

HALLO

MÜNSTER

Jeden Samstag · kostenlos
Samstag, 27. Juni 2020
Ausgabe 26/2020 · Verteilte Auflage: 113 750

St. Achatius-Nikolai

Auch in Wolbeck fällt Corona-bedingt das Schützenfest aus. Die Werte der Schützen aber bleiben.
| Innenteil

An Masken denken

In der Reiseapotheke sollten auch Schutzmasken nicht fehlen. Und was gehört sonst noch hinein?
| Apothekenseite

Vielseitig und gesund

Mit Erdnüssen lassen sich leckere Dinge kochen – nicht nur süß, sondern auch herzhaft.
| Essen & Trinken

Kurznotiert

Bauarbeiten an der Eisenbahnstraße

MÜNSTER. Ab Montag, 29. Juni erneuert münsterNETZ im Kreuzungsbereich Eisenbahnstraße/Warendorfer Straße/Mauritztor die Wasser- und Gasleitungen. Zudem verlegt der lokale Netzbetreiber Leerrohre für einen späteren Ausbau des Glasfasernetzes. Die Arbeiten dauern voraussichtlich bis Ende der Sommerferien Mitte August.

Gottesdienst auf dem Domplatz

MÜNSTER. Statt der althergebrachten Prozession durch Münsters Innenstadt findet am Sonntag, 5. Juli, ein feierlicher Gottesdienst mit Bischof Dr. Felix Genn auf dem Domplatz statt. Die Feier beginnt um 11 Uhr. Bischof Genn und OB Markus Lewe werden dazu von der Lamberti-Kirche aus mit dem historischen Pestkreuz auf den Domplatz ziehen. Auf dem Domplatz ist Platz für etwas mehr als 400 Gottesdienstbesucher. Wegen der Hygieneanforderungen bittet das Domkapitel als Veranstalter sie, die Sitzplätze rechtzeitig einzunehmen.

Dino, Mammut & Co. hautnah erleben

Wo die Urzeit lebt

Lokales

Foto: LWL/Steinweg

Kontakt

Verteilung, Kleinanzeigen
0251/690-99 40 50

Anzeigen
0251/690-31 81 11
anzeigen.muenster@ag-muensterland.de

Redaktion
0251/690-91 72 11
redaktion.muenster@ag-muensterland.de

AGM | Anzeigenblattgruppe Münsterland
www.ag-muensterland.de

Corona-Erzählbox vor der Lambertikirche

Verständnis schaffen

„Corona – erzähl uns Deine Geschichte“, unter diesem Motto steht eine Aktion der Pfarrei St. Lamberti in Münsters Innenstadt.

MÜNSTER. Dabei besteht in den kommenden vier Wochen auf dem Lambertikirchhof die Möglichkeit seine Erfahrungen, Erlebnisse und Gefühle mitzuteilen: „Wie erlebst du diese Corona Zeit? Was ist dir in dieser Zeit besonders schwergefallen? Welche Erfahrung bleibt für dich besonders wertvoll?“. Aktion läuft vier Wochen

Festgehalten werden die Antworten in einer Kabine, in der neben einem Waschbecken auch eine Videokamera und ein Bildschirm zur Aufnahme der 90 sekündigen Videoclips installiert sind.

Andrea Bailloni, Pastoraler Mitarbeiter in St. Lamberti hofft auf viele Besucher: „Wir sind total gespannt, wie die Aktion aufgenommen wird und freuen uns auf reges Interesse. Uns ist wichtig einen Raum für die eigene Geschichte zu ermöglichen. Ganz besonders ist die Aktion auch wegen der Kooperation mit den Künstlerinnen.“ Sein Kollege Stephan Orth ergänzt:

„Der Dialog steht im Mittelpunkt. Wir werden die verarbeiteten Videos auf unserer Homepage und in Social Media teilen. Durch das erlebbar machen unterschiedlicher Corona-Geschichten zeigen wir Gemeinsamkeiten und Unterschiede auf – dadurch schaffen wir Verständnis und zwischenmenschliche Nähe.“

GOLDANKAUF IN MÜNSTER

ZAHNGOLD & ALTGOLD

(auch mit Zähnen) Sofort Bargeld!

Gegen Abgabe dieser Anzeige bekommen Sie 20,- Euro extra* für Ihr Altgold! *ab 5 g Feingold

WIR KAUFEN: Zahngold (auch mit Zähnen), Münzen, Besteck, Schmuck, Silber, Platin, Zinn, Messing, Kupfer.

Juwelier Fischer

Aegidiimarkt 7 · 48143 Münster · Tel. 0251/39574793 (ggü. Extrablatt) goldankauf-juwelier-fischer.de

SOFORT GELD IN BAR!

Westfälische Scheidestätte

Großes Trauringstudio

GOLDANKAUF

Zahngold & Altgold (auch mit Zähnen)

Wir zahlen absolut faire Preise! Überzeugen Sie sich selbst!

Bargeld sofort!

JUWELIER JOSEF

Königsstraße 37-38

Münster · Tel. 0251/47433

Batteriewechsel + Goldschmiede- und Uhrmacher-Reparaturen aller Art

Ankauf von versilbertem Besteck 90/100

WIR MACHEN IHRE WELT BUNTER!

AGM | Anzeigenblattgruppe Münsterland

www.ag-muensterland.de

Goldankauf

Bargeld sofort · Zahngold · Altgold · Silber · Uhren

MIT DIESEM COUPON Batteriewechsel 1 € (max. 50 Uhren)

JC JUWELIER

gegenüber Stadtmuseum

Salzstraße 36 · 48143 Münster · Tel. 0251/85700008

Öffnungszeiten: Mo. – Sa. 10.00 – 18.00 Uhr

Münzen & Barren

Der Münster-Ring von uns für Sie!

Das besondere Original!

Lehmkuhler Juweller · Trauring-Lounge

Spiekerhof 19
48143 Münster
Tel. 0251/9816018

HARDECK

WOANDERS KAUFEN LOHNT SICH NICHT

Mehr Reduziert

JETZT MEHRWERTSTEUERSENKUNG NUTZEN!

Angebote enthalten Preissenkung analog zur MwSt. Senkung, es wird die aktuelle gesetzliche MwSt. ausgewiesen

MEHR AUF HARDECK.DE

IMMER AM BALL!

AGM | Anzeigenblattgruppe Münsterland
www.ag-muensterland.de

Echte Feige (Ficus carica)
ca. 1,9 m / 30 cm Topf
Stück € 39.-
Solange der Vorrat reicht!

Veredelte Gurken
Paprikapflanzen
Gemüse-Jungpflanzen

Schöne Auswahl an Solitärpflanzen:
Olivendäume, winterharte Palmen, Zitronen, Granatapfel, Weinreben, und vieles mehr... (LIEFERUNG möglich)

LAVENDEL in verschiedenen Größen

Öffnungszeiten der Gärtnerei:
Montag – Freitag 9.00 – 19.00 Uhr
Samstag 8.00 – 16.00 Uhr
Sonntag 10.00 – 18.00 Uhr

GÄRTNEREI KEMKER

Hauptstraße 20 · 48351 Everswinkel-Alverskirchen
www.gaertnerei-kemker.de

Rätselspaß

Samstag, 27. Juni 2020

Ruf- richter, Flüster- tüte			Spion	Infantin von Spanien	Hafen- damm	Entfüh- rungs- opfer (Mz.)	Acker- gerät	bean- standen	Teil des Web- stuhls	ägypti- scher Gott der Erde	feste Rede- wen- dungen	Rinder- fett	Palm- lilien	humus- reich	ein Nord- asiat	Wortteil: Land- wirt- schaft	besitz- anzei- gendes Fürwort	so weit, so lange	unter- irdische Grab- anlage	Ver- brecher- bande (engl.)
							Südstaat der USA					voller Lärm					fleißig			
Rich- tungs- anzeiger			unver- heiratet				kleine Früchte	putzig						südame- rikan. Brann- wein	luxuriös, in Saus und ...			aus- schließ- lich	babylo- nische Gottheit	
					Vorname des Fuß- ballers Bonhof	wahl- frei						Teile des Jahres	Kinder- lähmung (Kw.)				Braut- werber	Helden- gedichte		
Öl- schiff			im Iran herge- stellter Teppich	Vortrag, An- sprache			Honig- wein			Heim für Obdach- lose		Muskat- baum			Abend- mahls- brot	ein Woch- en- tag				
ein Laut- stärke- maß		neben- einander laufend, analog						Zauberer in der Artus- sage	erhöhte Kirchen- lese- pulte				Teil der Uhr	an- wesend!			spani- scher Artikel		Staa- ten bildendes Insekt	griech. Insel des Dode- kanes
				persönl. Geheim- zahl (Abk.)		Radio- direkt- über- tragung	Sing- vogel				ring- förmige Korallen- inseln	Radio- konsu- ment						norwegi- scher Königs- name	Teil der Bibel (Abk.)	
				poetisch: Kämpfer	Grund- schul- fach				Märchen- figur bei Grimm	Speise- fische			Antriebs- schlupf- regelung (Abk.)			Haupt- stadt der Schweiz	Küsten- stadt in Florida			
Vorname von Ten- nisprofi Agassi	Rettung aus der Not	Motto		Vorname von US- Filmstar Costner			Vor- denker (Mz.)	rutschige gefrorene Nässe							Kornrei- nigungs- ma- schine	Deck- schicht			heftig an- stoßen	
Storch in der Fabel					Form- gerät der Glas- bläser	durch- sichtig			bayer. Alpen- schilde- rer †			Haar- farbe im Alter	Fluss durch Rom				ägypti- sche Stadt am Nil	brasil. Groß- stadt (Kw.)		
			britische Schau- spielerin, ... Watson	amerika- nischer Erfinder † 1931	Lebens- erinne- rungen				Desin- fektions- mittel			Kunst- stil				Unter- welt der griech. Sage	Ge- legen- heit			
kreuz und ...						japa- nische Wäh- rung (¥)		Oper von Verdi	Geräusch bei Glas- bruch					Augen- flüssig- keit	Rechen- ergebnis					feste Erd- ober- fläche
Tier- groß- gehege							Tret- kurbel am Fahrrad	Blüten- stand				orienta- lisches Nomaden- volk	Kohle- produkt				große Raum- station (Abk.)		Kletter- papagei	orienta- lische Rohr- flöte
				religiöser Lehrer der Hindus	alte Waffe (... und Bogen)				Ein- siedler	paus- ieren, rasten							einge- setztes Stoff- stück	Strom durch Sibirien		
schotti- sche See- schlange			Arbeits- kleidung	süßer Brot- aufstrich				derb: schlafen	Hautier in Süd- europa			Weiß- hand- gibbon			ehem. Währung Italiens	schwere Geschütze				
Bund	geringe Entfer- nung	Tycoon, Magnat				weltum- fassend	Schirm- herr- schaft						Stadt- teil von Minder- heiten	Einheit des Licht- stroms				Traum- geister	Ziffern- kennung (engl.)	
				instän- dig bitten	Talent			Vorname des Re- gisseurs Brooks			Abfolge allen Gesche- hens	Ge- steins- art					Holz- blas- instru- ment	Stipp- soße		früherer Name Tokios
Luft- klappe		Nerven betref- end	Inhalt					deutsche Pop- sängerin	Kohlen- berg- werk				Insel im Zürich- see	exzen- trischer Kunst- stil	Bez. der Griechen bei Homer	Treppen- haus			franzö- sischer unbest. Artikel	
				plötz- licher Wind- stoß			US- Sängerin, Lady ...	Meeres- nym- phen										Abkoch- brühe	jeder ohne Aus- nahme	
kleiner Feuer- werks- körper					Chauf- feur	An- rufung Gottes				Stadt am Meer	Vorname der Au- torin Danella			latei- nisch: ich			auch künftig	Zeitung- bezugs- art (Kw.)		
			Trauben- ernte	Hühner- vogel				Parfüm- fläsch- chen	eine Schen- kung						Extre- mitäten	Woge				erstes Video- spiel (Tennis)
Fremd- wortteil: Nerven	griechi- scher Buch- stabe	gesetz- lich				Apostel der Franken	abge- schrägte Kante			Anti- transpi- rant (Kw.)				absolute Tempe- ratur- ska- la	Körper- funktion			eng- lischer Sagen- könig	Gattin des Agir	
Nahrung im Mund zer- kleinern				Zwi- schen- mahlzeit (Kw.)	Kaiser- name			Rufname von US- Filmstar Ryan		waage- rechte Segel- stange	militä- rischer Wende- befehl					Losung	Fremd- wortteil: Luft			
		loyal	Kinder- speise			US- Filmstar, ... Kilmer		iranische Währung	Rätsel- löser						farblos, blass	Holz- raum- maß			Vorname Seelers	
Markie- rung	nicht leer						Palast des Sultans	Krach				Teer- farbstoff	Mitspie- len auf e. Instru- ment							
US- Schrift- steller † 1849			Zuruf an Zugtiere: Halt!		Echo in großen Räumen	zuver- lässig			über- groß	Bürg- schaft im Kredit- verkehr					Ver- hältnis- wort		italie- nisch, span.: See		heim- licher Zorn	Zeitnot
			spani- sche Hoch- ebene	be- sitzen				Wohn- ungs- loser	säubern							Schell- fisch- art	Un- wahr- heit			
Kniff	fegen	Seil- tänzer	Kurort in Südtirol			halt- bares Tier- produkt	Schwer- metall			Wachol- der- brannt- wein	heißer Quelle i. Vulkan- gestein	bereits			extrem, äußerst	Haupt- stadt vom Senegal			astro- nom. Längen- maß	
Insekten- ordnung				japa- nischer Zwerg- baum	Kleintier mit langen Ohren				Frage- wort				ägypti- sche Pyrami- denstadt					kleiner Fehler	Erd- achsen- punkt	
			Staats- volk	bloß- gestellt						Rat- schlag							Früchte	Sieges- trophäen		
Staat in Süd- amerika		römi- scher Kaiser † 68			dt. Mode- designe- rin, ... Sander			typogra- phischer Begriff	Ge- zeiten						schlicht	Studen- tenver- tretung (Abk.)				ein Werk Heines (... Troll)
italie- nisches Nudel- gericht						zirka, an- nähernd	über- glück- lich			höchster Berg in der Türkei	Obst				Fremd- wortteil: bei, da- neben		Schlag- rhyth- mus	veraltet: Straftat		
				Einzel- heit	Wald- baum- frucht				afrika- nische Wild- katze	Jäger- rucksack										
eh. spani- sche Währung			Wasser- stau- anlage	Figur in „Krieg der Sterne“ (... Vater)			schotti- scher Volks- stamm	Farb- löse- mittel							franz. Auto- renn- strecke	Umsicht, mit ...				
der Orga- nismus	Einzel- stück, Muster- stück	aller- dings, ander- seits				dauernd	franzö- sische Königs- anrede		völlig, ganz und ...			westl. Militär- bündnis (Abk.)	unge- zwun- gen				ein Farbton	ägypti- scher Sonnen- gott		
			Skilauf- technik	Küchen- utensil					Teil des Motors	Teil des Fußes						Teil des Schuhs (Mz.)	Sprech- gesang moderner Musik		englisch: Ausgang	Armee der eh. DDR (Abk.)
begut- achten	Unter- wasser- gefahrte	Abstim- mung			Düssel- dorfer Einkaufs- straße		Doppel- gewebe	beschia- gene Reise- truhe		dalma- tische Insel vor Split	Augen- schmin- ke		Rand	feine ägypt. Baum- wolle			privater TV- Sender (Abk.)	franzö- sisch: Liebling		
Lampen- art		Parla- ments- mitglied (Abk.)		Vorname v. Schau- spieler Sharif †	US- Basis auf Hawaii, ... Harbor				plötz- licher Stoß	getrock- nete Wein- beere							russi- sches Para- ment	ein US- Geheim- dienst		
			gut trainiert	krum- mes Glieder- maß				stehen- des Ge- wässer	ein Saturn- mond			zu dem Zeit- punkt			bibli- scher König (A.T.)	dicker Metall- faden				ein weiches Metall
ehema- lige Ge- lehrten- sprache		West- belgier			Initialen der Barry- more	Bildungs- einrich- tungen			ein Schnell- zug (Abk.)			franzö- sisch, span.: in	Initialen der Ko- mikerin Karlstadt	italie- nische Hafen- stadt				Initialen von Kästner	englisch: sein	
				nicht dieser, son- dern ...													morsch			
Über- bleib- sel				Natur- katastro- phe					Herab- setzung							Geld- instituts- inhaber				

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

Info

Anmelden kann man sich über das Servicebüro (☎ 0251/ 591 60 50) während der Servicezeiten montags bis freitags von 8.30 bis 12.30 Uhr und montags bis donnerstags von 14 bis 15.30 Uhr oder per Mail an servicebuero.naturkundemuseum@lwl.org. Gruppenanmeldungen sollten bis spätestens zehn Tage vor dem gewünschten Termin erfolgen. Die Kosten für Letztere betragen 30 Euro je Stunde pro Gruppe zuzüglich zum Eintritt in das Museum.



In einer Führung durch die Ausstellung „Dinosaurier – Die Urzeit lebt!“ erfahren Teilnehmer alles über das Leben der Urgiganten. Foto: LWL/Christoph Steinweg

**Kurz
notiert**

Der Sicherheit zuliebe

MÜNSTER. Zur Verbesserung der Verkehrssicherheit setzt das Amt für Mobilität und Tiefbau derzeit und voraussichtlich für vier Wochen den Gehweg an der Angelstraße – von der Bushaltestelle Twenhöfenweg bis zur Einmündung „Am Kolk“ – instand. Der Fuß- und Radverkehr wird am Baufeld vorbeigeführt, der Kfz-Verkehr durch Baustellenampeln geregelt. Während dieser Arbeiten kann von der Straße „Am Kolk“ nur nach rechts auf die Angelstraße abgefahren werden. Die Strecke ist ausgeschildert. (sms)

In den Ferien: Workshops für Kids

MÜNSTER. Das LWL-Museum für Kunst und Kultur in Münster bietet in den Sommerferien Workshops für Kinder zwischen acht und zwölf Jahren an, bei denen der Nachwuchs selbst kreativ wird. Das Programm startet mit dem Kunstlabor „Illustration“. Von Mittwoch (1. Juli) bis Freitag (3. Juli) gehen die Kinder in der Sammlung auf die Suche nach Figuren, die auch in Bilderbüchern auftauchen. Anschließend entwickeln sie Charaktere und Orte und denken sich kurze Geschichten rund um die Figuren aus. Daran angelehnt gestalten sie Lesezeichen, Postkarten oder Hefte. Auch im Kunstlabor „Mixed Media“ werden die Kinder kreativ. Von Dienstag (14. Juli) bis Freitag (17. Juli) experimentieren sie mit verschiedenen künstlerischen Techniken und lassen sich von der Sammlung des Museums inspirieren. Die Workshops dauern jeweils von 10 bis 15 Uhr. Eine Anmeldung ist unter besucherbuero@lwl.org oder ☎ 0251/5907201 erforderlich.

Wieder Führungen im LWL-Museum für Naturkunde

Dino & Co. lassen grüßen

Seit dieser Woche sind im LWL-Museum für Naturkunde in Münster wieder Führungen durch die Dauer- und Sonderausstellungen möglich.

Interessierte können damit eine Stunde lang auf den Spuren der Mammuts in Westfalen wandeln, lernen, warum es heute noch Dinos gibt oder erfahren, warum Vogelschwärme keine Auffahrunfälle bauen.

Während der Führungen durch die Ausstellungen gelten dieselben Hygiene-Vor-

schriften wie im gesamten Museum: es ist auf einen Mindestabstand von 1,5 Metern zu achten und es muss eine Mund-Nasen-Bedeckung getragen werden. „Wir freuen uns auf die Gäste. Auf einer Fläche von 4200 Quadratmetern gibt es viel zu entdecken und Führungen sind eine tolle Möglichkeit, das zu tun“, so Gerda Windau, Leiterin der Museumspädagogik im LWL-Museum für Naturkunde.

In der rund einstündigen Führung durch die Ausstellung „Dinosaurier – Die Urzeit lebt!“ werden Fragen zum Leben und zur Evolution von Di-

”
Es gibt viel zu entdecken und Führungen sind eine tolle Möglichkeit, das zu tun.

Gerda Windau, Leiterin der
Museumspädagogik im LWL-Museum
für Naturkunde

nosauriern und anderen Tieren der Urzeit beantwortet. Teilnehmerinnen der Führung durch die Ausstellung

„Vom Kommen und Gehen
Westfälische Artenvielfalt im
Wandel“ begeben sich auf
eine Zeitreise durch die Tier-
und Pflanzenwelt der Region.

Warum Bakterien für den Menschen überlebenswichtig sind und wie vielfältig das Zusammenleben in der Natur ist, darum geht es in der Führung durch die Sonderausstellung „Beziehungskisten Formen des Zusammenlebens“. Zudem wird es ab Ende August auch die Möglichkeit

bestehen, in einer Führung die neue Sonderausstellung „Überlebenskünstler Mensch“ zu erforschen.

Die Teilnehmeranzahl der Führungen ist auf maximal neun (erwachsene) Personen begrenzt. Für die Teilnahme ist eine Anmeldung erforderlich. Alle Besucher, die an einer Führung teilnehmen, werden aus Gründen der Rückverfolgbarkeit mit Name, Adresse, Telefonnummer, Datum und Uhrzeit des Besuchs sowie mit persönlicher Unterschrift schriftlich erfasst.

Interessierte finden die Hy-

giene-Vorschriften auf der Museums-Homepage.

www.lwl-naturkundemuseum-muenster.de/de/informationen

Team bietet Ausleihe vorbestellter Titel und Rückgabemöglichkeit

Bücherbus wieder unterwegs

Gute Nachricht für alle Kundinnen und Kunden des Bücherbusses in den entlegenen Stadtteilen Münsters: Der Bücherbus der Stadtbücherei – lange ausgemerzt durch Corona – nimmt seine Fahrt wieder auf. Er fährt vorerst nach einem Sonderfahrplan, der auf der Webseite der Stadtbücherei abrufbar ist.

MÜNSTER. Möglich sind die Ausleihe vorbestellter Titel und die Rückgabe von Medien. Das Team des Bücherbusses bittet darum, Bestellungen vorab per Mail an buecherei-bus@stadt-muens-ter.de zu senden.

ter.de zu tätigen und dabei Titel und Verfasser des gewünschten Buches, Bücherei ausweisnummer und Abholhaltestelle zu nennen. Auch wer nicht vorbestellt hat, kann vor Ort Medienwünsche äußern, die das Bücherbus-Team erfüllt. „Dies ist der sicherste Weg für unsere Leserinnen und Leser, aber auch für uns Mitarbeitende, kontaktarm neue Medien auszuliehen“, sagt Sandra Ney vom Bücherbus-Team und freut sich, mit ihren Kollegen wieder unterwegs sein zu können.

In der Stadtbücherei am Alten Steinweg sind inzwischen

Computer-Arbeitsplätze nach den Vorgaben der Corona-Verordnung angepasst worden und für jeweils 45 Minuten nutzbar. An den Plätzen stehen Drucker und Scanner zur Verfügung. Eine telefonische oder persönliche Anmeldung ist allerdings erforderlich. Weitere Informationen zu den momentanen Angeboten der Stadtbücherei gibt es unter

www.stadt-muenster.de/buecherei

**NEUES ZUM ALDI PREIS:
ENTDECKEN SIE VIELE
ANGEBOTE IN UNSEREM
MAGAZIN UND AUF
ALDI-NORD.DE**



Jeden Tag besonders – einfach ALDI.

Jacobs Kaffee

**Auslese Mild & Sanft, Auslese Klassisch oder Meisterröstung
500 g Packung, gemahlen**

2.39

1 Kilo 4,78

Reese's Erdnussbutter Cups

3er Pack à 61 g

0.99
1,20 100 g (194)

Mega-Lollipop

Inklusive 10 Lollies à 15 g = 150 g

1.49
1,90 100 g (140)

Fanta Shokata oder Coca-Cola Vanilla

0,5 Liter PET-Flasche

0.69
1,10 1,38

Veltins Pils oder Veltins V+

versch. Sorten
0,5 Liter Dose

0.69
1,10 1,38
Troy à 4,40 Dosen 10,56

Abbildungen ähnlich, alle Artikel ohne Deko.
Für Druckfehler keine Haftung!

Öffnungszeiten

Mo., Di., Mi., Do., Fr.	9.00 – 18.00
Sa.	8.00 – 18.00
So.	12.00 – 18.00

JEDEN SONNTAG GEÖFFNET!

Besuchen Sie uns in Enschede!

Die Angebote sind gültig von 29. Juni bis zum 12. Juli 2020

2 Gebroeders van Enschede B.V., Hendrik Jan van Heekplein 85, 7511 HN Enschede, Niederlande
www.2bruder.com



HONDA

Der neue

JAZZ

 **e:HEV**

Der selbstladende Elektro-Hybrid.



Honda e:TECHNOLOGY

Ab sofort erhältlich!

Als Ihr nächster Honda-Vertragshändler freuen wir uns sehr, Sie persönlich kennenzulernen!

**Leasingangebot
ohne Anzahlung***

199

ab **199 €** mtl.

* Ein Leasingangebot der Honda Bank GmbH, Hanauer Landstr. 222-226, 60314 Frankfurt/Main für einen Jazz Hybrid Comfort. **Fahrzeugpreis: 22.000,00 €**, Preisvorteil (im Vergleich zur unverbindlichen Preisempfehlung von Honda Deutschland für ein vergleichbar ausgestattetes Fahrzeug): 1.063,79 €, Gesamtkreditbetrag (Leasingbetrag): 20.936,21 €, Leasingsonderzahlung: 0,00 €, Laufzeit: 48 Monate, Gesamtfahrleistung: 40.000 km, effektiver Jahreszins: 1,99 %, Sollzins, p.a. gebunden für die gesamte Laufzeit: 1,97 %, Gesamtbetrag: 9.552,00 €, monatliche Leasingrate: 199,00 €. Angebot gültig bis 31.07.2020.

Kraftstoffverbrauch Jazz Hybrid in l/100 km: innerorts 2,7-2,4; außerorts 4,6-4,3; kombiniert 3,9-3,6; CO₂-Emission in g/km: 89-82. Abbildung zeigt Sonderausstattung.



Autohaus

Strohbücker

fair & gut

Spilteierstraße 45
46231 Warendorf
Telefon 0 25 81 / 9 41 80 80
Telefax 0 25 81 / 83 32 85
E-Mail: info@autohausstrohbuecker.de
Internet: www.autohausstrohbuecker.de

Kreditvermittler der Honda Bank GmbH.

Entspannt lesen!

MIT PRINT
**77 %
SPAREN**

MIT DIGITAL
**66 %
SPAREN**

3 MONATE
PRINT
FÜR NUR
24,90 €

2 MONATE
DIGITAL
FÜR NUR
12,90 €



GRATIS
FÜR DIE
ERSTEN 222
BESTELLER



MEPAL
Lunchpot
Ellipse

Jetzt bestellen:
mz.ms/entspannt oder **0251.592-0**

Münstersche Zeitung
Grevener Zeitung
Das Beste am Guten Morgen

1000 Besucher dürfen seit gestern zeitgleich ins Freibad Hiltrup

Badespaß online buchen

Ab sofort lässt sich der Besuch in den städtischen Freibädern noch besser planen.

MÜNSTER. Badegäste können auf der Internetseite des Sportamtes über ein Online-Reservierungssystem ihr Wunschzeitfenster buchen und bekommen dann ihre digitale Eintrittskarte ganz einfach per E-Mail zugeschickt. Vorausgesetzt, das Kontingent für Besucher, die online buchen, ist noch nicht ausgeschöpft. Wie viele Tickets noch zur Verfügung stehen, lässt sich in Echtzeit im System verfolgen. Eine Buchung ist bis maximal 48 Stunden vor Start des Zeitfensters möglich und verfällt eine Stunde vor Ablauf des gebuchten Zeitfensters. Den QR-Code können Besucher entweder ausgedruckt mitbringen oder einfach auf

ihrem Smartphone vorzeigen. Durch den Scanvorgang an der Kasse werden dann alle wichtigen Informationen übermittelt, sodass das Ausfüllen eines Vordrucks dann auch nicht mehr notwendig ist. Jeweils 75 Prozent der Plätze pro Zeitfenster werden online vergeben. Bei der Vergabe der restlichen 25 Prozent

Saisonkarten sind in den Freibädern ab sofort wieder erhältlich

werden vor allem Badegäste ohne Internetzugang berücksichtigt. Sie haben weiterhin die Möglichkeit, einfach mit einer ausgefüllten Besucherregistrierung Eintritt zu erhalten. Dies ist allerdings auch nur solange möglich, bis auch hier die maximale Grenze für Besucher ohne Online-reservierung erreicht ist. In den neu eingerichteten Vier-Stunden-Zeitfenstern gilt für das Freibad Hiltrup eine Obergrenze von 1000 Besuchern. Zu Beginn der ersten Ferienwoche wird ab Montag, 29. Juni, die Obergrenze für das Freibad Stapelskotten entsprechend auf 400 Besucher und für das Freibad Coburg auf 300 Besucher angehoben. In den noch bestehenden Zwei-Stunden Zeitfenstern, die zum Beispiel für alle Frühschwimmer von 7 bis 9 Uhr gelten, erhalten nach wie vor 100 Badegäste zeitgleich



Ab sofort können Wasserratten in Münster online aktiv werden. Die Eintrittskarten und Reservierungen gibts im Internet. Foto: dpa

Info

Und so funktioniert's:

Einfach auf www.stadt-muenster.de/sportamt/baeder registrieren, Kontaktdaten angeben, Tag und Uhrzeit auswählen – fertig. Anschließend wird die Bestätigung mit einem QR-Code per E-Mail zugeschickt.

Medizin

ANZEIGE

Hämorrhoiden

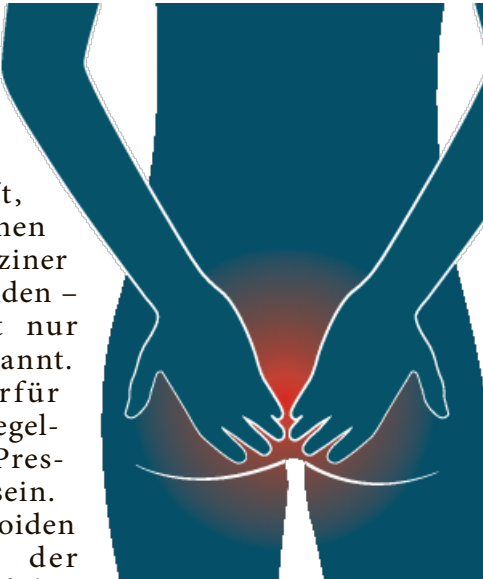
Diese Arzneitropfen bekämpfen das Problem von innen

Wenn es am Po brennt, juckt oder nässt, sind häufig Hämorrhoiden die Ursache. Schätzungsweise jeder zweite Erwachsene ist davon betroffen – Männer wie Frauen! Ein rezeptfreies Arzneimittel in Tropfenform kann Hämorrhoiden wirksam bekämpfen: Lindaven (Apotheke).

Was viele nicht wissen: Jeder hat Hämorrhoiden! Hämorrhoiden sind Gefäßpolster, die zusammen mit den Schließmuskeln den Darmausgang abdichten. Vergrößern sich die Hämorrhoiden dauerhaft, weil sich Blut in ihnen staut, sprechen Mediziner von Hämorrhoidalleiden – im Volksmund oft nur „Hämorrhoiden“ genannt. Eine Ursache hierfür kann zum Beispiel regelmäßiges zu starkes Pressen beim Stuhlgang sein. Sind die Hämorrhoiden vergrößert, reibt der Stuhl daran. Dies führt zu Entzündungen. In der Folge treten unangenehme Symptome wie Brennen, Juckreiz, Nässen bis hin zu leichten Blutungen auf. Viele Betroffene

behandeln ihr Hämorrhoidalleiden mit Salben. Spezielle Arzneitropfen namens Lindaven (Apotheke, rezeptfrei) bekämpfen die Beschwerden hingegen von innen.

Hämorrhoiden anders bekämpfen Die einzigartigen Arzneitropfen Lindaven bekämpfen Hämorrhoiden wirksam dort, wo sie entstehen: im Körperinneren. So kann z. B. der enthaltene



Wirkstoff Hamamelis virginiana Entzündungen hemmen. Außerdem trägt er dazu bei, dass sich die Blutgefäße wieder zusammenziehen,

wodurch die Vergrößerung der Hämorrhoiden zurückgehen kann. Doch damit nicht genug: Lindaven behandelt zudem auch die lästigen Symptome bei Hämorrhoiden! Es enthält u. a. Sulfur, welches laut Arzneimittelbild erfolgreich bei heftigem Brennen und Jucken eingesetzt wird.

Gut verträglich und rezeptfrei erhältlich Genial: Lindaven wirkt nicht nur akut, sondern auch bei chronischen Beschwerden aufgrund von Hämorrhoiden – und das ohne bekannte Neben- oder Wechselwirkungen mit anderen Arzneimitteln. Die Arzneitropfen sind rezeptfrei in der Apotheke oder online erhältlich.

Natürlich wirksam von innen

Für Ihren Apotheker: Lindaven (PZN 14264889)



Thema: Rheumatische Schmerzen

Gelenkschmerzen

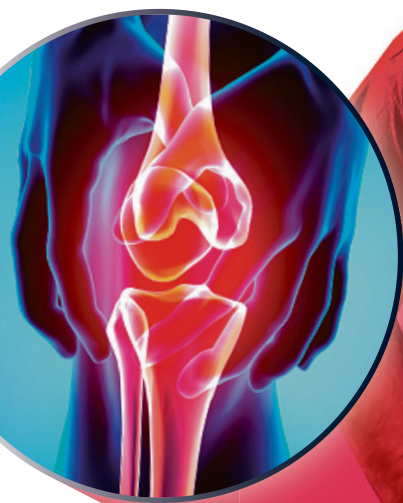
NEU

Wirksame Hilfe mit 2-fach-Komplex

Schmerzen in Schulter, Knie oder Hüfte? Hilfe kommt aus der Apotheke: Die neuen Arzneitropfen Rubaxx Duo (rezeptfrei) enthalten zwei starke Wirkstoffe gegen rheumatische Gelenkschmerzen!

Nach vielen Jahren Forschung ist es Wissenschaftlern jetzt gelungen, das neue Schmerzmittel namens Rubaxx Duo (Apotheke, rezeptfrei) zu entwickeln. Der darin enthaltene Arzneistoff T. quercifolium wirkt schmerzlindernd in Muskeln und Gelenken. Was viele nicht wissen: Hinter Gelenkschmerzen steckt oft eine Entzündung. Hier setzt der Wirkstoff Phytolacca americana an, der sich bei entzündungsbedingten Schmerzen bewährt hat. Gemeinsam bilden beide Wirkstoffe den einzigartigen 2-fach-Komplex von Rubaxx Duo!

Wirkungsvoll und sanft zum Körper Rubaxx Duo wirkt 100 % natürlich und ist gut verträglich: Schwere Nebenwirkungen oder Wechsel-



wirkungen mit anderen Arzneimitteln sind nicht bekannt. Durch die Tropfenform werden die Wirkstoffe direkt über die Schleimhäute aufgenommen und können ihre Wirkung schnell entfalten. Zudem können Betroffene die Tropfen je nach Stärke der Schmerzen individuell dosieren.

- ✓ Mit 2-facher Pflanzekraft
- ✓ Wirkt natürlich, ist gut verträglich
- ✓ Individuell dosierbar dank Tropfenform



Für Ihren Apotheker: Rubaxx Duo (PZN 16120870)



www.rubaxx.de

NEU

LINDAVEN. Wirkstoffe: Aesculus hippocastanum Dil. D3, Collinsonia canadensis Dil. D3, Hamamelis virginiana Dil. D2, Lycopodium clavatum Dil. D5, Sulfur Dil. D5. Homöopathisches Arzneimittel bei Hämorrhoiden. www.lindaven.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing • Die Einnahme von Arzneimitteln über längere Zeit oder in Kombination sollte nach ärztlichem Rat erfolgen.

Abbildung Betroffenen nachempfunden
RUBAXX DUO. Wirkstoffe: Rhus toxicodendron Dil. D6, Phytolacca americana Dil. D4. Homöopathisches Arzneimittel zur Besserung rheumatischer Schmerzen. www.rubaxx.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing

St. Achatius-Nikolai Bruderschaft Wolbeck

»Voll Ehrfurcht vor
so hohem Alter und
voll Verwunderung
wegen so tapferen
Einsatzes
versprechen wir,
dass wir ebenso
treu handeln
würden. Wir
verpflichten uns,
das Erbe der
Bruderschaft zu
wahren und die
uralten Regeln zu
achten.«

Von

Wann Konstantin Gotscharin in den Jahren 1348 bis 1350 wütete in Europa, so auch in Wolbeck, eine pestartige Krankheit, der sogenannte schwarze Tod. Eine große Zahl der Wolbecker wurde von der Seuche ergriffen. Die Gesunden fürchteten sich, die Kranken zu pflegen und die Toten zu begraben. Da traten die Bürger Wolbecks in der Kirche zusammen und gaben einander feierlich das Versprechen, den Kranken nach Kräften zu helfen und, wenn einer sterben sollte, dessen Körper in geweihter Erde zu begraben. Sie hielten treu, was sie sich versprochen hatten. Die wenigen Überlebenden übten an den Kranken und Toten alle Dienste der Liebe, bis der schwarze Tod aufgehört hatte.

Zum Gedenken daran und um den Nachkommen diese gegenseitige Hilfe zu sichern, gründeten sie eine katholische Bruderschaft, zu deren Schutzpatron sie



Foto: RED

den heiligen Achatius wählen.

ten. Im Jahre 1535 beherrschten die Wiedertäufer die Stadt Münster. Gegen diese errangen die Wolbecker mit Mannschaften aus den anderen Orten den Sieg. Zur Erinnerung daran wurde beschlossen, die Bruderschaft zum heiligen Achatius solle jährlich ein Vogel- und

Scheibenschießen abhalten. Auch die Sitte der Frauen, die Männer nach Rückkehr vom Vogelschießen mit Sträußen zu schmücken, geht auf die Wiedertäuferzeit zurück. Ebenso gibt es eine Jährliche Wallfahrt nach Telgte.

Im Geiste der Ökumene können Bürger aller Konfessionen Mitglieder der Bru-

derschaft werden.

Bestondere Ehre wird dem ältesten Mitglied als „Altmann“ zuteil. Seit April dieses Jahres darf Wolfgang Brodrecht dank 66-jähriger Mitgliedschaft stolz diesen Titel tragen.

ORT

Hand- delnder	IKMMN OSTU	NTU	ALN STU			ERT	ACIP	EEINO PRSSU			DEEI		EENSZ	AEI LRR		EHILN NOSUW	
		3				her- stellen											
						EESS		proben						AAB KSU		CR	1
Stunt- man			AEE GMN			Reptil, Kriech- tier					AEL RSS		Fremd- wortteil: Luft				
laut an- sprechen		Formel 1- Pilot (Felipe)						AEGMR		Gewinn (ugs.)							
			2		AEGL		deutsche Schau- spielerin (Brigitte)					Markie- rung				ENOZ	
letzte Etappe		ENO		Be- hältnis										BIS		eiszeit- licher Höhen- zug	
						verwirrt				GN		kleiner Deich					6
Wasser- sportart							Buch der Bibel		5							Kfz-Z. Zittau	
englisch: Zeh	4			Brille										Erb- träger			

1

2

3

4

5

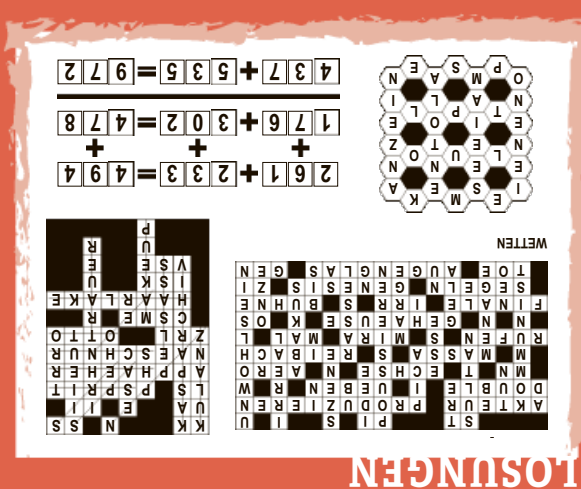
6

$+$
 $=$

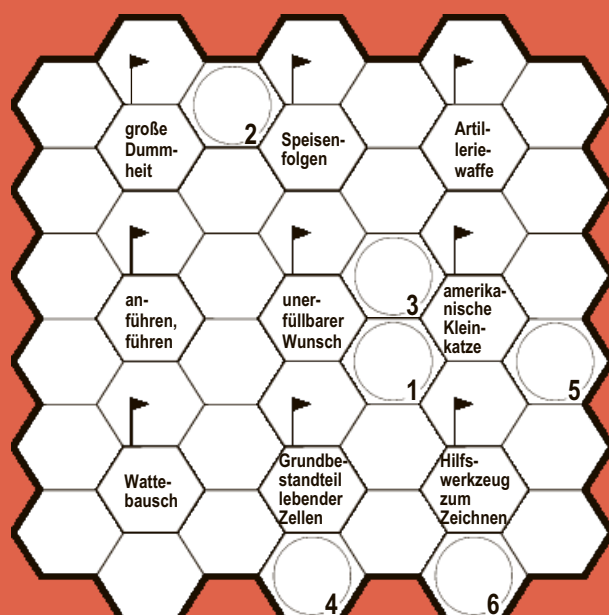
$+$

$+$
 $=$

$+$
 $=$



LÖSUNGEN



K K K J L N I S S S
U A P L E W I I G G
L S Z P S P R I T T
A P P H A E H E R R
N A E S C H N U R R
Z R L B J O T T O O
K C S M E O R X Z Z
P H A A R L A K E E
Z I S K G U U C L L
I V S E A V E F Z Z
Z B U U E I R W T T
U J R P C Q S S Z Z

AEON
APIS
ARCHIV
ELSASS
ERIS
HAAR
HAEHER
KASPAR
KULANZ
LAKE
MAKEUP
OTTO
SCHNUR
SPRIT
TRAUER
ZAPPER



Kochen mit Erdnüssen

Raffinierter Powersnack

Nährstoffreich, lecker und vielseitig: In Erdnüssen steckt viel mehr an wertvollen Bestandteilen, als manche auf den ersten Blick vermuten würden.

So ist der Powersnack unter anderem reich an Magnesium, Zink und Vitaminen wie B1 und E. Zudem liefern Erdnüsse viel Protein und sind somit gut geeignet für aktive Menschen, etwa als Energiequelle nach dem Workout. Das enthaltene Zink ist wichtig, um auch in stressigen Situationen das innere Gleichgewicht zu behalten.

Einfache Rezepte, die sich mühelos nachkochen lassen, sorgen für eine bewusste Ernährung. Wie wäre es beispielsweise mit einem raffiniert abgeschmeckten Currygericht? So geht's:
★ Hähnchenbrustfilets kalt abrausen, mit Küchenpapier tro-

cken tupfen und in grobe Würfel schneiden. Blumenkohl putzen, waschen und in Röschen zerteilen. Zwiebeln abziehen, halbieren und in Streifen schneiden.

★ Fleisch in einem Topf im erhitzten Olivenöl von allen Seiten drei bis vier Minuten anbraten. Zwiebeln etwa zwei Minuten mitbraten. Mit Salz, Pfeffer und der Currypaste würzen. Erdnuss-Creme unterrühren und mit der Kokosmilch und der Hühnerbrühe ablöschen.

★ Blumenkohlröschen in das Curry geben und alles noch acht bis zehn Minuten garen. Mit Limettensaft abschmecken. Das Curry in tiefen Tellern anrichten und mit Erdnüssen und Koriander bestreut servieren. (djd-mk)

Einkauf

Zutaten für vier Personen

- ★ 4 Hähnchenbrustfilets (à 170 g)
- ★ 500 g Blumenkohl
- ★ 2 Zwiebeln
- ★ 2 EL Olivenöl
- ★ Salz/Pfeffer
- ★ 1 EL rote Currypaste
- ★ 3 EL Erdnuss-Creme
- ★ 400 ml Kokosmilch
- ★ 200 ml Hühnerbrühe
- ★ 2 EL Limettensaft
- ★ 100 g geröstete und gesalzene Erdnüsse
- ★ 2 EL gehackte Korianderblätter



Rezept der Woche
Hähnchencurry mit Erdnuss

Fleischloses Grillen mit Resten

Abwechslung auf dem Rost

Grillfans setzen beim sommerlichen Grillgenuss nicht mehr nur allein auf Fleisch. Wie man mit Gemüse und fleischlosen Produkten Abwechslung auf den Rost bringt und auch Gemüsereste verwerten kann, erklärt die Initiative „Zu gut für die Tonne“.

★ Nicht nur Paprika, Auberginen und Zucchini eignen zum Grillen. Durch ihren geringen Wassergehalt sind auch Kürbisfleisch, Artischocken und sogar fester Salat wie Chicorée perfekt für den Grill.

★ Gemüse kann man genau wie Fleisch marinieren oder mit Salz, Kräutern und einem passenden Öl erhitzen. Hierbei sollte man darauf achten, dass das verwendete Öl sich problemlos und ungefährlich erhitzen lässt. Kaltgepresste Öle, darunter viele Olivenöle, können bei Temperaturen von über 180 Grad Giftstoffe freisetzen.

★ Gemüsespieße sind eine ideale Verwertungsmöglichkeit für nicht mehr ganz fri-



Wenn Gemüse wie Zucchini und Paprika oder Pilze nicht mehr ganz taufrisch erscheinen, sind sie immer noch gut für den Spieß auf dem Grill. Foto: dpa/Monique Wüstenhagen

sches Gemüse. Da bieten sich Zwiebeln, Paprika oder ebenfalls Pilze, Kartoffeln, Auberginen und Zucchini an.

★ Champignons kann man mit (Frisch)-Käse befüllen und auf dem Grill garen.

★ Immer beliebter werden

Käse-Grilltaler und Halloumi. Bleibt von ihnen etwas übrig, lassen sich die Reste kleingehackt am nächsten Tag noch gut im Rührei oder in einem Salat verarbeiten. Die meisten Grillkäseprodukte bestehen aus Weichkäsesorten

Hammer

Farben, Tapeten, Bodenbeläge und mehr!



20% Rabatt

auf alle Handtücher sowie bereits reduzierte Ware der Marke ROSS.

bestfeeling

Handtuch, verschiedene Farben, 100% Baumwolle, ca. 50x90 cm.

200 Stück

JETZT BIS ZU 70% SPAREN!

Kopfkissen „Anna“, Füllung: 1200 g Entenfeder, waschbar, ca. 80x80 cm.

15⁹⁹ 7⁹⁹

Riesiger Bettwäsche- und Bettwaren-Abverkauf

Bettwäsche verschiedene Designs

ab 5⁰⁰

Satin-Bettwäschegarnitur „Enzo“, 100% Baumwolle, mit Reißverschluss, best. aus: 1 Kissenbezug, ca. 80x80 cm und 1 Bettbezug, ca. 135x200 cm.

39% 19⁹⁹ %

ca. 155x200 cm oder ca. 155x220 cm

49⁹⁹ 29⁹⁹ STÜCK

7-Zonen-Schaum-Matratze „Dunlopillo Elements“, stabiler HRX-Schaum mit adaptiver Visco-Schaum und anschmiegsamer Airgocellschaum-Auflage, Bezug waschbar bis 60 °C, ca. 90x200 cm oder ca. 100x200 cm.

399⁰⁰ 199⁰⁰

Gesamthöhe ca. 18 cm

TESTSIEGER

Stiftung Warentest test + GUT (1,7)

Im Test: Dunlopillo Elements getestet in der Größe 90x200cm im Härtegrad hart Ausgabe 10/2019 www.test.de 19FK07

Neuheit mit Höchstnote jetzt im SSV

Stapelweise Teppiche bis zu 70% reduziert

29⁹⁵ 9⁹⁹ Stück %

Dekofell „Flori“, 100% Mikrofaser-Acryl, ca. 55x80 cm.

Alles Abholpreise! Nur solange der Vorrat reicht. Ohne Dekoration.

Eine Übersicht der Hammer Märkte in Ihrer Nähe finden Sie unter hammer-zuhause.de/maerkte oder:

48157 Münster ®

An der Kleimannbrücke 1

48231 Warendorf ®

August-Wessing-Damm 82-84

© Niederlassung der Hammer Fachmärkte für Heim-Ausstattung GmbH & Co. KG West, Oehrstraße 1, 32457 Porta Westfalica

HS26_20

Kleinanzeigenmarkt

Samstag, 27. Juni 2020

Stellenangebote



Wir, die Katholisch-Soziale Akademie FRANZ HITZE HAUS, suchen zum 01.09.2020

zwei Servicekräfte (m/w/d)

zur Unterstützung unseres Teams.

Ihre Aufgaben

- Servieren von Speisen und Getränken
- Zubereiten, Anrichten und Ausgeben von Speisen
- Übernahme von Kassiertätigkeiten
- Eindecken der Tische
- Persönliche Betreuung der Gäste
- Konferenzservice

Unsere Anforderungen

- Erfahrung in der Hotellerie oder Gastronomie von Vorteil
- Serviceorientiertes, sorgfältiges, eigenständiges Arbeiten und Auftreten
- Körperliche Belastbarkeit
- Bereitschaft zur Wochenendarbeit und zu Abenddiensten erforderlich

Wir bieten Ihnen

- eine unbefristete Teilzeitstelle mit ca. 30 Wochenstunden
- eine leistungsgerechte Vergütung nach der Entgeltgruppe 2 KAVO (vergleichbar TVöD)
- Nutzung von Lebensarbeitszeitkonten bzw. Zeitwertkonten
- Nutzung eines Jobtickets und ggf. Gewährung eines Fahrtkostenzuschusses
- weitere übliche Sozialleistungen

Bewerbungen geeigneter schwerbehinderter Menschen sind ausdrücklich gewünscht. Bitte richten Sie Ihre aussagekräftigen Bewerbungsunterlagen bis zum 19.07.2020 per E-Mail oder Post an: AKADEMIE FRANZ HITZE HAUS, Michael Peters, peters@franz-hitze-haus.de, Kardinal-von-Galen-Ring 50, 48149 Münster (Tel. 0251/9818-470)

Kardinal-von-Galen-Ring 50 · 48149 Münster
Tel. 02 51 / 98 18-0 · Fax 02 51 / 98 18-480

Zur Verstärkung unseres Teams suchen wir zu sofort oder später

- **Polier (m/w/d)**
- **Baggerführer/Tiefbaufacharbeiter (m/w/d)**
- **Maurer (m/w/d)**
- **Betonbauer/Einschaler (m/w/d)**

– einzeln oder als Kolonne –

■ **kaufm. Angestellten (m/w/d) in Teilzeit für die Buchhaltung**

Auszubildende zum

- **Maurer (m/w/d)**
- **Betonbauer (m/w/d)**
- **Baummaschinen- u. Geräteführer (m/w/d)**
- **Kaufmann für Büromanagement (m/w/d)**

Wir bieten einen dauerhaften Arbeitsplatz unter attraktiven Bedingungen. Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung!

HERBORT
BAUUNTERNEHMUNG

Im Derdel 40
48161 Münster-Roxel
Telefon 025 34 - 972 60

HOCH-, TIEF-, BETON- UND STAHLBETONBAU, ALTBAUSANIERUNG, DENKMALPFLEGE, LEHMBAU, GEBÄUDEDÄMMUNG

BAUEN AUF SUBSTANZ

www.herbert-bau.de

Wir suchen für das Clemenshospital in Münster zuverlässige, deutschsprachige Mitarbeiter/innen

als Hauswirtschaftskraft in der Spülzentrale.
Arb.-Z. von 17.00 - 20.30 Uhr.

Bitte melden Sie sich ab Mo. bei unserer **Frau Dokic**
zw. 8:00 - 13:00 Uhr unter der ☎ 0251/9765716

Die **ASCHENDORFF LOGISTIK** sucht einen **MITARBEITER (m/w/d ab 18 Jahren)** auf Minijob-Basis für die Einstellung und Betreuung unserer Gratiszeitungszusteller in **MECKLENBECK, ALBACHTEN und ROXEL**.

Ihre Tätigkeiten: Führen von Einstellungsgesprächen, Personaleinsatzplanung, Reklamationsbearbeitung, Kontrolle der Ablagestellen und Ansprechpartner für unsere Zusteller am Verteiltag.

Eckdaten:

- Minijob mit rund 9-Wochenarbeitsstunden
- Kernarbeitszeit: samstags von 11.00–17.00 Uhr, restliche Stunden unter der Woche flexibel einteilbar
- eigener PKW

Wir freuen uns auf Sie! Stichwort: ZGM Gratiszeitung Münster

Aschendorff Logistik GmbH & Co.KG, An der Hansalinie 1, 48163 Münster
Tel.: (0251) 690-664, E-Mail: zeitungsbotenbewerbung@aschendorff.de

Wir suchen für unser Objekt in Münster Hilstrup verlässliche Mitarbeiter für die Reinigung auf 450-Euro-Basis und Teilzeitbasis Arbeitszeit 15.00 – 18.00 Uhr

Sollte diese Beschreibung auf Sie zutreffen, dann melden Sie sich bei uns:

Firma SuBa Service GmbH Öffnungszeiten des Büros:
Telefon 02041/762650 Mo–Fr., 8.00 Uhr–16.00 Uhr
Brabus-Allee 40, 46240 Bottrop

Wir suchen für das Clemenshospital in Münster zuverlässige, deutschsprachige Mitarbeiter/innen

in der Reinigung für die Tag-/Nachtschicht.
Arb.-Z. nach Vereinbarung.

Bitte melden Sie sich bei unserer **Frau Dokic**
ab Mo. zw. 8:00 - 13:00 Uhr unter der ☎ 0251/9765716



Für ein Objekt in Münster suchen wir zur erfolgreichen Durchführung eines Reinigungsauftrages ab sofort zur Unterstützung unseres Teams eine/n zuverlässige/n

Vorarbeiter/in (m/w/d)

Arbeitszeit: Tagesdienst,
Montag – Freitag: 12.00 – 16.00 Uhr
Vorarbeitertätigkeit,
Montag – Freitag: 17.00 – 19.00 Uhr

Ihre Aufgaben:

- Sie führen allgemeine Reinigungstätigkeiten durch
 - Koordination eines reibungslosen Ablaufes sämtlicher Reinigungsarbeiten
 - Abstimmung von Tätigkeiten mit unseren Kunden vor Ort
 - Sie bringen eine ordentliche und strukturierte Arbeitsweise mit
 - Ihre Freude am eigenverantwortlichen Arbeiten und Ihre Einsatzbereitschaft runden Ihr Profil ab
- Haben wir Ihr Interesse geweckt? Dann bewerben Sie sich bitte bei:

Piepenbrock Dienstleistungen GmbH & Co. KG
Schuckertstr. 25, 48153 Münster,
Frau Reimer, Tel. 0521/94273-54

Wir suchen: Nette Verkäuferin (m/w/d) – auch zu sofort – in Voll- oder Teilzeit, evtl. auch 450 €. Wir bieten: Nettes Team, gute Arbeitszeiten und Einarbeitung, keine Spätschichten, Zuschüsse zur betr. Altersvorsorge, unbefrist. Anstellung etc. Bitte melden bei Fleischerei Schröder, Inselbogen 1, 48151 Münster, ☎ 0251/972500 oder schmidt@partyservice-schroeder.de

Könnte es Ihnen Spaß machen, mit Fleisch, Wurst, Käse und Verzehrsprodukten umzugehen? Dann starten Sie mit uns in eine **positive Zukunft!!**

Wir suchen Verstärkung für unser Team:

• Koch/Köchin

kocherfahrene
Hausfrau

• Küchenhilfe

für anfallende Aufgaben
und mögl. Führerschein
für Auslieferungen

• Fleischerei-Fach-Verkäufer/in

Bei allen Positionen sind wir an Voll-/Teilzeitkräften oder Aushilfen interessiert. Die Bezahlung ist den Aufgaben angepasst.

Bei Interesse rufen Sie bitte **Herrn Barciaga 05481-997334** an oder schreiben uns. catering@partyservice-eschrich.de
Fleischerei Eschrich Münster

Putz- und Haushaltshilfe gesucht.

Wir suchen eine engagierte und zuverlässige Putzfrau in Einfamilienhaus für 4 Stunden/Woche bei guter Bezahlung, in einem 2 Personenhaushalt in Telgte. Der Tag ist flexibel zu besprechen. Bei Interesse melden Sie sich gerne 0172/5238766

Alten- und Krankenpfleger (m/w/d) im Familienbetrieb! Ab 4000 € brutto/35-Std.-Wo., station. Einsätze, flex. Schichten. Wir freuen uns auf Sie! ☎ 0251/97009693 oder jobs@felten.de

Minijob als Bote



Für die Verteilung der **HALLO am Samstag** suchen wir Dich (m/w/d ab 13 Jahren) als **ZUSTELLER** im **MAURITZ, COERDE** und im **GEISTVIERTEL**.

Wir freuen uns auf Dich!

Melde Dich einfach unverbindlich bei der Aschendorff Direkt:

Telefon (0251) 690-664
zustellerbewerbung@aschendorff.de
www.extramacher.de



Wir suchen ZEITUNGSBOTEN

(m/w/d) ab 18 Jahren

für die Zustellung der „Westfälischen Nachrichten“ in den frühen Morgenstunden in **MAURITZ, HILSTRUP** und **AMELSBÜREN** auf Teilzeit- oder Minijob-Basis.

Wir freuen uns auf Sie!
Telefon (0251) 690-664
zeitungsbotenbewerbung@aschendorff.de
www.dienachtlichter.de

Zur Durchführung von Potenzialanalysen (Beobachtung von Aufgaben mit anschließender Auswertung) für Schüler/innen der 8. Klasse am Standort FMO und am Standort HBZ Münster sucht das Handwerkskammer Bildungszentrum Münster ab Mitte August Honorarkräfte. Erfahrung im Umgang mit Kindern und Jugendlichen und ein kommunikatives Auftreten sind wünschenswert. Voraussetzung ist ein abgeschlossenes Studium (Bachelor) oder eine abgeschlossene Ausbildung. Ebenfalls sind Studierende ab dem 3. Fachsemester im Studiengang Soziale Arbeit, Erziehungswissenschaften, Psychologie oder vergleichbaren Studiengängen zugelassen. Eine Einweisung in das Testverfahren erfolgt vorab. Fragen an Theda Brüning, 0251 705-1214; Bewerbungen@honordozent@hwk-muenster.de

Wir suchen in Ascheberg Reinigungskräfte, Gebäudereiniger & Auszubildende für Glas- und Gebäudereiniger (m/w/d) INTZeit-Arbeit & GmbH Im Heubrock 2, 59387 Ascheberg ☎ 02593/9573-24 joerg.stratmann@sozialwerk-stgeorg.de

2-Pers.-Haush. in Drenst. sucht zuverl. und gründl. Haushaltshilfe für 3-4 h/Wo. (Minijob). Bei Interesse bitte Mail an hausfee48317@web.de

Für Bestäubungsarbeiten während der Maisblüte suchen wir Aushilfen für ca. 2-3 Wochen im Juli. RAGT 2n Saerbeck ☎ 02574/93800

Gartenhilfe für Garten bei EFH in Greven gesucht, 1 x pro Woche, 2-3 Std., ☎ 02571/3422.

Gartenhilfe in Drensteinfurt langfristig von privat gesucht, ☎ 0172/2342488.

Neue Küche?!

Wir suchen Interessenten für hochwertige, geschmackvolle Einbauküchen, inklusive Siemens Elektrogeräten, passgenau für Ihr Haus oder Ihre Wohnung, die Sie äußerst günstig von uns erhalten. Voraussetzung ist, dass Sie bereit sind, für 6 Monate nach telefonischer Absprache ihre Küche interessierten Architekten zu zeigen.

R. E. Projekt GmbH · Telefon 05 41 / 40 90 60

Reisemarkt

Urlaub an der "Müritz", Top-Fewo f. 2 (+1) Personen am Malchower See, Wassergrundstück, Garten mit Pavillon, Badesteg, Angelboot. Noch freie Termine: vom 26.07. bis 01.08., ab 10.10. sowie Weihnachten, ☎ 0172/7714144

Urlaub inmitten der Mecklenburgischen Seenplatte! 2 Fewo und 1 Bootshaus zu vermieten! Rad fahren, Wandern, Wassersport, Angeln und Jagdmöglichkeit. www.urlaub-msp.de

Harlesiel u. Bensersiel Nähe, FW + FH, 2 - 6 Personen, Juni/Juli/Aug. Termine frei. Strandnähe. ☎ 05846/2485, www.nordsee-friese.de

Winterberg-Stadt, Hochsauerland, FEWO für 2-3 Pers. ideal für den Wanderurlaub, ab 39 €, ☎ 0171/2016083 www.fewo-winterberg-web.de

Idyll. Ferienhaus direkt am Nordseedeich, ruhig, günstig, Kurzmöglichkeit. Kinder willkommen, Hund erlaubt. ☎ 05601 / 86815

Kroatien, freistehendes Ferienhaus bis 5 Pers. direkt am Meer-Strand u. FeWo's in der Nähe von Zadar zu vermieten. ☎ 02507/2683.

Norderney - 4 Bahnkarten von MS mit Fähre + zurück, 1 Kl. bis Ende Okt. nutzbar, 295€ VB, ☎ 0151/40801719.

Norderney, gepfl. App's, Toplage, 1-4 Pers., teilw. Balkon, Terrasse, Schwimmbad, ☎ 02508/9996270

Nordsee Hooksiel, Ferienhaus/ Ferienwohnung, 2-4 Pers. zu verm. 35 €-70 €, ☎ 0157/73862544

Südfrankreich, Mittelmeer, Mobilheim, strandnah, Klima, zu vermieten, ☎ 0171 / 6926894.

Urlaub in Timmel: Gästezimmer m. Frühst., Du/WC/TV, KÜHLSCHR./Terr., p. P. 21.50 €, ☎ 04945/457.

Zw. Greetseil u. Norddeich, gemütl. FeWo, 2 P. 1 W. / 345 €, 11.7.-18.7. u. 8.8.-19.8. fr. ☎ 04920/301

Horumersiel, FW, 55 m², 45 €/Tag. ☎ 04426/311

Borkum FeWo frei ☎ 0171/9463128

MA P G E E M T T Y H S A B B K WEG W I S E R G E O R G I A U N R U H I G E I F R I G G E L E D I G N I E D L I C H M B R A U S Y A T A N K E R S B E L I E B I G C P O L I O F E E P E N P T N R E D E M E T O M A Z I S I O R F R E I T A G H P A R A L L E L R M E A B O S T H I E R U N A S S O N E P I N R M E I S E N Z U O E R E R Z M A T A N D R E N L E S E N I S A A L E A S R I M I A M I S S K E V I N R G L A T T E I S T B E L A G E L A D E B A R V K L A R N O E G O T I B E R G R I O Q U E R E M E M O I R E N L O G E N R E A N L A S S S V I E M M A Y E N T K L I R R E I E N D S U M M E W I L D P A R K P A E H R E A S T E E R I S S M I L N E S S I E B P F E I L E A U S R U H E N U L E N A G E S G E L E E D E S E L L A R A B K A N O N E N M O G U L D P A T R O N A T E L U M E N R I D U N I O N R G A B E M E L N G N E I S I I D I P I A N F U E L L U N G M Z E C H E R F L U R U N E V E N T I L B O E N I X E N E D A D A S U D A D H E U L E R B G E B E T I U T T A E G O D A B O N E U R H F A S A N N S T I F T U N G O W E L L E R L E G A L G F A S E D E O A A T M E N L P K A U E N H K A R L M E G N K E H R T I A E R O M A L S B R E I V A L B R A T E R M M S T E R A N P G E F U E L L T K R A D A U L B E G L E I T U N G P O E B R R I S S O L I D H A V A L V O R H W F A L T E G H A B E N A D R E I N I G E N G L U E G E R M E R A N R B L E I G I N I D A K A R I R I K A E F E R L H A S E W E R L L S C H O N G K A P O L P E R U S B L A M I E R T S G I Z E H R P O K A L E H T N E R O J I L B B T I D E N H A S T A E R L R I G A T O N I L S E L I G Y F R U E C H T E S A P E S E T A S C E C K E R P A S E R E P H Z C R E A T N T I D A R T H R S P I R I T U S F E B A C H T W O B E I W S I R E G A R G L E G E R F R A L E B E N T B A C K F O R M E R N A G E L A A R A P X H W A H L K O E V K A J A L M S T R O E M B E U R T E I L E N T B A H U T T M A K O E R T L X V M B M D L I P E A R L E K O R I N T H E B C I A S P O T E O B E I N A R R H E A L S L D R A H T L O F L A M E K S C H U L E N I G E N U A E C L A T E I N A N D E R E I C E T E L E F O N M U E R B R E S T E R D B E B E N K R A E N K U N G B A N K I E R

AGM Anzeigenblattgruppe Münsterland

Verlag
AGM Anzeigenblattgruppe Münsterland GmbH
An der Hansalinie 1, 48163 Münster
Tel. 0251/690 99 40 50
Fax 0251/690 80 80 90
www.ag-muensterland.de

Anzeigenleitung
Marc Arne Schümann
An der Hansalinie 1, 48163 Münster
Tel. 0251/690 99 40 50
Fax 0251/690 80 80 90
info.agm@aschendorff-medien.de

Redaktionsleitung
Claudia Bakker
An der Hansalinie 1, 48163 Münster
Tel. 0251/690 99 40 50
Fax 0251/690 80 75 90
leitung.redaktion@ag-muensterland.de

Vertrieb
Aschendorff Direkt GmbH & Co. KG
An der Hansalinie 1, 48163 Münster
Tel. 0251/690 99 40 50

Druck
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 wird Recycling-Papier verwendet.

HALLO **BLICK PUNKT** **WOCHENPOST** **Dreieck-Zeitung** **iPUNKT**



Wo „Natürliches Mineralwasser“ draufsteht, ist auch natürliches Mineralwasser drin – darauf können sich Verbraucher zu jeder Zeit verlassen. Dafür sorgt die Mineral- und Tafelwasser-Verordnung (MTVO). Sie schreibt, dass nur Mineralwässer mit einer amtlichen Anerkennung und Nutzungsgenehmigung in den Verkauf gehen dürfen.

„Mit mehreren hundert Einzeluntersuchungen und monatelangen Tests wird das Mineralwasservorkommen ganz genau unter die Lupe genommen“, erläutert Sebastian Rau, Geologe und

deres Lebensmittel durchläuft hierzulande ein so strenges und zeitintensives Prüfverfahren wie Mineralwasser.

Nachhaltig abgefüllt

Um diese Qualität zu schützen, schreibt der Gesetzgeber vor, dass Mineralwasser immer direkt am Quellort abgefüllt werden muss. Auch wieviel Wasser die Mineralbrunnen entnehmen dürfen, ist behördlich genau festgelegt.

Dabei gibt eine sogenannte Entnahmeregulation vor, welche Mengen pro Tag aus einer Quelle gefördert werden dürfen. Mineralwasser ist vollkommen regenerativ und wird im Einklang mit der Natur und dem Wasserkreislauf der Erde gefördert – Nachhaltigkeit im ursprünglichsten Sinn.

Nach der Abfüllung versiegelt und sichert ein fabrikneuer Schraubverschluss den natürlichen Inhalt. Einerseits ist die Flasche also eine praktische Verpackung und Transporthilfe, andererseits garantiert sie, dass das Mineralwasser bis zum Genuss genauso rein und hochwertig bleibt, wie es die Quelle verlassen hat.

Pink Sunset

Für 2 Portionen:
½ Grapefruit
2 Zweige Rosmarin
500 ml stilles Mineralwasser
Optional: Eiswürfel aus stillem Mineralwasser

Zubereitung:
Grapefruit und Rosmarin gründlich abspülen. Die Grapefruit in dünne Scheiben schneiden und zusammen mit den Rosmarinzweigen in eine große Karaffe geben. Die Karaffe mit stillem Mineralwasser auffüllen und für ca. 1 – 2 Stunden im Kühlschrank ziehen lassen. Nach Belieben Eiswürfel dazugeben.



Trinktipps für jeden Tag

Ohne einen ausgewogenen Flüssigkeitshaushalt läuft im Körper nichts. Nicht nur das Gehirn, sondern auch alle anderen Organe werden über das Blut, das zu rund 50 Prozent aus Wasser besteht, mit wichtigen Nährstoffen versorgt. „Regelmäßiges Trinken ist für die körperliche und geistige Leistungsfähigkeit wichtig und hilft uns, mit Schwung in den Tag zu starten – und vor allem, uns dabei wohlzufühlen“, betont Susanne Keppeler.

Damit der Flüssigkeitshaushalt ausgeglichen ist, benötigt der menschliche Körper nicht nur ausreichend, sondern vor allem auch regelmäßig „Nachschub“, zum Beispiel in Form von geeigneten Getränken. „Ich empfehle sechs Trinkportionen à jeweils 250 Milliliter über den Tag verteilt, um die von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung empfohlene Tagesmengenmenge von rund 1,5 Litern für Erwachsene zu erreichen“, so die Ernährungsexpertin. Sie rät insbesondere zu natürlichem Mineralwasser als Getränk,

denn das Naturprodukt liefert nicht nur kalorienfreie Flüssigkeit, sondern auch wertvolle Mineralstoffe. „Wichtig ist, dass das regelmäßige Trinken in den persönlichen Tagesablauf integriert wird, damit es zur festen Routine und letztlich zur guten Gewohnheit werden kann“, erklärt Susanne Keppeler.

Ausreichend trinken: Sechs Tipps von der Expertin

- » **Das Ziel vor Augen haben:** Stellen Sie Ihre Tagesportion sichtbar bereit, zum Beispiel in Mineralwasser-Flaschen, und füllen Sie Ihr Glas kontinuierlich nach.
- » **Pausen nutzen:** Trinken Sie einen Schluck, wann immer es geht.
- » **Teamarbeit:** Motivieren Sie Ihre Familie oder Ihre Kollegen, gemeinsam an eine regelmäßige Flüssigkeitsaufnahme zu denken und sich gegenseitig daran zu erinnern.
- » **Getränke immer dabeihaben:** Nehmen Sie sich für unterwegs eine Flasche Mineral-

wasser mit, damit Sie immer ein qualitativ hochwertiges Naturprodukt zur Hand haben.

- » **Abwechslungsreich trinken:** Bringen Sie Abwechslung ins Glas – mit natürlichem Mineralwasser lassen sich vielfältige Getränke mixen – von alkoholfreien Cocktails über Infused Mineral Water bis hin zu Smoothies und Schorlen – ganz nach persönlichem Geschmack.
- » **„Buch führen“:** Ein Trinktagebuch kann Ihnen helfen, sich einen Überblick über Ihre tatsächliche Trinkmenge und Ihre Getränkeauswahl zu verschaffen. Die Informationszentrale Deutsches Mineralwasser (IDM) bietet ein solches Trinktagebuch kostenlos zum Download an unter: www.mineralwasser.com

* Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung: Blut + Plasma Spende – Jeder Tropfen hilft, Köln, im Auftrag des Bundesministeriums für Gesundheit und Soziale Sicherung, Mai 2013, S. 18

Was drin ist, muss draufstehen

Das Etikett ist die „Visitenkarte“ eines jeden Mineralwassers. Hier findet man alle wichtigen Informationen. Was die Kennzeichnung enthalten muss, ist gesetzlich genau geregelt.

1. Name der Quelle
2. Ort der Quellanutzung
3. Verkehrsbezeichnung
4. Deklaration der charakteristischen Bestandteile
5. Optional: Hinweis auf Analysedatum und Name des Prüfinstituts
6. Anschrift des Inverkehrbringers
7. Füllmenge
8. Mindesthaltbarkeitsdatum

Manche Etiketten weisen auch aus, welches Prüfinstitut das Mineralwasser wann untersucht hat – dies ist jedoch nicht verpflichtend.



Ihre Apotheken – bleiben Sie gesund

Apothekerkammer
 Westfalen-Lippe

NOTDIENSTBEREITE APOTHEKEN für Münster

Ein Service Ihrer
 HALLO

1. bis 31. Juli 2020, 9.00 Uhr bis 9.00 Uhr

Mittwoch, 1. Juli 2020
 easy-Apotheke Fried.-Ebert-Str., Friedrich-Ebert-Str. 143, 48153 Münster, 0251/9713260
 Rüschhaus-Apotheke, Heekweg 15, 48161 Münster, 0251/871000

Donnerstag, 2. Juli 2020
 Franziskus-Apotheke, Warendorfer Str. 183, 48145 Münster, 0251/375767
 Kappenberg-Apotheke, Kappenberger Damm 8, 48151 Münster, 0251/73925

Freitag, 3. Juli 2020
 Erpho-Apotheke, Warendorfer Str. 149, 48145 Münster, 0251/392112
 Nikolaus-Apotheke, Hiltruper Str. 2a, 48167 Münster, 02506/2730

Samstag, 4. Juli 2020
 Flora-Apotheke, Hittorfstr. 1, 48149 Münster, 0251/845979
 Partus Markt-Apotheke, Hamannplatz 22, 48157 Münster, 0251/247538

Sonntag, 5. Juli 2020
 Löwen-Apotheke, Rothenburg 50, 48143 Münster, 0251/44824
 Margaretan-Apotheke, Wolbecker Straße 226, 48155 Münster, 0251/39779699
 Annen-Apotheke, Dingbänger Weg 69, 48163 Münster, 0251/717380

Montag, 6. Juli 2020
 Hafen-Neustadt-Apotheke, Hansaring 23, 48155 Münster, 0251/64525
 Gievenbecker Markt-Apotheke oHG, Arnheimweg 9, 48161 Münster, 0251/8715288

Dienstag, 7. Juli 2020
 Jahreszeiten-Apotheke, Catharina-Müller-Str. 2, 48149 Münster, 0251/2705027
 Apotheke auf der Geist, Elsässer Str. 10, 48151 Münster, 0251/776032

Mittwoch, 8. Juli 2020
 Bonifatius-Apotheke, Nordstr. 31, 48149 Münster, 0251/201010
 Pictorius-Apotheke, Hogenbergstr. 9a, 48153 Münster, 0251/787443

Donnerstag, 9. Juli 2020
 Marien-Apotheke, Plusallee 122, 48147 Münster, 0251/2301239
 Kristiansand Apotheke im Zentrum Kinderhaus, Kristiansandstr. 143 a, 48159 Münster, 0251/92778844

Freitag, 10. Juli 2020
 Von-Galen-Apotheke, Gasselstiege 25 a, 48159 Münster, 0251/1347796
 Apotheke am Clemenshospital, Düesbergweg 128, 48153 Münster, 0251/3900180

Samstag, 11. Juli 2020
 Felix-Apotheke, Berliner Platz 21-23, 48143 Münster, 0251/49091820
 Honnollern Apotheke am Pantaleonplatz oHG, Pantaleonplatz 3, 48161 Münster, 02534/6465455

Sonntag, 12. Juli 2020
 Königs-Apotheke, Königsstr. 22/23, 48143 Münster, 0251/42670
 Linden-Apotheke, Albersloher Weg 465, 48167 Münster, 0251/615082
 Clemens-Apotheke, Marktallee 8-10, 48165 Münster, 02501/4032

Montag, 13. Juli 2020
 klara apotheke im FranziskusCarré, Hohenzollernring 70, 48145 Münster, 0251/1330533
 Sebastian-Apotheke, Sebastianstr. 1, 48161 Münster, 02533/4789

Dienstag, 14. Juli 2020
 Turm-Apotheke, Am Kreuztor 6, 48147 Münster, 0251/298200
 Davert-Apotheke, Auf der Woort 1, 48163 Münster, 02501/5407

Mittwoch, 15. Juli 2020
 Regenbogen-Apotheke, Wolbecker Str. 21, 48155 Münster, 0251/666309
 Kirch-Apotheke, Westfalenstr. 132, 48165 Münster, 02501/7686

Donnerstag, 16. Juli 2020
 Kreuz-Apotheke, Kanalstr. 2, 48147 Münster, 0251/2303513
 Bären-Apotheke in Albachten, Dülmener Str. 31 - 33, 48163 Münster, 02536/1006

Freitag, 17. Juli 2020
 Stern-Apotheke, Ludgeristr. 66, 48143 Münster, 0251/44910
 Engel-Apotheke, Münsterstr. 9, 48167 Münster, 02506/93170

Samstag, 18. Juli 2020
 Engel-Apotheke, Warendorfer Str. 3, 48145 Münster, 0251/987620
 West-Apotheke, Sentruper Höhe 29, 48149 Münster, 0251/981360

Sonntag, 19. Juli 2020
 St. Georg-Apotheke, Hammer Str. 13, 48153 Münster, 0251/531480
 Paulus-Apotheke, Idenbrockplatz 22, 48159 Münster, 0251/212436
 Apotheke im AuenViertel, Dieckmannstr. 118, 48161 Münster, 0251/8712581

Montag, 20. Juli 2020
 Ludgeri-Apotheke am Erbdrostenhof, Salzstraße 37, 48143 Münster, 0251/9811622
 Brunnen Apotheke, Osthofstr. 7, 48163 Münster, 02536/3445920

Dienstag, 21. Juli 2020
 Ludgeri-Apotheke, Windthorststr. 65, 48143 Münster, 0251/44456
 Heide-Apotheke, Gitttruper Str. 29, 48157 Münster, 0251/9325880

Mittwoch, 22. Juli 2020
 Christophorus-Apotheke, Windthorststr. 12, 48143 Münster, 0251/57840
 Carré-Apotheke, Marktallee 19, 48165 Münster, 02501-9234123

Donnerstag, 23. Juli 2020
 Osttor-Apotheke, Osttor 74, 48165 Münster, 02501/3259

Freitag, 24. Juli 2020
 Burg-Apotheke, Burgstr. 31, 48151 Münster, 0251/524276
 Forum-Apotheke, Nienberger Kirchplatz 4, 48161 Münster, 02533/935140

Samstag, 25. Juli 2020
 Süd-Apotheke, Hammer Str. 101, 48153 Münster, 0251/7774880
 Kosmas-Apotheke oHG, Clemens-August-Platz 12, 48167 Münster, 0251/615270

Sonntag, 26. Juli 2020
 Markus Apotheke, Windthorststr. 16 + 18, 48143 Münster, 0251/43362
 Coerde-Apotheke, Hamannplatz 11, 48157 Münster, 0251/247171
 Kristiansand Apotheke im Zentrum Kinderhaus, Kristiansandstraße 143 a, 48159 Münster, 0251/92778844

Montag, 27. Juli 2020
 Kronen-Apotheke, Hammer Str. 72, 48153 Münster, 0251/775858
 Hubertus Apotheke Handorf, Handorfer Str. 4, 48157 Münster, 0251/328955

Dienstag, 28. Juli 2020
 Hansa Apotheke, Wolbecker Str. 65, 48155 Münster, 0251/64498
 Kiepenkerl Apotheke Meesenstiege, Meesenstiege 54 a, 48165 Münster, 02501/921577

Mittwoch, 29. Juli 2020
 Viktoria-Apotheke, Warendorfer Str. 154, 48145 Münster, 0251/34449
 Mariannen-Apotheke, Bodelschwingstr. 12, 48165 Münster, 02501/2320

Donnerstag, 30. Juli 2020
 Behring-Apotheke, Grevener Str. 169, 48159 Münster, 0251/278240
 allesgut Apotheke am Kulturbahnhof, Bergiusstr. 1 a, 48165 Münster, 02501-9232876

Freitag, 31. Juli 2020
 Rosen-Apotheke, Marktallee 37, 48165 Münster, 02501/4388

»Mit einer passenden Reiseapotheke geht man auf Nummer sicher.«

Angelika Plassmann, Sprecherin der münsterischen Apothekerschaft



Im Urlaub gehen Familien mit einer gut ausgestatteten Reiseapotheke auf Nummer sicher.

Foto: dpa

Die Reiseapotheke und der Familienurlaub – in Zeiten von Corona

Auch Schutzmasken nicht vergessen

Gute Nachrichten für alle Familien, die in den Sommerurlaub fahren möchten: Immer mehr Länder lockern die Corona-Maßnahmen und öffnen ihre Grenzen für Urlauber. Auch in Deutschland dürfen Hotels und Ferienwohnungen unter bestimmten Auflagen wieder Gäste empfangen. Beim Familienurlaub darf eine Reiseapotheke jedoch nicht fehlen. Und dort hinein gehören angesichts des Corona-Virus noch einige Dinge mehr als in den vergangenen Jahren, um sich und andere auf Reisen zu schützen, sagt Apothekerin Angelika Plassmann, Sprecherin der münsterischen Apothekerschaft.

Familien sollten eine angemessene Menge an Mund-Nasen-Schutzmasken oder sogenannten Alltagsmasken mitnehmen, erläutert Plassmann. Nutzt man Alltagsmasken aus Baumwolle, sollte man sich vorher informieren, ob man sie am Urlaubsort waschen kann. Das sollte bei mindestens 60 Grad geschehen, um anhaftende Viren abzutöten. „Der medizinische Mund-Nasen-Schutz darf hingegen nicht gewaschen werden, sondern wird nach einmaligem Tragen entsorgt.“

Für zwischendurch empfiehlt Plassmann, ein Desinfektionsmittel griffbereit dabei zu haben. Denn nicht immer gibt es auf Reisen die Möglichkeit zum gründli-

chen Händewaschen mit Wasser und Seife. Dabei sollte auf jeden Fall ein Desinfektionsmittel gewählt werden, das auch gegen Corona-Viren hilft. Das ist bei einigen Mitteln aus der Drogerie nicht der Fall. Man sollte auf den Aufdruck „viruzid“ oder „begrenzt viruzid“ achten. In der Apotheke vor Ort wird man hierzu ausführlich beraten und erhält auch ein Desinfektionsmittel, das wirkt.

Für die benötigten Medikamente bietet es sich an, einen kleinen Rucksack oder Kulturbbeutel zu packen. So ist im Notfall alles griffbereit. Nimmt ein Kind dauerhaft Medikamente ein, müssen diese natürlich als erstes Platz finden. „Dabei sollte etwa ein Drittel mehr mitgenommen werden, als das Kind voraussichtlich benötigt“, rät Apothekerin Plassmann dazu, eine Sicherheitsreserve einzuplanen. „Außerdem gehören ein Fieberthermometer sowie Verbandsmaterial und Pflaster in die Reiseapotheke. Medikamente gegen Reiseübelkeit, Durchfall, Fieber und Schmerzen dürfen ebenfalls nicht fehlen.“ Plassmann empfiehlt zudem Augen- und Ohrentropfen, die entzündungshemmend wirken, und natürlich Sonnenschutz mit hohem Lichtschutzfaktor, denn die Haut von Kindern ist empfindlicher als die von Erwachsenen. „Babys und Kleinkinder bis zu einem Jahr sollten überhaupt nicht der Sonne ausgesetzt werden“, betont Plassmann. In vielen Regionen ist außerdem ein Schutz gegen Zecken und natürlich gegen lästige Mücken ratsam.

Auch wenn exotische Reiseziele noch nicht wieder angesteuert werden können und Reisende vor allem innerhalb Deutschlands unterwegs sind, lohnt sich eine gut bestückte Reiseapotheke. „In Deutschland gibt es zwar ein flächendeckendes Apothekennetz. Dennoch gibt es Situationen, in denen es unangenehm sein kann, wenn man ein benötigtes Medikament nicht dabei hat – zum Beispiel, wenn ein Familienmitglied auf einer Wanderung in den Bergen Durchfall bekommt.“ Außerdem kann es im Einzelfall passieren, dass ein Arzneimittel in der Apotheke am Urlaubsort nicht vorrätig ist. „Mit einer passenden Reiseapotheke geht man auf Nummer sicher“, so Plassmann.

Vor Reiseantritt hilft die Apotheke vor Ort bei der Zusammenstellung der Reiseapotheke, sagt Angelika Plassmann. Denn diese richtet sich auch nach dem Alter des Kindes. Sonne und Wärme schaden vielen Medikamenten, deshalb sollte die Reiseapotheke trocken und kühl gelagert werden – bei einer Autofahrt am besten unter einem der Sitze. Mit diesen Tipps sind Familien für kleine Notfälle im Urlaub gerüstet. Plassmann ergänzt jedoch: „Natürlich kann man nicht auf jeden Krankheitsfall vorbereitet sein. Im Zweifel wird die Apotheke vor Ort auch einen Arztbesuch empfehlen.“



„Vor Reiseantritt hilft die Apotheke vor Ort bei der Zusammenstellung der Reiseapotheke“, weiß Angelika Plassmann.

Foto: AKWL



#unverzichtbar
 Modernste Logistik & optimale Prozesse.

„Schneller als im Netz. Wie machen die das bloß?“

EINFACH UNVERZICHTBAR.

Meine Apotheken in Münster.

www.einfach-unverzichtbar.de