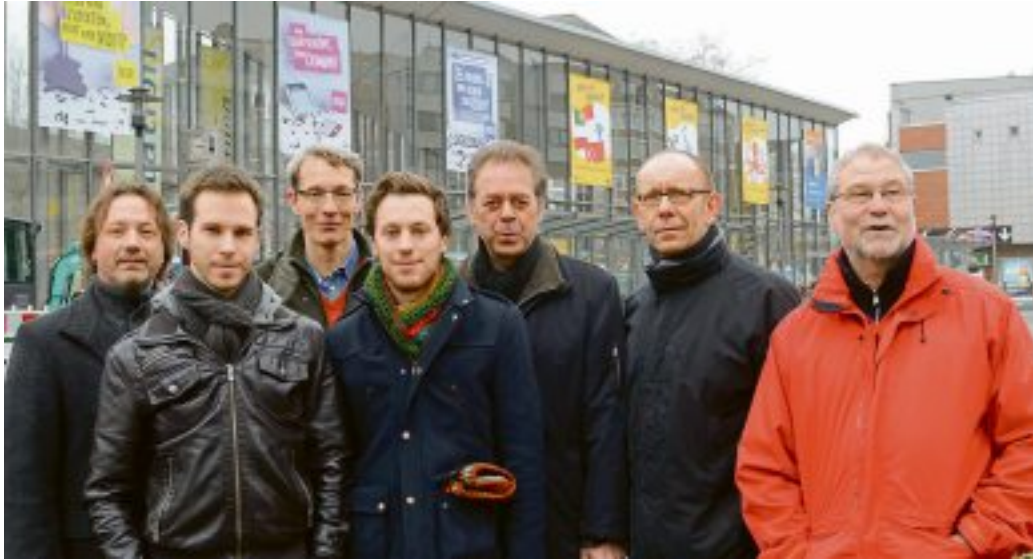
Kurz notiert

Tipps zur Pflegeversicherung

MÜNSTER. Die Pflegeversicherung regelt, auf welche Leistungen man Anspruch hat, wenn Partner oder Eltern auf Pflege angewiesen sind. Die gesetzlichen Vorgaben, was bei der Antragstellung beachtet werden muss, erläutert eine Mitarbeiterin der AOK-Pflegeversicherung am Donnerstag (30. Januar, 18 Uhr) im VHS-Forum 1 (Aegidiimarkt). Der Eintritt ist frei.

Die Zukunft Europas

MÜNSTER. Europa in Münster und Münster in Europa: Das prägt tagtäglich die Lebenswirklichkeit in dieser Stadt, darüber können bei der Europawahl am 25. Mai fast 230 000 Menschen in Münster abstimmen. Um die Zukunft Europas geht es auch bei einem Bürgerforum am Donnerstag (30. Januar, 19 Uhr) im Festsaal des Rathauses (Eingang Stadtweinhaus). Dort stellen sich Alexander Graf Lambsdorff (FDP), Jürgen Klute (Die Linke), Dr. Markus Pieper (CDU) und Birgit Sippel (SPD) den Fragen des Moderators und der Besucher.



WERBEN FÜR DEN KINDERSCHUTZBUND wollen Designstudierende der FH Münster. Der DKSB-Ortsverein hat am Berliner Platz seinen Sitz und fällt nicht auf den ersten Blick ins Auge. Nun machen große Plakate auf ihn aufmerksam. Sie hängen in unmittelbarer Nachbarschaft an der Glaswand der gegenüberliegenden Radstation, direkt am Hauptbahnhof. Viele Menschen kämen hier täglich vorbei, warteten auf den Bus oder nutzten die Fahrradgarage. Mit Slogans wie „265 Freunde, aber keinen zum Reden?“ solle der Blick auf die Hilfsangebote des DKSB gelenkt werden.

Bäume werden gefällt

MÜNSTER. Rund 165 Bäume müssen bis Ende Februar in Münsters Grünanlagen und an den Straßen gefällt werden. Betroffen sind laut Grünflächenamt abgestorbene, altersschwache und durch Fäulnis im Stamm, in den Kronen oder in den Wurzeln stark geschädigte Bäume, wenn sie für Fußgänger und andere Verkehrsteilnehmer eine Gefahr darstellen. So müssen an der Metzger Straße sechs Purpur-Kastanien entfernt werden sowie Linden am Domplatz und an der Waldeyerstraße. Überall dort, wo es möglich und sinnvoll ist, sorgen die städtischen Gärtner im Herbst für Ersatz (Infos: ☎ 0251/4 92 67 36).

Jobmotor und Top-Zahlen

2013 „erfolgreichstes Jahr“ der Wirtschaftsförderung Münster

Die Jahresbilanz der Wirtschaftsförderung Münster (WFM) liegt vor. „Spitzenergebnisse“ vermeldet Geschäftsführer Dr. Thomas Robbers.

MÜNSTER. Die WFM weist in ihrer Bilanz für 2013 mehrere Bestmarken aus. Ein Spitzenergebnis resultiert aus der Immobilienvermarktung. Einen weiteren Höchststand erreichte die Anzahl der Unternehmen, die sich mit WFM-Unter-

stützung in Münster neu angesiedelt haben. Top sei auch die Zahl der bewilligten Förderanträge.

„2013 war das erfolgreichste Jahr der münsterischen Wirtschaftsförderung, weil wir in vielen Geschäftsbereichen eine anhaltend positive Entwicklung haben“, so Robbers' Fazit. Sein Dank und Respekt gehe „an alle Firmen, die am Wirtschaftsstandort Münster etwas bewegen“.

68 ansässige Firmen, so

viele wie nie, unterstützte die WFM bei Grundstücks- und Immobiliengeschäften sowie der Abwicklung von Projekten. So konnten im Zuge der Bestandspflege und der Begleitung von Neuansiedlungen mit Hilfe der WFM 500 Stellen geschaffen und etwa 750 gesichert werden. Die Summe, 1253 Arbeitsplätze, sei der zweitbeste je erreichte Wert.

Die Zahl der vermittelten Immobilien stieg auf den neuen Spitzenwert (76). Die

Summe der vermarkteten Flächen mit einer Gesamtgröße von knapp 20 000 Quadratmetern markiert ebenfalls einen neuen Höchststand. Im Grundstücksgeschäft vermarktete die WFM 2013 insgesamt 15 Grundstücke mit einer Gesamtfläche von 8,4 Hektar. Größte Objekte waren die Oberfinanzdirektion NRW (16 700 Quadratmeter) und das DHL-Paketzentrum (15 000 Quadratmeter/beide Loddenheide).

STADT MÜNSTER

3 Tage Gletscher Ski und Snowboard pur
1. bis 3. März / Karneval
100% Schneegarantie!

www.muenster.de/stadt/wuddi

20 Jahre Skireisen des Wuddi
Sensationelle Jubiläumspreise!

Regelmäßige Infos?
 E-Mail an: wuddi@stadt-muenster.de

Amt für Kinder, Jugendliche und Familien

Skiferien mit dem Wuddi

Mit Ski und Snowboard in den Schnee

Das Amt für Kinder, Jugendliche und Familien hat noch Plätze in seinen Ski- und Snowboardreisen frei. Ziele sind die österreichischen Top-Wintersportorte Kaprun über Karneval und Obertauern in den Osterferien. Langeweile wird dort bestimmt nicht aufkommen: Obertauern und Kaprun bieten auf ihren Pisten nahezu unbegrenztes Ski- und Snowboardvergnügen. Die Unterkünfte haben neben einem umfangreichen Freizeitangebot sogar eine Turnhalle zum Austoben. Teilnehmen können Familien, Jugendliche und Erwachsene ohne jegliche Beschränkung.

Die Tour in die weiße Pracht über die tollen Tage vom 28. Februar bis zum 4. März geht nach Kaprun in das Gletscherskigebiet Kitzsteinhorn. Super präparierte Pisten, traumhafte Tiefschneefahrten und die besten Snowparks

der Alpen sind der absolute Reiz für jeden Alpinfan. Hochalpin auf 2500 Metern wohnen ist schließlich das Motto: das Bundessport- und Freizeitzentrum liegt direkt auf der Piste. So gibt es keine Anfahrt und kein Anstehen beim Einstieg ins Skigebiet. Die Unterbringung kann je nach Wunsch in Doppel-, 3- oder 4-Bett-Zimmern gebucht werden.

Die Tour in den Osterferien vom 11. bis zum 19. April geht nach Obertauern. 100 % schneesicher und hochalpin gelegen. Die Unterbringung vor Ort auf 1650 Meter erfolgt je nach Wahl in Doppel-, 4- oder 6-Bett-Zimmern. Der Reisebus steht vor Ort

auch für Ausflüge und den Transfer zu den Skiliften zur Verfügung.

Alle Angebote umfassen Skipass, Vollpension, Bus-Transfer ohne Zwischenstopps und eine professionelle Betreuung vor Ort. Selbstverständlich werden Ski- und Snowboardkurse für Anfänger und Fortgeschrittene angeboten.



Infos und Anmeldeformulare gibt es im Stadtportal:
www.muenster.de/stadt/wuddi

Kurz notiert

Rund ums Thema Depression

MÜNSTER. Das „Bündnis gegen Depression“ bietet professionelle Beratung zu allen Fragen rund um das Thema Depression an: am Donnerstag (30. Januar, 16 bis 18 Uhr) im Paritätischen Zentrum (Dahlweg 112). Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Schutz vor Einbrechern

MÜNSTER. Die Einbruchzahlen sind deutlich gestiegen. Dabei könnten 80 Prozent der Taten verhindert werden, wären Haus oder Wohnung entsprechend gesichert. Tipps dazu geben die Beamten am Freitag (31. Januar, 15 Uhr) im VHS-Forum (Aegidienmarkt). Der Eintritt ist frei.

Ab ins Körbchen

Populäre Online-Börse für Gratis-Lebensmittel/Keine Konkurrenz zur Tafel

Von Florian Levenig

Lust auf 480 Gramm Donauwelle-Backmischung? Für lau, versteht sich. Und, ebenfalls gratis, 680 Gramm Sauerkirschen, entsteht? Kein Problem. Man sollte nur in der Region wohnen. Und sich bei Foodsharing.de registrieren.

MÜNSTER. So nämlich heißt die Online-Börse für überschüssige Lebensmittel, die laut Pressemitteilung auch im nördlichen Westfalen immer mehr Anhänger findet. In Münster, aber auch in Selm gibt es so genannte Essenskörbe. Wer zu viel eingekauft habe, spontan in Urlaub fahre oder einfach Gutes tun wolle, stelle die Waren ins Netz, erklärt Foodsharing-Sprecherin Ulrike Beck. Die Abnehmer setzen sich direkt mit dem Anbieter in Verbindung.

Privatleute, aber auch Landwirte, Restaurants und Supermärkte nutzen die virtuelle Plattform, um nichts wegschmeißen zu müssen. Auf der anderen Seite sind laut

Beck zum Beispiel Bedürftige dankbare Abnehmer für die Lebensmittel.

Ob die Non-Profit-Organisation damit nicht anderen sozialen Einrichtungen in die Quere

komme? „Nein“, glaubt Roland Götz, Chef der Münster-Tafel. Für die gälten zum einen strengere Kontrollbestimmungen (abgepackte Ware, ausreichend haltbar). Zum anderen habe die Tafel in der Domstadt verlässliche Lieferpartner.

Auch Beck sieht keinen Konflikt: „In Österreich kooperieren wir sogar mit den Tafeln.“ Auch scheue sich mancher, deren Verteilstellen aufzusuchen. Nutze lieber die relative Anonymität, die Foodsharing.de gewährleistet. Und: „Armen Menschen zu helfen, ist ja nur ein Teilaspekt unseres Anliegens. Vor allem wollen wir, dass nicht – wie bisher – 30 Prozent aller Lebensmittel im Müll landen.“

30000 Nutzer hätten – bundesweit und im benachbarten Ausland – 2013 25000 Kilo Nahrung an den Mann gebracht.



Schlemmen 2.0: Bei Foodsharing.de kann man virtuell Essenskörbe bestücken.
Foto: Thommy Weiss/pixelio.de

ck Calvin Klein
mod. ck5647
~~155,-~~
jetzt nur 79,-

JILSANDER
mod. JS2652
~~185,-~~
jetzt nur 99,-

D&G DOLCE & GABBANA
mod. DG1135
~~149,-~~
jetzt nur 59,-

Ausgesuchte Brillenfassungen bis zu 80%

OPTIK-MARKE
Viehoff

SALE

Bis zum 15. Februar 2014
Nur solange der Vorrat reicht!

BIS DIE TÜRME des Universitätsklinikums Münster dauern es nun doch länger. Denn die 27 Millionen Euro teure Fassadensanierung der beiden Bettentürme verzögert sich. Der Grund: Das UKM liegt mit dem Architekturbüro Kleihues und Kleihues im Klinsch.



INTEGRATION lautet das Stichwort: Das Team des Kommunalen Integrationszentrums in Münster hilft bei Fragen rund um die Integration und Teilhabe weiter. Insbesondere Behörden, aber auch Vereinen, Schulen, Kitas und Wohlfahrtsverbänden helfen die Männer und Frauen weiter. Am Donnerstag stand die offizielle Eröffnung auf dem Programm. Das Zentrum existiert jedoch bereits seit August.

Ampel fällt endgültig aus

MÜNSTER. Der Ausfall der Woche ereignete sich an der Kreuzung Warendorfer Straße/Mondstraße: Die Ampel an einer der wichtigsten Zufahrtstraßen Münsters versagte am Dienstag ihren Dienst. Erschwerend hinzu kommt, dass die Anlage den Verkehr am dortigen Bahnübergang regelt. Sandra Beermann vom Landesbetrieb Straßen NRW zeigte sich wenig optimistisch. Sie sprach von einem endgültigen Ausfall. Denn am Steuergerät der Ampel sei ein „gravierender technischer Defekt“ festgestellt worden.

BASF investiert sieben Millionen

HILTRUP. Die BASF steckt rund sieben Millionen Euro in die Erweiterung und Optimierung der Harzproduktion am Standort Münster-Hiltrup. Die Investition soll 2016 abgeschlossen sein, heißt es in einer Pressemitteilung.



BETONRIESEN: Der Verein Modell hat eine neue Diskussion entfacht: Was soll mit den zehn Weltkriegs-Bunkern im Stadtgebiet passieren? Ein Gesamtkonzept für künftige Nutzungen müsse her, fordert Vorsitzender Stefan Rethfeld. Den Bunker auf dem Foto nutzt derzeit die Fachhochschule.

Hamburger Tunnel soll für Autos gesperrt werden

MÜNSTER. Aufreger-Thema Nummer eins ist derzeit wohl die angedachte Sperrung des Hamburger Tunnels. Während der 20 Monate langen Umbauphase am Hauptbahnhof Münster, deren Start für den Spätsommer geplant ist, sollen Autos den Tunnel nicht passieren können. Auch wenn Fußgänger und Radfahrer ihn weiterhin nutzen dürfen, müssen wohl tausende Bahnreisende und vor allem die Autofahrer erhebliche Umwege auf sich nehmen. Laut einem Bahnsprecher prüfe das Unternehmen die Tunnel-Sperre derzeit aber noch gemeinsam mit der Stadt Münster.



ERWISCHT! Einem aufmerksamen Besucher des Allwetterzoos Münster ist es zu verdanken, dass das Rätselraten um das Geschlecht des schneeweißen Nachwuchses bei den Guerezas nun geklärt ist. Hobby-Fotograf Stefan Klusmeyer hatte im richtigen Moment auf den Auslöser seiner Kamera gedrückt. Auf dem Bild ist eindeutig zu erkennen, dass es sich bei dem jungen Zoobewohner um einen männlichen Nachkommen handelt.

Smart gespart.

1 ¹

SAMSUNG GT-I 9300 Galaxy S3 16 GB Vertragshandy

Brillanter HD Super AMOLED-Touchscreen, 8 Megapixelkamera, Wlan, Bluetooth, Stand-by bis zu 770 Std., Sprechzeit bis zu 11,6 Std., GPS-Funktion

1,4 GHz Quad-Core-Prozessor

Neustes Android Betriebssystem 4.0

Display 12,2 cm / 4,8"

Preis ohne Vertrag 310.-

1 ²

SAMSUNG GT-I 9505 Galaxy S 4 Vertragshandy

Wlan, GPS-Funktion, Bluetooth, 13 Megapixelkamera, 16 GB interner Speicher, bis zu 17 Std. Sprechzeit, bis zu 370 Std. Stand-by

Android Betriebssystem 4.2.2

1,9 Quad-Core-Prozessor

Display 12,7 cm / 5"

Preis ohne Vertrag 465.-

Special Allnet Promotion

€ 29,99 Monatspaketpreis

- Handy-Internet-Flat
- SMS-Allnet-Flat
- Telefonie-Flat in alle dt. Netze



1) Einmaliger Anschlusspreis € 29,99. Gilt bei Abschluss eines mobilcom-debitel Kartenvertrags im Tarif Special Allnet Promotion mit Online-Rechnung im Mobilfunknetz der Telekom, 24 Monate Mindestvertragslaufzeit. Der monatliche Paketpreis beträgt € 29,99 zuzüglich € 1,- für die load-Option. Die inkludierte Handy Internet Flat gilt für nationalen Datenverkehr im Telekom Netz über den WEB- und WAP-APN. Bis zu einem Datenvolumen von 200 MB in einem Abrechnungszeitraum steht eine max. Bandbreite von 8 Mbit/s bereit, danach wird die Bandbreite im jew. Monat auf max. 64 kbit/s (Download) und 16 kbit/s (Upload) beschränkt. VPN, VoIP, Instant Messaging, Business-Software-Zugriff usw. sind ausgeschlossen. Die Handy Internet Flat unterstützt nur das Surfen mit einem geeigneten Smartphone ohne angeschlossenen Computer. Eine Nutzung mit Data Cards, Data-USB-Sticks, Surf-Boxen oder Embedded Notebooks ist nicht Gegenstand des Vertrages. Tethering ist verboten. In der SMS Allnet Flat sind Standard SMS in alle deutsche Netze enthalten. Das Angebot gilt nicht für den Massenversand von SMS. Preise gelten für den Versand einer nationalen Standard-SMS (maximal 160 Zeichen) über die SMS-Zentralnummer +49 171 076 0315; +49 171 076 0000. Standard-Inlandsgespräche (außer z.B. Service- und Sondernummern und alle Rufnummern, auf die eine Weiterleitung durch einen externen Dienstleister erfolgt (z.B. Callthrough-Dienste) in alle Netze sind inklusive. Taktung 60/60. Anbieter: mobilcom-debitel GmbH, Hollerstraße 126, 24782 Büdelsdorf.

real Allnet

€ 34,99 Monatspaketpreis

- Handy-Internet-Flat
- SMS-Allnet-Flat (3.000)
- Telefonie-Flat



2) Gilt bei Abschluss eines mobilcom-debitel Kartenvertrags im Tarif real Allnet nur mit Online-Rechnung in D-Netz-Qualität, 24 Monate Mindestvertragslaufzeit, Anschlusspreis Euro 29,90. Der monatliche Paketpreis beträgt Euro 34,99, Handypreis fällt zusätzlich an. Die inkludierte Handy Internet Flat gilt für nationalen Datenverkehr im Telekom-Netz oder Vodafone-Netz über den WEB- und WAP-APN. Bis zu einem Datenvolumen von 300 MB in einem Abrechnungszeitraum steht eine max. Bandbreite von 7,2 Mbit/s bereit, danach wird die Bandbreite im jeweiligen Monat auf max. 64 kbit/s (Download) und 16 kbit/s (Upload) beschränkt. VPN, VoIP, Instant Messaging, Business-Software-Zugriff usw. sind ausgeschlossen. In der SMS Allnet Flat (Telekom) sind Standard SMS in alle deutsche Netze enthalten. In der SMS Allnet Flat (Vodafone) sind 3000 Standard SMS in alle deutsche Netze enthalten. Nicht genutzte Inklusiv-SMS verfallen am Ende des Abrechnungszeitraums. Preise gelten für den Versand einer nationalen Standard-SMS (maximal 160 Zeichen) über die SMS-Zentralnummer +49 1710760000 (Telekom) oder +49 177 061 0000 (Vodafone). Standard-Inlandsgespräche (außer z.B. Service- und Sondernummern) in alle Netze sind inklusive. Taktung 60/60. Sie telefonieren im Telekom Mobilfunk-Netz oder Vodafone Mobilfunk-Netz. Anbieter: mobilcom-debitel GmbH, Hollerstraße 126, 24782 Büdelsdorf.

Media Markt TV-HiFi-Elektro GmbH Münster

Gewerbegebiet Süd • Robert-Bosch-Str. 2 • 48153 Münster • Tel.: 0251/9195-0

P Mehr als 300
kostenlose Parkplätze vor der Tür.

Keine Mitnahmegarantie.

Alles Abholpreise.

Media Markt®

www.mediamarkt.de

Ich bin doch nicht blöd.

Kurz notiert

Gospel mit Voices Unlimited

MÜNSTER. Am heutigen Sonntag (26. Januar) findet in der Evangelischen Jakobuskirche an der Bonhoefferstraße (Aaseestadt) mit Voices Unlimited ein Gospelchor-Konzert statt. Das Repertoire reicht vom klassischen Gospel bis zu neuzeitlichen Popsongs. Beginn ist um 18 Uhr, der Eintritt ist frei.

Im Blickfeld eines großen Franzosen

MÜNSTER. Emmanuel von Croÿ (1718–1784) war ein Mann von Welt, der den Typus eines aufgeklärten Grandseigneur des 18. Jahrhunderts repräsentiert. Im Plenarsaal des Landeshauses, Freiherr-vom-Stein-Platz 1, findet am Montag (27. Januar) ab 19 Uhr ein Vortrag über den berühmten Franzosen statt. Infos unter ☎ 0251/5 91 59 72.

Weltbeste Lesebühne

MÜNSTER. Die Winterpause ist für die Slam-Lesebühne Die2drei nun vorbei. Am Montag (27. Januar) stehen wieder das wundervolle Schreckgespenst der deutschsprachigen Poetry Slam-Szene wieder auf der Bühne im Cuba Nova, Achtermannstraße 10. Beginn ist um 20 Uhr.

Sinfoniekonzert - Magische Musik

MÜNSTER. Die Uraufführung der Reflet pour piano et orchestre des Schweizer Komponisten Michael Jarrell durch das Sinfonieorchester Münster am kommenden Dienstag (den 28. Januar) im Großen Haus des Theaters (Neubrückenstraße 63, 19.30 Uhr) gehört zu den Höhepunkten der KlangZeit 2014. Weitere Termine sowie Karten unter ☎ 0251/5 90 91 00.



„ALLTAGSWAHNSINN“: Ein wahnwitziger Liederabend um Leben, Liebe und Möbelstücke mit Migrationshintergrund mit der Schauspielerin Anne-Katrin Böhm. Im September feierte sie mit ihrem Kabarett „Alltagswahnsinn“ in Hannover Premiere. Als Solistin im Showensemble des Kreuzfahrtschiffes MS Amadea fuhr Anne-Katrin Böhm mehrfach um die ganze Welt. Am kommenden Freitag (31. Januar) und Samstag (1. Februar) wird sie im Kammertheater „Der kleine Bühnenboden“, Schillerstraße 48a, zu Gast sein. Der Beginn ist jeweils um 20.30 Uhr. Weitere Infos unter ☎ 0251/66 17 59.

Das müssen Sie erleben

200

Stimmen Mass Choir
mit stimmungsvoll Gospel Stars
aus USA, GB & Afrika

gospel konzert

25. Jan. '14 20 Uhr
CHRISTUS KIRCHE
An der Christuskirche 2, Hiltrop-Münster

JETZT Ticket sichern!
WN Ticket-Shop
Prinzipalmarkt 13-14 Münster
email: ticketshop@westfaelische-nachrichten.de

Der „Wunderautor“

Stefan Schenkl liest aus seinem Buch

MÜNSTER. Der internationale Erfolgsautor und Gewinner des Preises des Marburger Kurzdramenwettbewerbs 2013 Stefan Schenkl – von den Medien bereits als „Wunderautor“ und „grandioser Erzähler“ bezeichnet sowie mit seinen 8.623 Gedichten als „der produktivste Schriftsteller der Welt“ – besucht nun auch Münster.

Am Donnerstag (30. Januar) liest er Am Stadtgraben 52, um 20 Uhr, Ausschnitte aus seinem Roman „Entführt nach Patassandrien“.



Hat viele Geschichten in petto: Stefan Schenkl. Foto: privat

Klaviervirtuose

Alexey Lebedev begeistert mit Weltklassik

Er gehört zu den großen pianistischen Persönlichkeiten seiner Generation. Wenn Alexey Lebedev die Tasten zum Klingen bringt, ist es ein unvergessliches, einzigartiges Erlebnis.

Virtuose mit einer Auswahl von Präludien und Fugen des Meisters des Barock – Johann Sebastian Bach und Schumanns eindrucksvoller, virtuoser Fantasia in C-Dur, in der Tibus Residenz, Tibusplatz 1-7.

MÜNSTER. Der Russe begann früh mit dem Klavierspiel und erhielt seine erste Ausbildung am St. Petersburgs N. A. Rimsky-Korsakov Staatskonservatorium. Im Alter von 12 Jahren gewann er seinen ersten Klavierwettbewerb und schon mit 14 Jahren gab er sein Debüt mit Rachmaninows Klavierkonzert Nr. 2 Op. 18.

Am heutigen Sonntag (26. Januar) gastiert der



Alexey Lebedev gastiert heute in der Domstadt. Foto: privat

Großes Trauringstudio

GOLDANKAUF

Zahngold & Altgold (auch mit Zähnen)

Wir zahlen absolut faire Preise!
Überzeugen Sie sich selbst!

Bargeld sofort!

Besondere Gelegenheiten
aus Schmuckankäufen!

JUWELIER JOSEF

Königsstraße 37-38
Münster • Tel. 02 51 / 4 74 33

Batteriewechsel + Goldschmiede- und Uhrmacher-Reparaturen aller Art

Ankauf von versilbertem Besteck 90/100

Erleben | Testen | Losfahren

XXL WSV

EISKALT REDUZIERT

Kommen Sie zu Fahrrad XXL Hürter, denn es lohnt sich: wir haben nicht nur zahlreiche, aktuelle Fahrräder und Fitnessgeräte stark reduziert – Sie können auch Ihr Super-Schnäppchen machen, indem Sie sich für eines unserer Einzelstücke, Vorjahresmodelle oder Ausstellungsstücke entscheiden.

VORJAHRESMODELLE

EINZELSTÜCKE

AUSSTELLUNGSSTÜCKE

**20 % RABATT
AUF NICHT REDUZIERTER
BEKLEIDUNG!***

Fahrrad **XXL**
Hürter

Hürter Zweirad GmbH
Fahrrad - XXL
Hammer Str. 420
48153 Münster
Tel. 0251 97803-0
Mo. – Fr. 10:00 – 19:00 Uhr
Sa. 09:00 – 18:00 Uhr
www.fahrrad-xxl.de

*1) Keine Kumulation mit anderen Rabatten/Nachlässen.

Juwelier *Goldhammer*



**VERKAUFEN SIE IHR SCHMUCKSTÜCK
ABER,,VERSCHENKEN " SIE ES NICHT!
Ein Weg **der sich lohnt!****

Goldankauf:
ZAHNGOLD
Krügerrand
Barren
Dentalreste
Platin
Palladium
Diamanten
Münzen
Altgold
Silber
Tafelsilber
Altsilber
Zahngold
Versilbertes

ANTIQUES
LUXUS Uhren
12/90/100/150
800/830/835
900/925/999
SILBER
DM MÜNZEN!

(gegenüber d. Raph.-Klinik)

**SEIT ÜBER 50 JAHREN
GOLDSCHMIEDE IN D.
KLOSTERSTRASSE 63-64
48143 MÜNSTER**

Öffnungszeiten:

Mo-Freitag 10:00-18:30 Uhr

Sa. 10:00-17:00 Uhr

Telefon 0251 - 42348

**BARGELD
Sofort!**



Schlemmen ohne Sauerei für die Figur

„actiweight start“: Wer abnehmen möchte, sollte zu fettarmen Varianten greifen

Von Annika Bündler

Die richtige Auswahl macht's. Das lernten die „actiweight start“-Teilnehmer in dieser Woche. Denn für viele leckere Kalorienbomben gibt es fettarme Alternativen, die super schmecken.

Tom und Simone Nürnberg vom Sportpark Roxel gaben Aldo Alt, Petra Cosfeld und Thomas Brüse erneut hilfreiche Tipps für eine figurbewusste Ernährung. Diesmal stand das Thema „Eiweiß“ im Mittelpunkt, es ging vor allem um Käse, Fisch und Fleisch. „Eiweiß-Portionen in Maßen sind erlaubt“, sagt Simone Nürnberg. Und wer sich dabei an einige Regeln halte, der könne jede Menge Fett einsparen: mageres Hühnchen-Fleisch statt eines vor fett triefenden Spießbratens oder roher Schinken statt Leberwurst fürs Brot. Fisch im eigenen Saft ist immer eine super Al-

ternative zu in Öl eingelegten Tieren aus dem Meer. Bei Käse dürfen die Abnehmer laut Simone Nürnberg gerne und viel zu Light-Produkten greifen. Das nimmt sich Petra Cosfeld sehr zu Herzen. Sie hat ein Faible für Käse, insbesondere für Weichkäse. Mittlerweile habe sie fettarme und gleichzeitig leckere Alternativen

Camembert hat sie entdeckt. „Man muss ein wenig ausprobieren“, rät sie. Zunächst hätte auch sie zu Produkten gegriffen, die „nach Gummi“ schmeckten. „Eklig!“, sagt die 55-Jährige. Ihre Tagesration an Eiweiß nehmen die drei Abnehmer übrigens mit einem Fitness-Shake zu sich. Die Zuta-

ten: Magerquark, fettarme Milch, Sesamschrot, Haferflocken und Obst je nach Geschmack. Aldo Alt ist sich nun ganz sicher: Auch nach dem Programm will er sportlich am Ball bleiben. „Ich habe Blut geleckt und bin motiviert.“ Daran wolle er festhalten, um sein „Bäuchlein“ wegzutrainieren. Ebenfalls auf einem guten Weg ist Thomas Brüse: Seine Werte sprechen für sich (siehe Info-Kasten).

Im Laufschrift nähern sich die Drei der Zielgeraden. Für Donnerstag (30. Januar) steht das Abschlusstreffen auf dem Plan: mit einem Abendessen im Roxeler Restaurant Brintrup. Dabei wollen die drei Abnehmer Bilanz ziehen. Ob sie mit ihrem Gewicht zufrieden sind, lesen Sie in der nächsten Ausgabe von „Der Weg zum Erfolg“.

Info

Da lacht die Waage

Wenn Waagen schmunzeln könnten, hätte das Messgerät im Sportpark Roxel wohl freudig gelacht, als es in dieser Woche das Gewicht, den Body-Maß-Index (BMI) und den Körperfettanteil der „actiweight start“-Teilnehmer messen durfte. Denn die Drei konnten ihre Ergebnisse innerhalb der vergangenen sieben Tage erneut verbessern: Aldo Alt wiegt jetzt 93,6 Kilo (Vorwoche: 95,8) – bei einem BMI von 27,4 (28) und einem Körperfettanteil von 25,8 Prozent (24,6). Auf 95,1 Kilo (96,4) bringt es derzeit Thomas Brüse. Sein BMI beträgt nun 25,7 (26,2) und sein Körperfettanteil 22,4 Prozent (22,4). Petra Cosfelds Werte wirken ebenfalls motivierend: 94 Kilo (94,7), ein BMI von 32,4 (32) und ein Körperfettanteil von 39,6 Prozent (40,1).



Absolutes No-go für Abnehmer: ein vor Fett triefender Spießbraten. Foto: Karl-Heinz Laube / pixelio.de



© www.jd-druck.de

Ab jetzt wird's leichter!

Starten Sie jetzt mit gezieltem Muskeltraining und verabschieden Sie sich langfristig von überschüssigen Kilos.

JETZT ABNEHMEN MIT GESUNDER ERNÄHRUNG UND GEZIELTEM TRAINING DER MUSKULATUR:

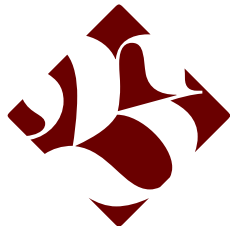
Starten Sie jetzt mit Fitness- und Gesundheits-training und sparen Sie 60,- €

* bei Abschluss einer Mitgliedschaft.

Bitte vereinbaren Sie vorab Ihren persönlichen Beratungstermin unter **Tel. 0 25 34-70 18**

Sportpark Roxel

Sportpark Roxel am Rohrbusch GmbH
Geschäftsführer: Nico Jung
Am Rohrbusch 81-85 • 48161 Münster
www.sportpark-roxel.de



HOTEL UND RESTAURANT
BRINTRUP
seit 1873

HOTEL
BIERGARTEN
RESTAURANT
TAGUNGSRÄUME
FESTSAAL
CATERINGSERVICE

TELEFON: 0 25 34.80 06-0
WWW.HOTEL-BRINTRUP.DE

VIP-Ticker

Kardashian will in Paris heiraten

TV-Sternchen **Kim Kardashian** (33) und Rapper **Kanye West** (36) wollen in wenigen Monaten heiraten – am liebsten in Frankreich: „Wir werden diesen Sommer heiraten, hoffentlich in Paris“, sagte Kardashian. Paris sei für sie „wie ein zweites Zuhause“. Kardashian und West sind seit 2012 ein Paar. Im Juni 2013 kam Töchterchen North zur Welt. (dpa)



Kosslick trägt Thermowäsche

Berlinale-Direktor **Dieter Kosslick** (65) hat bestimmte Tricks, um sich auf dem roten Teppich vor dem Festivalpalast warm zu halten. „Ich ziehe das neueste Modell des Berlinale-Schals an. Dazu meine Thermo-Unterwäsche, Kaschmirsocken und meinen dicken Mantel“, sagte Kosslick. „Wenn es hart wird, habe ich noch meine guten alten Ohrenschrützer.“ (dpa)



Bieber appelliert an „Belieber“

Popsänger **Justin Bieber** versucht mit einem Appell an seine Fans über die jüngsten Skandale hinwegzukommen. „Seid stark, Gott ist mit uns allen. Meine Belieber haben mein Leben verändert. Ich werde für immer dankbar sein“, schrieb der 19-Jährige bei Twitter. „Belieber“ („Bieber-Gläubige“) ist sein Begriff für Bieber-Fans. (dpa)



Unter Verdacht

ZDF plant Krimireihe mit Senta Berger als Kommissarin Eva Prohacek bis 2016

Das ZDF plant mit seiner Krimireihe „Unter Verdacht“ zumindest bis zum Jahr 2016 – ein Ende ist derzeit nicht abzusehen. Ob Chef-Ermittlerin Eva Prohacek nicht mal in Rente gehen will?

„Diese Frage stellte ich mir auch“, sagte Hauptdarstellerin Senta Berger (72) jetzt in einem Pressegespräch in Berlin. „Aber ich werde es heute nicht verraten.“ „Unter Verdacht“ ist seit Februar 2003 fester Bestandteil des ZDF-Programms. Das ZDF zeigt am 8. Februar die 20. Folge der Reihe, in der Prohacek kriminelle Machenschaften in den eigenen Reihen aufklären muss. Auf Arte war der Film „Ohne Vergebung“ bereits zu sehen. Die Filme 21 bis 23 sind bereits fertig produziert. Die Drehbuch-Vorbereitungen für die Krimis Nummer 24 und 25 laufen bereits, wie Produzent Mario Krebs sagte. Sie werden dann voraussichtlich im Winter 2015/2016 zu sehen sein. Für Senta Berger spiele die Reihe deswegen eine große Rolle, weil sie ihr

als „Schauplatz“ diene, um auch immer wieder andere prominente Engagements zu bekommen. Einziges Problem, das sich für die gebürtige Wienerin ergibt, ist das frühe Aufstehen im Winter. „Aber wir brauchen nun einmal die geheimnisvolle Nebelatmosphäre in der dunklen Jahreszeit“, sagte sie.

Produzent Krebs ergänzte, dass das ZDF immerhin noch 24 Tage Drehzeit für einen Film gewähre, 25 waren es zu Beginn. „Bei anderen Sendern geht es in Richtung 21 Tage, bald sind wir so weit, dass ein Film für eine Million Euro in 16 Tagen fertig sein muss. Das geht zu Lasten der Qualität. Nur die Laiendarsteller in den Nachmittagssoaps sind noch billiger.“

„Unter Verdacht“ wird auf alle Fälle andere Samstagabendreihen aus dem Krimigenre überleben. Bereits vor längerer Zeit hatte Iris Berben (63) angekündigt, mit „Rosa Roth“ aufzuhören. Wolfgang Stumph (67) hat vor wenigen Tagen sein Alter ego „Stubbe – Von Fall zu Fall“ in den Ruhestand geschickt. Und auch Hannelore Hoger erwägt einen Abschied von „Bella Block“. Dafür startet am 8. März die neue ZDF-Krimireihe „Helen Dorn“ mit Anna Loos. (dpa)



Produzent Mario Krebs und Schauspielerin Senta Berger in Berlin. Foto: Britta Pedersen

Fremdwortteil: vier	Pep. Schwung	Solo- gesangs- stück in der Oper	▼	▼	große Wasser- vögel	trop. Harz zur Lackher- stellung	▼	Haupt- stadt von Sierra Leone	franzö- sisches Depar- tement	Frauen- kurz- name	Fremd- wortteil: nicht	Stadt in Ost- fries- land	erster General- sekretär der UNO	seitliche Körper- partie
▶	▼	▼			ganoven- haft	▶			▼	▼	▼	▼	▼	▼
Saatgut		niederl. Maler † 1944	▼		Wirt- schafts- wissen- schaft	▶								
▶		▼			bunter Tropen- vogel	▼		Post ver- schicken	▶					
▶			plastisches Bild- werk	▶						ein Erdteil	nieder- ländisch: eins		Währung in Haiti	
Welt- organi- sation (Abk.)	Insel bei Neapel		Ort in der Lausitz	▶				räum- liche Ausdeh- nung	▶					
Musik- träger (Mz.)	▶	▼	▼	englisch: Süden, südlich		Angeh. e. dt. Fürsten- hauses	▶					Ab- scheu- gefühl		Eingang
Kurort in Grau- bünden	▶					Baum- teil		noch- mals	▶					▼
musika- lisch: mehr	▶			Abk.: ehren- amtlich			Düsen- flug- zeug	▼	Flächen- maß		Volks- stamm in West- afrika	▶		
Teil- zahlung	▶			▼	gebra- tene Fleisch- schnitte	▶			▼		Witz- figur, Gauner	▶		
Um- schlos- senes	▶						Erken- nungs- melodie	▶						

Lesezeichen

Rafael Chirbes, Am Ufer, Antje Kunstmann Verlag, 432 Seiten, 24,95 Euro

Spanien liegt am Bo-
Sden. Überall werden
Immobilien zu Ramsch-
preisen feilgeboten. Die
Banken kollabieren, die
Staatsschulden erreichen
schwindelerregende Hö-
hen, ebenso die Zahl der
Arbeitslosen. Das ganze
Land hat „etwas von
einem verlassenen
Schlachtfeld oder Waf-
fenstillstandsgebiet“.
„Am Ufer“ ist eine bitter-
böse Abrechnung mit
dem Spanien der Gegen-
wart.

FAZIT:



Überraschende Wende in Kiew

Janukowitsch bietet Opposition Regierungsposten an / Vitali Klitschko stellvertretender Premier?

Nach wochenlangem Machtkampf hat der ukrainische Präsident Viktor Janukowitsch der Opposition um Vitali Klitschko völlig überraschend führende Regierungsämter angeboten.

KIEW. Der frühere Außenminister Arseni Jazenjuk solle neuer Regierungschef und Klitschko dessen Stellvertreter werden. Das teilte Justizministerin Jelena Lukasch nach einem Krisentreffen mit, wie die Präsidialverwaltung in Kiew bekanntgab. Eine Reaktion der prowestlichen Opposition, die bislang für eine Ablösung Janukowitschs kämpfte, lag zunächst nicht vor.

Beide Seiten liefern sich seit zwei Monaten einen erbitterten Machtkampf, der die frühere Sowjetrepublik in eine tiefe Krise stürzte. Die lange Zeit friedlicher Massenproteste gegen den prorussischen Kurs von Janukowitsch waren zuletzt in Gewalt umgeschlagen. Dabei starben mindestens vier Menschen, Hunderte wurden verletzt. Die Europäische Union und die Bundesregierung riefen den Staatsechef mehrfach mit Nachdruck zum Einlenken auf. Erst gestern hatte EU-Erweiterungskommissar Stefan Füle bei einem Besuch in Kiew alle Konfliktparteien aufgefordert, die Gewalt zu



In Kiew stehen sich seit Tagen gewaltbereite Demonstranten und Sondereinheiten der Polizei gegenüber. Präsident Janukowitsch hat gestern aber der Opposition wichtige Regierungsämter angeboten.

Foto: dpa

stoppen.

Bei Einverständnis der Opposition mit diesem Plan erkläre die bisherige Regierung von Ministerpräsident Nikolai Asarow ihren Rücktritt, hieß es aus der Präsidialverwaltung. Zudem stellte Janukowitsch eine Verfassungsänderung in Aussicht. Im Gespräch sei der Übergang zu einer parlamentarischen Präsidialrepublik. Bislang hat der Präsident alle zentralen Machtbefugnisse in seiner Hand.

Zwar stellte Janukowitsch zuletzt bereits Zugeständnisse in Aussicht. Die Opposition bezeichnete dies aber als „Hinhaltetaktik“. Klitschko hatte mehrfach ultimativ den Rücktritt des Präsidenten und Neuwahlen gefordert. Nur ohne Janukowitsch und dessen enge Beziehungen zum russischen Präsidenten Wladimir Putin könne der zweitgrößte Flächenstaat Europas den Weg der Westintegration gehen, hatte der Ex-

Boxweltmeister betont. Die Opposition hatte auch eine Freilassung der inhaftierten Ex-Regierungschefin Julia Timoschenko zur Bedingung für einen politischen Neubeginn gemacht.

Als unklar galt, wie sich das Angebot von Janukowitsch auf die andauernden Straßenproteste in Kiew auswirkt. In der Hauptstadt war es am Freitagabend nach einer zwischenzeitlichen Beruhigung erneut zu Zusammenstößen zwischen Si-

cherheitskräften und Regierungsgegnern mit Brandsätzen und Tränengas gekommen. Demonstranten versuchten zudem, nach der Besetzung des Agrarministeriums auch das Energieministerium zu stürmen.

Die Behörde gilt als Schlüsselressort: Die Ukraine ist das wichtigste Transitland für russische Gaslieferungen in die EU. Die Demonstranten verließen aber nach kurzer Zeit das Gebäude wieder. (dpa)

Mehrere Tote

Kairo: Proteste am Jahrestag der Revolte

KAIRO. Vor drei Jahren war der Tahrir-Platz das Symbol für den Aufstand gegen den autoritären Polizeistaat. Jetzt feiern diejenigen dort, die ihn wiederherstellen wollen. Überschattet von Gewalt und strengsten Sicherheitsvorkehrungen hat Ägyptens Übergangsregierung den dritten Jahrestag der Revolution von 2011 gefeiert. Bei Zusammenstößen zwischen Sicherheitskräften und Regierungsgegnern kamen landesweit neun Menschen ums Leben, 50 wurden verletzt. Zehntausende Anhänger der Führung strömten gestern mit ägyptischen Fahnen und Bildern des obersten Militärs, Gene-

ral Abdel Fattah al-Sisi, zum Tahrir-Platz. Eher kleinere Gegenkundgebungen der Muslimbruderschaft und von Revolutionsaktivisten löste die Polizei mit Gewalt auf.

Am 25. Januar 2011 hatten auf dem Tahrir-Platz Massenproteste gegen den autoritären Polizeistaat begonnen. Sie weiteten sich auf das ganze Land aus und zwangen nach 18 Tagen den Langzeitherrscher Husni Mubarak zum Rücktritt.

Sympathiekundgebungen für die Regierung fanden gestern auch in anderen Teilen Kairo und in den meisten Städten des Landes statt. (dpa)

Keine Sperenzchen mehr

ADAC will sich auf Kernkompetenzen konzentrieren

MÜNCHEN. Der skandalgeschüttelte ADAC will sich nach den Worten seines Präsidenten künftig wieder mehr den Kernkompetenzen des Automobilclubs zuwenden und damit dessen beschädigtes Image aufpolieren. „Was sind unsere Stärken? Die wollen wir sauber und ordentlich für das Mitglied einsetzen. Spe-

renzen lassen wir jetzt grundsätzlich bleiben“, sagte ADAC-Präsident Peter Meyer. Künftig wolle der Club bei jedem Test und jedem Index prüfen, ob dieser zum Markenkern gehöre. „Wenn er nur eine Pressemitteilung wert ist, lassen wir ihn weg.“

Auch bei politischen Diskussionen wolle der ADAC

künftig vorsichtiger agieren, kündigte Meyer an. Wenn der Club künftig Position beziehe, sollten zunächst die Mitglieder durch ein anerkanntes Institut befragt werden. „Das Ergebnis dieser Umfrage, zertifiziert und bestätigt – das ist dann die Position des ADAC, weil sie eine Mehrheitsposition ist“, betonte Meyer. (dpa)

LÜCKERTZ
IHR REISEBÜRO

REISEFIEBER? WWW.LUECKERTZ.DE

Kurz notiert

FIFA erhöht Druck auf Katar

ZÜRICH. Der Fußball-Weltverband FIFA hat von Katar bessere und sicherere Arbeitsbedingungen auf den Baustellen im Land des WM-Gastgebers gefordert. In Katar müssten schnell und dauerhaft faire Arbeitsbedingungen eingeführt werden, und zwar auf einer nachhaltigen Basis, teilte die FIFA mit und reagierte damit auf einen Zeitungsbericht, nach dem beim Bau der Einrichtungen für die WM 2022 bislang deutlich mehr Arbeiter ums Leben gekommen seien als bislang bekannt. (dpa)

AfD will ins Europaparlament

ASCHAFFENBURG. Parteichef Bernd Lucke und der frühere Industriepäsident Hans-Olaf Henkel führen die eurokritische Alternative für Deutschland in die Europawahl. Auf einem Parteitag in Aschaffenburg wurden sie auf die ersten beiden Listenplätze gewählt. Zuvor hatte Lucke die Europapolitik von Regierung und Opposition in Berlin scharf kritisiert. Es müsse offen über Vor- und Nachteile der EU für Deutschland geredet werden, sagte Lucke. Henkel lehnte eine EU-Mitgliedschaft der Türkei entschieden ab. (dpa)

Historischer Moment

Friedensabkommen: Philippinische Rebellen stimmen Entwaffnung zu

Seit mehr als 40 Jahren kämpfen Rebellen für einen muslimischen Staat auf den Philippinen. Jetzt gibt es endlich eine Einigung zwischen den Separatisten und der Regierung.

KUALA LUMPUR. Die größte muslimische Separatistengruppe der Philippinen hat nach jahrzehntelangem Konflikt ihrer Entwaffnung zugestimmt. Die Rebellen der Moro-Islamischen Befreiungsfront (MILF) unterzeichneten gestern eine Übereinkunft zur „Normalisierung“. Damit erfüllen sie den letzten von vier Rahmenpunkten, die in einem vorläufigen Friedensabkommen zwischen ihnen und der Regierung im Oktober 2012 festgelegt worden waren.

Ein umfassendes Friedensabkommen werde bald in Manila unterzeichnet, sagte der Sprecher des philippinischen Präsidenten, Edwin Lacierda.

Die EU-Außenbeauftragte Catherine Ashton gratulierte den Konfliktparteien zum Abschluss der Vereinbarung. „Es ist ein wahrhaft historischer Moment, der die Verpflichtung der Parteien zu einem langanhaltenden Frieden auf der philippinischen Insel Mindanao belegt“, teilte sie in Brüssel mit. Die EU werde als Partner in der Entwicklungszusammenarbeit und als Mitglied einer internationalen Beobachtergruppe die Um-



Philippinische Sicherheitskräfte während eines Einsatzes gegen die Rebellen der Moro-Islamischen Befreiungsfront. Foto: dpa

setzung der Vereinbarungen unterstützen.

Die Rebellen kämpfen seit mehr als 40 Jahren für die Abspaltung eines muslimischen Staates auf den Philippinen. Ihre Entwaffnung galt als besonders schwieri-

ger Punkt des Friedensplans. Viele der schätzungsweise 12000 Rebellen sperrten sich bislang dagegen.

Mit dem Abkommen werden die Identität der Muslime in den überwiegend katholischen Philippinen so-

wie ihr Recht auf Heimat und eine eigene Regierung anerkannt. Bis 2016 soll auf einem Teil der Insel Mindanao eine autonome Region mit dem Namen Bangsamoro oder „muslimische Nation“ entstehen. (dpa)

Leichtes Besucherplus

Grüne Woche in Berlin zieht Bilanz: 410 000 Gäste

BERLIN. Bei der Agrarmesse Grüne Woche in Berlin rechnen die Veranstalter bis zum Toresschluss am heutigen Sonntag mit etwas mehr Besuchern als im Vorjahr. Bis zum Abend würden insgesamt 410 000 Gäste an den zehn Messtagen erwartet, wie die Messe mitteilte. Das wären 3000 mehr als vor einem Jahr. Bauernpräsident Joachim Rukwied sprach von einem Erfolg der Messe. „Sie

hat sich zu einer internationalen agrarpolitischen Diskussionsplattform entwickelt.“ In diesem Jahr sind 1650 Aussteller aus der Rekordzahl von 70 Ländern auf der weltgrößten Agrarmesse präsent.

Jeder Besucher hat für Speisen, Getränke und Bestellungen durchschnittlich 114 Euro ausgegeben, wie die Veranstalter schätzten. Der Umsatz der Aussteller belaufe sich

auf 47 Millionen Euro.

Parallel zur Messe hatten mehrere zehntausend Menschen dafür demonstriert, dass Bauern und Ernährungsindustrie Tiere und Klima besser schützen. In den Folgetagen kam es zu kleineren Protestaktionen der neuen Initiative „Grüne Woche demaskieren“. Sie wirft der modernen Landwirtschaft vor, Menschen, Tiere und Umwelt auszubuten. (dpa)

Leck in Biogasanlage

Hunderttausende Liter Gülle ausgelaufen

BAD BRAMSTEDT. Hunderttausende Liter Gülle sind gestern aus einem leckgeschlagenen Behälter einer Biogasanlage bei Bad Bramstedt in Schleswig-Holstein ausgelaufen. Die Feuerwehr war mit rund 150 Einsatzkräften – unter anderem ein Umweltzug – stundenlang vor Ort, um das Ausbreiten der Gülle einzudämmen, wie Klaus-Dieter Lau von der Feuerwehr Bad Bramstedt sagte. Ursa-

che sei ein abgerissenes Ventil. In dem Behälter befanden sich etwa vier Millionen Liter Gülle – schätzungsweise sei rund ein Viertel ausgelaufen.

Mit einem Traktor, der mit seiner Ladeschaufel einen großen, mit Sand gefüllten Kunststoffsack gegen das Leck drückte, gelang es den Einsatzkräften schließlich, das Loch zu schließen und den Güllefluss zu stoppen. Zur gleichen Zeit

hatten die Einsatzkräfte damit begonnen, die Flüssigkeit in einen benachbarten Behälter umzupumpen. Hinweisen auf größere Umweltschäden gab es offenbar zunächst nicht. 99 Prozent der ausgelaufenen Gülle seien in der vorgeschriebenen, 1,5 Hektar großen und mit einem kleinen Wall umgebenen Auffangfläche geblieben. Nur ein kleiner Teil sei in einen Bach geflossen. (dpa)



Wohnen
& Leben



Freizeit
& Reisen



Pflege
& Service



fit
& attraktiv

Senioren²⁰¹⁴

Der Langzeitratgeber mit vielen Tipps, Terminen und Anregungen für Senioren und deren Angehörige im Münsterland, mit Unterstützung der Seniorenvertretung Münster.



Schwerpunkt-
thema:
**Pflege
& Service**

Seniorenvertretung Münster

HALLO



Gesundheit
& Medizin



Essen
& Trinken



Trost
& Beistand



Mobilität
& Technik



Finanzen
& Versicherung

Wie fühlt sich das Alter an?

Alterssimulationsanzüge sollen helfen

Auf einer Heidelberger Tagung ging es um Möglichkeiten und Grenzen sogenannter Alterssimulationsanzüge. Die etwa 20 Kilogramm schweren Anzüge verdeutlichen Jüngeren, wie es sich anfühlt, alt zu sein. Neben Gewichten an Hand- und Fußgelenken gaukelt eine Brille eine Augenkrankheit vor und ein Ohrenschutz erschwert das Hören. „Es werden schon ganz alltägliche Bewegungen beschwerlich, auf die man sonst gar kein Augenmerk legt“, sagt Organisator Andreas Lauenroth vom Netzwerk Altersforschung der Uni Heidelberg. Zentrale Frage ist, wie die Gesellschaft so für die

Probleme des Alters sensibilisiert werden kann. (dpa)



Ein Anzug simuliert das Altsein. Foto: Julian Stratenschulte/dpa

Ehrenamt gewinnt an Bedeutung

Ausbildung soll auf Aufgaben vorbereiten

Von Sebastian Rohling

Mit dem Wertvollsten, das ein jeder heutzutage zu verschenken hat, ist Zeit. Zeit für Familie, Freunde und Mitmenschen. Zeit, die aufgrund von immer strafferem Dienstplänen und wirtschaftlichem Optimierungsdruck vor allem in der Pflege immer mehr ein schwindendes Gut wird.

Genau hier setzt der ehrenamtliche Krankenhausbesuchsdienst an. Jedoch sollte niemand unvorbereitet diese verantwortungsvolle Aufgabe übernehmen, weshalb der evangelische Kirchenkreis etwas ganz neues ins Leben gerufen hat. „Ab Februar werden wir eine Ausbildung für Ehrenamtliche im Krankenhausbesuchsdienst anbieten“, sagt Thomas Groll, Kranken-

hausseelsorger des Evangelischen Krankenhauses (EVK). Er betont, wie herausfordernd diese Tätigkeit ist. „Hinter jeder Patiententür müssen sich die Mitarbeiter auf einen neuen Menschen und dessen Geschichte einstellen.“

Um potenzielle Mitarbeiter bestmöglich auf diese Aufgabe vorzubereiten, gibt es erstmals im Kirchenkreis eine solche Ausbildung. Die Seelsorgerin des Universitätsklinikums (UKM), Tomke Weymann, sagt über die Ausbildungsinhalte: „Wir wollen unter anderem eine richtige Gesprächsführung vermitteln, Krankheitsbilder näher bringen und ein Verständnis

für die Abläufe in einem Krankenhaus schaffen.“

Beide Pfarrer sind sich einig, dass es gälte, hilfreiche Kräfte und Ressourcen der Patienten zu erkennen und zu stärken. Dazu gehöre auch das Thema Spiritualität: „Wir freuen uns über alle, die sich in diesem Ehrenamt engagieren wollen, egal welchen spirituellen Hintergrund sie haben. Schließlich gehören auch die Patienten nicht nur einer Glaubensrichtung an“, ergänzt Groll.

Die Ausbildung geht über fünf Abend- und zwei Wochenendtermine. Am Ende erhält jeder Teilnehmer ein Zertifikat. In welchem Krankenhaus die Absolventen tätig werden, entscheiden sie in der Regel selbst. Menschen, die keine Zeit für die Ausbildung haben, sollen sich aber nicht ausgeschlossen fühlen. „Natürlich freuen wir uns jederzeit über Menschen, die uns unterstützen und den Patienten etwas von ihrer Zeit schenken wollen“, erklärt Weymann.

Informationen sowie den Flyer zur Ausbildung erhalten Interessierte im Internet oder direkt bei Thomas Groll ☎ 0251 / 270 63 57.

 www.ev-kirchenkreis-muenster.de



Pfarrerinnen Tomke Weymann und Pfarrer Thomas Groll bieten eine Ausbildung für Ehrenamtliche im Krankenhaus an. Foto: Sebastian Rohling

Inhaltsverzeichnis

Senioren

Ehrenamt gewinnt an Bedeutung.....	Seite 2
Ausstellung mit Begleitprogramm.....	Seite 3
Unterwegs als Senior Experte.....	Seite 4
Über Altersarmut reden.....	Seite 5
Senioren auf Reise.....	Seite 6
Verschiedene Formen des Wohnen.....	Seite 8
Fitness für Senioren.....	Seite 9
Unterwegs im Internet.....	Seite 10
Fußdeformationen behandeln.....	Seite 11
Richtig therapieren.....	Seite 12
Vorsicht Herzinfarkt.....	Seite 14
Wenn (ohne) Alkohol zum Problem wird.....	Seite 15
Ein Hospiz ist auf den Hund gekommen.....	Seite 16
Den eigenen Abschied planen.....	Seite 17
Warme Füße – auch im Winter.....	Seite 18

Adressen & Kontakte.....Seite 19



Viola Gräfin Bethusy-Huc Stiftung
Stiftung zur Betreuung an Demenz erkrankter Menschen

Fördern Sie jetzt unsere beliebten
Projekte mit Ihrer Spende!
„Fanny“ – tiergestützte Therapie,
„Darf ich bitten ...?“ das mobile Tanzcafé.



Projektmacher für Münsters Senioren – Seit über 10 Jahren!
Sparkasse Münsterland Ost · Konto-Nr. 340 435 39 · BLZ 400 501 50

Haushalts- und Betreuungsservice im Alltag!

Machen Sie sich das Leben leichter mit unseren Dienstleistungen aus einer Hand:

- Service für Haushaltsnahe Dienstleistungen
- Familienpflege
- Seniorenbetreuung

Rufen Sie uns an -
wir beraten Sie gern...
Tel. 0251-935-5922

FAC'T RS GmbH - FAC'T mobil
Hohenzollernring 72
48145 Münster
www.factpartner.de



Senioren-Sonderbeilage

Verlag:
Hallo-Gratiszeitung-Verlag GmbH
Soester Straße 13
48155 Münster
☎ 02 51/6 90 96 00
Fax 02 51/6 90 96 20
www.hallo-muensterland.de
anzeigen@hallo-muensterland.de
redaktion@hallo-muensterland.de
Anzeigenleitung:
Matthias Kötter
☎ 02 51/6 90 96 28, Fax -29
Anzeigen:
Jens Schneevogt
☎ 02 51/6 90 96 23, Fax -20

Geschäftsführung:
Sven Schubert
stellv. Verlagsleitung:
Dirk Brunsmann
☎ 02 51/6 90 96 11
Fax 02 51-690-80 96 11
Redaktionsleitung:
Claudia Bakker
☎ 02 51/6 90 96 12, Fax -10
Redaktion:
Sebastian Rohling
☎ 02 51/6 90 96 18, Fax -10

Vertrieb:
Aschendorff Direkt GmbH & Co. KG
Soester Straße 13
48155 Münster ☎ 02 51/69 06 65
Technische Herstellung:
Aschendorff Druckzentrum GmbH & Co. KG
An der Halsalinie 1 · 48163 Münster
Urheberrechtshinweis: Die Inhalte, Strukturen und das Layout dieser Zeitung sind urheberrechtlich geschützt. Jegliche Vervielfältigung, Veröffentlichung oder sonstige Verbreitung dieser Informationen, insbesondere die Verwendung von Anzeigenlayouts, Grafiken, Logos, Anzeigentexten oder -textteilen oder Anzeigenbildmaterial bedarf der vorherigen schriftlichen Zustimmung des Verlages.

Nicht reden – machen

Ausstellung „Stille Heldinnen“ wird von Aktionen der Seniorenvertretung Münster begleitet

Von Sebastian Rohling

Das Alter hält so manche Herausforderung für einen Menschen bereit. Maßgeblichen Einfluss darauf hat die Region, in der ein Mensch altert.

Eine Ausstellung der Nichtregierungsorganisation HelpAge Deutschland zeigt ab März Fotos, die den Alltag und seine Herausforderungen in Tansania und Südafrika darstellen. Denn aufgrund von HIV und Aids müssen sich die afrikanischen Seniorinnen in ihrem Lebensabend um ihre Enkel kümmern, da deren Eltern aufgrund der Epidemie verstorben sind.

Im Rahmen der Ausstellung wird es auch drei ergänzende Termine geben, an denen verschiedene Gruppen aus Münster durch die ehrenamtlichen Damen der Seniorenvertretung vorge-



Im Rahmen der Ausstellung „Stille Heldinnen – Afrikas Großmütter im Kampf gegen HIV und Aids“ stellen sich auch regionale ehrenamtliche Initiativen vor.

Foto: HelpAge

stellt werden. „Die Termine sind immer mittwochs, an den Markttagen, jeweils von 11 bis 12.30 Uhr“, erklärt Margret Seiling von der Seniorenvertretung. „Gemäß dem Motto ‚Über gute Taten

spricht man nicht, man tut sie einfach‘ wollen wir einen Einblick in das breite Angebot des Ehrenamtes in Münster geben und zum Mitmachen anregen“, ergänzt sie. Im Forum der

Volkshochschule erzählen die eingeladenen Initiativen und Gruppen, wo in Münster die stillen Helfer aktiv sind und sich Menschen engagieren können. Unter anderem stellen sich folgen-

den Gruppen vor: Eine Welt Brasilien, Grüne Damen, Spanisches Zentrum oder auch die Behindertenbetreuung Gremmendorf St. Ida. „Die freiwilligen Helferinnen präsentieren ihre Arbeit, stehen Interessierten Rede und Antwort und halten Infomaterialien bereit“, beschreibt Gisela Viertel von der VHS den Ablauf der Termine, bei denen auch Kaffee und Kleinigkeiten gereicht werden. Informationen, wer zu den jeweiligen Terminen eingeladen ist, erhalten Interessierte auf der Homepage der Seniorenvertretung Münster (www.seniorenvertretung-muenster.de). Diese lädt weiter auch zur Eröffnung der Ausstellung „Stille Heldinnen“ am 8. März (Samstag) um 11 Uhr im Forum der VHS ein. Die Mittwochstermine sind am 19. und 26. März sowie am 2. April.

**Am Tag gut unterstützt, betreut und gefördert...
...am Abend wieder zu Hause**

Caritas-Tagespflege

**Wir fördern und
pflegen, führen Gespräche, halten
uns auf dem Laufenden, trinken Kaffee,
singen und musizieren, gehen spazieren,
betreiben Gymnastik, kochen und
backen...**

Wohnstift am Südpark, Clevornstraße 5
48153 Münster, Tel.: 0251 7797-7

Papst Johannes Paul Stift, Culmer Str. 16
48157 Münster, Tel.: 0251 986208-0



Weitere Informationen unter www.caritas-ms.de

– Anzeige –

„Mein zweites Zuhause“

Tagespflege-Angebote der Caritas Münster

Münster. Nach einer schweren Erkrankung weiß Maria Schulte: Sie benötigt Unterstützung. Die Hilfruperin möchte aber die eigene Wohnung nicht aufgeben, aktiv und selbstbestimmt leben und gleichzeitig ihre Angehörigen nicht überfordern. In der Tagespflege der Caritas Münster hat die pflegebedürftige Seniorin das Angebot gefunden, das sie gesucht hat. „Für mich ist es mein zweites Zuhause.“

„Tagsüber gut betreut – am Abend wieder zu Hause.“ Unter diesem Leitspruch bietet die Caritas Münster Tagespflege im Papst Johannes Paul Stift in Coerde und im Wohnstift am Südpark an. Zwischen 8 und 18 Uhr werden dort die maximal 15 Gäste betreut und gepflegt. Am frühen Abend geht es zurück in die eigene Wohnung. Ob alleinlebend, ob in der Einliegerwohnung im Haus des Sohnes oder zusammenlebend mit Kindern oder Partner –

vertraute Lebensverhältnisse werden durch die Tagespflege erhalten. Die Gäste werden entweder mit einem Fahrdienst oder von Angehörigen gebracht.

Die Tagespflege wird so zur Alternative zum Heimaufenthalt, weil professionelle Pflege und therapeutische Förderung gesichert sind. Zwischen einem und fünf Tagen Aufenthalt in der Woche sind möglich. Angehörige werden deutlich entlastet.

Die Kosten für Pflegeleistungen und die Fahrtkosten werden von den Pflegekassen bis zur Höhe der entsprechenden Sachleistungen übernommen. Die Höhe der gewährten Sachleistungen ist abhängig von der Pflegestufe. Interessierte können sich bei Thomas Langert (Wohnstift am Südpark) unter Telefon 02 51 77 97-7 oder bei Michael Kreft (Papst Johannes Paul Stift) unter Telefon 02 51 98 62 08-0 informieren.



Gemeinsames Musizieren:
Nur eines von vielen Angeboten der Tagespflege der Caritas Münster.

Soziale Netzwerke

Mehr Senioren aktiv

In Deutschland sind immer mehr ältere Menschen in sozialen Netzwerken aktiv. Waren 2011 erst 40 Prozent der über 65-jährigen Internetnutzer bei einem Netzwerk angemeldet, waren es 2013 bereits zwei Drittel. Das geht aus einer Umfrage von Bitkom Research hervor. Auch in der Altersgruppe der 50- bis 64-Jährigen gibt es demnach einen Zuwachs von 60 auf 68 Prozent. Zum Vergleich: Bei den 30- bis 49-Jährigen haben gut drei Viertel mindestens einen Netzwerk-Account. (dpa)

Selbst bestimmen

Betreuungsverfügung

Wer sich nicht mehr selbst um seine Angelegenheiten kümmern kann, dem wird vom Gericht ein Betreuer gestellt. Darauf weist die Schleswig-Holsteinische Rechtsanwaltskammer hin. Ist kein Partner oder enger Verwandter geeignet, kann ein fremder Mensch damit beauftragt werden. Mit einer Betreuungsverfügung lässt sich das aber vermeiden. In diesem Dokument legt der Betroffene fest, welche Person zum Betreuer bestellt werden soll. (dpa)



Foto: Thorsten Freyer/pixelio.de

Für den Senior Experten Service weltweit im Einsatz

Von Sebastian Rohling

Reisen, fremde Länder und Kulturen kennenlernen, mit Menschen interagieren und sich sinnvoll einbringen. Wer für den SES unterwegs ist, der kann auch nach seinem aktiven Berufsleben viel erleben und bewegen.

Zukunft braucht Erfahrung, so das Credo der SES, dem „Senior Experten Service“, der gemeinnützige Gesellschaft und Stiftung der Deutschen Wirtschaft für internationale Zusammenarbeit. Hinter diesem sperrigen Ausdruck verbirgt sich eine Organisation, die es sich zur Aufgabe gemacht hat, das Wissen von pensionierten Fachkräften dorthin zu bringen, wo es dringend gebraucht wird. „Die Länder, in die wir unsere SESler entsenden liegen in Asien, Afrika und Südamerika“, so Bernd Tuchen vom SES. Er beruhigt: „Wir achten aber darauf, dass wir unsere Experten in keine Krisenregionen entsenden.“

Einer, der für die SES schon mehrfach unterwegs war, ist Peter Heß. Dabei ist der gelernte Schlachtermeister schon viel rumgekommen. „Ich war unter anderem schon in Sibirien, Albanien, Mongolei, Botswana oder wie zuletzt auch Kirgisistan“, so Heß.

Bis ein SES-Mitarbeiter aber vor Ort helfen kann, muss vieles entschieden werden. „Es beginnt damit, dass wir jemanden suchen, der zum einen auf die Suchanforderung des Auftraggebers passt und sich zum anderen vorstellen kann, in dieses Land zu reisen“, erklärt Tuchen. Am Ende muss dann aber auch noch das Unternehmen dem SES-Mitglied zustimmen. „Wenn alles stimmt geht es auf die Reise“, so Tuchen weiter.

„Wer für den SES unterwegs ist, muss für Flug und Unterkunft nicht aufkommen. Das müssen unter anderem die Auftraggeber übernehmen. Daher weiß man vorher nie, wie die Unterkunft sein wird“, weiß Heß, der schon in Hotels, aber auch in Ferienwohnungen untergekommen war. „Wir helfen dort keinen armen Menschen oder betreiben Entwicklungsarbeit. Den weniger Privilegierten helfen wir dadurch, dass wir Arbeitsplätze vor Ort schaffen“, räumt er mit sozialromantischen Ideen auf. Denn eine Firma zu gründen und zu optimieren wäre überall auf der Welt mit Investitionskosten verbunden. Aber auch ein Dolmetscher würde nicht umsonst arbeiten. Heß hat seine Entscheidung, für den SES zu arbeiten aber nie bereut. Im Gegenteil: „Ich freue mich schon auf meinen nächsten Einsatz. Außerdem habe ich zu einigen Menschen noch immer Kontakt.“

Auch Hermann Eggen steht in den Diensten des SES. Allerdings muss der gelernte Textilingenieur keine weite Reise mehr antreten,

um mit den Menschen in Kontakt zu kommen, die seine Hilfe und Unterstützung benötigen. „Früher war ich für den SES auch in der Welt unterwegs. Heute helfe ich hier vor Ort“, sagt Eggen. Er ist für VerA tätig, einem Zweigprogramm der SES, das sich für Auszubildende einsetzt, die Unterstützung in ihrem Leben benötigen. VerA heißt Verhinderung von Ausbildungsabbrüchen und ist eine Initiative des SES. „Ich helfe Auszubildenden, wenn sie Probleme in der Ausbildung haben. Wenn sie alles hinschmeißen wollen, in der Berufsschule nicht mitkommen oder andere Probleme haben. Dann bin ich für sie da“, beschreibt Eggen seine derzeitige Tätigkeit, bei der er manchmal auch nicht nur für den Auszubildenden, sondern gleichzeitig für die ganze Familie unterstützend ist.

Wer mehr über die Arbeit des SES und VerA erfahren möchte oder sich für eine Mitarbeit interessiert, der wendet sich an:

 02 28 / 2 60 90 - 0;
www.ses-bonn.de



Peter Heß (links) im Einsatz für den SES in Afrika.



ANTI ROST
MÜNSTER e.V.

Senioren helfen Senioren.
Ehrenamtliche Seniorenhilfe für Kleinstreparaturen.

0251 68 69 694 • www.antirost-muenster.de



- Individuelle Inneneinrichtungen
- Fachplanung für barrierefreies und komfortables Wohnen

Öffnungszeiten: Mo – Do.: 8.00 – 17.00 Uhr · Fr.: 8.00 – 15.45 Uhr
Gustav-Stresemann-Weg 70 · Münster · Tel. 96 19 88 01

www.HFRgGmbH.de · Info@HFRgGmbH.de

DRK-Kreisverband
Münster e.V.



**Deutsches
Rotes
Kreuz**

Mit dem Programm „Fit für den Job“ hilft das Deutsche Rote Kreuz seit 2009 Schülerinnen und Schülern der Abschlussklassen in Münster, ihre beruflichen Chancen zu verbessern.

Sie können aktiv mithelfen! Wir suchen ab sofort wieder

Ehrenamtliche Mentorinnen und Mentoren

Ihre Aufgaben:

- Unterstützung bei der Berufsorientierung,
- Beratung bei der Ausbildungsplatzsuche,
- Hilfe bei der Erstellung von Bewerbungsunterlagen und
- gemeinsames Vorbereiten auf Vorstellungsgespräche

Die Mitarbeit ist **individuell gestaltbar** und zeitlich flexibel. Sie werden hierbei durch das Leitungsteam unterstützt und in begleitenden **Fortbildungen** geschult. Sie können persönliche Kontakte knüpfen und **Erfahrungen weitergeben**.

Bewerben Sie sich noch bis zum 7. Februar bei Isabel Müller,
Tel. 0251 - 162 0079, E-Mail: i.mueller@DRK-muenster.de

Gute Ideen begeistern immer, auch wenn es sie schon lange gibt.

Engagiert ins
neue Jahr!

Wir müssen drüber reden

Tabuthema Altersarmut: Senioren brauchen regelmäßige Unterstützung

Über Altersarmut zu sprechen, fällt vielen Betroffenen schwer. Sie schämen sich dafür, wenn das Geld plötzlich nicht mehr reicht.

Dann ausgerechnet Hilfe von Kindern oder Enkeln anzunehmen, ist ihnen unangenehm. Für die Betroffenen komme es einem Rollentausch gleich. „Es ist ein absolutes Tabuthema in der Mehrheit der Familien“, sagt Horst Weipert von der Sozialakademie Potsdam. Genau das sollte es aber nicht sein. Der Diplom-Pädagoge rät, das Thema Geld ganz offen anzusprechen.

Der beste Weg dafür ist, gemeinsam die Finanzlage unter die Lupe zu nehmen. Reiche das Geld nicht, um menschenwürdig über den Monat zu kommen, sollten die Kinder ein Angebot machen, empfiehlt Weipert.

Dabei kommt es auf Ver-



Tabuthema: Über Altersarmut zu sprechen, fällt vielen Betroffenen schwer.

Foto: dpa

lässlichkeit an: Statt hin und wieder nach einem Besuch einen Umschlag mit Geld auf dem Küchentisch liegen zu lassen, sollten die Kinder mit ihren Eltern vereinbaren, zum Beispiel jeden Monat einen gewissen Betrag zu überweisen.

Wenn den Eltern die Idee nicht gefällt, ein monatliches Taschengeld von den Kindern zu bekommen, geht es auch indirekter: „Die Kinder können finanzielle Belastungen stellvertretend übernehmen“, rät Weipert. Zum Beispiel die Miete.

Wichtig sei außerdem, den Eltern klarzumachen, dass es öffentliche Hilfen wie Wohngeld gebe und sie diese auch annehmen sollten. Das Problem sei häufig, dass bei den älteren Generationen Demut und Bescheidenheit noch so stark ver-

wurzelt sind, dass solche Hilfen nicht in Anspruch genommen werden, erläutert der Sozialarbeiter.

Zusätzlich kann ein kleiner Trick helfen, damit es Senioren weniger schwerfällt, Geld von Angehörigen anzunehmen: Es könne eine Art Austausch vereinbart werden, erklärt Weipert. Das gehe etwa nach dem Motto: „Ich zahle die Miete, dafür bist du jeden Mittwoch Babysitter für uns.“ Dadurch wirken Finanzspritzen weniger wie Almosen.

Altersarmut kann in einigen Fällen sogar dazu führen, dass Ältere kriminell werden. Laut der Kriminalstatistik waren 2012 mehr als sieben Prozent aller erfassten Tatverdächtigen 60 Jahre und älter. Dabei handelte es sich vor allem um Diebstähle, erklärt ein Sprecher der Gewerkschaft der Polizei (GdP). (dpa)

Aasee
RESIDENZ



Lebensqualität in Hochform

Das Wohn- und Lebenskonzept in der Residenz Aaseehof orientiert sich an den hohen Ansprüchen älterer Menschen. In den oberen Stockwerken des imposanten Aasee-Towers stehen 48 Service-Wohnungen bereit: Die Bewohnerinnen und Bewohner können auf eine Vielfalt an Wahlleistungen zurückgreifen.

In unserer Pflegeeinrichtung erwarten unsere Bewohner vier kleingliedrige Wohnbereiche mit familiärem Charakter.

In einem speziell gestalteten Wohnbereich werden demenziell erkrankte Menschen auf Basis bewährter Konzepte ganz individuell betreut und gepflegt.

Unsere Bewohner schätzen:

- Friseur, Kosmetik und Fußpflege
- Café-Restaurant mit Terrasse
- Post-/Apothekenservice
- ambulante Pflegedienstleistungen für unser Servicewohnen

Wir beraten Sie kompetent und persönlich.

Residenz Aaseehof

Pottkamp 25
48149 Münster
Fon 02 51 / 1 44 70-0
info@residenz-aaseehof.de
www.residenz-aaseehof.de

Mitglied im VERBAND DEUTSCHER
ALTEN- UND BEHINDERTENHILFE e.V. **VDAB**

- Residenzwohnen
- Pflegewohnbereiche

Bewusster Urlaub

Umweltforum bietet Reisen an

Foto: Bernd Kasper/pixelio.de

Neuseeland, Norwegen, Kanada – es gibt viele Regionen auf unserem Planeten, die für ihre natürliche Schönheit weltberühmt sind. Aber auch Deutschland hat viele, sehr naturbelassene Orte, die eine Reise wert sind.

Wer diese erkunden möchte, der kann das unter anderem mit den Angeboten des Umweltforums Münster tun. Einzige Bedingung: Die Teilnehmer sollten so fit sein, dass sie mehrere Kilometer am Tag wandern können.

Ökologisch korrekt werden die Ziele mit dem Zug angefahren. Vor Ort werden dann betreute Tagestouren, Besichtigungen und Führungen zu besonderen Sehenswürdigkeiten angeboten. Ergänzt werden die Tagestouren durch Fachvorträge über die regionalen natürlichen Besonderheiten. Mehr Informationen zu den Reisezielen sowie den Anforderungen gibt es im Internet unter www.umweltforum-muenster.de oder telefonisch bei Georg Heinrichs, (39) 0251/63456.

Unternehmungslustige sind immer willkommen

Verein bietet begleitende Erholungsreisen für Senioren an

Von Sebastian Rohling

Eine Reise ist wie ein Trunk aus der Quelle des Lebens, sagte der deutsche Dramatiker und Lyriker Friedrich Hebbel.

Wer auch im Alter noch einmal einen großen Schluck von diesem Trunk genießen möchte, der muss nicht alleine reisen. Der Verein Seniorenreisen Münster bietet zum Beispiel Reisen an, die sich gezielt an Menschen im Alter richten. So war im vergangenen Jahr die älteste Teilnehmerin 94 Jahre alt.

Reiseziele von Senioren unterscheiden sich nicht unbedingt von denen der „Jüngeren“. Allerdings: „Wir versuchen die Ziele immer so auszuwählen, dass zum einen nicht zu viel Fahrzeit anfällt und zum anderen unsere Mitreisenden auch die Ruhe vorfinden, um sich wirklich zu erholen“, so Gerhard Wortmann von Seniorenreisen. Damit eine gute rundum Betreuung möglich ist, wird zudem darauf geachtet, dass die Rei-

segruppen nicht zu groß werden. „Damit wir kostendeckend arbeiten können, muss in der Regel aber eine Mindestteilnehmerzahl vorhanden sein“, erklärt Wortmann. 16 Ziele stehen für dieses Jahr auf dem Programm. Zum Jahresabschluss wird zudem eine Tagesfahrt auf einen Weihnachtsmarkt angeboten.

Alle Reisen haben gemein, dass sie von erfahrenen und qualifizierten Ehrenamtlichen begleitet werden, die durchgehend für die Gruppen da sind und für einen

Das gesamte Gepäck wird zusammen mit den Reisenden zu Hause abgeholt und nach dem Urlaub auch wieder nach Hause befördert.
Foto: Rainer Sturm/pixelio.de

reibungslosen Ablauf sorgen. Zudem gibt es vor jeder Reise ein Treffen, bei dem auch Wünsche für die anstehende Reise geäußert werden können.

Informationen erhalten Interessierte unter anderem im Seniorenreisecafé. Das nächste Treffen ist am 30. Januar (Donnerstag), von 15 bis 17 Uhr im Bistro der Alexianer Waschküche an der Bahnhofstraße 6, Münster. Um eine vorherige Anmeldung zwecks Tischreservierung wird gebeten ☎ 0251/284 1839. Weitere Informationen, auch zu anderen Treffen, finden Interessierte im Internet auf folgender Homepage: www.seniorenreisen-ms.de



Eutin/Holsteinische Schweiz

Hotel Seeschloss am Kellerssee****, 5 Ü inkl. Frühstück, Elektrofahrzeugverleih +gefüllter Picknickkorb für 1 Tag oder Eintritt zu „Eutiner Festspielen“ (nur 11.7.-23.8.14), Eintritt ins Schwimmbad „Vital Oase Wilhelmshöhe“, p.P. im DZ ab **235 €**
Reiseveranstalter: Der Touristik GmbH & Co. KG, Eitel-v.-Behring-Str. 4, 60424 Frankfurt

Bremerhaven inkl. Bahnreise

Hotel Primula****, Hin- und Rückfahrt Bahnfahrt 2. Kl. (bis 400 km), 3 Übernachtungen inkl. Frühstücksbuffet, abends 3-Gang-Wahlmenü, z.B. 28.02.-02.03.14, p.P. ab **195 €**
Reiseveranstalter: Ameropa Reisen, Rewell-Packard-Str. 4, 41352 Bad Honning

Dresden inkl. Bahnreise

Bahnreise 2. Kl. ab/bis Münster, Ramada Resident Hotel Dresden**** inkl. Frühstücksbuffet, hochwertiger Reiseführer, Dresden City Card für 1 Erw. inkl. vieler Leistungen, wie Eintritt in Museen, Fahrten mit Bussen, Tram, Elbfähre uvm. z.B. 08.-11.03.14, p.P. ab **296 €**
Reiseveranstalter: Ameropa Reisen, Rewell-Packard-Str. 4, 41352 Bad Honning

**ADAC-Reisebüro, Weseler Str. 539
48163 Münster, 0251-531072**

Sitz des Unternehmens: Freie-Vogel-Str. 313, 44347 Dortmund

ADAC Nordfalen e.V.

:Volkshochschule: Münster

Lernen. Begegnen. Bilden.

Senior(inn)en
VHS

- Neues kennen lernen
- Gleichgesinnte finden
- Aktiv und fit bleiben

Tel. 0251 492-4321
www.vhs.muenster.de

VHS Münster, Aegidiemarkt 3, 48143 Münster, infotreff@stadt-muenster.de

Wer versorgt und pflegt, wenn ein pflegender Angehöriger sich z. B. in Urlaub befindet?

Die pflegerische Versorgungspraxis lässt immer wieder erkennen, dass etliche der pflegenden Angehörigen nicht vollständig über ihre Leistungsansprüche gegenüber der jeweiligen Pflegekasse informiert sind.

Sowohl dem Gesetzgeber als auch der jeweiligen Pflegekasse ist es ein besonderes Anliegen, pflegende Angehörige im Rahmen eines in Anspruch zu nehmenden Urlaubs oder einer persönlichen Auszeit, z. B. aufgrund einer Erkrankung, zu unterstützen. In diesem Zusammenhang spricht der Gesetzgeber von einer sogenannten Verhinderungspflege und bietet der jeweiligen Pflegeperson, die gegenüber der Pflegekasse genannt wurde, die Möglichkeit, die Kosten für eine Ersatzpflege bis zu längstens 4 Wochen pro Kalenderjahr in Anspruch zu nehmen. Die Ansprüche sind seit dem 1. Januar 2013 sogar pflegestufenunabhängig, so dass auch

Menschen in der Pflegestufe 0 bei dem Vorhandensein einer eingeschränkten Alltagskompetenz ebenso diesen Leistungsanspruch bewirken können.

Die Erbringung von Leistungen der Verhinderungspflege obliegt überwiegend erwerbstätigen Personen bzw. ambulanten Pflegediensten, eine Verhinderungspflege durch Verwandte bzw. Angehörige 1. Grades sieht der Gesetzgeber nicht vor bzw. führt zu einer entsprechenden Reduzierung des Ausgleichs. Derzeitig stellen die Pflegekassen einen jährlichen Betrag in Höhe von 1.550,- € zur Verfügung, der nicht den pflegestufenabhängigen Sachleistungsbeitrag reduziert. Beachten sollte man jedoch, dass während der Zeit der Inanspruchnahme von Leistungen der Verhinderungspflege es zu einer Neuberechnung des Pflegegeldes kommen kann. Grundsätzlich müssen die

Leistungen der Verhinderungspflege nicht en bloc genommen werden. So besteht auch die Möglichkeit, monatlich oder quartalsweise bei entsprechender Erfordernis diese Leistungen in die Versorgung mit einfließen zu lassen. Neben Arztbesuchen, der Teilnahme an kulturellen Veranstaltungen oder einem Kurzurlaub etc., lassen sich etliche Situationen aufzeigen, die den pflegenden Angehörigen oder Bekannten verhindern, die zu pflegende Person zu versorgen. Die Verhinderungspflege bietet somit eine gute Möglichkeit, einmal von der verantwortlichen Versorgung Abstand zu nehmen und Luft zu holen. Wir vom ambulanten Dienst des Klarastifts helfen Ihnen gerne bei der Antragstellung gegenüber Ihrer Pflegekasse weiter und zeigen Ihnen die unterschiedlichen Möglichkeiten der Verhinderungspflege auf. Kommen Sie einfach auf uns zu.

Jetzt kommt die Mittagsmahlzeit direkt zu Ihnen ins Haus!



- absolut frisch in unserer Küche zubereitet
- verschiedene Kostformen
- leckere Menüs, Eintöpfe
- erfrischende Salate und Desserts

**Rufen Sie uns an, wenn Sie Fragen haben –
Auskünfte erhalten Sie
unter Tel. 02 51/93 71-360**

Ambulante Dienste



Klarastift

Andreas-Hofer-Straße 72
Telefon 02 51/93 71-0
Telefax 02 51/93 71-350
E-mail: ambul-dienst@klarastift.de
www.klarastift.de

Wann immer Sie uns brauchen ...



... sind wir für Sie da.

Mit umfangreichen Leistungen aus einer Hand:

- Pflege
- Betreuung
- Hauswirtschaftliche Versorgungsdienste
- Vermittlung
- Beratung
- Unterstützung im Alltag
- Hausnotruf

Ambulante Dienste



Klarastift

Mehr Informationen erhalten Sie unter
www.ambulante-dienste-klarastift.de
oder ganz persönlich telefonisch
02 51/93 71-351

Viele Alternativen

Wohnen im Alter kann viele verschiedene Facetten und Wohnformen haben

Von Tanja Sollwedel

Wenn Menschen älter werden muss das nicht zwangsläufig mit geistigem und körperlichem Abbau einhergehen. Viele Senioren bleiben bis in ein hohes Alter fit und behalten ihre Selbstständigkeit. Auch bei der Entscheidung wo sie leben möchten.

Manche Menschen möchten zu Hause leben, auch dann wenn sie körperlich oder geistig abbauen. Andere zieht es in Wohnmodelle, in denen sie mit Gleichgesinnten selbstständig oder mit pflegerischer Betreuung leben

Wer trotz körperlicher Einschränkungen so lange wie möglich zu Hause wohnen möchte, kann Hilfe bekommen, um das zu ermöglichen. Ein ambulanter Pflegedienst kommt je nach Art und Ausprägung der körperlichen Einschränkungen unterschiedlich oft in die eigenen vier Wände, um dort zu unterstützen. Darüber hinaus bieten die meisten ambulanten Dienste weitere Leistungen an, wie eine hauswirtschaftliche Versorgung oder die Betreuung und Begleitung von Demenzkranken. Für den sicheren Verbleib im eigenen Wohnraum kann auch die Einrichtung ausschlaggebend sein. Wenn Senioren nicht alle Räume begehen



Jeder sollte sich rechtzeitig darüber Gedanken machen, wo er im Alter jeden Morgen aufwachen möchte.

Foto: Rainer Sturm/pixelio.de

können oder Teppiche zu Stolperfallen werden, ist es ratsam sich an einen Pflegedienst oder an die Wohnberatung der Stadt zu wenden. Ergänzend zu der Betreuung zu Hause kann eine Tagespflege in Anspruch genommen werden. In speziellen Tageseinrichtungen werden alte Menschen gepflegt und betreut und pflegende Angehörige damit entlastet. Sie treffen dort Gleichge-

sinnnte, essen gemeinsam und gestalten den Alltag.

In einem Demenz-Wohnheim leben die Menschen in kleinen Wohneinheiten mit einem eigenen Zimmer, Gemeinschaftsräumen und pflegerischer Betreuung. Meist gibt es kleinere Wohngruppen als in einem Seniorenheim und feste Bezugspflegekräfte mit einem strukturierten Tagesablauf, um den Demenzkranken ein

Umfeld zu bieten, in dem sie sich möglichst gut orientieren und zurecht finden können.

In einem Seniorenheim wiederum gibt es in der Regel größere Stationen und weniger Personal. Neben Gemeinschaftsräumen wie Esszimmern und einem Veranstaltungsraum, stehen den Bewohnern Einzel- oder Mehrbettzimmer zur Verfügung. Veranstaltungen wie

Singen, Kreatives, Kochen oder Gottesdienste werden meist stationsübergreifend angeboten. Eine andere Form gemeinschaftlichen Wohnens ist die Seniorenresidenz. Sie unterscheidet sich von einem Altenwohnheim im Aufbau und der hausinternen Struktur. Viele Residenzen haben zwar einen Pflegewohnbereich, aber im Vordergrund stehen Apartments für Senioren, die alleine wohnen und dabei gleichzeitig die Sicherheit und die Serviceangebote des Hauses nutzen möchten.

In Hausgemeinschaften oder im Betreuten Wohnen leben pflegebedürftige Menschen familienähnlich zusammen. Tagsüber sind Fachkräfte und Alltagsbegleiter für die Betreuung da, ein ambulanter Dienst kommt bei Bedarf zum Pflegen ins Haus und auch nachts ist eine Betreuungskraft vor Ort. Diese Form des Wohnens gibt es auch für Menschen ohne körperliche oder geistige Einschränkungen.

In Senioren-Wohngemeinschaften(WG) schließen sich agile Senioren oder auch Jung und Alt zusammen und profitieren im Austausch voneinander. Sie teilen sich Wohnraum und Miete, helfen sich gegenseitig und leben eigenständig, aber nicht alleine.

Anzeige

PROMEDICA PLUS
24h Betreuung und Pflege daheim

**Pflege mit Herz, Können
und Erfahrung durch geschultes,
osteuropäisches Personal**

- Fürsorglich
- In hoher Qualität
- Zu fairen Preisen



Tel. 0251 – 899 88 89

**Ihr Ansprechpartner vor Ort:
Johannes Gorschlüter**

PROMEDICA PLUS Münster
Edelbach 65 | 48157 Münster
Tel. 0251 – 899 88 89
info@muenster.promedicaplus.de
www.muenster.promedicaplus.de



Fürsorgliche Betreuung und Pflege von Senioren daheim

PROMEDICA PLUS ist ab sofort mit persönlichem Ansprechpartner in Münster vor Ort

Familien in Münster und im Münsterland können ab sofort fachkundige und kompetente Hilfe für die Betreuung und Pflege ihrer Angehörigen erhalten. Seit August 2013 steht Senioren und deren Angehörigen hier ein persönlicher Ansprechpartner von PROMEDICA PLUS, dem Vermittler von osteuropäischen, qualifizierten Betreuungs- und Pflegekräften für Senioren in Privathaushalten, zur Verfügung.

PROMEDICA PLUS-Berater Johannes Gorschlüter kann nun gemeinsam mit den Senioren und deren Angehörigen in persönlichen Gesprächen den notwendigen Betreuungs- und Pflegebedarf erörtern – immer individuell zusammengestellt und auf die persönlichen Bedürfnisse und die häusliche Situation des Pflegebedürftigen abgestimmt. Zudem unterstützt Johannes Gorschlüter Senioren und Angehörigen bei der Beantragung von Hilfsmitteln, dem Ausfüllen von Anträgen und steht den Kunden während der gesamten Zusammenarbeit begleitend und beratend zur Seite.

PROMEDICA24, das exklusive Partnerunternehmen von PROMEDICA PLUS, das die Betreuungs- und Pflegekräfte nach Deutschland entsendet, hat bereits mehr als 17.000 Betreuungs- und Pflegekräfte in

deutsche Haushalte vermittelt und ist europäischer Marktführer für Betreuungsdienstleistungen für Senioren in Privathaushalten.

„Fürsorgliche Betreuung rund um die Uhr, in hoher Qualität und zu fairen Preisen. Dafür steht PROMEDICA PLUS. Denn jeder Mensch hat das Recht, seinen Lebensabend in seinen eigenen vier Wänden, seiner lieb gewonnenen Umgebung, zu verbringen. PROMEDICA PLUS gibt den Senioren und deren Angehörigen diese Möglichkeit und unterstützt sie mit zuverlässigen, osteuropäischen Betreuungs- und Pflegekräften in ihrem Alltag. Ich freue mich darauf, interessierten Senioren und deren Angehörigen in Münster und im Münsterland unser umfassendes Betreuungs- und Pflegeangebot vorzustellen“, so PROMEDICA PLUS-Berater Johannes Gorschlüter.



Johannes Gorschlüter steht Ihnen ab sofort in Münster für kostenlose Informationen und persönliche Beratung telefonisch unter Telefon 0251-8998889 oder per Email unter info@muenster.promedicaplus.de zur Verfügung.

Fitness für Senioren

Ausdauertraining ist das A und O

Je älter ein Mensch wird, desto weniger leistungsfähig ist sein Körper. Der natürliche Verfall ist zwar letztlich unaufhaltsam, aber er lässt sich verlangsamen. Ausdauer-sport steht dabei an erster Stelle.

Bei älteren Menschen schrumpfen Gelenkknorpel und Bandscheiben, erklärt Patrik Reize, Ärztlicher Direktor der Klinik für Orthopädie und Unfallchirurgie im Klinikum Stuttgart. Zudem ist die Sauerstoffaufnahme geringer. Und weil es zu einem Verlust an Kraft und Muskelmasse kommt und der Körperfettanteil steigt, nehmen Ältere bei gleicher Aktivität und Kalorienzahl eher an Gewicht zu als Jüngere.

„In der gesamten Entwicklungsgeschichte ist der Mensch ja höchstens 40 oder 50 Jahre alt geworden“, sagt Prof. Hans-Georg Predel, Leiter der Abteilung Präventive und rehabilitative Sport- und Leistungsmedizin an der Deutschen Sporthochschule Köln. „Um die Spanne zwischen 60 und 90 Jahren, die wir heute geschenkt bekommen, gesundheitlich fit und ohne Erkrankungen zu erleben, brauchen wir die Beanspruchung durch eine vielfältige körperliche Aktivität.“

Predel sieht den Hauptnutzen gerade des Ausdauer-sports darin, die Funktionalität des Stoffwechsels, aber auch aller Organsysteme zu erhalten. „Daher ist sportliche Aktivität das einzige



Beim Nordic Walking schonen ältere Sportler ihre Gelenke weitaus mehr als beim Jogging. Foto: Kai Remmers/dpa

Anti-Aging, das wirklich wirkt.“ Nicht nur das Herz-Kreislauf-System profitiert davon, auch bei Lungen-, Tumor- sowie chronisch-entzündlichen und sogar psychiatrischen Erkrankungen könne Bewegung positiv wirken. Umgekehrt nehme das Risiko für Alterserkrankungen wie Herzinfarkt, Herzschwäche oder Schlaganfall bei Bewegungsmangel zu.

Beim Ausdauersport wie dem regelmäßigen Laufen baut der Mensch außerdem Fett ab, stärkt die Muskulatur und wirkt der Schwächung des Körpers damit wenigstens teilweise entgegen. Allerdings ist das klassische Jogging wegen der Belastung der Gelenke umstritten. Uneingeschränkt empfehlenswert sind dagegen zum Beispiel Nordic Walking, (Berg-)Wandern, Radfahren,

Skilanglauf oder Schwimmen. Aber wer zu viel macht, den bestraft der Körper. Für Neueinsteiger ist deshalb eine medizinische Voruntersuchung empfehlenswert. Doch auch erfahrene Freizeitsportler sollten sich ärztlich begleiten lassen. Das kann der Hausarzt oder ein Sportmediziner übernehmen. (dpa)



ERST FRAGEN, DANN FAHREN!

Medikamente können Ihre Fahrtüchtigkeit im Straßenverkehr erheblich beeinflussen. Wenn Sie wissen wollen, ob Sie sich nach der Einnahme noch sicher ans Steuer setzen können, fragen Sie in Ihrer Apotheke. Wir beraten Sie kompetent und umfassend zu allen Wirkstoffen und ihren Nebenwirkungen.

Mit freundlicher Unterstützung von:

ADAC

UNSERE LEISTUNG
FÜR IHRE
GESUNDHEIT.



Unterwegs im Internet

Breites Angebot für Senioren, die sich im Netz bewegen

Die Internetseite „Seniorenportal Münster“ richtet sich gezielt an ältere Menschen und hat sich in den vergangenen zweieinhalb Jahren gut etabliert.

Sie bietet neben konkreten Informationen über Angebote in Münster und den Stadtteilen auch eine breite Themenvielfalt an. Hinweise und Servicetipps zu den Bereichen Gesundheit, Bildung, Freizeit, Wohnen und Unterstützung im Alltag stehen dabei im Vordergrund.

Das Seniorenportal Münster wächst durch die Beteiligung von Vereinen, Initia-

tiven und ehrenamtlichen Redakteuren, die eigenständig Termine eintragen. Neben der Vielfalt an Informationen bietet das Seniorenportal auch konkrete Unterstützung an für Senioren, die als Anfänger oder Fortgeschrittene das Internet nutzen möchten. Vereine, die Internetgruppen gründen möchten, können dafür organisatorische Unterstützung bekommen. Im letzten Jahr sind mehrere Initiativen mit entsprechenden Angeboten gestartet. Beim Computerstammtisch im Hörbe-

hindertenzentrum in Hiltrup zum Beispiel

informieren Referenten regelmäßig über Themen wie E-Mail, Soziale Netzwerke und Sicherheit im Netz. Auch bei der AWO in Wolbeck findet ein offener Internettreff statt. Und in der Evangelischen Familienbildungsstätte Münster (Fabi) werden jede Woche offene Termine im Bereich Computer und Internet angeboten.

Zu allen Terminen können Interessierte ohne Anmeldung kommen, das ist den Veranstaltern besonders wichtig. Die Angebote sind kostenlos oder gegen kleine Spenden zu nutzen. Eine Liste mit offenen Angeboten ist auf der Seite des Seniorenportals verlinkt und als Flyer erhältlich. Bei Fragen oder Anregungen wenden sich Interessierte an Stefanie Haverkock,

Email: seniorenportal@evfab-ms.de, ☎ 0251/481 67 84, Homepage: www.senioren.muenster.de



Das Angebot der Stadtteilinitiative richtet sich vor allem an Demente und ihre pflegenden Angehörigen.

Auszeit gefällt?

Betreuungsgruppe für Demenzerkrankte

Ein besonderes Angebot der Stadtteilinitiative in Mecklenbeck ist die Betreuungsgruppe „Kleine Auszeit“ für Menschen mit Demenzerkrankungen. So sollen pflegende Angehörige temporär entlastet werden.

Geleitet wird die Gruppe von einer examinierten Krankenschwester sowie zertifizierten Demenzbetreuungspersonen. Das Angebot wird fachlich begleitet durch die gerontopsychiatrische Beratungsstelle der Alexianer-Krankenhaus

GmbH.

Die Senioren verbringen einen geselligen Nachmittag mit gemeinsamem Kaffeetrinken, Singen, Gedächtnisübungen, Bewegungsspielen und gelegentlichen Ausflügen.

Die Treffen sind immer dienstags von 15 bis 18 Uhr im Gemeindehaus der evangelischen Johannes-Kirchengemeinde in der Mecklenbecker Straße 435. Informationen vorab erteilt Rosi Vogel unter ☎ 0251/7 47 68 46. (sr)



Foto: birgith/pixelio.de

WIR MACHEN SIE WIEDER MOBIL AM ST. FRANZISKUS-HOSPITAL AHLEN!

Unsere Gelenke müssen im Laufe unseres Lebens vielen Belastungen standhalten. Doch gerade bei **übermäßiger oder einseitiger Beanspruchung**, werden die Gelenkflächen und der Gelenkknorpel abgenutzt. **Rheumatische Erkrankungen oder chronische Entzündungen** können diesen Prozess zusätzlich begünstigen und beschleunigen und auch **Tumore oder komplizierte Brüche** können ein Gelenk dauerhaft schädigen. Die Betroffenen leiden zunehmend unter Schmerzen und Bewegungseinschränkungen, die die Lebensqualität deutlich verschlechtern.

Um die Funktion des Gelenkes wieder herzustellen und Schmerzen zu lindern, haben wir die Möglichkeit, die Gelenke durch sogenannte **Prothesen (künstliche Gelenke)** zu ersetzen. Für eine optimale und individuell angepasste Versorgung, stehen uns die unterschiedlichsten Modelle und Operationsverfahren zur Verfügung.



Am Endoprothetikzentrum Ahlen bieten wir Ihnen eine spezielle Gelenk- und Endoprothetiksprechstunde:
Dienstag und Donnerstag 14.00 Uhr – 17.00 Uhr und nach telefonischer Vereinbarung. Unser Sprechstundentelefon für Sie: 02382 858-311.

Dr. med. Thomas Haug, Ärztlicher Direktor
Orthopädie und Unfallchirurgie
Telefon 02382 858-307, Fax 02382 858-308
Thomas.Haug@sfh-ahlen.de

ST. FRANZISKUS-HOSPITAL
AHLEN



Eine Einrichtung der St. Franziskus-Stiftung Münster

Zehen gerade sein lassen

Deformationen der Füße verursachen Schmerzen und können den ganzen Körper beeinflussen

Von Sebastian Rohling

Stehen, laufen, gehen, hüpfen, springen... – unsere Füße bewegen sehr viel. Sie können aber auch schmerzen und sich über die Jahre deformieren.

Das wohl bekannteste Problem in diesem Zusammenhang ist die „Ballenzehe“ – in der Fachsprache „Hallux valgus“ genannt. Dabei handelt es sich um eine Schiefstellung der Großzehe nach außen. Die Mechanik des Großzehen-Grundgelenkes und die Statik des Fußes ist dadurch gestört. Zudem verlaufen die Sehnen zu den Zehen nicht mehr zentral über das Gelenk. Dadurch ziehen sie die Großzehe weiter in diese schiefe Position. Neben dem störenden kosmetischen Aspekt führen häufig schmerzhaft Entzündungen zum Arzt. „Nicht behandelt treten bei einer solchen Fußdeformität neben den Schmerzen häufig schwere Entzündungen an den Druckstellen auf“, erklärt Dr. Hans-Ludwig Lenz, Oberarzt des Bereiches Orthopädie, Unfall- und Handchirurgie in der Chirurgischen Klinik des Evangelischen Krankenhauses (EVK). „Die Betroffene

nen gewöhnen sich wegen der Schmerzen einen Schongang an. Der wiederum kann Knie-, Hüft- und Rückenprobleme nach sich ziehen“, ergänzt der zertifizierte Fußchirurg.

Eine einmal eingetretene deutliche Fehlstellung der Großzehe lässt sich dauerhaft nur durch eine Operation korrigieren. „Wirklich notwendig ist eine OP aber

erst dann, wenn sich lokale Druckprobleme zeigen oder der Patient regelmäßig Schmerzen hat“, beruhigt Lenz. Aber auch die kosmetischen und statischen Aspekte solle man nicht außer Acht lassen. In jedem Fall solle man nicht so lange warten bis Spätfolgen der Fehlstellung eingetreten seien.

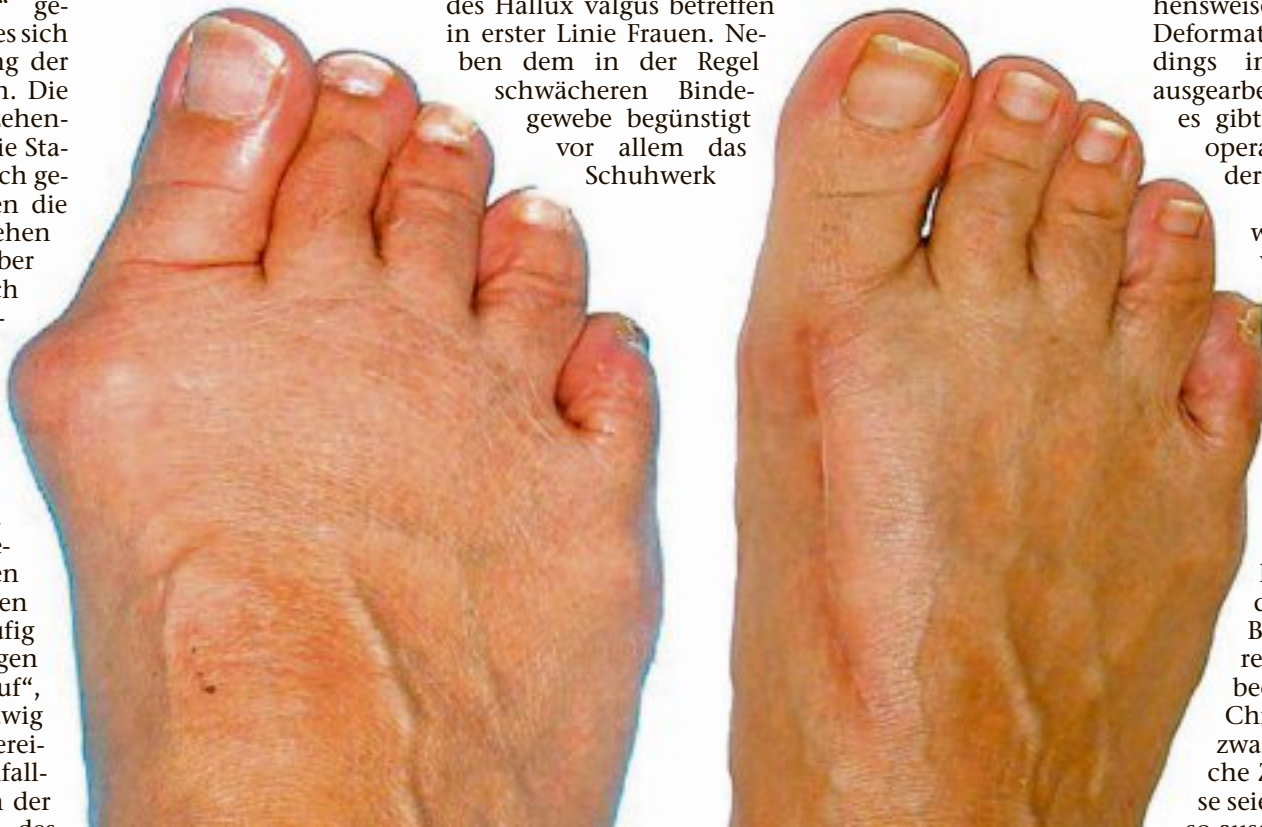
Stärkere Ausprägungen des Hallux valgus betreffen in erster Linie Frauen. Neben dem in der Regel schwächeren Bindegewebe begünstigt vor allem das Schuhwerk

der Damen diese Fehlentwicklung. Denn durch einen höheren Absatz tritt ein verstärkter Druck im Vorfußbereich auf. Das begünstigt einerseits die Spreizfußbildung, andererseits werden dadurch die Zehen in den Schuh gepresst. Auch sind die Schuhspitzen bei Damenschuhen häufig zu eng. Den Zehen wird so der notwendige Freiraum

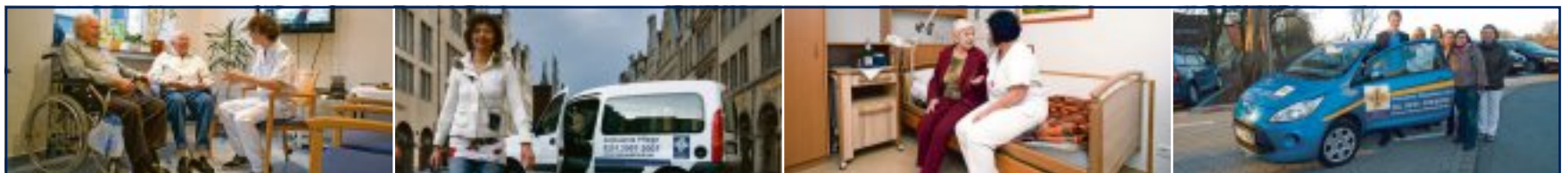
genommen.

„Wenn jemand von seinem Hausarzt oder seinem Orthopäden an uns verwiesen wird, ist die Deformation in der Regel schon so weit fortgeschritten, dass nicht-operative Maßnahmen ausgeschöpft sind. Dann schafft nur noch eine OP Abhilfe“, so Lenz. Dabei gebe es verschiedene Ansätze. Details sowie die Vorgehensweise zur Korrektur der Deformation müssten allerdings immer individuell ausgearbeitet werden. Denn es gibt nicht den einen operativen Weg, sondern mehrere.

Problematischer wird es allerdings, wenn zu der Schiefstellung auch noch eine fortgeschrittene Arthrose hinzukommt. Dann kann das Ergebnis einer OP auch drastischer ausfallen. „Im Extremfall kann eine Gelenkversteifung für den Patienten die Befreiung von jahrelangen Schmerzen bedeuten“, so der Chirurg. Denn es gebe zwar diverse künstliche Zehengelenke, diese seien aber noch nicht so ausgereift und haltbar wie man es von anderen Gelenken her kenne.



Ein Fuß vor (links) und nach einem operativen Eingriff (rechts). Ein solcher Eingriff hat nicht nur medizinische, sondern auch ästhetische Vorteile. Foto: commons.wikimedia.org/DrNealBlitz



Professionelle Pflege aus einer Hand!

Ambulante Pflege des Clemenshospitals:	0251.976-4070	j.hemelt@clemenshospital.de
Ambulante Pflege der Raphaelsklinik:	0251.5007-2007	AmbPflege@raphaelsklinik.de
Kurzzeitpflege des Clemenshospitals:	0251.976-4080	kurzzeitpflege@clemenshospital.de
Kurzzeitpflege der Raphaelsklinik:	0251.5007-2010	kzp@raphaelsklinik.de
„Essen auf Rädern“ der Raphaelsklinik:	0251.5007-2407	kueche@raphaelsklinik.de

Clemenshospital GmbH
Düesbergweg 124, 48153 Münster
www.clemenshospital.de

Raphaelsklinik Münster GmbH
Loerstraße 23, 48143 Münster
www.raphaelsklinik.de



Aufgabenorientierte Therapien

Reha kann helfen, kein Fall für die Pflege zu werden

Es kann theoretisch jeden treffen. Jemand ist schwer krank und liegt deswegen länger, vielleicht sogar Monate lang im Krankenhaus und ist letztlich auf den Rollstuhl angewiesen. Statt Pflegeeinrichtung kann an den Krankenhausaufenthalt aber auch eine Rehabilitation angeschlossen werden.

Schritt für Schritt werden während der Reha sowohl psychische wie auch physische Belastungsfähigkeit gesteigert, so dass dieser fiktive Patient sukzessive über die Zwischenstationen Rollator und Gehstützen sogar das freie Gehen wieder erlernen kann. Das ist viel Arbeit, motiviert aber sehr und erreicht, dass diese Menschen wieder aktiv am Leben teilhaben können.

Die moderne medizinische Rehabilitation bietet Möglichkeiten, einer dro-



Eine gute Reha kann im Alter davor schützen, nach einem Unfall oder einer OP zum Pflegefall zu werden.

Foto: ZaR

henden Pflegebedürftigkeit vorzubeugen und somit möglichst selbstständig und selbstbestimmt an allen relevanten Lebensbereichen teilzunehmen. Ein interdis-

ziplinäres Ärzte- und Therapeutenteam, wie es zum Beispiel im ZaR – Kompetenzzentrum für ambulante Rehabilitation Münster – vorhanden ist, entwickelt indi-

viduelle, aufgabenorientierte Therapien. Dies bedeutet, dass nicht die eigentliche Diagnose im Vordergrund steht, sondern, dass die Alltagsprobleme, die eine Er-

krankung oder ein Unfall nach sich ziehen, die Therapiezusammenstellung beeinflussen.

In der Reha lernen Patienten, ihren Alltag wieder eigenständig zu bewältigen. Die allgemeine Ausdauer und Leistungsfähigkeit werden aktiviert. Alltägliche Handgriffe, die durch eine Erkrankung nicht mehr möglich waren, werden in individuellen Therapien eingeübt. Kochen, der Toilettengang, das tägliche Duschen, das eigenständige Ankleiden oder andere feinmotorische Handgriffe sind nach einer entsprechenden Reha keine unüberwindlichen Hürden mehr. Durch spezielle Trainingseinheiten wie zum Beispiel Bus- oder auch Radfahrtraining werden im ZaR die allgemeine Orientierungsfähigkeit und die Mobilität wieder aktiviert.

WENN AUS DEM ZIPPERLEIN EINE KRANKHEIT WIRD

Dass in unserer Gesellschaft so viele Menschen alt werden können, ist ein Glücksfall. In den letzten 100 Jahren haben wir drei Jahrzehnte Lebenserwartung gewonnen. Das Altern kann jedoch auch Probleme bereiten. Wenn aus dem Zipperlein mehr wird und die Lebensqualität darunter leidet, sollte das Problem mit dem Hausarzt besprochen werden.

Daneben gibt es am St. Elisabeth-Hospital in Beckum die **Fachabteilung für Geriatrie mit hoch spezialisierter Medizin**. Besonders ausgebildete Ärzte kümmern sich gemeinsam mit **Pflegekräften, Physio- und**

Ergotherapeuten, Logopäden, Seelsorgern und Sozialarbeitern um die Patienten, die – anders als jüngere – meist an mehreren Krankheiten und Funktionsstörungen gleichzeitig leiden.

Die Altersmedizin steht auch in den anderen Abteilungen im Fokus: **Die Chirurgie, die Urologie, die internistischen Abteilungen sowie die Orthopädie** widmen sich der Behandlung von Alterskrankheiten.

AN 365 TAGEN IM JAHR, RUND UM DIE UHR, FÜR SIE DA!

ST. ELISABETH-HOSPITAL
BECKUM



Eine Einrichtung der St. Franziskus-Stiftung Münster





Prothesen-Probleme ade! Jetzt kann ich wieder lachen.

Schluss mit wackligem Zahnersatz, der einem in vielen Situationen die Freude verdirbt. Ob beim Essen, Reden oder beim Sport.

Mit den MDI Mini-Dental-Implantaten schafft es Ihr Zahnarzt in nur einem Behandlungstermin, dass Ihre Prothese auf Dauer stabil sitzt. Zu Konditionen, die den Geldbeutel und die Gesundheit schonen. Das Schöne dabei ist: Sie können mit dem MDI-System Ihren vertrauten Zahnersatz behalten.

In der Regel können die Mini-Dental-Implantate direkt nach der Behandlung belastet werden. Sie verlassen die Zahnarztpraxis mit einem sicheren Gefühl und einem strahlenden Lachen.

MDI
Mini-Dental-Implantate



Leckers Essen genießen, unbeschwert mit Freunden und Bekannten plaudern - aber wie soll ich das mit meinen dritten Zähnen genießen? Oder: Wie sollen das meine Eltern und Großeltern mit ihrem „Gebiss“ schaffen?

Probleme beim Kauen sind an sich schon schlimm genug. Die Genussfähigkeit leidet, und zu den Folgen kann sogar eine generell ungesündere Ernährung zählen. Die typischen Pfeif- oder Zischgeräusche bei F-, S- und SCH-Lauten führen zu Unsicherheiten im Umgang mit anderen Menschen. Soziale Kontakte gestalten sich schwieriger und nehmen ab. Selbst die Angehörigen trauen sich oft nicht so recht, das Thema bei Eltern und Großeltern anzusprechen.

Woran liegt es eigentlich, wenn eine Prothese im Unter- oder Oberkiefer nicht richtig sitzt, immer wieder schaukelt oder verrutscht? Bei geringer Belastung des Kiefers, naturgemäß vor allem dort, wo keine Zähne (oder Implantate) stehen, kommt es zur Rückbildung der knöchernen Strukturen. Sie flachen ab, und die Prothese findet nicht den nötigen Halt. Selbst mit Haftcreme lassen sich diese Probleme häufig nicht mehr befriedigend lösen.

In dieser Situation liegt der Gedanke an eine implantologische Behandlung nahe. Eine klassische Implantation empfinden viele Patienten jedoch als zeitaufwendig, körperlich anstrengend und kostenintensiv.

Unspektakulärer Eingriff - überzeugender Tragekomfort

Aber es gibt eine gute Alternative: die so genannte minimalinvasive Implantologie, ein im Vergleich zum klassischen Vorgehen kleiner chirurgischer Eingriff, unter Verwendung von Mini-Implantaten. Diese sind viel schlanker als die bekannten klassischen Implantate und lassen sich aus diesem Grund ohne aufwendige Vorbehandlung in den Kiefer einbringen. Ein Patient mit zahnlosem Unterkiefer entscheidet sich nach der Beratung in der Praxis für Implantate.

Es handelt sich um einen vergleichsweise unspektakulären Eingriff. So mancher Patient war schon überrascht, wie schnell die Sache „über die Bühne“ gegangen ist - und zwar in aller Regel in einer einzigen Sitzung. Die Prothese wird so umgearbeitet, dass sie sich über einen Schnapp-Mechanismus einfach herausnehmen und wieder einsetzen lässt. Dazu werden kleine Metallgehäuse in die Prothese eingearbeitet, die über einen elastischen Gummiring fest auf den Kugelköpfen der Implantate auf-

schnappen. Häufig kann hier sogar die vorhandene Prothese weiter verwendet werden.

Geringe Behandlungsdauer - tragbare Kosten

Speziell bei einer Unterkieferprothese kann der Patient in den meisten Fällen bereits nach einer einzigen Sitzung mit einer stabilisierten Prothese entlassen werden. Er kann direkt nach dem Einsetzen der Implantate wieder zubeißen und unbeschwert sprechen, wie er es von früher gewohnt ist. Bei der Oberkieferprothese wird in der Regel eine Einheilzeit von vier bis sechs Monaten abgewartet. Während dieser Zeit kann der Patient seine Prothese problemlos weiter tragen, und er genießt dabei bereits einen besseren Tragekomfort.

Der finanzielle Aufwand für den Patienten richtet sich selbstverständlich stets nach dem Einzelfall. Um einen groben Anhaltspunkt zu haben: Für die hier beispielhaft beschriebene Stabilisierung einer Unterkieferprothese mit vier Mini-Implantaten ist mit der Hälfte der Kosten für eine klassische Implantatbehandlung zu rechnen.

Entscheidend ist in jedem Falle die gründliche Beratung durch einen Zahnarzt, der sich im Bereich der minimalinvasiven Implantatologie spezialisiert hat.

Praxis für ganzheitliche Zahnmedizin

**Dr. Ulrich
Schnellhardt**

Kiesekampweg 4
48157 Münster
Tel. 02 51/24 61 87

www.dr-schnellhardt.de

ganzheitliche
Zahnmedizin

Natur

Dr. med. dent.
Ulrich Schnellhardt

Halt für die „Dritten“

Signale richtig deuten

Ein Herzinfarkt kündigt sich nicht immer gleich an / Bewusstsein der Patienten muss sich ändern

Von Sebastian Rohling

Ein Gefühl von Enge in der Brust, Schmerzen in Schulter und Arm, Schweißausbruch und Blässe – das sind typische Anzeichen für einen akuten Herzinfarkt.

Ein Herzinfarkt muss sich aber nicht zwangsläufig so ankündigen. Das musste auch Klaus Stoppe erfahren. Wohlwissend, dass er zu einer Risikogruppe gehört – Diabetes und Übergewicht – hatte er aus einem ganz anderen Grund seinen Hausarzt aufgesucht. „Ich hatte immer wieder Schwindelgefühle. Das ich auch ein Problem mit Kurzatmigkeit hatte war mir zu dem Zeitpunkt noch gar nicht bewusst. Erst im Nachhinein ist mir aufgegangen, dass ich bei Spaziergängen immer der letzte war“, beschreibt der 64-jährige Rentner die Beweggründe.

Ohne die Überweisung seines Hausarztes zum Kardiologen hätte jede weitere körperliche Belastung von Stoppe seine letzte sein können. „Die Herzkatheteruntersuchung brachte das Ergebnis, dass zwei wichtige Gefäße um 90 Prozent verengt waren“, erklärt der Kardiologe Dr. Max Weber,

einer der zwei Leiter der Kardiologischen Gemeinschaftspraxis Münster, die in sehr enger Kooperation mit der Raphaelsklinik steht. „Eine solche Verengung der Herzkranzgefäße ist lebensgefährlich“, ergänzt sein Kollege Dr. Marco Castrucci.

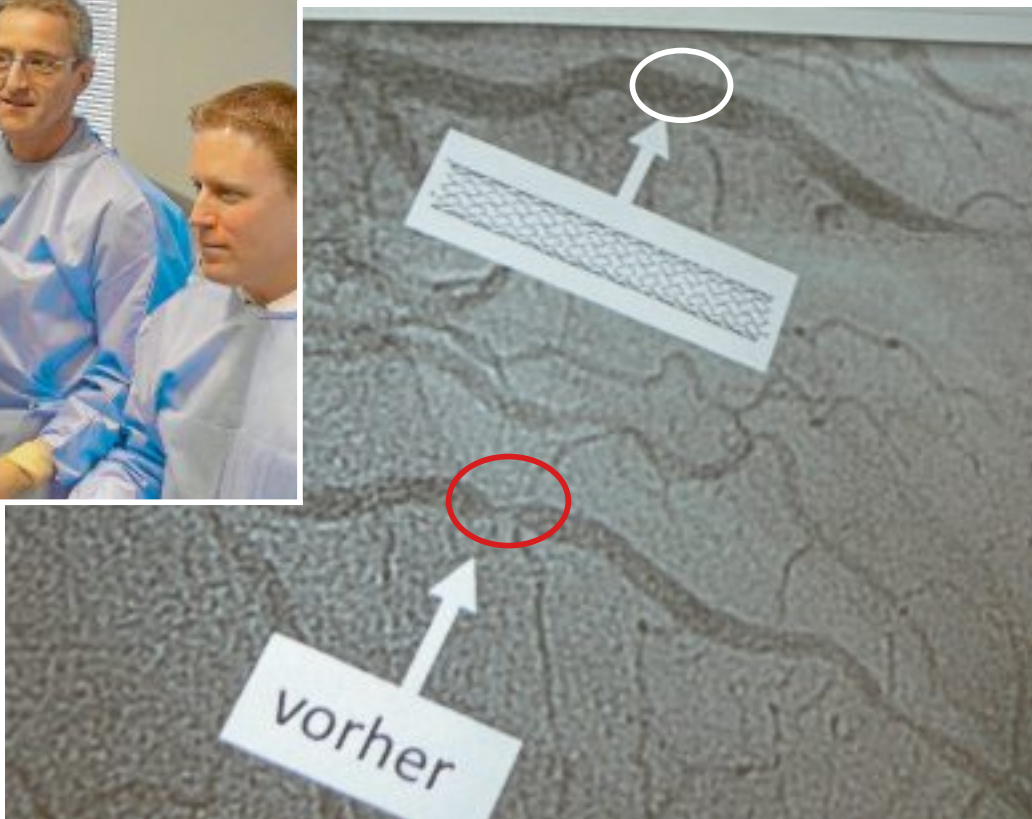
Das Problem, das Stoppe hatte, betrifft vor allem diejenigen, die bereits an einer chronischen Erkrankung, wie zum Beispiel Diabetes, leiden. Sie haben oftmals keine klassischen Infarkt-Symptome. „Für diese Menschen ist es vor allem wichtig, dass sie regelmäßig zu ihrem Hausarzt gehen und offen mit ihm über Veränderungen des Körpers reden. Zudem sollten sie noch mehr auf ihren Körper hören als andere Menschen“, ermahnt Dr. Frank Lieder,

Leiter der Chest-Pain-Unit der Raphaelsklinik. Die Mediziner sind sich einig, dass jeder lieber einmal zu oft seinen Hausarzt aufsuchen sollte, anstatt das Risiko eines Infarktes einzugehen. Denn die Diabetes sorgt dafür, dass das Schmerzbewusstsein des Körpers nicht mehr richtig funktioniert. So kann es vorkommen, dass

ein Diabetiker zum Beispiel nicht spürt, wenn ein Stein in seinem Schuh steckt (und in den Fuß drückt) oder ein stechender Schmerz in der Brust einen Infarkt ankündigt.

Aufgrund der präzisen Diagnose und dem schnellen Eingriff bei Klaus Stoppe, er bekam zwei Stents, geht es dem Rentner gerade

einmal eine Woche nach dem Eingriff wieder deutlich besser. „Ich bin jetzt auch nicht mehr das Schlusslicht bei unseren gemeinsamen Spaziergängen“, strahlt der Pensionär. Zudem weiß er für die Zukunft die Signale seines Körpers besser zu erkennen und mit seinem Hausarzt zu besprechen.



Auf dem Foto ist zu erkennen, wie sich die Arterie verengt hat (vorher) und wie sie nach dem Einfügen eines Stents (oberes Bild) aussieht. Kleines Bild: Der Eingriff bei Klaus Stoppe wurde von Dr. Max Weber (Mitte) und Dr. Frank Lieder (links) vorgenommen. Fotos: Sebastian Rohling

HALLO

Sonderbeilage

SENIOREN

Die nächste Ausgabe der
Hallo-Sonderbeilage
erscheint am 06. Juli 2014.
Sprechen Sie uns an!



Anzeigenschluss
ist Mittwoch, der
25. Juni 2014
um 12.00 Uhr

Ansprechpartner:

Jens Schneevogt
Telefon 02 51/690-96 23
Telefax 02 51/690-96 20

Wenn weniger viel mehr ist

Auch im Alter lohnt es sich mit dem Trinken von Alkohol aufzuhören

Von
Sebastian Rohling

Die Zahlen sprechen für sich: 1,8 Millionen Alkohol-süchtige gibt es in Deutschland. Weitere 1,6 Millionen trinken sehr viel und insgesamt trinken 7,4 Millionen Bundesbürger mehr als ihnen gut täte. Dazu zählen auch viele Senioren.

Ein Sprichwort besagt: Es ist selten zu früh und niemals zu spät. Das gilt auch für Fragen des Lebenswandels – bis ins hohe Alter. Denn auch wenn das Rauschtrinken im Alter deutlich abnimmt, liegt der durchschnittliche tägliche Alkoholkon-

sum kaum unter dem der Altersgruppe ab 30 Jahren, so die Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen (DHS). „Innerhalb der Suchtberatung spüren wir auch, dass sich immer mehr Menschen im Alter ihrer Suchtproblematik stellen und bei uns Hilfe suchen“, erklärt Franz-Josef Wille vom Beratungs- und Bildungszentrum der Diakonie Münster.

Die Gründe, warum Menschen im Alter Alkoholmissbrauch betreiben sind, so vielfältig und unterschiedlich wie in allen anderen Jahrgängen auch. So ist auch das Bild des trinkenden Witwers längst überholt. Rund 28 Prozent der Menschen ab 65 Jahre haben laut DHS einen riskant hohen Konsum.

„Nicht alle Klienten kommen aus eigenem Ansporn. Oftmals sind es Freunde und Familie die sagen, ‚Jetzt ist genug – Du brauchst Hilfe‘. Es gibt sogar Fälle, in denen die Kinder damit drohen, dass Oma und/oder Opa die Enkel nicht mehr zu sehen bekommen“, erinnert sich Wille, der schon seit vielen Jahren in der Suchtberatung tätig ist. „Durch habe ich einen klaren Vorteil gegen-

über meinen jungen Kollegen. Denn es kommt noch immer sehr häufig vor, dass Senioren sich ihres Problems bewusst sind, aber nur bereit zum Reden sind, wenn sie jemanden vor sich haben, der eine gewisse Lebenserfahrung aufweisen kann.“ Das hätte nichts mit der Qualifikation und dem Einfühlungsvermögen der Jungen zu tun, sondern vielmehr mit der individuellen Einstellung der Klienten zu tun.

Egal wie alt jemand ist, Wille hatte auch schon Klienten jenseits der 80 Jahre, es gibt viele Gründe, den Konsum von Alkohol zu reduzieren oder sogar ganz einzustellen. Denn mit dem Alter verlangsamt sich auch der Stoffwechselkreislauf. Das bedeutet, dass der Ab-

bauprozess des Alkohols im Alter immer länger dauert und die Alkoholverträglichkeit immer weiter abnimmt. Ein weiteres Problem ist, dass Menschen mit zunehmenden Alter auch immer häufiger Medikamente einnehmen. In Kombination mit Alkohol kann es dann zu unerwünschten Wechselwirkungen kommen.

Für Menschen, die Hilfe und Unterstützung brauchen, gibt es verschiedene Anlaufstellen, bei denen sie sich melden können. Dazu gehören neben den Einrichtungen in kirchlicher Trägerschaft auch verschiedene Angebote von Sozialverbänden. Die Einrichtungen helfen auch bei anderen Suchtproblemen wie Nikotin- oder Medikamentenabhängigkeit.

Zum Thema

Genuss oder Missbrauch?

Die Grenzen für risikoarmen Konsum sieht das wissenschaftliche Kuratorium der DHS für Frauen bei 10 bis 12 Gramm Alkohol täglich und für Männer bei bis zu 24 Gramm. Für die Damen bedeutet das, dass nach circa einem Bier oder einem Glas Sekt oder Wein Schluss sein sollte.

Männer dürfen das doppelte trinken.

Für ältere Menschen ist die Angabe schwieriger. Es wird empfohlen, dass sie sich diesbezüglich mit ihrem Arzt besprechen. Dieser kann auch vor möglichen Wechselwirkungen mit Medikamenten warnen. (sr/dhs)

Foto: Brandtmarke/pixelio.de

Bildungsstätte im
ENNOHAUS

**Arbeitskreis
Ostviertel e.V.**

Bennostraße 5
48155 Münster

Tel. 02 51-6 09 67-3

Fax 02 51-6 09 67-77

www.bennohaus.org

Bildungsstätte (BiB) im Bennohaus & „TiB“-Thementreff: Termine 2014

A1 Einsteigerkurs Spanisch f. Senioren 27.01.–07.07.2014	12.45–14.15 Uhr	17.02.–10.03.2014 19.02.–05.03.2014 19.02.–05.03.2014	14.00–16.30 Uhr 9.15–11.45 Uhr 14.00–16.30 Uhr
A2 Aufbaukurs Spanisch f. Senioren 27.01.–07.07.2014	14.45–15.15 Uhr	04.03.–18.03.2014 04.03.–18.03.2014 28.04.–12.05.2014 28.04.–12.05.2014	9.15–11.45 Uhr 14.00–16.30 Uhr 9.15–11.45 Uhr 14.00–16.30 Uhr
TiB-Thementreff: Tanzen für die Gesundheit 31.01.2014	9.00–10.30 Uhr	PC-Beratung für Senioren 21.02.2014 28.04.2014	10.00–11.00 Uhr 17.00–18.00 Uhr
PC-Einsteigerkurs Windows 8 f. Senioren 04.02.–25.02.2014 04.02.–25.02.2014 17.03.–07.04.2014 17.03.–07.04.2014	9.15–11.45 Uhr 14.00–16.30 Uhr 9.15–11.45 Uhr 14.00–16.30 Uhr	Online-Banking für Senioren 21.02.2014	14.00–15.00 Uhr
TiB-Thementreff: Gitarrenunterricht (Senioren) 07.02.2014	17.30–18.00 Uhr	Arbeiten mit Tablets für Senioren 06.03.–20.03.2014 08.05.–22.05.2014	9.15–11.45 Uhr 9.15–11.45 Uhr
Handytraining für Senioren 12.02.2014 09.04.2014	9.30–13.30 Uhr 9.30–13.30 Uhr	TiB: TV-Gruppe „Seniorama“ stellt sich vor! 12.03.2014	10.30–11.30 Uhr
A1 Einsteigerkurs Russisch f. Senioren 14.02.–11.4.2014	16.00–17.30 Uhr	Handytraining für Senioren 09.04.2014 04.06.2014	9.30–13.30 Uhr 9.30–13.30 Uhr
PC-Aufbaukurs Windows 8 für Senioren 17.02.–10.03.2014	9.15–11.45 Uhr	TiB: TV-Magazin „Intercult-grenzenlos“ 10.04.2014	16.00–17.00 Uhr

– Anzeige –



WIVO – im EVK Münster



**Die WIVO bringt's –
täglich frisch auf den Tisch**

- Mittagstisch
- preiswert und einfach lecker
- ausgewogen kombiniert
- auch Sonder- und Diätkost

Komplettes Menü: 5,80 €
(Sonn- u. Feiertags 1,00 € Aufschlag)

**WIVO Wirtschafts- und
Versorgungsdienst GmbH**

Niederlassung Münster
Wichernstr. 8 | 48147 Münster
kueche@evk-muenster.de
www.wivo-hamm.de

Tel. (02 51) 27 06 - 2 86

**„Essen auf Rädern“
für die Stadt Münster**

**Auch
Partyservice!**

Bestattungen
H. Lodde
Qualifizierte Betreuung und Beratung seit 1990

Erd-, Urnen und Seebestattungen · Überführungen im In- und Ausland · Bestattungen aller Konfessionen · Abschiednahme in unseren eigenen Räumen in privater Atmosphäre · Erstellung von Drucksachen im eigenen Haus · Erledigungen aller anfallenden Formalitäten · Bestattungsvorsorge

48147 Münster • Ferdinandstraße 14 • 02 51/2 58 22
48157 Münster • An der alten Ziegelei 12 • 02 51/2 58 34
48159 Münster • Langebusch 5 • 02 51/21 49 84
24 Stunden an 365 Tagen im Jahr erreichbar!



HALLO **Sonderthemen**
Senioren
jeden dritten Mittwoch
und Sonntag im Monat
Ihr Ansprechpartner: Jens Schneevogt
Telefon 0251/690-9623
Telefax 0251/690-9620

BESTATTUNGEN
Matthaei Inh. Julia Matthaei
Für Ihr Leben einen würdigen Abschluss planen

Wir beraten Sie bei allen Fragen, die mit der Bestattung verbunden sind. Wir kümmern uns gewissenhaft und zuverlässig um Ihre Wünsche. Informieren Sie sich bei uns über mögliche Bestattungsvorsorge. Bestattungen aller Art und nach Ihren Wünschen.

Scheibenstraße 71 · 48153 Münster
Telefon 02 51/7 03 57 95
Herkentruper Straße 1 · 48329 Havixbeck · Tel. (025 07) 98 33 34
Hagenstraße 2 · 48301 Nottuln · Tel. (025 02) 22 26 73
www.bestattungen-matthaei.de



RuheForst Westmünsterland – Coesfeld

Varlar 70 · Schloss Varlar · 48720 Rosendahl
Telefon 0 25 41/84 02 23
E-Mail: info@ruheforst-coesfeld.de
Internet: www.ruheforst-coesfeld.de

Der **RuheForst Westmünsterland – Coesfeld** liegt in einem der größten zusammenhängenden Waldgebiete des westlichen Münsterlandes, ca. 4 km nordwestlich der Kreisstadt Coesfeld. Während einer kostenlosen Waldführung (die nächsten Termine finden Sie auf unserer Web-Seite unter Kontakt/Führungen) mit der Forstinspektorin M. Hertle, haben Sie die Möglichkeit, sich näher über diese Bestattungsform sowie die naturnahe Waldwirtschaft zu informieren.

Treffpunkt ist der RuheForst Parkplatz in Coesfeld/Sirksfeld 15



 RuheForst. Ruhe finden.

Eine, die Freude bringt

Therapiehund im Hospiz

Von Olesya Schaudin

Sobald sie den Raum betritt, verändert sich sofort etwas. Was genau, weiß man zunächst nicht.

Sicher jedoch ist, dass bei-
nahe jeder über das braune Fell der Labradorhündin mit der Hand gleiten möchte, alle Blicke sind auf sie gerichtet. Ununterbrochenes Schwanzwedeln und zahlreiche Berührungen mit der kühlen Nase sind wohl ein Beweis dafür, dass sie sich über die Anwesenden genau so freut, wie diese es auch ihretwegen tun. Manchmal gibt es sogar ein Küsschen.

Gina ist ein Therapiehund. Seit nunmehr sieben Jahren besucht sie mehrmals in der Woche die Bewohner des Johannes-Hospizes am Hohenzollern Ring. Und seit sieben Jahren sorgt sie für eine zusätzliche Portion Freude in den Räumlichkeiten. Sie spielt und lässt sich gerne streicheln, geht mit Vergnügen in den naheliegenden Garten Gassi und legt des öfteren ihre Schnauze auf die Knie der Trostsuchenden. Die Post trägt die feine zehnjährige Hundedame in einem Körbchen von Zeit zu Zeit übrigens auch aus.

„Wenn der eine oder andere Bewohner es möchte, geht sie ins Zimmer und manchmal sogar bis ans Bett“, sagt Astrid Hückelheim, Ginas Frauchen und stellvertretende Hospizleiterin zugleich. Als die damals dreijährige Labradorhündin einmal mit zur Arbeit nahm, kam die Anwesenheit des pelzigen Menschenfreundes im Hospiz bei allen so gut an, dass sich die Krankenschwester entschied, ihren Vierbeiner zum Therapie- und Besuchshund ausbilden zu lassen. „Wir arbeiten als Team und gehen überall zusammen hin“, betont die 48-Jährige. Falls Gina mal müde werde, ziehe sie sich gerne im Wohnzimmer zurück – da stehe nämlich ihr

Schlafkorb. „Es ist einfach klasse, dass sie hier bei uns ist“, sagt Schwester Anna Surmann, Mitarbeiterin des Hospizes, mit einem Lächeln. „Sie gehört einfach dazu und ist inzwischen ein wichtiger Teil unseren Teams geworden“, resümiert sie.

Viele der Bewohner hatten früher Haustiere, erzählt Astrid Hückelheim weiter. Und weil Gina hier sei, habe man mehr Anknüpfungspunkte und gemeinsame Themen. „Für die Bewohner ist es schön. Sie lernen jemanden kennen, der einen Hund hat und vergessen für einen Moment, wo sie hier sind und warum sie hier sind“, sagt Astrid Hückelheim und streichelt Gina über den Kopf, die just in diesem Moment mit dem Schwanz wedelt.



Ob gemeinsames Spielen oder ein Spaziergang: Gina ist aus dem Hospiz-Team nicht mehr wegzudenken.

Fotos: os

Den eigenen Abschied planen

Schon zu Lebzeiten sich Gedanken über die Beerdigung machen

Von Sebastian Rohling

Wir planen und terminieren unser gesamtes Leben. Doch bei einem Punkt sind sich viele Menschen unsicher, wann und wie sie ein ganz bestimmtes Ereignis planen sollen, vor dem sich niemand verstecken kann: die eigene Beerdigung.

Dabei gibt es viele verschiedene Gründe, sich mit eben dieser auseinander zu setzen. Die Beweggründe den Bestatter schon zu Lebzeiten aufzusuchen, sind unterschiedlich. Das weiß auch Frank Wesemann, Bestattermeister und Mitglied im Vorstand der Deutschen Bestattungsvorsorge Treuhand AG: „Oftmals höre ich als Grund, dass Angehörige entlastet werden sollen, da diese weit weg wohnen würden. Aber auch die Gewissheit, dass man selbst bestimmen kann, wie Bestattung und Gedenkfeier von stat-

ten gehen soll, wird häufig als Grund genannt.“

Da eine Beerdigung immer auch mit Kosten verbunden ist, sollte bei der Planung der eigenen Beisetzung aber einiges beachtet werden. Denn auch wenn jemand für seine Beerdigung gespart hat, heißt das nicht, dass das Geld auch am Ende dafür genutzt wird. So zum Beispiel bei einem Sparbuch. Wenn hier der Name des Versorgenden eingetragen worden ist, kann es zu folgender Komplikation kommen, erklärt Wesemann: „Sollte der Mensch zu Lebzeiten eine Bedürftigkeit mit der Absicherung durch das Sozialamt benötigen, kann das Sparbuch vom Sozialamt auflöst werden. Als Grund heißt es dann, dass nicht zu erkennen sei, dass das Geld auch wirklich nur für diesen einen Zweck angelegt worden sei.“ Aber auch von der

Alternative, dass in dem Sparbuch der Bestatter eingetragen wird, rät der Bestattermeister ab. Denn würde es zu einer Insolvenz des Unternehmens kommen, wäre das Geld ebenfalls verloren. Er empfiehlt deswegen entweder eine Sterbegeldversicherung abzuschließen oder ein Treuhandkonto bei der Deutschen Bestattungsvorsorge Treuhand AG zu eröffnen.

Beide Empfehlungen bedeuten, dass das „angesparte“ Geld auch wirklich nur für den Zweck der Beerdigung genutzt wird. Sterbegeldversicherungen sind somit im Prinzip eine Lebens-

versicherung mit einer kleinen Versicherungssumme. Diese dient im Sterbefall explizit dazu, die anfallenden Kosten der Bestattung abzudecken.

„Ein Treuhandkonto kann man bei der Deutschen Bestattungsvorsorge Treuhand AG abschließen. Sie ist eine Serviceeinrichtung des Bundesverbandes Deutscher Bestatter e.V. und des Kuratoriums Deutsche Bestattungskultur e.V., beide in Düsseldorf. Der Kunde zahlt, ausgehend vom Kostenvoranschlag des Bestatters im Bestattungsvorsorgevertrag, Geld in einen Treuhandvertrag ein“, erklärt Wesemann das Prinzip.

Bei Fragen zur Planung, Gestaltung und Finanzierung der eigenen Beerdigung sollten Interessierte das Gespräch mit einem Bestatter ihres Vertrauens sowie ihren Angehörigen suchen.

Foto: Sebastian Rohling



Trauerwald Oase
Münsterland

Die Beisetzung am Baum im
Kreis Warendorf



Die kostenlosen Waldführungstermine
finden Sie im Internet unter
www.trauerwaldoase.de

Anmeldung und Info unter:
Telefon 025 85. 94 08 00

– Anzeige –

Mit der „Trauerwald Oase Münsterland“ haben sich seit vier Jahren die Beisetzungsmöglichkeiten in der Region erweitert. Dieser Bestattungswald liegt in der Bauerschaft Neuwarendorf nahe der B 64 / K3 am Ortsrand der Stadt Warendorf und steht jedem offen, gleich welcher Konfession oder Nationalität und unabhängig vom letzten Wohnort. Einzige Voraussetzung ist eine Einäscherung des Verstorbenen, da diese Form der Beisetzung nur Urnenbestattungen in biologisch abbaubaren Urnen vorsieht. Wahlweise können die Angehörigen eine einzelne Grabstelle an einem „Gemeinschaftsbaum“ erwerben oder aber einen eigenen Familien-/Freundschaftsbaum kaufen, an dessen Fuß bis zu zehn Beisetzungen erfolgen können. Die Grabpflege übernimmt bei dieser Beisetzungsform die Natur und ein kleines Schild mit dem

Namen und den Geburts- und Sterbedaten des Verstorbenen am Stamm des Baumes erinnert an seine letzte Ruhestätte. Im Gegensatz zur anonymen Bestattung oder einer Verstreuerung der Asche an einem dafür vorgesehenen Ort, erfolgt in der Trauerwald Oase Münsterland eine würdevolle Urnenbeisetzung wahlweise in Begleitung eines Geistlichen oder eines Trauerredners. Für die Trauerfeierlichkeiten steht unter dem zentralen großen Holzkreuz ein großer Andachtsplatz mit Sitzmöglichkeiten zur Verfügung. Jede Grabstelle hat außerdem ein eingetragenes Nutzungsrecht bis zum Jahr 2106 ohne Kosten für einen Nachkauf oder eine Verlängerung. Viele Interessierte erwerben daher aufgrund dieses interessanten finanziellen Aspekts bereits jetzt im Rahmen ihrer persönlichen Bestattungsvorsorge „ihren“ späteren Ruheplatz am Baum.



Gut zu(m) Fuß



Warmes Bad und dicke Schuhe

Kalten Füßen ein Schnippchen schlagen

Kalte Füße sind im Winter ein häufiges Phänomen. Wer gesund ist und sich richtig kleidet, kann es umgehen.

Erster wichtiger Punkt sind geeignete Schuhe: Warme Winterschuhe sollten stabile, möglichst dicke Gummisohlen haben. Sie schützen vor Kälte und Nässe von unten.

„Wenn man länger steht, dann sind Double-face-Lammfellstiefel unschlagbar“, sagt Claudia Schulz vom Deutschen Schuhinstitut. „Sie sind allerdings nicht ganz preisgünstig.“ Eine Alternative seien Lederschuhe mit einem Lammfell- oder Hightech-Futter. Nasse Füße werden schneller kalt als trockene. Schulz empfiehlt, alle Schuhe immer ausreichend mit für sie geeignetem Imprägniermittel zu behandeln. Hat der Schuh nur eine flache Sohle oder ist der Träger besonders kälteempfind-



Winterschuhe sollten stabile, möglichst dicke Gummisohlen haben – dann schützen sie besser vor Kälte und Nässe von unten.

Foto: Wolfgang Kumm/dpa

lich, sind Einlegesohlen ein zusätzlicher Puffer.

Stiefel und Co. dürfen außerdem nicht zu eng sein, sonst ist die Durchblutung zusätzlich behindert. Eine Luftschicht zwischen Fuß und Schuhwerk isoliert zusätzlich und gibt den Zehen Spielraum. „Man sollte die Füße immer mal wieder bewegen, auch mal mit den Zehen kreisen“, emp-

fiehlt Professor Stefanie Joos von der Deutschen Gesellschaft für Allgemeinmedizin und Familienmedizin (Degam).

Doch auch mit all diesen Tipps werden sich kalte Füße nicht immer vermeiden lassen. „Zum Aufwärmen von sehr, sehr kalten Füßen empfiehlt sich ein warmes Fußbad“, sagt Daniela Hubloher, Medizinerin

bei der Verbraucherzentrale Hessen. Kuschelsocken oder Hausschuhe, eine Decke oder eine Wärmflasche sind ebenfalls sinnvolle Helfer. Auch Fußmassagen oder Zehengymnastik mit einem Igelball tut gut.

Doch nicht jeder Mensch ist gleich empfindlich und bekommt so schnell kalte Füße wie andere. Das liege an indivi-

duell unterschiedlichem Temperaturempfinden, unterschiedlichem Blutdruck, aber auch der Menge der Muskel- und Körpermasse, erläutert Daniela Hubloher, Medizinerin bei der Verbraucherzentrale Hessen. „Menschen mit mehr Muskelmasse produzieren mehr Wärme, haben also mehr Ressourcen“, ergänzt Joos. Sie verweist außerdem darauf, dass auch genetische Faktoren vermutet werden.

Grundsätzlich kommt es zu kalten Füßen so: Wenn die Temperaturen niedrig sind, muss der Körper reagieren. „Er versucht, seine Kerntemperatur rund um die Organe in der Körpermitte und am Gehirn aufrecht zu erhalten, indem er diese Bereiche stark durchblutet“, erläutert Joos. „Dafür spart er an den Extremitäten, also an Händen und Füßen.“ Dort werden die Blutgefäße verengt und der Blutfluss verlangsamt. (dpa)

*Wohlfühlen
beginnt bei den Füßen*

*Wir bieten Ihnen eine kostenlose orthopädische
Beratung bei einer guten Tasse Kaffee.*

Schuhverkauf mit  ... und viel
Krursel Zeit für Sie!
Schuh-Kompetenz ... seit 1966
Ostmarkstraße 70 · 48145 Münster · Telefon 02 51/1 33 05 24



Podologische Praxis Eva Kortwinkel

Wir erkennen, beraten, behandeln, versorgen
und pflegen **Ihre Füße.**

Zusätzlich bieten wir durch die Heilpraktikerin
Jutta Maier **Fußreflexzonenmassagen** an.

– Termine nach Vereinbarung –

Ostmarkstraße 70/Krursel · 48145 Münster
Tel. 02 51/1 33 05 27



**Podologische Praxis
Claudia Webers**

Podologin/med. Fußpflegerin

**Wolbecker Straße 226
48155 Münster
Telefon (02 51) 97 43 26 96**

Hilfe für den Fuß!

Schuh

E F F N E R

- Schuhfachgeschäft
- Orthopädieschuhtechnik
- med. diab. Fußpflege

Albersloher Weg 447
02 51 / 61 60 30



Firma	Adresse	Firma	Adresse
 Reisebüro	ADAC-Reisebüro 48163 Münster Weseler Straße 539 Telefon 02 51 / 53 10 72		HFR gGmbH Gustav-Stresemann-Weg 70 48155 Münster Telefon 02 51 / 96 19 88 01 www.HFRgGmbH.de Info@HFRgGmbH.de
 Ambulante Dienste	Ambulante Dienste Andreas-Hofer-Straße 72 Telefon 02 51 / 93 71-0 Telefax 02 51 / 93 71-350 E-Mail: ambul-dienst@klarastift.de www.klarastift.de		Viola Gräfin Bethusy-Huc Stiftung Im Nonnenkamp 5 48653 Coesfeld Telefon 0 25 41 / 54 38 www.bethusy-huc-stiftung.de
	Wohnstift am Südpark Clevornstraße 5, 48153 Münster Tel.: 02 51 / 77 97-7, www.caritas-ms.de Papst Johannes Paul Stift Culmer Straße 16, 48157 Münster Tel.: 02 51 / 98 62 08-0, www.caritas-ms.de		PROMEDICA PLUS Münster Edelbach 65, 48157 Münster Telefon 02 51 / 8 99 88 89 info@muenster.promedicaplus.de www.muenster.promedicaplus.de
	Apothekerkammer Westfalen-Lippe Körperschaft des öffentlichen Rechts Bismarckallee 25 · 48151 Münster Tel. 02 51 / 52 00 50 · Fax 02 51 / 52 16 50 E-Mail: info@akwl.de		St. Franziskus-Hospital Ahlen GmbH Robert-Koch-Straße 55 59227 Ahlen (Westf.) Telefon 0 23 82 / 858-0 www.sfh-ahlen.de
	Dr. Ulrich Schnellhardt – Praxis für ganzheitliche Zahnmedizin – Kiesekampweg 4 48157 Münster-Coerde Telefon 02 51 / 24 61 87 www.dr-schnellhardt.de		Residenz Aaseehof Pottkamp 25 · 48149 Münster Telefon 02 51 / 1 44 70-0 Telefax 02 51 / 1 44 70-150 www.residenz-aaseehof.de
 Bildungsstätte im Bennohaus	Arbeitskreis Ostviertel e.V. Bennostraße 5 48155 Münster Telefon 02 51 / 6 09 67-3 Telefax 02 51 / 6 09 67-77 www.bennohaus.org		St. Elisabeth-Hospital Beckum GmbH Elisabethstraße 10 59269 Beckum Telefon: 0 25 21 / 841-0 www.krankenhaus-beckum.de
	Bestattungen Matthaiei Scheibenstraße 71 · 48153 Münster Telefon 02 51 / 7 03 57 95 Holthäuser Straße 5 · 48727 Billerbeck Telefon 0 25 43 / 21 84 21 www.bestattungen-matthaiei.de		RuheForst Varlar 70 · Schloss Varlar 48720 Rosendahl Telefon 0 25 41 / 84 02 23 E-Mail: info@ruheforst-coesfeld.de Internet: www.ruheforst-coesfeld.de
	Clemenshospital Münster GmbH Düesbergweg 124 48153 Münster www.clemenshospital.de		Trauerwald Oase Münsterland Telefon 0 25 85 / 94 08 00 www.trauerwaldoase.de
	FAC'T RS GmbH Reinigung und Service Hohenzollernring 72 Telefon 0251 / 9 35 59 22 48145 Münster www.factpartner.de		Volkshochschule Münster Aegidiemarkt 3 48143 Münster Telefon 02 51 / 492-43 21 infotreff@stadt-muenster.de www.vhs.muenster.de
	Evangelisches Krankenhaus Johannisstift Münster gGmbH Wichernstraße 8 · 48147 Münster Tel. 02 51 / 27 06-0 · Fax 02 51 / 27 06-207 info@evk-muenster.de www.evk-muenster.de		WIVO Wirtschafts- und Versorgungsdienst GmbH Wichernstraße 8 · 48147 Münster kueche@evk-muenster.de Telefon 02 51 / 27 06-286 www.wivo-hamm.de
	H. Lodde 48147 Münster · Ferdinandstraße 14 Telefon 02 51 / 2 58 22 48157 Münster · An der alten Ziegelei 12 Telefon 02 51 / 2 58 34 48159 Münster · Langebusch 5 Telefon 02 51 / 21 49 84		Schuheck Krursel Ostmarkstraße 70 48145 Münster Telefon 02 51 / 1 33 05 24 www.schuheck-krursel.de

**»Heilen und Helfen –
Menschen in einem Zuhause auf Zeit«**



» MEDIZINISCH OPTIMAL VERSORGT – MENSCHLICH BEGLEITET «

» Hier zähle ich «

Die persönliche Atmosphäre in unserem Haus bedeutet unseren Patienten viel – sie fühlen sich behütet und wohl.

Die medizinische Versorgung erfolgt im Zusammenspiel aller Fachdisziplinen und eng vernetzt mit den niedergelassenen Ärzten im Umfeld des Hauses.

Kompetent, christlich und engagiert bieten wir Medizin und Pflege – seit mehr als 100 Jahren.

Das EVK im Kreuzviertel:
kurze Wege – bestmögliche Medizin und Pflege – wohlfühlen



UNSERE ABTEILUNGEN

- Innere Medizin
- Geriatrie
- Allgemein- und Visceralchirurgie
- Unfallchirurgie und Orthopädie, Handchirurgie
- Anästhesiologie, Intensivmedizin und Schmerztherapie
- Gynäkologie / Beckenbodenzentrum

ALTERSMEDIZIN

- Akutgeriatrie und Frührehabilitation
- Zentrum für Alterschirurgie (ZAC)
- Demenzstation
- Geriatriische Tagesklinik



**Evangelisches Krankenhaus
Johannisstift Münster gGmbH**
Wichernstr. 8 · 48147 Münster
Telefon (02 51) 27 06 - 0
www.evk-muenster.de



Kurz notiert

Snowden: NSA späht Wirtschaft aus

HAMBURG. Die US-Geheimdienste betreiben nach Ansicht des NSA-Enthüllers Edward Snowden auch Wirtschaftsspionage. „Wenn es etwa bei Siemens Informationen gibt, die dem nationalen Interesse der Vereinigten Staaten nutzen, dann nehmen sie sich diese Informationen“, sagte Snowden in einem Fernseh-Interview mit dem Norddeutschen Rundfunk (NDR) laut einer Vorabmeldung. Das Interview soll heute in der ARD ausgestrahlt werden. (dpa)

Millionenschaden nach Ball der FPÖ

WIEN. Bei den gewalttätigen Protesten gegen den Akademikerball der rechten FPÖ in Wien am Freitagabend hat es einen großen Sachschaden gegeben. Die Polizei schätzt ihn auf mehr als eine Million Euro. Unter anderem wurden elf Polizeiautos zerstört und alle Scheiben einer Polizeiwache eingeschlagen. 15 Menschen wurden festgenommen, 20 verletzt. Rund 6000 Demonstranten hatten gegen den Ball protestiert, der aus ihrer Sicht ein Treffen der rechten Szene ist. (dpa)

Gegner schweigen sich an

Syrien: Regierung und Opposition kommen erstmals zu Friedensgesprächen zusammen

Nach fast drei Jahren Bürgerkrieg keimt erstmals Hoffnung auf eine Verbesserung der Lage für die Menschen in Syrien auf.

GENE. Trotz erheblicher Probleme im Vorfeld der Genfer Friedensgespräche kamen die Delegationen von Regierung und Opposition gestern erstmals zu Verhandlungen in einem Raum zusammen. „Extrem schwierig, aber besser als erwartet“, lautete das Fazit der meisten westlichen Beobachter nach dem Start der Treffen.

Offiziell war die Rede von „direkten Gesprächen“ zwischen den Vertretern des Regimes von Präsident Baschar al-Assad und der Exil-Opposition. Ahmed Ramadan, ein Mitglied der Delegation der Regierungsgegner, berichtete jedoch, UN-Vermittler Lakhdar Brahimi betreibe eine Art Pendeldiplomatie auf engstem Raum. Demnach wurden für die Vertreter der verfeindeten Lager zwei getrennte Tische in den Verhandlungssaal gestellt. Brahimi und sein Team hätten die Botschaften der einen Seite an die jeweils andere Seite übermittelt.

Am Nachmittag ging es dem Vernehmen nach um die Frage, wo es zuerst eine Waffenruhe geben soll. Die Opposition schlug die Stadt Homs vor, da die Menschen



In schwieriger Mission: UN-Vermittler Lakhdar Brahimi leitet die Friedensgespräche zwischen Vertretern des Assad-Regimes und der Exil-Opposition.

Foto: Salvatore Di Nolfi

dort seit November 2012 weitgehend von der Lieferung von Lebensmitteln und Medikamenten abgeschnitten sind. Beobachter vermuteten außerdem, die Opposition habe diesen Vorschlag gemacht, weil sie auf die Rebellen in Homs mehr Einfluss hat als etwa auf die Kampfverbände in der Stadt Aleppo.

Syriens Außenminister Walid al-Muallim hatte bei einem Besuch in Moskau

vor einigen Tagen eine mögliche Waffenruhe für Aleppo ins Gespräch gebracht.

Brahimi wies nach Angaben aus Delegationskreisen erneut darauf hin, dass die sogenannte Genf-1-Vereinbarung die Grundlage der Gespräche sei. Diese Vereinbarung vom Juni 2012 sieht auch die Bildung einer Übergangsregierung unter Beteiligung der Opposition vor. Dagegen hatte die Delegation von Präsident Assad

Vorbehalte geäußert.

Das Mitglied der Oppositionsdelegation, Anas al-Abde, sagte, der Vorschlag der Opposition zu Homs beinhalte konkret eine ein bis zwei Wochen lange Waffenruhe in der Stadt. In dieser Zeit soll die Bevölkerung 300 Tonnen Hilfslieferungen erhalten. Sollte alles gut laufen, könnte die Waffenruhe später auf die komplette Provinz Homs ausgeweitet werden. (dpa)

HALLO

Sonderbeilage

Auflage:
ca. 468.000
vert.
Exemplare

Unternehmen „Zukunft“



Anzeigenschluss
ist Mittwoch, der
29. Januar 2014
um 12.00 Uhr

Die nächste Ausgabe
Unternehmen „Zukunft“
erscheint am **9. Februar 2014**.
Sprechen Sie uns an!

Ansprechpartner:
Jens Schneevogt
Telefon 02 51 / 690-96 23
Telefax 02 51 / 690-96 20

Wir machen „Lust auf AUTO“
Wir sind Ihr kompetenter Partner für Kraftfahrzeuge in Münster und im Münsterland

Stefan Eberle Automobile
KFZ Handel
Gebrauchtwagen • Jahreswagen • Neuwagen

Auto mieten
für nur **27,- €** pro Tag
24 Stunden ohne KM-Begrenzung.

Wo gibt es denn so was! • www.mietdirnekarre.de
power by **Stefan Eberle Automobile**

Das Passende war nicht für Sie dabei? Scheuen Sie sich nicht, uns anzurufen.
Wir suchen Ihnen das passende Fahrzeug.
Wir bieten „Rundum Service“, Garantie und günstige Finanzierung!

Rudolf-Diesel-Straße 3 (hinter Auto Krause) • 48157 Münster • Telefon 02 51/14 11 47 79
Mobil 01 76/86 34 52 96 • E-Mail: stefaneberle1@outlook.de • www.stefaneberleautomobile.de

Versüßt dir den Tag.

HALLO

HOLLENHORST Special

VW Audi Service
Westfalenstraße 120
Münster (Hiltrup)
Telefon 025 01/80 06-0

www.auto-hollenhorst.de

VW Golf Plus 1.2 I TSI 01/13 70 kW 7.386 km 17.640,- €

Blue Graphit Perleff., „Match“-Ausstattung, Anhängervorrichtung abnehmbar, Klimaanlage „Climatronic“, Ganzjahresreifen, Leichtmetallräder, Multifunktions-Lederlenkrad, ParkPilot vorn u. hinten, Radio/CD RCD 310 MP3, Mittelarmlehne vorn u. v. m.

VW Golf Plus 1.6 I BiFuel 04/13 75 kW 9.302 km 17.980,- €

Blue Graphit Perleff., „MATCH“-Ausstattung, Klimaanlage „Climatronic“, Vordersitze beheizbar, Leichtmetallräder, Multifunktions-Lederlenkrad, ParkPilot vorn u. hinten, Radio RCD 310, Geschwindigkeitsregelanlage, Mittelarmlehne vorn, Regensensor u. v. m.

VW GOLF VI 1.2 I 11/12 77 kW 13.749 km 15.940,- €

United Grey Metallic, „Match“-Ausstattung, Bi-Xenon-Scheinwerfer, Klimaanlage „Climatronic“, Leichtmetallräder, Multifunktions-Lederlenkrad, ParkPilot vorn u. hinten, Radio/CD RCD 310 MP3, Mittelarmlehne, Regensensor u. v. m.

VW Golf VII 1.2 I 02/13 77 kW 6.766 km 16.980,- €

Deep Black Perleff., 4 Leichtmetallräder, Mittelarmlehne vorn, Multi Collision Brake, ParkPilot - akustische Warnsignale bei Hindernissen im Front- und Heckbereich, Reifenkontrollanzeige, Müdigkeitserkennung, Klimaanlage „Climatronic“, Licht- und Sicht-Paket, Multifunktions-Lederlenkrad, Spiegelpaket-Außenspiegel elektrisch, Winterpaket u. v. m.

VW Golf VII „Trendline“ 12/12 63 kW 2.912 km 16.890,- €

Limestone Grey Metall, 4 Ganzjahresreifen 205/55 R 16, Geschwindigkeitsregelanlage, Klimaanlage, Müdigkeitserkennung, ParkPilot vorn u. hinten, Radio „Composition Media“, Raucherausführung, Sitzkomfortpaket, Winterpaket u. v. m.

VW Golf VII 1.2 I 04/13 63 kW 9.707 km 15.870,- €

Deep Black Perleff., Navigationssystem, Klimaanlage „Climatronic“, ParkPilot vorn u. hinten, Ganzjahresreifen, Reifenkontrollanzeige, Start-Stopp-Anlage mit Bremsenergie-Rückgewinnung, 8 Lautsprecher, 4 x 20 Watt, Lederlenkrad, Mittelarmlehne, Winterpaket, u. v. m.

VW Passat Variant 1.4 I 02/13 90 kW 17.190 km 22.640,- €

Reflexsilber Metallic, Comfortline-Ausstattung, Automatik-DSG, Navigationssystem, RNS 315, Klimaanlage „Climatronic“, Ganzjahresreifen, Winterpaket, Leichtmetallräder, Müdigkeitserkennung, Multifunktions-Lederlenkrad, ParkPilot vorn u. hinten, Dachreling, Geschwindigkeitsregelanlage, Mittelarmlehne u. v. m.

VW Scirocco 1.4 I TSI 05/12 90 kW 13.362 km 18.380,- €

Rising Blue Metallic, „Match“-Ausstattung, Xenonscheinwerfer, 4 Leichtmetallräder, Winterräder, Klimaanlage „Climatronic“, Radio RCD 310, Mittelarmlehne, ParkPilot Abstandswarnung nach hinten, Multifunktions-Lederlenkrad, Geschwindigkeitsregelanlage, Regensensor, Sportsitze u. v. m.

Für eine gute Sicht

Foto: Bodo Marks



Hilfreiche Tipps:
Autoscheiben von Eis befreien

Falsches Eiskratzen ist nicht nur wenig effektiv, sondern im Extremfall sogar gefährlich für das Glas der Autoscheiben.

Diese Tipps sorgen für freie Sicht und einen unversehrten Wagen:

► **Werkzeug:** Gute Eiskratzer bestehen aus stabilem Kunststoff. Sie haben eine Sägezahnkante, um eine dicke Eisschicht aufzuraufen, eine glatte Eisschiebekante und zum Teil eine Gummilippe, um einen Wasserfilm vom Glas zu schieben, erklärt Thomas Schuster von der Sachverständigenorganisation KÜS.

► **Entfroster verwenden:** Wer eine hartnäckige Eisschicht mit Scheibenentfroster vorbehandelt, erleichtert sich das Kratzen. Schuster rät zu Sprays mit hohem Alkoholanteil auf

Glykol-Basis. Heißes Wasser ist dagegen kein geeignetes Auftaumittel.

► **Technik:** Am besten kratzen Autofahrer Eis auf Front- und Heckscheibe systematisch ab: „In einem flachen Winkel mit sanftem Druck immer vom Rand zur Mitte und das von oben nach unten – das ist am effizientesten“, sagt Lucà. Wichtig sei auch, Abstand zu den Dichtungsgummis zu halten, um sie nicht mit dem Eiskratzer einzuritzen.

► **Scheibenwischer ablösen:** Sind die Scheibenwischer angefroren, ist Fingerspitzengefühl gefragt. „Von oben vorsichtig auf die Wischerarme drücken, dadurch bricht das Eis. Dann lassen sie sich hochklappen und von Eisresten befreien“, erläutert Lucà.

► **Handarbeit statt heizen:** Um eine Eiskruste

vollständig abzutauen, eignet sich weder das Fahrzeuggebläse noch die Heckscheibenheizung. „Da hilft nur Handarbeit“, so Lucà. Gerade das Heizsystem in der Heckscheibe sei ein echter Stromfresser.

► **Freie Sicht:** Erst wenn Scheiben und Scheinwerfer vom Eis befreit sind, dürfen Autofahrer losfahren. „Ein kleines Guckloch reicht nicht“, mahnt Rainer Hillgärtner vom Auto Club Europa (ACE).

► **Folie gegen Frost:** Wer sich das Eiskratzen weitestgehend sparen will, kann mit einer Spezialfolie vorbeugen. „Die sollte reißfest sein und Flügel an den Seiten haben, die in die Fahrzeugtüren eingeklemmt werden und verhindern, dass sie verrutscht oder weggeweht wird“, so Hillgärtner.

Daihatsu

A.H.Steinbrede - Münsters Klein- und Kompaktwagen Spezialist, Neu- & Gebr. DAIHATSU HD, Dieckstr. 63, MS 2 30 28 50.

Mercedes

Mercedes-Gebrauchteile für alle gängigen Modelle, Sendenhorst, www.deitert-kfz.de, ☎ 02526/93 77 396

Peugeot / Talbot

www.peugeot-hornung.de
■ Neu- und Gebrauchtwagenvermittlung
■ Reparaturen/Inspektionen
■ Lackierarbeiten
■ TÜV + AU

An der Kleimannbrücke 11 • 48157 Münster
Telefon 02 51 - 14 12 30 • Fax 02 51 - 1 41 23 33

AUTOHAUS HORNING
Service-Vertragspartner mit Vermittlungsrecht

Volkswagen

Golf 3er, dkl.-rot, Automatik, 4-türig, ZV, Bj. 1996, TÜV 07/14, 55 kW, 75 PS, schadstoffarm, super Cityauto, erst 80 tkm gelaufen, Preis VB: 900 €, ☎ 01577/9660913.

A.H. Steinbrede - Münsters Klein- und Kompaktwagen Spezialist, Neu- & Gebr. DAIHATSU HD, Dieckstr. 63, MS 230 28 50

Kfz-Kaufgesuche

Salamah Autohandel: Ankauf PKW, LKW u. Busse aller Art. Auch Unfallwagen u. Motorschäden, ☎ 0171/1057534 o. 02 51/3 27 06 11.

Wir kaufen alle PKW-Arten, auch Unfall-, Motorschaden, TÜV egal, sofort Bargeld! 24h erreichbar. ☎ 0 15 20 / 53 222 00

PKW Ankauf aller Art, auch ohne TÜV, zahle Spitzenpreis, ser. Abwicklung, ☎ 0251/14101025 od. 0176/66691244/od. sms

Car-Center: Wir kaufen PKW & LKW wie gesehen - ohne Garantie. Wir zahlen bis zu 500,-€ mehr als andere Anbieter! ☎ 02581/9579829 o. 0172/414 80 24

Motorräder / Roller / Mofas

Roller Kymco People GT 125i, 11 kW, EZ 02/12, f. 2.200 € zu verk. ☎ 0171/3308856

Altes Hercules oder Zündapp Mofa, Moped gesucht. Zustand egal, auch defekt. ☎ 0172/4475518.

Ankauf aller Motorräder, auch Unfall, seriöse Barabwicklung, ☎ 02368/962464 + 0177/8349317

Kaufe Roller und Motorrad in jedem Zustand, auch Oldies. ☎ 01 77 / 8 99 47 58.

Wohnmobile

Wohnwagen Sterckemann Starlett 370 CE, EZ 05/11, zu verk. ☎ 0171/3308856 für Eur. 8.500

Wohnmobil oder Wohnwagen gesucht. Gern auch älter oder Mängel ☎ 01 72/5 74 65 45.

Rund ums Auto

Auto TEILE König, Sassenberg, gebraucht & neu, Porschestr. 4 ☎ 0 25 83 / 7 28

Stellenangebote

POSTEN · BÖRSE
SONDERPOSTEN-MÄRKTE

Wir suchen für unsere Filiale in Münster

Verkäufer/in
(in Vollzeit und Teilzeit)

Aushilfskräfte
(auf 400,- € Basis)

Bewerbung bitte schriftlich an: POSTEN-BÖRSE
z.Hd. Frau Zok · Hamannplatz 8 · 48157 Münster-Coerde

WN Westfälische Nachrichten

Wir suchen Zusteller (m/w) für das gesamte Verbreitungsgebiet.

Über Bewerbungen aus den Bereichen **Albachten** und **Roxel** würden wir uns besonders freuen.

Telefon (0251) 6 90-664
Zustellerbewerbung@aschendorff.de

Selbstständige Unternehmer mit eigenem Fahrzeug für Paketdienst gesucht. ☎ 01 72/ 5 38 54 88

Verkäufer/-innen, Servicekräfte für Bäckerei in Telgte und Münster gesucht, 20-30 Std./ Woche, Bezahlung nach Tarif, Büro Anne Hoppe ☎ 0 53 41/ 39 85 82

Suche Festangestellte oder 450 €-Kräfte für Paketdienst ☎ 01 72/ 5 38 54 88

Münsterländer Unternehmen bietet 500-1000 € Extraeinkommen, auch für Angestellte, Freiberufler, Studenten und Rentner. Infos abrufen: ☎ 0 50 64/ 93 01 54

Zuverl. erfahrene Putzhilfe mittleren Alters, deutschsprachig, 1 - 2mal /wöchentl. für EFH in Senden gesucht ☎ 0172/2648490.

Wir bieten bessere Arbeit.

Wir suchen für unsere Kunden

Facharbeiter – Metall (m/w)
Schweißer (m/w)
IT-Kundenbetreuer (m/w)
Call-Center-Agenten (m/w)
Kommissionierer (m/w)
Staplerfahrer (m/w)

Bewerben Sie sich jetzt!
Bahnhofstraße 24, 48143 Münster
Telefon 02 51 133 99-80
muenster@timepartner.com
www.timepartner.com

TimePartner Your best partner.

Schöne Aussichten!

Elektroinstallateure m/w

- Hausinstallation
- PKW wünschenswert
- Wechselwillige aus der Zeitarbeit sind auch sehr willkommen

TEMPTON in Münster
Telefon: 0251 62510-0
muenster.ID21@tempton.de
Mehr Stellen: jobs.tempton.de

Fußpflegerin zum 01.02.2014 für Physiotherapeutische Praxis in Münster gesucht. Arbeitsmaterial wird gestellt. ☎ 02 51/ 79 60 02

Floristin auf Mini-Job oder Teilzeit gesucht. Wolbecker Blumenhaus Schmitz ☎ 0 25 06/ 72 55

REINIGUNGSKRÄFTE
auf 450-Euro-Basis gesucht.

Für ein Objekt in **Münster-Mecklenbeck**
Arbeitszeit: Montag-Freitag
5.00-7.00 Uhr.

Für ein Objekt in **Münster**
(Nähe Pleister Mühle)
AZ: Montag-Samstag
7.00-8.30 Uhr

Unternehmensgruppe
H.-D. Kottmeyer
Reinigen · Sanieren · Schützen

Telefon 0 25 72/95 16 60

Auslieferungsfahrer zur Aushilfe auf 450 € Basis (gerne Rentner o. Frührentner) zur Lieferung von Haushaltsgeräten gesucht. Arbeitssort Münster und Umgebung. PKW Führerschein erforderlich. Idealerweise verfügen Sie über Kenntnisse aus dem Elektro – oder Sanitärhandwerk. Kurzbewerbungen bitte an miele@schnellenberg.com z. Hd. Herrn Schnellenberg, Miele Schnellenberg, Hammer Str. 27, 48153 Münster

Laminatverlegen nur 6,90 €/m². Materialien besorgen Sie, ich verlege für Sie. ☎ 0163 / 264 37 23

Gas-Wasser-Installateure m/w

- Hausinstallation
- PKW wünschenswert
- Wechselwillige aus der Zeitarbeit sind auch sehr willkommen

TEMPTON in Münster
Telefon: 0251 62510-0
muenster.ID21@tempton.de
Mehr Stellen: jobs.tempton.de

Studenten auf Lehramt für Englisch/ Mathematik für Schüler-nachhilfeverein e. V. gesucht. ☎ 0 25 73/ 92 08 69, Infos: www.schlaumacher-nordwalde.de

Facharbeiter-Jobs für Greven und Umgebung (Münster, Lengerich, Emsdetten, Ibbenbüren, Osnabrück) - Facharbeiter vom Anlagenmechaniker bis Techn. Zeichner. Wir haben für jeden das Richtige!!! RASANT Personal-Leasing GmbH, Martinistraße 18 · 48268 Greven. Tel. 0 25 71 / 92 16 80 oder unter greven@rasant-personal-leasing.de

Neuer Job in Münster! Sie suchen eine abwechslungsreiche Tätigkeit in Festanstellung und Vollzeit? Dann suchen wir Sie! Interesse? ☎ 02 51/ 96 19 89 09

Aufgepasst Facharbeiter gesucht! Wir suchen Facharbeiter im Elektro- und Metall- sowie im Holzbereich für unsere renommierten Kunden in Münster und Umgebung. Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung. Armacell Personal Services GmbH, ☎ 02 51/ 4 88 80 10 oder unter: bewerber.muenster@armacell.com

2 flexible Aushilfen gerne Studenten auf 450 € Basis zur Lieferung von Haushaltsgeräten gesucht. Arbeitssort Münster und Umgebung. PKW Führerschein erforderlich. Kurzbewerbungen bitte an miele@schnellenberg.com z.Hd. Herrn Schnellenberg Miele Schnellenberg, Hammer Str. 27, 48153 Münster

HALLO

Für die Sonntags- und Mittwochsverteilung suchen wir Zusteller (m/w) für das gesamte Verbreitungsgebiet.

Über Bewerbungen aus den Bereichen **Nienberge, Hiltrup-West** und **Amelsbüren** würden wir uns besonders freuen.

Für die Zustellung am **Sonntag** sind Sie mindestens **18 Jahre** und für die Zustellung am **Mittwoch** mindestens **13 Jahre** alt.

Telefon (0251) 6 90-664
Montag – Freitag 08.00 – 16.00 Uhr
Zustellerbewerbung@aschendorff.de

IN MÜNSTER ZUR STELLE **PROFISDA** PERSONALPLANUNG

Wir suchen für namhaften Kunden in Münster kurzfristig in Vollzeit

Lagermitarbeiter m/w in der med. Produktion

Elektroinstallateur m/w im Kundendienst

Kundendienstmonteur m/w für Gas, Wasser u. Heizung

Sie wünschen sich Unterstützung bei der Stellensuche?

Wir beraten Sie professionell und kostenlos

bewerbung@profisda.de
Frau Ramona Ebert
Tel. 02 51/9 15 99 68-4

Für die Spargelsaison suchen wir Verstärkung: Verkauf, Fahrer, Hauswirtschaftlerin (gerne Rentner/in). Bäcker's Erdbeer- und Spargelhof, ☎ 01 75/ 5 77 81 61

TV-Produktion sucht! Laiendarsteller für eine RTL-Serie Anmeldung zum kostenlosen Casting in Münster ☎ 0 22 33 / 51 68 15 www.norddeich.tv

TEMPTON PERSONAL

Metallbauer m/w **Konstruktionstechnik**

- Montagearbeiten, Schweißen MAG/WIG
- PKW wünschenswert
- Wechselwillige aus der Zeitarbeit sind auch sehr willkommen

TEMPTON in Münster
Telefon: 0251 62510-0
muenster.ID21@tempton.de
Mehr Stellen: jobs.tempton.de

Wir bieten Ihnen eine Teil-/Vollzeitstelle als WC-Aufsicht (m/w) im Raum Münster an. (PKW erforderlich) Tel. Mo-Fr 0 43 22/ 10 03

Stellengesuche

Fliesenleger aus WAF, spezialisiert auf Badsanierung, zuverlässig, sauber, ☎ 01 51/21 63 34 42.

Gartenpflege, ☎ 0176/20436677 od. 0251/1491811.

Freizeitaktivitäten

Spielrunde aus Greven (44-58 J.) sucht Mitspielerinnen (w). Email Sonja1205@web.de

Gesundheit

NEU! Faltenreduzierung in 7min auf nat. Basis. Bekannt aus TV! www.athena-7minute-lift.de ☎ 02512809936

Abnehmen / Rauchentwöhnung Institut für Hypnose Münster ☎ 0251/74802369, www.i-f-h.eu

Biete bei Migräne, Rückenbeschwerden etc. gezielte Auflösung der Beschwerden an. www.christolohl.de ☎ 0251-28746691

Neue Meditationskurse und Seminare für Medialität. Info. www.kraftmeditation.de

Nageldesignerin mit Erfahrung und Zertifikat, biete Naturnagelverstärkung incl. French- oder Farbgeel, Aktionspreis 25,- €, Info + Termin unter ☎ 0176/75893455

HOLTKAMP THAI MASSAGE Sendener Str. 10, Appelhülsen ☎ 02509/ 7529011 oder ☎ 0177/ 2132908 www.nthaimassage.de

Biete Quantenheilungsseminare ab 50€ an. Werden Sie Schöpfer Ihrer eigenen Gesundheit. ☎ 0251-28746691

HALLO

Für die weitere Verstärkung unseres dynamischen Teams der Anzeigenblattgruppe suchen wir zum nächstmöglichen Termin einen

Außendienstmitarbeiter
(m/w) für den Bereich Anzeigenverkauf
Standort Münster

Ihr Aufgabengebiet:

- Professionelle Beratung und Betreuung unserer Stammkunden
- Entwicklung und Konzeption neuer Vermarktungsideen
- Neukundengewinnung

Ihr Profil

- Abgeschlossene kaufmännische Ausbildung (idealerweise werbewirtschaftliche Ausbildung)
- Alternativ Quereinsteiger mit ausgeprägten verkäuferischen Stärken
- Ausgeprägte Kommunikations- und Kontaktfähigkeit
- Flexibilität, überdurchschnittliches Engagement, Eigeninitiative, strukturierter Arbeitsstil, analytische Denkweise und Teamfähigkeit
- Gute Office-Kenntnisse

Wir bieten Ihnen:

- Eine umfassende Einarbeitung in Ihren Aufgabenbereich
- Mitarbeit in einem engagierten Team
- Ein modernes, angenehmes Arbeitsumfeld
- Eine leistungsgerechte Vergütung

Ihre aussagekräftige Bewerbung richten Sie bitte unter Angabe Ihrer Gehaltsvorstellung und des möglichen Eintrittsdatums an:

Unternehmensgruppe Aschendorff

Personalleitung – Frau Ursula Budde · An der Hansalinie 1 · 48163 Münster
oder online an jobs@aschendorff.de

Möbel und Einrichtungen

Bandscheibenfederkernmatratzen
original verpackt, 140 x 200, NP 349 € für 119 €, u. in 90/100 x 200 für je 99 €. Lieferrn mögl. ☎ 01 79/ 9 16 11 22.

Bügelautomat "Planta Delux", 65 x 35 cm, 40 €, top Zustand - wenig gebraucht, ☎ 0251/784481

Ledergarnitur, beige, Federkern, ca. 2 J. alt, 3er Sessel m. Hocker, 2er funktionstüchtig, VB. ☎ 01 60/ 99 89 70 74.

Haushaltsauflösung, So., 26.01.14, Gerstkamp 20, MS von 11-15 Uhr, Möbel, Kleinteile, Stauden etc.

Kompl. Eßzimmer, elfenbeinfarben lackiert, Rundtisch, Ø 1,10 m + 2 Einlegeböden, 6 Stühle, Sideboard ca. 2,30, auch einzeln zu verk., Preis VS, ☎ 0160/7200222.

Sitzgarnitur, Leder, schwarz, Fabr.: Brühl & Sippold, 2 Sofas, BxH 187/ 80cm, 1 Sessel, BxH 83/80cm, gepflegt. 650,- €, ☎ 02597/690991

zwei Ikea Hochkommoden, natur, Stühle; Ivar-Regal; Bett 1 x 2 m, mit Lattenrost; Kleiderschrank (Bauernschrank), blau; 1 Küchenblock; 1 Röhren-Fernseher u. anderes günstig zu verk., ☎ 0151/4005255 o. 0251/3225686.

Wohnzimmer: 8-teil. Anbauwand (LED-Beleucht.) + Sideboard 2,5 J., VB 350 €, ☎ 0175/8383309.

Sport / Freizeitmarkt

Hochwertiges E-Bike, neuwertig, preisgünstig zu verkaufen, ☎ 02575/689 o. 0171/8365787.

Fahrrad Mirage 28 Zoll, Sportrad, silber, 28-Gang, gut erhalten, 200 € FP, Telefon 0251/1321421

Herkules Tourer 8 elektr. Fahrrad, 28er, schwarz, 3 Jahr alt, Preis VB, Neuwert 1800 €. ☎ 02595/1039

Holland-Räder. hochwertig, Nostalgie-Look, Gazelle, Batavus. ☎ 0176/96456109.

Abfahrtsski K2 Escape Carving-Ski, Länge 1,60 m, Bindung Marker + Skistöcke + Tragetasche, sehr guter Zust., günstig zu verk., ☎ 02501/70742.

Tiermarkt

Tiere in Not Ibiza - Sie wünschen sich einen verträglichen, lieben Hund als treuen Begleiter? Dann schauen Sie doch einmal bei TINI (www.tini-ev.de) rein. Ob klein od. groß, jünger od. älter - sie alle warten auf ihr Glück in einem liebevollen Zuhause, auch bei junggebliebenen, fitten Senioren. Kontakt gern unter ☎ 02508/9996272 od. 0251/314612.

Süße Cairn-Terrier-Welpen, aus Hobbyzucht, geimpft, entwurmt u. gechipt, ab sofort zu verkaufen, ☎ 01 74/2 10 80 72.

Verkaufe org. Kennel-Box (90 x 68 x 65) NP 150 € VS ☎ 01573/ 3117105 (Ahlen)

Nordischer Dompfaff 1,0 2012 und Kanarienvogelchen zu verk. ☎ 0157/33117105 (Ahlen)

Suche tierliebe Leute die hin und wieder für 14 Tage meinen kleinen Terrier gegen Bezahlung in Pflege nehmen, ☎ 0251/36794.

Mini-Hunde Welpen, 2 Monate alt. ☎ 0176/20521735

Goldendoodlewelp., ☎ 0 25 91/ 9 40 15 43

Labradoodlewelpen, ☎ 0 25 91/ 9 40 15 43.

Verschiedenes

Abnehmen "spielend leicht" m. Hypnose! Raucherentwöhnung. 90 €, www.info-hypnose.de ☎ 02594/ 7479 od. 05404/73646

Kamin- und Brennholz, Holz Höring, ☎ 0 25 91 / 56 16 oder 01 76 / 63 88 70 35.

Ca. 5-6 rm Buchen- und Eichenholz (2 J.), gesägt und gespalten, abzugeben. ☎ 01 71/4 26 32 24.

Fahrradträger für AHK, 2/3/4 Räder, Thule, Uebler, ☎ 0171/ 7800815.

Parkett Seggewiß: Parkettverlegung und Renovierung aus Meisterhand + Treppensanierung ☎ 02541/846773

Lotteriegewinn Toshiba LCD LED TV 139cm Smart TV 3D u.v.m. Neu mit Garantie UVP 1.998€ UVP für nur 1.050 € ☎ 02592/981162

Suche Münzen u. Briefmarken, alte Ansichtskarten, alte Briefe (gerne große Sammlung), suche alles v. 1. u. 2. Weltkrieg, wie z.B. Orden, Urkunden, Uniformen, Fotos usw. ☎ 02508/997892 o. 02508/ 993219.

Ältere Kameras, Kodak, Agfa, Porst, Revue, teils Spiegelreflex mit Zubehör, Tonband von Philips, alles sehr gut erhalten, preisgünstig abzugeben. ☎ 0163/9722362.

Wasch- & Spülmasch., Kühl-, Gefrier- & Gewerbeger. gebr., Garantie, ab 35€, Fa. Weiß, ☎ 0 25 04/7 71 74.

Gesuche

Ankauf aller Pelzarten von 250 - 2500 €, Puppen, Taschen, Garderobe, Teppiche, Zinn, Näh- und Schreibmaschinen, Porzellan, Silber- Bestecke, Schmuck. ☎ 0177/ 2152422

Suche Münzen, auch international wie z.B. Deutsches Reich, Kaiserreich, BRD, DDR, auch Gold- u. Silbermedaillen, gerne große Sammlungen. ☎ 0 25 08 / 99 78 92 od. ☎ 0 25 08 / 99 32 19.

Dreirad f. Erwachsene u. Fahrradträger f. AHK (kein Twinny-loud) ☎ 0176/96456109.

Antik-, Bücher- und Trödelmarkt am 01.+02. Februar im Tierheim Münster, Dingstiege 71 von 11 bis 17 Uhr. Wir suchen schönen Trödel, Antikes, Bücher, gut erhaltene Kleidung u.v.m. Die Abgabe von Flohmarktspenden ist täglich (außer sonntags) zwischen 9.30 und 16.30 Uhr möglich! Info: E. Gellrich ☎ 0163/ 51 12 658 - www.tierheim-muenster.de

Suche Gaderobe aller Art, Schreibmaschinen, Nähmaschinen, Pelze und Schmuck, zahle bar, ☎ 01577/8767841

Eisenbahnfreunde kaufen Loks, Waggons und Zubehör für die Spurweiten H0, N, Z, G. Gerne auch ganze Sammlungen jeder Größenordnung. ☎ 0175/3823360

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

Suche Bose-Sound-System. Bitte alles anbieten. ☎ 0176/84500655

HALLO

Die Gratiszeitung am Sonntag und Mittwoch für Münster

Verlag
Hallo-Gratiszeitung-Verlag GmbH
www.hallo-muensterland.de

Geschäftsführung
Sven Schubert
Redaktionsleitung
Claudia Bakker
☎ 02 51/690-96 12, Fax -10

Anschrift Verlag/Redaktion
Soester Straße 13, 48155 Münster

Kleinanzeigen-/Vertriebshotline
☎ 02 51/690-46 52

Vertrieb
Aschendorff Direkt GmbH & Co. KG
An der Hansalinie 1, 48163 Münster
☎ 02 51/690-656

Technische Herstellung
Aschendorff Druckzentrum
GmbH & Co. KG
An der Hansalinie 1
48163 Münster



Urheberrechtshinweis
Die Inhalte, Strukturen und das Layout dieser Zeitung sind urheberrechtlich geschützt. Jegliche Vervielfältigung, Veröffentlichung oder sonstige Verbreitung dieser Informationen, insbesondere die Verwendung von Anzeigenlayouts, Grafiken, Logos, Anzeigentexten oder -textteilen oder Anzeigenbildmaterial bedarf der vorherigen schriftlichen Zustimmung des Verlages. Für die Herstellung von Hallo wird Recycling-Papier verwendet.

Suche und kaufe von privat Sammlerpuppen, Pelze, Leder, Bücher, Zinn, Barzahlung sofort, ☎ 01520/3087626.

Suche Armbanduhren u. Taschenuhren, Orientteppiche, Pelze, Modeschmuck, Münzen aller Art u. Garderobe. ☎ 02 01/85 83 72 07.

Kaufe Modelleisenbahnen in Teilen od. ganze Anlagen, Modellautos, Blechspielzeug, Antikspielzeug. ☎ 0 25 81/4 59 90 15.

WSV
LAGER-RÄUMUNG

Winter-Schluss-Verkauf bis zum 15.02.2014

JETZT BIS ZU 70% SPAREN

Hammer
www.hammer-heimtex.de

kaeppel

Biber-Bettwäschegarnitur „Memory“, 100% Baumwolle, 2-tlg., best. aus: 1 Kissenbezug, ca. 80x80 cm und 1 Bettbezug, ca. 135x200 cm.

Microfaser-Kopfkissen, gefüllt mit 890 g Polyester-Faserkugeln, waschbar, ca. 80x80 cm. **29,95 14,99**

Microfaser-Vierjahreszeiten-Steppbett, bestehend aus 2 einzelnen Decken, die miteinander verbunden werden. Bezug: Polyester, Füllung: Polyester-Hohlfaser, waschbar, ca. 135x200 cm. **39,99**

WSV RÄUMUNGS-PREISE

Einkaufen – Punkten – Prämien kassieren!
Mit DeutschlandCard.
www.deutschlandcard.de

... weil ich schöner wohnen will!

48157 Münster 14
An der Kleimannbrücke 1 • Tel. 0251/3211160
Mo-Fr: 9.00 - 20.00 Uhr • Sa: 9.00 - 18.00 Uhr

Geschäftliches

Malerarbeiten aller Art, auch Fußbodenbeläge: ☎ 01 72/1 99 06 11.

Gardinenreinigung von Firma Clauss für Objekt und Haus. Inh. Thomas Schwarzer Ihr Raum- ausstattermeister - diewohnstube.de - Tel.: MS / 64 46 9

Polster von Firma Clauss für Objekt und Haus. Inh. Thomas Schwarzer Ihr Raum- ausstattermeister - diewohnstube.de - Tel.: MS / 64 46 9

Parkett-, Laminatverlegung und Küchen-, Möbelmontage ☎ 0152/ 33610423 ab 18 Uhr, ☎ 0251/ 92770874.

Auflösung des Rätsels



Markisen von Firma Clauss für Objekt und Haus. Inh. Thomas Schwarzer Ihr Raum- ausstattermeister - diewohnstube.de - Tel.: MS / 64 46 9

Insektenschutz von Firma Clauss für Objekt und Haus. Inh. Thomas Schwarzer Ihr Raum- ausstattermeister - diewohnstube.de - Tel.: MS / 64 46 9

Fliesenleger - Ob Fliesen auf dem Boden oder an der Wand, hauptsache Sie kommen professionell und schnell dran. ☎ 01 60/7 20 91 69.

HEIZÖLTANKANLAGEN

Demontagen - Sanierung - Wartung

Schnell, sauber, günstig
Vom Fachbetrieb zum Festpreis

G-TEC Tankanlagen Gronau
www.gtectankanlagen.de
Telefon 025 65 / 1400

Teppichboden von Firma Clauss für Objekt und Haus. Inh. Thomas Schwarzer Ihr Raum- ausstattermeister - diewohnstube.de - Tel.: MS / 64 46 9

Gardinen von Firma Clauss für Objekt und Haus. Inh. Thomas Schwarzer Ihr Raum- ausstattermeister - diewohnstube.de - Tel.: MS / 64 46 9

Glas- u. Rahmenreinigung, auch Wintergärten u. Solaranlagen, v. Fachmann seit über 30 J., keine Anfahrtkosten. ☎ 02571/576800 od. 02504/8445

Sonnenschutz von Firma Clauss für Objekt und Haus. Inh. Thomas Schwarzer Ihr Raum- ausstattermeister - diewohnstube.de - Tel.: MS / 64 46 9

Musikmarkt

Pro Musica-Orchester MS sucht versierte Bratscher/innen
☎ 0 25 82/17 17.

Senioren

Liebevolle 24-Stunden-Senioren-betreuung aus Polen. Absolut legal und zuverlässig, auch Demenz/ Schlaganfall ☎ 02382/9615936

24-Stunden-Pflege von poln. Pflegehilfen mit Erfahrung, seriös, legal, bezahlbar. ☎ 0160/4316836.

Reise und Erholung

Gem. FeWo in Cux-Duhnen zu vermieten, 2-5 Pers. (2 Schlafz.) ☎ 0 52 41/9 09 67 76
G_Wulfhorst@hotmail.com

Westerland, 2 Zi. FeWo, gehobene Ausstattung, Meeresblick, Strandlage, Blk., Grg. ☎ 07 21/61 61 57.

Südfrankr./Mittelmeer, Mobilheim, strandnah, Wohn-/Essbereich m. Küche, Klima, 2 Schlafz., Du./WC, von privat. ☎ 0 25 04/55 22

CUX-Duhnen, 3-Raum-FEWO, EG, Terrasse, für 2 Pers. ab 28,-€ pro Übern. ☎ 02595/899 www.hennys-ferienwohnung.de

Bretagne - Faszination u. Erholung ☎ 02501/4719 (AB).

Comersee-FeWo, Traumlg. zw. Zypressen + Olivenb., 65 + 85m², Baden + Bergw., ☎ 06021/87919

Ostsee/Schlei (Kleinwaabs), Ferienhaus f. 4 Pers. u. FEWO f. 2 Pers., Hunde erlaubt, ☎ 02369/206630.

Costa Brava, FH, kinderfrdl., Tennis, bis 6 P., preiswert, ☎ 05404/3750.

Norderney, Ferienhaus bis 8 P., zentr., strandn., ☎ 02571/56665 www.norderney-spess.de

NL, strandnah FH frei. ☎ 02591/5590

Cuxh. FeWo, ab 29 €. ☎ 0 25 05/ 6 08 03 00

Ferienh., 2-8 P., Osterferien Rabatt, 15 % www.nordseeküste-ferien.de

Nordhollaendische Nordsee komfortables Ferienhaus Terrasse Garten gerne Hunde Rainer-Drees@t-online.de

Verschiedenes

Abnehmen mit Spaß, kein Hungern, kein Jo-Jo-Effekt, Gruppen- und Einzelcoaching möglich. Bettina Albers ☎ 02 51 / 32 41 32

Glasreinigung Heike: Für Kleinaufträge bis 10 Fenster 20 €. ☎ 0251-276277

Haushaltsauflösungen, diskret und besenrein! Kostenlose Beratung! Verkäufliches geht in unsere Flohmärkte, nicht verkäufliches wird durch eine Firma kostengünstig entsorgt. Info: Tierheim Münster E. Gellrich ☎ 0163/ 51 12 658

Antik-, Bücher- u. Trödelmarkt am 01.+02.Februar im Tierheim Münster, Dingstiege 71 von 11-17 Uhr. Wir suchen schönen Trödel, Antikes, Bücher, gut erhaltene Kleidung u.v.m. Die Abgabe von Flohmarktpenden ist täglich (außer sonntags) zwischen 9.30 und 16.30 Uhr möglich! Info: E. Gellrich ☎ 0163/ 51 12 658 - www.tierheim-muenster.de

Bekanntschaften

Kathrin, attraktive Witwe, 61 J., Arzthelferin im Ruhestand, bin eine gute Köchin u. Hausfrau, mag die Natur, Garten, fahre gern Auto. Als mein Mann verstarb blieb ich allein zurück. Suche ernsthaft lieben Herrn mit ähnlichem Schicksal u. würde sehr gerne mit Ihnen telefonieren ü. 1&1-pv ☎ 02592 - 9729137

Ich, Edeltraud, bin 71 J., habe eine weiblich, schlanke Figur, äußerlich u. im Herzen jung geblieben, bin eine gute Köchin u. Haushälterin. Nach längerer Einsamkeit sehne ich mich wieder sehr nach einen lieben u. anständigen Mann an meiner Seite. Ich fahre gern Auto u. bin nicht ortsgebunden. Bitte ruf heute noch an ü. Anzeigenservice, Anruf kostenlos 0800 - 2288445

Horoskop vom 27. 1. 2014 bis 2. 2. 2014

WIDDER

(21.03.-20.04.)



Folgen Sie mehr Ihrer Intuition und planen nur das, was Ihnen auch realistisch erscheint. Ihnen werden sicher auch nicht alle Vorschläge gefallen, die man Ihnen in diesem Zusammenhang macht, aber die eine oder andere Idee könnte sich sicher umsetzen lassen. Was Sie aber jetzt schon als Fundament ansehen, ist eigentlich nur als Sprungbrett und nicht zum Ausruhen gedacht. Überlegen Sie es sich gut!



(21.04.-20.05.)

Es ist nichts gegen Ihre Träume einzuwenden, doch bei bestimmten Themen sollten Sie besser auf dem Boden der Tatsachen bleiben. Vielleicht will man Ihnen auch einige Bereiche besonders schmackhaft machen, um Sie auf eine sichere Seite zu ziehen. Doch wie so oft möchten Sie Ihren eigenen Kopf durchsetzen und dafür auch mal gewisse Grenzen überschreiten. Achten Sie mehr auf die Kleinigkeiten!



(21.05.-21.06.)

Ruhen Sie sich nicht zu früh aus, denn die Konkurrenz könnte nur auf diesen Moment gewartet haben. Seien Sie also wachsam und achten genau auf die Dinge, die um Sie herum geschehen. Es wird viel passieren, aber natürlich auch nicht alles zu Ihrer Zufriedenheit. Suchen Sie sich ein paar Rosinen aus diesem „Kuchen“ heraus, vor allem sichern Sie sich den Anteil der Ihnen zusteht. Nicht locker lassen!



(22.06.-22.07.)

Mit den Enttäuschungen im Alltag müssen Sie leben und diese auch akzeptieren, denn es gibt dafür auch immer einen kleinen Ausgleich, der Sie wieder aufbaut. Halten Sie also weiter durch, auch wenn gerade diese Phase besonders schwierig und vor allem auch anstrengend sein mag. Versuchen Sie mit Herzlichkeit die allgemeine Stimmung etwas aufzulockern und damit auch die Motivation zu steigern.



(23.07.-23.08.)

Ihre ganz eigene Art, Probleme anzugehen und sie zu lösen, bringt Ihnen nicht nur Anerkennung ein, sondern lässt Sie auch zum Ratgeber für andere Menschen werden. Doch lassen Sie sich bitte nicht ausnutzen, auch wenn es am Anfang nicht so erscheinen mag. Bestimmte Personen verstehen es immer wieder, jemanden mit Haut und Haaren in Beschlag zu nehmen. Ziehen Sie sich dezent zurück!



(24.08.-23.09.)

Denken Sie nicht kreuz und quer, sondern versuchen eine möglichst einfache Lösung für ein Problem zu finden. Damit sparen Sie viel Zeit und sind auch bald am Ziel angelangt. Es ist allerdings nicht ratsam sich auf die Vorschläge aus Ihrem Umfeld zu verlassen, stärken Sie Ihre Eigeninitiative, indem Sie sich an Dinge heranwagen, die bisher ein unerforschtes Gebiet waren. Dann könnte es gelingen!



(24.09.-23.10.)

Klammern Sie heikle Themen nicht einfach kategorisch aus, sonst steht bald eine große Mauer zwischen Ihnen und Ihrem Umfeld. Allerdings sollten Sie sich auch nicht zu früh einmischen, denn dann könnte diese Phase erst recht Anlass zu langen Diskussionen geben. Setzen Sie Ihre Argumente an den Stellen ein, die einen Erfolg versprechen. Vielleicht regelt das Schicksal auch einiges auf diesem Gebiet!



(24.10.-22.11.)

Mit Ihren Worten zeigen Sie ganz offen Ihre Überlegenheit, werden sich damit aber sicher nicht nur Freunde machen. Schaffen Sie sich ein solides Fundament, auf dem Sie sicher und trocken stehen und versuchen aus dieser Position heraus, alles Notwendige in die Wege zu leiten. Es wird noch eine gewisse Zeit benötigen, bevor alles ins Rollen kommt, aber das Ergebnis wird sich dann sehen lassen.



(23.11.-21.12.)

Ihre klaren Worte könnten Ihnen zum Verhängnis werden, denn eigentlich ist es nur die Wut, die aus Ihnen spricht. Lassen Sie sich in dieser Situation nicht von Ihrer Position verdrängen, denn es war mühsam genug, an diese Stelle zu gelangen. Versuchen Sie bei einem Gespräch Ihren Eindruck zu erklären und hören auch genau zu, was die Gegenseite zu sagen. Sicher lässt sich eine Ebene finden!



(22.12.-20.01.)

Sie zeigen Nervenstärke und Disziplin, obwohl es in Ihnen ganz anders aussieht. Doch sollten Sie im Augenblick nur Ihre äußere Hülle preisgeben, denn der Anlass hat nur einen beruflichen Hintergrund. Privat sollten Sie dann die Fassade fallen lassen und mit einer vertrauten Person über Ihre Probleme sprechen. Sicher wird man Ihnen nicht sofort helfen können, doch es gibt für alles einen zweiten Weg!



(21.01.-19.02.)

Wenn man Sie nicht nur mit Worten sondern auch mit Taten provozieren will, können Sie von einer Minute zur anderen Ihr Gesicht ändern, und das wird der Gegenseite nicht gefallen. Sagen und zeigen Sie es auch, dass Sie unbeirrt an sich und Ihre Talente glauben und Sie sich auch nicht vom geplanten Weg abbringen lassen. Nun sind die Fronten geklärt, und alles Weitere entscheidet dann das Schicksal.



(20.02.-20.03.)

Sobald es Ihnen gut geht, verlieren Sie den Mut und die Zuversicht und glauben nicht mehr an die Dinge, die Sie sich mühsam erarbeitet haben. Dann warten Sie förmlich darauf, dass Ihnen das Schicksal einen weiteren Streich spielt und mit dieser Haltung wird es auch so weit kommen. Versuchen Sie sich von dieser Enge zu befreien und achten vor allem mehr auf die positiven Bereiche, die es gibt!

Gewinnen Sie
jede Woche 40,- Euro!

HALLO
Die Gratiszeitung im Münsterland

SUDOKU

So spielen Sie mit:

- Lösen Sie nebenstehendes Sudoku-Puzzle: Vervollständigen Sie es so, dass in jeder Zeile, in jeder Spalte und in jedem der neun Blöcke jede Ziffer von 1 bis 9 genau einmal auftritt.
 - Übertragen Sie die Ziffern aus den nummerierten Feldern in das Lösungsfeld.
 - Rufen Sie die 0137-8260004* an und geben Sie Ihren Lösungscode durch.
- Unter allen Anrufern verlosen wir jede Woche 40,- Euro!

Annahmeschluss für dieses Gewinnspiel ist Freitag 12.00 Uhr

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

Lösung:

--	--	--	--	--	--	--	--	--

Gewinnerin der
letzten Woche:

Waltraut Hankemeier

Der Gewinner wird gebeten,
sich telefonisch beim Verlag
zu melden. Tel.: 0251/6909625

Lösung der
letzten Woche:

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

*0,50EUR/Anruf aus dem dt. Festnetz, abweichende Preise aus dem Mobilfunk.

Verkäufe Einfamilienhäuser

EFH-Bungalow, Bj. 2008, Grdst. 475 m², Wfl. 100 m², 2 Schlafz., Küche m. Esszi., Wohnz., Bad u. G-WC, Fußbodenhgz. u. Kamin, Carport, Wintergarten + Nebengebäude von Priv. zu verk., Preis VS, ☎ 01 76/31 36 71 50.

Eigentum statt Miete! kl. Holzbungalow am Franz-Felixsee in Greven, ganzjährig bewohnbar auf Pachtgrund für nur 7500 € zu verk., Info: 0 23 27/54 43 86.

Bauen und Wohnen

Bausachverständiger überprüft Ihr Wunschhaus auf Baumängel und -schäden. Haus + Wert Ltd. www.hausundwert.eu ☎ 02547-98177

Gerüstverleih, 4,20 € / m², an Selbstaufbauer, kann gebracht & abgeholt werden ☎ 01 70 / 4 75 01 75

Gewerbliche Objekte

MS-Hiltrup
Ladenlokal mit 100 m² zu sofort zu vermieten Tel. 0231/546 888 00

Vermietungen Häuser

Lüdinghausen, DHH, 3 Ebenen, ca. 100m², 4 ZKB, Garten, Garage, Gäste WC, FBHZZG, 680,- +50, ☎ 0175/1839717

Vermietungen 1-Zimmer-Wohnungen/ Appartements

Hiltrup-Zentral, App. ca. 48 m², sep. Küche, Duschbad, Pkw-Stellpl., 395 € KM + NK von privat, ab 01.02.14, ☎ 0172/7886289..

Vermietungen 2-Zimmer-Wohnungen

Olfen, ruhige 2,5 ZKB, im 2 FH, neu renoviert, 78 m², 35 m² Terrasse, 3 MM Kaution, 450 KM + NK, ☎ 02595/810

Ascheberg: Ortskern, schöne 2 Zimmer-Whg., 1. OG, Küche, Bad (Dusche u. Wanne), G-WC, Eiche Fußboden, 2 Einstellplätze, total renoviert, von privat zu sofort zu vermieten. KM 290 € ☎ 01 72/ 5 31 24 73.

Südkirchen 2 Zi KB Whg, EG, 66m² mit Terrasse u. Stellplatz, WBS erf. KM 300€ + NK. ☎ 0163/7965451

Selm-Dorf: DG-Whg., 55m², 2 1/2 Zi., ruhige, zentrale Lage, Neubau, Niedrigenergiehaus, KFW 70, Standard, zum 01.04.14 zu vermieten, KM 330 € + NK ☎ 02592/9738361

LH, 2 ZKDBB + Kellerraum, ca. 60 m², II. OG zum 1.4. od. 1.5., 335 € KM + 155 € NK, ☎ 0176/61711859

Vermietungen 3-Zimmer-Wohnungen

Saerbeck zentr. Neubau 2 1/2 ZKB, G-WC, Süd-Balkon, geh. Ausst., 72 qm, KM 495 €, TG-Platz, ab 1.2. o. später v. Privat ☎ 02574/983630

Münster-Amelsbüren, Whg. 81 m², 1. OG, gepfl. 3 FH, 3 ZKDB, gr. Balkon, 5 Gehminuten zur Bahn/Bus ab sof. zu verm., EBK kann kostenlos übern. werden, KM 500 €, Tel. ab 14 Uhr 02761/4370 und 01 72/ 2 87 08 44.

Saerbeck, 70 m², 3 Z-K-B-B-K, KM 325 €, zum 01.04.14 zu vermieten. ☎ 01 76/18 58 02 18.

Greven Innenstadt, 3 ZKB, Blk., renoviert, KM 450 €, ab sofort zu vermieten. (gerne an Paar ab 40 J.) ☎ 02571/40278 oder 02571/56176.

Telgte-Westbevern, Nähe Bahnhof, Obergeschoss-Whg. zu vermieten, ☎ 01 75 / 50 79 27 8.

Lüdinghausen 3 Zi. Whg., Kü., Diele, Bad, Blk, G-WC im Seegebiet an ruhiges, solventes Paar od. Einzelpers. (NR) zu verm. 650 € kalt + NK, EBK muss übernommen werden. ☎ 02591/78805.

Vermietungen 4- und Mehrzimmer- Wohnungen

LH, schöne 4 Zi.-Wohnung, 112 m², 1. OG+DG, offener Wohn-/Küchenbereich, G-WC, BLK/Keller, Stellpl. ab 1.5.14, KM 550 € + NK, ☎ 01 72/2 30 81 92.

Umzüge / Transporte

Ab 39,- € pro Std. Topteam inkl. LKW, Küchen- u. Möbelmon., Entsorgung, Besichtigung kolo ☎ 0 25 92 / 9 19 80 89 www.vogt-transporte.eu

Umzüge ab 29,15 €/Std., LKW + 3 Profis 51,15 €/Std., Fa. Zahn, 59379 Selm, Dieselweg 4, ☎ 0 25 92 / 977 66 00. www.zahntransporte.de



**Zum Glück
2 x die Woche.**

HALLO Tel. 02 51/69 0-96 01/-96 28
www.hallo-muensterland.de

HALLO

! kostenlos

Ab sofort finden Sie Ihre Gratiszeitung kostenlos auch an folgenden Auslagestellen.

Aral Tankstelle
Grevenener Str. 382 | 48159 Münster

Westfalen Tankstelle
Grevenener Str. 395 | 48159 Münster

Aral Tankstelle
Altenberger Str. 34 | 48161 Münster

Bäckerei Limberg GmbH
Dieckmannstr. 114 | 48161 Münster

Studentenwerk-Kiosk „Studis“
Rudolf-Harbig-Weg 57 | 48149 Münster

Westfalen Tankstelle
Steinfurter Str. 166 | 48149 Münster

GOP-Variété Münster
Bahnhofstr. 20-22 | 48143 Münster

EC-Tank Stroetmann
Harkortstr. 4 | 48163 Münster

Westfalen Tankstelle
Weseler Str. 212- 216 | 48163 Münster

Klostermann Bäckerei - Cafe
Marktallee 49 | 48165 Münster

Westfalen Tankstelle
Westfalenstr. 124-126 | 48165 Münster

Orien Tankstelle
Westfalenstr. 186 | 48165 Münster

Tryp Kongreßhotel
Albersloher Weg 28 | 48155 Münster

Westfalen Tankstelle
Albersloher Weg 580 | 48167 Münster

Bäckerei Müller
Angelmodder Weg 8 | 48167 Münster

Classic Tankstelle
Münsterstr. 75 | 48167 Münster

Hotel Mercure Herr Nimmessgern
Engelstr. 39 | 48143 Münster

Ibis Hotel
Engelstr. 53 | 48143 Münster

Hornbach Baumarkt
An der alten Ziegelei 33
48157 Münster

Hotel Conti
Berliner Platz 2 | 48143 Münster

STAR Tankstelle
Hansaring 54 | 48155 Münster

Hotel Europa
Kaiser-Wilhelm-Ring | 48145 Münster

Westfalen Tankstelle
Mondstr. 160-162 | 48155 Münster

McDonald's
Rudolf-Diesel-Str. 65 A
48157 Münster

**Handwerkskammer-
Bildungszentrum**
Echelmeyerstr. 1 | 48163 Münster

Bäckerei Hosselmann
Warendorfer Str. 54 | 48145 Münster

Bäckerei Limberg GmbH
Warendorfer Str. 61 | 48145 Münster

Radstation Münster
Berliner Platz 27 A | 48143 Münster

Bäckerei Limberg GmbH
Wolbecker Str. 66 · 48155 Münster

Bäckerei Hosselmann
Wolbecker Str. 286 | 48155 Münster
Wolbecker Str. 44 | 48155 Münster

Handwerkskammer
Bismarckallee 1 | 48151 Münster

Mensa am Aasee
Bismarckallee 11 | 48151 Münster

McDonald's
Weseler Str. 60 | 48151 Münster

Bäckerei Hosselmann
Alter Steinweg 26 | 48143 Münster

Universität Münster
Schloßplatz 2 | 48143 Münster

**Residenz am Tibusplatz DKV/
Rentaco**
Tibusplatz 1 | 48143 Münster

Bäckerei Hosselmann
Am Kreuztor 5 | 48147 Münster

McDonald's
Ludgeristr. 51 | 48143 Münster

Bäckerei Limberg GmbH
Salzstr. 39 | 48143 Münster Centrum

Der Super-Kleinanzeigenmarkt

am Sonntag in

HALLO

BLICK PUNKT

Bestellschein

■ **Erscheinungstermin/e**

2014

■ **Ausgabe** bitte ankreuzen:

A A-C A-F
☐ ☐ ☐

(wöchentlich sonntags)

■ **Rubrik**

■ **Anzeigentext**

Hallo Sonntag Greven	Hallo Sonntag	Super Sonntag
bis 3 Zeilen	bis 3 Zeilen	bis 3 Zeilen
4,00 €	8,00 €	10,00 €
5,00 €	10,00 €	12,50 €
6,00 €	12,00 €	15,00 €
7,00 €	14,00 €	17,50 €
8,00 €	16,00 €	20,00 €
9,00 €	18,00 €	22,50 €

118.942 200.593 287.157
Exempl. Exempl. Exempl.

Zeile

1	
2	
3	
4	
5	
6	
7	
8	

■ **Persönliche Angaben**

Vor- und Nachname

Straße, Hausnummer

PLZ, Ort

Kreditinstitut DE IBAN

Konto-Nr.* BLZ*
*falls IBAN nicht bekannt

Datum, Unterschrift des Kontoinhabers

**Gesamtauflage
je Schaltung:
287.157
Exemplare**

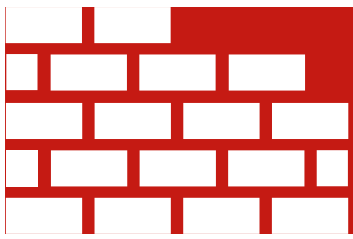
Bitte den gewünschten Privatanzeigentext mit Satzzeichen fortlaufend in die Kästchen eintragen. Nach jedem Wort ein Kästchen als Zwischenraum freilassen. Die Preise gelten für Privatanzeigen inkl. MwSt. (zzgl. evtl. Chiffregebühr). Bitte beachten Sie, dass die Veröffentlichungskosten nur abgebucht werden können.

Preise für gewerbliche Fließsatzanzeigen entnehmen Sie bitte den gültigen Preislisten.

Bestellschein ausfüllen und einsenden an:

Hallo-Gratiszeitung-Verlag GmbH · Soester Straße 13 · 48155 Münster
oder per Fax senden an 02 51/690-45 70

Erscheinungstermin: wöchentlich sonntags • **Anzeigenschluss:** freitags 12.00 Uhr



Steinchen statt Fliesen

Mit Fertigelementen
an nur einem Tag
selbst verlegt



Foto: renofloor.de

Die attraktiven Bodenbeläge aus ganz kleinen, farbigen Kieselsteinchen, die mit klarem Kristallharz fixiert werden, sind seit längerem bekannt. Von Renofloor gibt es den pflegeleichten Natursteinteppich aber auch im praktischen Teppichfliesen-Format für Selbermacher.

Böden, die renoviert oder saniert werden müssen, lassen sich mit den handlichen Fertigelementen einfach und schnell erneuern.

Die praktischen Fertigelemente bestehen zur Hauptsache aus natürlichen Materialien: Fein granulierte Quarz- oder Marmorkiesel unterschiedlicher Körnungen werden rundgewaschen und mit Kristallharz gebunden. Die Elemente selbst sind in sehr vielen verschiedenen Farbkombinationen zu haben und werden exakt nach den Vorgaben des Bauherren in unterschiedlichen handlichen Formaten pro-

duziert, beispielsweise 50x50 cm, aber auch längliche Formate für Bordüren und Sockel. Außerdem gibt es noch passende fertige Ecken und spezielle Intarsien; für diese kommen dann auf Wunsch auch Halbedelsteine zum Einsatz. Und weil der fertige Belag später nicht einmal einen Zentimeter hoch ist, lassen sich die Elemente in den meisten Fällen einfach auf dem vorhandenen Boden verlegen. „Kein Bauschutt im Haus, kein Klebergeruch und der Boden kann gleich nach dem Verlegen benutzt werden – das ist schon toll“, begründet ein Anwender seine Entscheidung. Die Renofloor Fertigelemente werden Stück für Stück trocken nebeneinander verlegt. Kleine Restflächen an Ecken und Kanten mit etwas Mörtel aus Marmor-Kieseln derselben Farbmischung und Flüssigharz schließen - und fertig. Der neue Bodenbelag

ist nicht nur trittfest und stabil, sondern auch sehr leicht zu reinigen: Absaugen oder feuchtes Wischen genügt. Der Natursteinteppich wird vom Hersteller auch zur „flüssigen“ Verlegung angeboten. In diesem Fall wird der Belag fugenlos gegossen, dazu ist kein besonderes handwerkliches Geschick erforderlich.

Die Steinchenteppiche stellen eine ideale Alternative zu gefliesten Böden dar. Vor allem im Do-it-yourself-Bereich gehört den Steinchenteppichen die Zukunft, weil sie mit Fertigelementen ganz einfach zu verlegen sind. Es gibt sie in einer großen Farbvielfalt und in verschiedenen Körnungsgrößen. Sie überzeugen durch eine extrem hohe Langlebigkeit sowie durch Trittschalldämmung und einen sehr angenehmen Laufkomfort. Beispiele und Informationen gibt es unter: www.renofloor.de (pt)

Michael Otto

Metallbau & Edelstahl design

Professionelle Pflege und Aufbereitung Ihrer Edelstahläußenobjekte



Wir bieten an:

- Balkongeländer • Fensterbrüstungen
- Umwehrungen u. v. m.

Weitere Objekte unter:

www.hmo-edelstahldesign.de • Michael Otto
48147 Münster • Schleswiger Str. 25
Tel. 02 51/27 75 98 • Mobil: 01 72/5 26 56 47



HALLO

Soester Straße 13
48155 Münster
Tel. 02 51/69 0
-96 01/-96 28
www.hallo-muensterland.de

Heitbrock Gartengestaltung



Olaf Heitbrock Rote Erde 26 48163 Münster Tel.: 0172 56 38 979

Beratung Gestaltung Pflasterarbeiten Bepflanzungen Pflege Baumfällung Zaunbau



Westfälische Goldverwertung

Altgold	Silber	Platin
Luxusuhren	Münzen	Silberbesteck (auch versilbert 90,100...)

Aegidiimarkt 7 48143 Münster
0251/ 97439529



BREUNING
Trauringlounge
Aegidiimarkt 7
48143 Münster

Termine unter: 0251 / 98119730

Wohlfühlen wichtig

Schnaases Teilrückkehr an den Bundesstützpunkt/DM ab Donnerstag

Von Florian Levenig

An eine neuerliche Finalteilnahme – es war die vierte in fünf Jahren – oder gar den ersten Sieg bei den Deutschen Badminton-Meisterschaften (ab Donnerstag in Bielefeld) verschwendet Karin Schnaase, obschon an eins gesetzt, keinen Gedanken. Sie ist da ein gebranntes Kind.

LÜDINGHAUSEN. „2013 haben auch alle nur über das Endspiel geredet“, erinnert sich die Lüdinghauserin. Bis eine Verletzung die 28-Jährige auf dem Weg zum Premierentitel im Halbfinale jäh stoppte. Klar weiß Schnaase um ihre Favoritenrolle. Und ja, diese Trophäe fehlt noch in ihrer Sammlung. Aber: Sie wolle einfach gut spielen und „schauen, was dann am Ende herauspringt“. Zumal sie überhaupt nicht einschätzen könne, wie stark Olga Konon (gewann 2012 das Finale gegen Schnaase) schon wieder sei. In der Weltrangliste liegt die Bischmisheimerin (Nr. 87) nach langer Verletzungspause weit hinter Schnaase (Nr. 47).

Für Schnaase ist der Auftritt in der Seidenstickerhalle der erste seit ihrer Teilrückkehr an den Bundesstützpunkt in Mülheim. Bis April wollen Spielerin und nationaler Verband ausloten, wie fruchtbar ein längeres Miteinander sein könnte. In der Vergangenheit hatten immer wieder Top-Spieler Stress mit dem DBV.

Schnaase zog im Vorjahr die Konsequenz und kehrte in ihren Heimatort zurück. Interessanterweise blühte sie ohne die Rückendeckung des Verbandes auf. Kletterte im internationalen Ranking, spielte eine grandiose Bundesliga-Hinrunde. „Ka-



Zählt bei den Deutschen Meisterschaften kommende Woche in Bielefeld zu den Favoriten: die Lüdinghauserin Karin Schnaase.

rin braucht ein Umfeld, in dem sie sich wohlfühlt“, weiß Mutter Barbara Schnaase. Deshalb begleitet sie Bruder Christoph, der auch in Bielefeld das Coaching übernimmt, einmal die Woche nach Mülheim.

Die Vorteile des „Projektes“ (von einer vollständigen Kader-Rückkehr mag die Steverstädterin angesichts der Vorgeschichte noch nicht sprechen): finanzielle Unterstützung bei internationalen Turnieren sowie

der Start bei der Team-EM (Basel/Februar) und der Individual-Europameister-

Union siegt

In der Bundesliga haben Schnaase und Co. gestern bei Aufsteiger Dortelweil 6:0 gewonnen. Heute (14 Uhr) steigt in Lüdinghausen das Top-Spiel: Union (Platz zwei) empfängt den Vierten Beuel.

schaft (Kazan/April).

Schnaases Vereinskollege Josche Zurwonne und Peter Käsbauer (Rosenheim), zuletzt zwei Mal mit DM-Bronze dekoriert, sind in Bielefeld an Position zwei gesetzt. Vieles spricht für ein Finalduell des laut Rangliste derzeit besten deutschen Doppels mit Johannes Schöttler/Michael Fuchs (Bischmisheim). Die Emsdettenerin Linda Efler tritt nächste Woche sowohl im Doppel als auch im Mixed an.

Sportnotizen

USC schon Freitag

MÜNSTER. Das Match des Volleyball-Bundesligisten USC Münster gegen Vizemeister Dresdner SC steigt bereits am kommenden Freitag (31. Januar, 19.30 Uhr). Grund für die Vorverlegung um 48 Stunden ist die CEV-Pokal-Partie der Sachsen in Yuzhny/Ukraine am Dienstag drauf.

Bögel geht

EMSDETTEN. Stefan Bögel und Handball-Erstligist TV Emsdetten gehen getrennte Wege. Er scheide im Guten, so der Manager, der dem Klub bei Bedarf weiter beratend zur Seite stehe. Die Strukturen beim TVE und Vorbehalte der Stadt gegen eine reine Handball-Arena seien mit seinen Vorstellungen nur schwer vereinbar.

Primus kommt

SENDEN. Handball-Oberligist ASV Senden empfängt heute (18 Uhr, Sportpark) den VfL Eintracht Hagen 2. Die Volmestädter führen die Tabelle an, der ASV kämpft um den Klassenverbleib.

NRW-weit vorn

MÜNSTER. Bei der Abstimmung des Online-Portals www.marathon4you.de zum beliebtesten Distanzlauf in NRW landete der Münster-Marathon wie schon im Vorjahr auf Platz eins. Bundesweit liegen die Domstädter demnach auf Rang sechs.



Heute einer von drei Hilstrupern im Halbfinale: Michael Hörsch. Foto: wh

Überraschungen an der Tagesordnung

Tennis-Bezirksmeisterschaften: Chernin befördert Top-Favoriten aus dem Turnier

GREVEN. Joelle Hülse (Feldmark Dorsten) gegen Mareike Nietiedt (W. Westerkappeln) und Jana Strathmann (Westkappeln) gegen Shanna Krimatschow (Dorstener TC) bei den Damen sowie Andres Chernin (THC Münster) gegen Michael Hörsch (1. TC Hilstrup) und Carlo Bückmann gegen Vincent Jänsch-Müller (beide ebenfalls Hilstrup) bei den Herren lauten heute ab 10 Uhr

die Halbfinalpaarungen bei den 21. Halblentennis-Bezirksmeisterschaften. Wenn es somit in Greven um die Krone im Bezirk Münsterland geht, ist einigen Favoriten schon der Spaß vergangen.

So katapultierte Chernin im Viertelfinale den frischgebackenen Westfalenmeister und Favoriten Kim Möllers mit einem Paukenschlag (6:1, 3:6, 10:5) aus dem Turnier. Und auch bei den Damen

ist die Nummer eins, Karolina Loktev (TC Deuten), nicht mehr dabei. Sie erwischte es ebenfalls im Viertelfinale. Überraschend musste auch Yvonne Niederbracht (Union Münster) die Segel streichen. Die einzige münsterische Vertreterin schied bereits im Achtelfinale sang- und klanglos mit 1:6 und 3:6 gegen die solide spielende Iris Plura (Warendorf) aus. (uni)

MÖBEL Discount- Magazin

- Einzelhandel
- Lagerverkauf

• **NEU NEU NEU** •
Westfalenstr. 130
(neben LIDL)
48165 Münster

Reihenweise
Outletpreise!
Wir lieben den Vergleich!

Fußball

BUNDESLIGA

Frankfurt - Berlin	1:0
Dortmund - Augsburg	2:2
Stuttgart - Mainz	1:2
Wolfsburg - Hannover	1:3
Nürnberg - Hoffenheim	4:0
Freiburg - Leverkusen	3:2
M'gladbach - München (Fr.)	0:2
Bremen - Braunschweig	heute
Hamburg - Schalke	heute
Stuttgart - München	29.01.

1 München	17	44:8	47
2 Leverkusen	18	34:19	37
3 Dortmund	18	40:22	33
4 M'gladbach	18	35:21	33
5 Wolfsburg	18	29:22	30
6 Berlin	18	27:21	28
7 Schalke	17	32:28	28
8 Mainz	18	27:32	27
9 Augsburg	18	23:27	25
10 Hannover	18	26:32	21
11 Stuttgart	17	30:33	19
12 Bremen	17	22:37	19
13 Hoffenheim	18	36:42	18
14 Frankfurt	18	21:29	18
15 Freiburg	18	19:33	17
16 Hamburg	17	33:38	16
17 Nürnberg	18	21:33	14
18 Braunschweig	17	10:32	11

2. LIGA

Cottbus - Sandhausen	07.02.
Aalen - Aue	07.02.
Bochum - Frankfurt	07.02.
K'lautern - Gr. Fürth	08.02.
Berlin - Dresden	08.02.
Köln - Paderborn	09.02.
Karlsruhe - Ingolstadt	09.02.
Bielefeld - St. Pauli	09.02.
Ingolstadt - K'lautern	10.02.

1 Köln	19	32:10	39
2 Gr. Fürth	19	35:22	35
3 K'lautern	19	32:20	31
4 Karlsruhe	19	26:17	31
5 Berlin	19	31:26	31
6 St. Pauli	19	26:23	31
7 Paderborn	19	32:32	29
8 München	19	18:21	28
9 Sandhausen	19	17:17	27
10 Düsseldorf	19	21:29	25
11 Bochum	19	18:20	23
12 Aalen	19	18:21	23
13 Frankfurt	19	27:29	21
14 Ingolstadt	19	18:26	21
15 Bielefeld	19	27:36	21
16 Aue	19	21:30	21
17 Dresden	19	20:29	21
18 Cottbus	19	21:32	13



Zwei Hoffnungsträger: Während Wolfsburgs Neuer Kevin De Bruyne (re.), hier gegen Christian Schulz, noch nicht zündete, entfachte Hannovers Trainer Tayfun Korkut (kl. Foto) gleich den ersten 96-Orkan.

Foto: dpa

Tayfun und 96 wirbeln „Wölfe“ durcheinander

Hannovers Trainer Korkut feiert einen Traum-Einstand

Von Carsten Lappe

Nach seinem Traum-Einstand als Bundesliga-Coach mit dem Derbysieg beim personell aufgerüsteten VfL Wolfsburg blieb Tayfun Korkut erstaunlich cool.

WOLFSBURG. „Ich muss mich nicht belohnen. Wichtig ist, dass die Mannschaft sich belohnt“, sagte der Trainer-Novize von Hannover 96 nach dem 3:1. Vor nur 28 139 Zuschauern schossen Zugang Artjoms Rudnevs (28.) und Leonardo Bittencourt (50./72.) die Tore für Hannover. Ivica Olić (35.) traf für den VfL. Dabei schien der 39-Jährige alte Korkut sein Team, das mit erstaunlicher Effizienz und kompakter Defensive die ersten Auswärtspunkte überhaupt in dieser Saison einfuhr, perfekt eingestellt zu haben. „Alles, was er mir berichtet hat, hat die Mannschaft auch umgesetzt“, lobte auch der sichtlich gelöste 96-Clubchef Martin Kind nach dem fünften Derbysieg in Serie

gegen Wolfsburg, das mit weiterhin 30 Punkten den Anschluss an die Champions-League-Ränge verpasste.

„Hannover hat verdient gewonnen. Wir hatten nicht die Konsequenz, die man braucht“, analysierte VfL-Coach Dieter Hecking. Sein Team spielte zwar mit dem teuersten Liga-Wintertransfer Kevin De Bruyne lange Zeit



deutlich überlegen, hatte aber kaum klare Torchancen. Zudem leisteten sich die hochgelobten Wolfsburger individuelle Abwehrfehler, die 96 kaltschnäuzig und effektiv ausnutzte.

„Das ist nicht schön, aber keine Katastrophe“, meinte Wolfsburgs Manager Klaus Allofs erstaunlich milde zur ersten Pleite nach zuvor neun Spielen ohne Niederlage. Der 20-Millionen-Euro-Zugang De Bruyne spielte zunächst auffällig und kombinationssi-

cher, tauchte aber mit zunehmender Spieldauer wie die gesamte VfL-Offensive ab. „Man hat gesehen, dass er noch nicht so im Spiel war, wie es sein könnte“, sagte Allofs zur Leistung des bisherigen Chelsea-Profis.

Hannover hatte lange Zeit so gut wie nichts vom Spiel, stand in die Defensive gedrängt aber kompakter als in der Hinserie unter Mirko Slomka, der das Spiel bei eisiger Kälte auf der Tribüne verfolgte. Anders als zuletzt agierte 96 mit zwei Stürmern und mit einer weit zurückgezogenen Viererkette im Mittelfeld, bei der Linksfuß Szabolcs Huszti überraschend auf der rechten Seite spielte.

Immer wieder beorderte Korkut seine Spieler weit zurück in die eigene Hälfte. So setzten die Gäste zwar lange kaum Akzente, ließen aber auch keine Großchancen zu. Perfekt deckte Hannover auch die Schwachstellen der offensiven Wolfsburger auf. Insgesamt spielte Wolfsburg enttäuschend ideenlos. (dpa)

„Ledermöbeldoktor“

Neufärbung, Reinigung und Reparatur von Ledermöbeln, auch von stark verschlissenen Ledermöbeln. Umarbeitung von Nubuk/Velours auf Glattleder. Empf. von LCK, dem Pflegemittelhersteller von Cor, Benz, Knoll, de Sede. u. a. s. www.Lederpflege.de

Lederservice Evers

Buldernweg 56 a, 48163 Münster

Tel.: 02 51-2 03 61 00 oder 01 79-4 83 16 55

Bundesliga im Stenogramm

Frankfurt - Berlin 1:0 Tore: 1:0 Meier (30.) - Zuschauer: 42 000	Nürnberg - Hoffenheim 4:0 Tore: 1:0 Chandler (23.), 2:0 Drmic (41.), 3:0 Ginczek (49.), 4:0 Drmic (70.) - Zuschauer: 36 079
Dortmund - Augsburg 2:2 Tore: 1:0 S. Bender (6.), 1:1 S. Bender (56./Eigentor), 2:1 Sahin (66.), 2:2 Ji (72.) - Zuschauer: 80 645	Freiburg - Leverkusen 3:2 Tore: 0:1 L. Bender (4.), 1:1 Mehmedi (27.), 1:2 Rolfes (35.), 2:2 Schmid (53.), 3:2 Klaus (90.) - Zuschauer: 22 100
Stuttgart - Mainz 1:2 Tore: 1:0 Abdellaoue (11.), 1:1 Okazaki (40.), 1:2 Saller (87.) - Zuschauer: 38 000	M'gladbach - München 0:2 Tore: 0:1 Götze (7.), 0:2 Müller (53./Handelfmeter) - Zuschauer: 54 010
Wolfsburg - Hannover 1:3 Tore: 0:1 Rudnevs (28.), 1:1 Olić (35.), 1:2 Bittencourt (50.), 1:3 Bittencourt (72.) - Zuschauer: 28 139	Heute spielen: Bremen - Braunschweig Hamburg - Schalke

Neues Jahr - altes Leid

Kreuzbandriss bei Blaszczykowski?

Von Heinz Büse

Neues Jahr, altes Leid - wie schon am Ende der Hinrunde überzog bei Borussia Dortmund auch zum Start in die Rückserie der Frust. Trotz aller guten Vorsätze musste sich der Revierclub mit einem Remis begnügen.

DORTMUND. Das vierte Heimspiel in Serie ohne Sieg und die voraussichtlich schwere Verletzung von Jakub Blaszczykowski schlugen Jürgen Klopp mächtig aufs Gemüt.

„Das war kein Traumstart und fühlt sich richtig bescheiden an. Wir haben noch viel zu tun“, klagte der Dortmunder Fußball-Lehrer.

Wie schon in den letzten Wochen der Hinserie blieben beim BVB im spielerischen Bereich viele Wünsche offen. Vor 80 445 Zuschauern im Signal Iduna Park verspielte das Team trotz zweimaliger Führung durch Sven Bender (5.) und Nuri Sahin (66.) den möglichen Sieg. Ein Eigentor

von Bender (56.) und ein Tor des künftigen Dortmunders Dong-Won Ji (72.) bescherte den Gästen ein verdientes Remis. „Wir haben an die guten Leistungen in der Hinrunde anknüpfen können“, sagte FC-Trainer Markus Weinzierl, dessen Team nach sechs Spielen nacheinander ohne Niederlage den Vereinsrekord egalisierte.

Nicht nur der Ausgleich der Gäste sorgte bei Klopp für ein Déjà-vu-Erlebnis. Die erste vorläufige Diagnose der Vereinsärzte, dass das Kreuzband des bereits in

der 6. Minute ausgewechselten Blaszczykowski gerissen sein könnte, kommentierte der Coach mit einem ungläubigen Kopfschütteln. „Das ist eine Katastrophe und passt irgendwie in diese Saison“, sagte er mit Verweis auf die anhaltende Verletzungsmisere der Borussia. Eine Untersuchung des polnischen Nationalspielers am Sonntagmorgen soll Gewissheit über die Schwere der Verletzung bringen. Inständig hofft Klopp,



Schrecksekunde: Jakub Blaszczykowski (am Boden) hält sich das Gesicht. Ob der Pole und der besorgte Jürgen Klopp (Vierter v. li.) schon das Ausmaß der Verletzung erahnen? Foto: dpa

dass ihm ähnliche Hiobsbotschaften vorerst erspart bleiben: „Das sollte jetzt der Schlusspunkt gewesen sein.“

Dass ausgerechnet der künftige Dortmunder Ji per Kopf zum Ausgleich traf, passte für die Dortmunder ins Bild von einem gebrauchten Nachmittag. Der von Augsburg

aus Sunderland verpflichtete Südkoraner, der im Sommer zum BVB wechselt, rechtfertigte seine Einwechslung in der 70. Minute. Schmunzelnd kommentierte Weinzierl den perfekten Einstand seines Neuzugangs: „Eigentlich darfst du ihn als Trainer gar nicht mitnehmen. Er

hatte erst einmal mit der Mannschaft trainiert.“ Doch die Personalnot in der Offensive zwang den Coach, auf den zuvor durch eine Oberschenkelprellung gehandicapten Ji zu setzen. „Solche Geschichten schreibt nur der Fußball“, schwärmte Weinzierl. (dpa)

Jäger setzt nach

NRW-Innenminister: „Wir müssen ran an die Strippenzieher“

DÜSSELDORF. Nach der Massenschlägerei sogenannter Fußball-Fans in Köln vor einer Woche soll die Polizei verstärkt gegen die Anführer der Krawalle vorgehen. „Vor allem möchte ich bundesweit die 500 bis 700 Rädelsführer der Krawalle ins Visier nehmen“, sagte der Vorsitzende der Innenministerkonferenz, NRW-Innenminister Ralf Jäger (SPD), der Welt am Sonntag. Er habe bereits eine Arbeitsgruppe der Innenministerkonferenz damit beauftragt. „Wir müssen an die Strippenzieher ran, die Massenschlägereien koordinieren, initiieren und steuern. Nur so können wir die Szene befrieden.“

Jäger sprach sich in dem Interview dafür aus, bundesweit vorhandene Daten über Straftäter beim Fußball besser zu nutzen. Alle Informatio-

nen über einen Intensivtäter müssten an einer Stelle gesammelt werden. „So erkennen wir seine Straftaten und können sie konsequent verfolgen. Und dann können wir die Gewalttäter dauerhaft vom Fußballgeschehen fernhalten.“ Jäger forderte, auch

über ein Verbot von Gewalt suchenden Schlägergruppen nachzudenken. „Allerdings ist das nur möglich, wenn eine solche Gruppe auch Vereinsstrukturen besitzt und ihr Straftaten nachgewiesen werden können. Das macht die Sache schwierig.“



Sagt den Gewalttätern im Fußball den Kampf an: NRW-Innenminister Ralf Jäger. Foto: dpa

Ballgeflüster

Schalke bestraft

Der FC Schalke 04 greift nach der Fan-Randale beim Revierderby gegen Dortmund am 26. Oktober 2013 weiter durch. Wenige Tage nachdem 498 Haus- und Geländeverbote gegen BVB-Anhänger verhängt worden waren, bestrafte der Club auch Schalke-Fans. „Insgesamt 16 Personen wurden wegen Vergehen im Zusammenhang mit diesem Spiel bereits mit Stadionverbot belegt oder angehört“, sagte Volker Fürderer, Direktor für Fanbelange, Mitglieder und Sicherheit.

Real führt

Real Madrid hat im Dreikampf um die spanische Meisterschaft vorerst die Tabellenführung erobert. Das Starensemble um Cristiano

Ronaldo gewann gegen den FC Granada mit 2:0. Das Top-Duo FC Barcelona und Atlético Madrid (beide 51 Zähler) spielt erst heute.

Niersbach fordert

Nach Bekanntwerden weiterer Todesfälle auf den WM-Baustellen in Katar hat Wolfgang Niersbach konkrete Maßnahmen gefordert. „Es reicht nicht aus, diese Missstände immer wieder zu beklagen, es muss schnellstens etwas Konkretes passieren“, sagte der DFB-Präsident. Niersbach hofft auf ein Einschreiten der FIFA und des Internationalen Gewerkschaftsbundes, „weil beide zusammen die Möglichkeiten haben, den Druck zu erhöhen und dringend nötigen Änderungen herbeizuführen“. (dpa)

3. LIGA

Erfurt - Münster	0:0
Regensburg - Duisburg	1:1
Kiel - Stuttgarter K.	0:0
Elversberg - Saarbrücken	3:1
Osnabrück - Darmstadt	1:1
Unterhaching - Dortmund II	2:1
Heidenheim - Chemnitz	3:0
Leipzig - Burghausen	0:1
Wiesbaden - Halle	0:3
VfB Stuttg. II - Rostock	4:1

1 Heidenheim	22	38:13	50
2 Leipzig	22	34:24	40
3 Darmstadt	22	34:19	36
4 Rostock	22	28:32	35
5 Erfurt	22	33:24	33
6 Osnabrück	22	28:25	32
7 Wiesbaden	22	26:29	31
8 Unterhaching	22	30:35	31
9 VfB Stuttg. II	22	30:30	29
10 Duisburg	22	28:28	29
11 Münster	22	34:31	28
12 Regensburg	22	30:31	28
13 Dortmund II	22	30:34	28
14 Elversberg	22	20:29	28
15 Halle	22	23:26	27
16 Stuttg. K.	22	26:27	26
17 Chemnitz	22	24:29	26
18 Kiel	22	24:23	25
19 Burghausen	22	23:41	20
20 Saarbrücken	22	25:38	19

KOMPAKT

Erfurt - Münster 0:0
Zuschauer: 4235

Regensburg - Duisburg 1:1
Tore: 0:1 Zoundi (45.), 1:1 Dressler (54.) - Zuschauer: 3069

Kiel - Stuttgarter K. 0:0
Rote Karte: Ääritalo (85./Kiel) - Zuschauer: 3931

Elversberg - Saarbrücken 3:1
Tore: 1:0 Salem (43.), 2:0 Luz (55.), 2:1 Ziemer (57.), 3:1 Göcer (61.) - Zuschauer: 8200

Osnabrück - Darmstadt 1:1
Tore: 1:0 Ornatelli (2.), 1:1 Neumann (9./Eigentor) - Zuschauer 7287

Unterhaching - Dortmund 2:1
Tore: 1:0 Voglsammer (12.), 1:1 Ducksch (25.), 2:1 Hack (90. + 1) - Zuschauer: 1400

Heidenheim - Chemnitz 3:0
Tore: 1:0 Schnatterer (21.), 2:0 Schnatterer (75./FE), 3:0 Schnatterer (77.) - Zuschauer: 7400

Leipzig - Burghausen 0:1
Tor: 0:1 Hauck (45.) - Zuschauer: 7328

Wiesbaden - Halle 0:3
Tore: 0:1 Ziegenbein (45.), 0:2 Gogia (52.), 0:3 Sembolo (75.) - Zuschauer: 2451

VfB Stuttgart II - Rostock 4:1
Tore: 0:1 Plat (14.), 1:1 Breier (53.), 2:1 Riemann (73./FE), 3:1 Janzer (77.), 4:1 Riemann (90.) - Zuschauer: 1400

Nullnummer der guten Art

Re-Start in Erfurt macht Hoffnung / Pfofen verhindert Piosseks Lucky Punch

Von Jens Julian

Der SC Preußen Münster hat dort weitergemacht, wo er vor der Winterpause aufgehört hat: er blieb ungeschlagen – schon zum siebten Mal in Folge. Allerdings blieben die Adlerträger, die letzten Tests gegen Lotte und Siegen eingerechnet, auch zum dritten Mal in Serie torlos.

ERFURT/MÜNSTER. Der Re-Start macht dennoch Hoffnung. Die, auf einen Dreier machte derweil der Pfofen zunichte. Denn in Minute 82 hatte Marcus Piossek das „goldene Tor“ auf dem Fuß, als er aus der Drehung



0 : 0



abzog – aber nur das Aluminium traf. Es wäre nicht einmal unverdient gewesen. Allein schon deshalb nicht, weil die Preußen in Durchgang eins mehr vom Spiel hatten und spielerisch besser wirkte. Zudem gewannen sie die entscheidenden Zweikämpfe, hatten das Geschehen unter Kontrolle. Auf schwer zu bespielendem Boden, den zirka 50 RWE-Fans seit 9 Uhr morgens vom letzten Schnee befreit hatten, fehlte allein der Zug zum Tor.

Und doch hätte es zur Führung – zumindest für eine große Möglichkeit – reichen können. Doch als Simon Scherder



Hatte in Minute 82 den Siegtreffer für die Preußen auf dem Fuß: Marcus Piossek, der den Ball aber nur an den Pfosten setzte.

im Erfurter Strafraum zu Fall kam, blieb der Elfmeterpfiff des Unparteiischen aus. „Da hätte man auch auf Elfmeter entscheiden können“, gestand später indes RWE-Torhüter Philipp Klewin. Allerdings hätte der Schuss auch nach hinten losgehen können, hatten die Preußen vor der Pause noch fünf brenzlige Minuten zu überstehen.

Nach Wiederbeginn entwickelte sich eine ausgeglichene Partie – ohne nennenswerte Torchancen. Bis auf die 82. Minute und Piosseks Pfofen-treffer.

„Wir haben ganz gut ins Spiel gefunden, so wie wir uns das vorgenommen haben – mit viel Ballbesitz, guten Szenen und einer elfmeterwürdigen Situation. Im zweiten

Durchgang war es dann pari pari, auch wenn ich das Gefühl hatte, dass wir etwas näher dran waren am Sieg,“ zeigte sich am Ende Trainer Ralf Loose zufrieden.

Preußen: Masuch – Schöneberg, Pischorn, Scherder, Hergesell – Truckenbrod, Bischoff – Siegert, Piossek, Manno (66. Kara) – Taylor (58. Benyamina)



Strahlender Sieger: Der RV Gustav Rau Westbevern. Über die Wanderstandarte freuen sich, v.li.: Elke Stegemann, Tanja Alfes, Linda Nienhaber, Karin Schulze-Toppoff, Petra Weilmann (hi.), Tim Kolkman, Nina Stegemann und Nils Trebbe.

Hattrick: RV Gustav Rau gewinnt Bauernolympiade

Dramatisches Finale gegen RV Nienberge

MÜNSTER. Hattrick in der Halle (Münsterland). Denn in einem an Dramatik kaum zu überbietenden Finale hat sich der RV Gustav Rau Westbevern zum dritten Mal in Folge die Bauernolympiade im Rahmen des K+K-Cups gewonnen. Für den Titelverteidiger aus dem Kreis Warendorf war es der 32. Sieg überhaupt.

Und der war überaus umkämpft. Am Ende aber hatte Westbevern (98,45 Punkte) die Nase gegenüber dem RV Nienberge (98,25) knapp vorne. Der ging nach einer sehenswerten Mannschaftskür als Führender in das ab-

schließenden Springen, hatte dort aber gestern Pech. Zunächst stürzte Angelika Geßmann im Parcours, ein weiterer Abwurf kostete anschließend den Sieg. Platz drei ging an den RV St. Georg Saerbeck (96,42). Die Plätze vier und fünf belegten unter 14 teilnehmenden Mannschaften ZRFV Albachten (96,18) sowie RFV Roxel (95,65).

Mit dem Großen Preis ab 15 Uhr geht das Turnier heute zu Ende. Das Championnat, die zweite Qualifikation für den Großen Preis, gewann gestern Mario Stevens (Lastrup) auf Luis. (uni)



Bei der dritten Finalteilnahme nach 2011 und 2013 endlich am Ziel: Li Na Foto: dpa

Im dritten Anlauf: Sieg für Li Na

Herren-Finale heute

MELBOURNE. Mit dem Daphne Akhurst Memorial Cup in der Hand und bald 2 Millionen Dollar mehr auf dem Konto fand Li Na auch ihre Lockerheit wieder. Auf dem Centre Court der Rod Laver Arena war die Chinesin zuvor beim dritten Versuch, endlich die Australian Open zu gewinnen, fast verkrampft. Doch nachdem sie die Slowakin Dominika Cibulkova im Endspiel von Melbourne mit 7:6 (7:3), 6:0 bezwungen hatte, fiel eine Zentnerlast von ihren Schultern. In ihrer Siegesrede zeigte sie dann wieder jene Lockerheit und jenen Humor, der sie in Australien so populär gemacht hat.

„Danke an meinen Agenten, du hast mich reich gemacht“, begann die 31-Jährige ihre Ausführungen. Am witzigsten wurde es aber, als sie sich via Mikrofon an ihren Ehemann Jiang Shan wandte. „Danke, dass du alles für mich aufgegeben hast. Du bist ein netter Kerl“, sagte die Chinesin unter dem lauten Gelächter der 15000 Zuschauer. „Aber du hast auch verdammt viel Glück, dass du mich gefunden hast.“ Auf dem Platz war von Schlagfertigkeit zunächst überhaupt nichts zu sehen. Li Na wirkte am Anfang übernervös und machte viele leichte Fehler.

Im Finale der Herren trifft heute Rafael Nadal ab 9.30 Uhr (live auf Eurosport) auf Stanislas Wawinka. (dpa)

Keppler sagt zum Abschied leise Servus

Lob für den 30-Jährigen / Reichelt triumphiert auf der Streif

Von Christian Kunz

In Kitzbühel schwang Stephan Keppler nach seiner letzten Weltcup-Abfahrt zufrieden ab und tippte sich an den Helm. „Danke!“ stand dort geschrieben.

KITZBÜHL. Platz 15 war für den 30-Jährigen ein versöhnlicher Abschluss bei der letzten Schussfahrt auf der berühmten berüchtigten Streif. Es war das beste Resultat von ihm seit Rang 11 in Bormio 2012. Der Sieger damals in Italien und auch am Samstag in der österreichischen Après-Ski-Hochburg: Hannes Reichelt, Österreich.

„Es ist so geil, wenn du bei dieser Kulisse ins Ziel kommst und der Einser aufleuchtet“, schwärmte Reichelt und sprach von einem „Geschenk“. Anders als Landsmann und Weltmeister Marcel Hirscher, der am Vortag dem deutschen Slalom-Sieger Felix Neureuther nur gratulieren konnte, tat Reichelt auch etwas für die rot-weiß-rote Alpin-Seele. Der 33-Jährige beendete quälend lange Wartezeiten in der Alpenrepublik: Es war der erste Abfahrtsenerfolg bei den Hahnenkammrennen seit 2006 und der erste im Weltcup seit Reichelts Erfolg in Bormio im Dezember 2012. „Ich bin sehr froh, dass die Durststrecken endlich zu Ende sind“, betonte er. Neben allerhand Ruhm und Ehre waren 70 000 Euro Preisgeld der Lohn.

Über 40 000 Ski-Freunde feierten ihre Abfahrtscheroen auf der Streif, auf der wetterbedingt die Schlüsselstellen Hausbergkante und Traverse fehlten. Erst führte Trainingsdominator Bode Miller, nach der noch schnelleren Fahrt von Aksel Lund Svindal (Norwegen) ließ sich der Amerikaner dann von seiner Frau mit Umarmung und Küsschen trösten. Und dann schlug die große Stunde von Reichelt.

Als sich die VIP-Tribüne dann weitgehend geleert hatte und die drei erstplatzierten Reichelt, Svindal und Miller ihren Interviewmarathon absolvierten, löste die Leistung Kepplers lobende Worte aus. Zumindest beim Teamkolle-



Bedankte sich für die Unterstützung per Helmaufkleber: Stephan Keppler nach dem Zieleinlauf in Kitzbühel. Foto: dpa

gen Josef Ferstl, dem selbst auf Rang 40 Punkte verwehrt blieben. „Richtig stark“, betonte der Sohn des zweimaligen Kitzbühel-Siegers Sepp Ferstl, als er im Zielraum die Streif hinauf blickte. Mit der eigenen Vorstellung war der 25-Jährige dagegen nicht zufrieden. „Mir passiert ein Fehler im einfachsten Teil der Strecke, das ist richtig bitter“, betonte Josef Ferstl.

Dagegen bedeutete Kepplers 15. Platz nach dem 11. Rang von Tobias Stechert im November in Lake Louise

das zweitbeste Ergebnis der in diesem Winter enttäuschten deutschen Speedsparte. Für die Winterspiele wurde daher auch kein Abfahrer nominiert. Vor vier Jahren löste Keppler in Kitzbühel noch das Last-Minute-Ticket für Vancouver, diesmal verabschiedete er sich immerhin überaus achtbar von der Abfahrt.

„Es gab viel mehr schöne Momente als schlechte, ich habe viele Täler durchlebt, aber mich immer wieder zurückgekämpft“, gestand Keppler

Sportnotizen

Frenzel überragt

Ski Nordisch: Mit einer unwiderstehlichen Schlussattacke hat ein überragender Eric Frenzel Deutschlands Nordische Kombinierte zum Sieg im letzten Team-Weltcup vor Olympia geführt. Das DSV-Quartett mit Tino Edelmann, Johannes Rydzek, Fabian Rießle und Weltmeister Frenzel verwies nach dem Springen auf der Großschanze und der Langlauf-Staffel über 4 x 5 Kilometer Frankreich um 1,3 Sekunden auf Rang zwei. Dritter wurde Österreich.

Reizvolles Endspiel

Handball: Die Schiedsrichter Oscar Raluy und Angel Sabroso aus Spanien leiten bei der EM heute (17 Uhr, Sport 1) das Finale zwischen Gastgeber Dänemark und Olympiasieger Frankreich. Das deutsche Gespann Lars Geipel und Marcus Helbig hatte das Halbfinale von Dänemark gegen Kroatien (29:27) geleitet.

Höfl-Riesch Vierte

Ski Alpin: Mit Platz vier in der letzten Abfahrt vor den Olympischen Winterspielen konnte Maria Höfl-Riesch nach den Erfolgen zuvor gut umgehen. Die Favoritenrolle für die Schussfahrt in Sotschi wollte Höfl-Riesch daher am Samstag auch nicht annehmen. „Es sind einige, die da dazu zählen“, sagte sie nach dem Sieg von Tina Maze und Platz zwei von Marianne Kaufmann-Abderhalden.

Italien verzichtet

Basketball: Die deutsche Nationalmannschaft hat im Kampf um eine Wildcard für die WM in Spanien in diesem Jahr einen Konkurrenten weniger. Der italienische Verband kündigte an, sich nicht zu bewerben. Der Weltverband vergibt am 1. Februar insgesamt vier Wildcards für das Turnier vom 30. August bis 14. September. (dpa)



www.futterhaus.de
post@futterhaus.de

DAS FUTTERHAUS
Franchise GmbH & Co. KG
Ramskamp 87
25337 Elmshorn
Tel.: 04121 / 4397-0
Fax: 04121 / 4397-900
Ust.-Ident Nr. DE203751877

Alles tierisch neu im DAS FUTTERHAUS Münster

Im neuen Gewand präsentiert sich der Markt für Heimtierbedarf mit einer Riesenauswahl an Tiernahrung und -zubehör. Ob Hund, Katze oder Maus – hier gibt's für jedes Tier das Passende.

Münster im Januar 2014 – Nach kurzer Umbauzeit ist es soweit: DAS FUTTERHAUS Münster, Weseler Str. 653 a, präsentiert seinen Kunden die tierisch große Vielfalt auf neu gestalteten 800 m² Verkaufsfläche. Hell und großzügig zeigt sich der Markt jetzt im neuen DAS FUTTERHAUS-Look.

Trocken- und Nassfutter in unterschiedlichen Geschmacksrichtungen, Preisklassen und für besondere Ansprüche, Kauknochen und Hundekekse, Spielzeug, Leinen, Näpfe und Transportboxen. Kissen, Decken und Körbchen, Käfige und Kratzbäume: Hier gibt's für jedes Heimtier das Passende. Das breite Sortiment im Münsteraner DAS FUTTERHAUS ist auch noch einmal um einige neue Futtersorten für die besonderen Nahrungsansprüche anspruchsvoller Vierbeiner

erweitert worden.

An der Futterbar finden Kunden zusätzlich eine große Auswahl an Futtermitteln, gesunden Snacks und Leckerli, die sich individuell zusammenstellen und abfüllen lassen.

Ob groß oder klein, kurz- oder langhaarig, gefiedert oder geschuppt – im Sortiment von DAS FUTTERHAUS findet sich für jedes Heimtier das Passende.

Tierisch gut beraten

Das fünfköpfige Team im Markt steht den Kunden von DAS FUTTERHAUS Münster gern beratend zur Seite, wenn es um die richtige Auswahl des Futters oder das Zubehör für den tierischen Hausgenossen geht. Ganz egal, ob Waldi eine neue Leine, Miez einen Napf

oder der Mümmelmann ein spezielles Futter benötigt – Fragen zur Anschaffung und Haltung von Heimtieren werden von Marktleiterin Simone Kattwinkel und ihrem Team jederzeit kompetent beantwortet. Ein Service, der besonders bei der Neuanschaffung eines Tieres extrem wichtig ist.

Um Tierfreunden ein Maximum an Know-how zu garantieren, investiert Deutschlands zweitgrößte Zoofachhandelskette seit Jahren erfolgreich in die Schulung und Weiterbildung ihrer Mitarbeiter.

Treue wird belohnt

Von der FUTTERKARTE, die Kunden auf Wunsch in allen Märkten kostenlos erhalten, profitieren alle Kunden von DAS FUTTERHAUS. Mit der Kundenkarte gibt es bei jedem

Einkauf zwei Prozent Preisnachlass sowie aktuelle Informationen zu Produktneuheiten, Angeboten und Aktionen direkt per Post ins Haus.

Der Münsteraner Markt ist übrigens einer von mehr als 290 DAS FUTTERHAUS-Märkten in Deutschland und Österreich. Gegründet wurde das Unternehmen bereits 1987. Schon damals setzte der Markt mit dem Gelben Hund auf große Auswahl und gute Beratung – ein Grundsatz, dem das Unternehmen bis heute treu geblieben ist.

DAS FUTTERHAUS Münster

Weseler Str. 653 a
48163 Münster

Öffnungszeiten:
Mo. – Sa. von 9.00 Uhr bis 20.00 Uhr

www.futterhaus.de

WIR SIND WIEDER VOLL FÜR SIE DA!



COUPON

Gültig vom 27.01.
bis 01.02.2014



4 035536 000527

WIEDERERÖFFNUNG NACH UMBAU!

Für Ihre Treue und Geduld während unserer Umbauphase möchten wir uns bei Ihnen bedanken: Einfach den Coupon ausschneiden und beim nächsten Einkauf tierisch sparen!

Jetzt noch mehr Auswahl und Top-Angebote!
NEU im Sortiment:



Kommen Sie vorbei und profitieren Sie!

5



RABATT

bei einem Mindesteinkaufswert von 15,- Euro!

Keine Barauszahlung möglich. Ausgenommen Sonderangebote, bereits reduzierte Ware, Lebewesen, Bücher und Artikel aus dem aktuellen DAS FUTTERHAUS-Katalog. Nicht kombinierbar mit anderen Aktionen. Gültig im DAS FUTTERHAUS Münster.

48163 Münster Weseler Straße 653 a • Tel. 0251/7479244
Mo.-Fr. 9-19 Uhr, Sa. 9-18 Uhr „DAS FUTTERHAUS“ Franchise GmbH & Co. KG

DAS FUTTERHAUS

TIERISCH GUT!

