

HALLO

TELGTE · WESTBEVERN ·  
RAESTRUP · EVERSWINKEL ·  
ALVERSKIRCHEN ·  
OSTBEVERN

Jeden Samstag · kostenlos  
Samstag, 29. August 2020  
Ausgabe 35/2020 · Verteilte Auflage: 13 610

Spannende Action

Nach seiner Enttarnung hat der namenlose Ex-CIA-Agent nur ein Ziel vor den Augen: Er soll die Menschheit retten. | Kino

In Speichernöten?

Wer mit seinem Mobiltelefon in Speichernöten steckt, kann auf externe Speichermöglichkeiten zurückgreifen. | Menschen & Medien

Klein und rein

In Stücke geschnitten ist die Weißwurst ein Bestandteil unseres Rezepts der Woche. |Essen & Trinken

Kurznotiert

Übungsleiter werden ohne Kosten

Kreis Warendorf. Der Kreissportbund Warendorf will seine Mitgliedsvereine unterstützen, indem er die Ausbildungskosten zum Erwerb des Übungsleiterscheins übernimmt. Jugendliche zwischen 16 und 21 Jahren, die einem Verein im Kreissportbund Warendorf angehören, können in diesem Jahr kostenfrei an einer Übungsleiterausbildung teilnehmen. Die Kostenübernahme ist auf zwei Interessenten pro Jahr und Sportverein begrenzt. Die Ausbildung beginnt am 26./27. September in Warendorf. Weitere Informationen beim KSB unter ☎ 0 23 82 / 78 18 78.

Fahrradtour durch die Emsauen

Kreis Warendorf. „Die Schätze der Emsauen“ ist eine abwechslungsreiche Fahrradtour mit Udo Wellerdieck, die am Sonntag, 30. August, von Münsterland-Safaris in Kooperation mit der NABU-Naturschutzstation Münsterland angeboten wird. Die Tour startet um 10 Uhr an der Pleistermühle, Pleistermühlenweg 196 in Münster. Sie dauert bis etwa 18.30 Uhr. Für die Teilnahme muss man sich anmelden bei Udo Wellerdieck: ☎ 02 51 / 39 50 79 28 oder ☎ 01 51 / 51 56 36 38 und udo.wellerdieck@gmx.de.

Sonntagstour der Radwanderer

TELGTE. Die TV-Friesen-Radwanderer treffen sich zur nächsten Sonntagstour am morgigen Sonntag (30. August) um 10 Uhr bei Opel Dartmann. Gäste sind willkommen.

„Kreisläufer Challenge“

Einfach laufen

Foto: Archiv

Es zählen alle Aktivitäten zu Fuß: So lauten die Merkmale der „Kreisläufer-Challenge“ 2020, die der Warendorfer Laufbegeisterte Julian Tatje ins Leben gerufen hat.

Kreis Warendorf. Der Start ist am 1. November (Sonntag), das Ende ist für den 8. Februar 2021 (Montag) geplant. Der erste Anmeldeschluss ist für den 30. September (Mittwoch) vorgesehen. Dieser Wettbewerb ist eine gute Gelegenheit zu testen, wie aktiv man selbst ist, oder um „Starthilfe“ zu einem gesünderen und aktiveren Lebensstil zu schaffen. Die Art der Fortbewegung oder die Geschwindigkeit spielt keine Rolle. Ebenso unerheblich ist es, ob die Kilometer täglich oder „nur“ zwei bis drei Mal pro Woche gesammelt werden. Die Aktion richtet sich in erster Linie an alle Aktiven mit Bezug zum Kreis Warendorf, allerdings sind auch alle anderen Interessierten außerhalb der Kreisgrenzen willkommen. Um sowohl Sportanfänger und „Sportmuffel“, als auch ambitionierte Freizeitsportler und Marathonläufer gleichermaßen zu „fordern“, gibt es verschiedene Stufen, die erreicht werden können: „Bronze“: 248 km pro Tag; 248 km in 100 Tagen. Dies entspricht etwa der Länge der Kreisgrenze des Kreises Warendorf; „Silber“: 6,03 km pro Tag; 42,195 km in 1 Woche (Marathondistanz), 603 km in 100 Tagen und „Gold“: zehn Kilometer am Tag, also 1000 in 100 Tagen. Während der Challenge werden die Kilometer in ein Online-Formular eingetragen, so dass jederzeit ein „Zwischenstand“ in Echtzeit einzusehen sein wird. In der Tabelle kann nicht nur der individuelle Fortschritt oder die Platzierung eingesehen werden, sondern auch, welche der 13 Gemeinden oder Städte des Kreises Warendorf „die Aktivste“ ist. Während der Challenge wird ein T-Shirt sowie zum Ende der Challenge eine Medaille an alle Teilnehmenden unabhängig von ihren Resultaten verteilt. Auch eine Urkunde wird es am Ende zum Download geben. Eine Kontrolle der Kilometer erfolgt nicht, die Eingabe basiert auf Vertrauen. Weitere Informationen unter: [www.laufferlebnisse.de](http://www.laufferlebnisse.de) oder [laufferlebnis@web.de](mailto:laufferlebnis@web.de).

Open-Air-Lesung

Berliner Nachtleben mal anders

Kreis Warendorf. Am heutigen Samstag (29. August) startet das Haus Nottbeck in Oelde-Stromberg sein spätsommerliches Open-Air-Programm mit einer Lesung von Thorsten Nagelschmidt. Der gebürtige Münsterländer liest im Innenhof des Kulturguts aus seinem neuen Roman „Arbeit“. Die Veranstaltung wird vom Autor und Kabarettisten Frank Goosen moderiert und beginnt um 19 Uhr. Bei schlechtem Wetter wird die Veranstaltung unter Berücksichtigung der Hygieneregeln in den Innenraum verlegt. Mit „Arbeit“ legt Nagelschmidt einen exzellent beobachteten Gesellschaftsroman vor. Der Roman zeigt eine Seite des Berliner Nachtlebens, die sich abseits der feierwütigen Studenten und Touristen bewegt. Thorsten Nagelschmidt ist Autor, Musiker und Künstler. Bekannt geworden ist er vor allem als Sänger, Texter und Gitarrist der Band Muff Potter. Sein Kollege Frank Goosen ist als Autor von Romanen, Kurzgeschichten und Kolumnen bekannt. Mehrere seiner Bücher wurden dramatisiert oder verfilmt. Zudem verarbeitet der Bochumer seine Texte zu Soloprogrammen, die er deutschlandweit mit großem Erfolg auf die Bühne bringt. Aufgrund der geltenden Hygiene- und Abstandsregeln inklusive Maskenpflicht (außer am Sitzplatz) ist für die Veranstaltung nur ein begrenztes Kartenkontingent verfügbar. Besucher werden um frühzeitiges Erscheinen gebeten. Einlass ist ab 18 Uhr. Restkarten können beim Kulturgut Haus Nottbeck unter ☎ 0 25 29/94 97 900

Thorsten Nagelschmidt. Foto: Vereim Internet auf [www.kulturgut-nottbeck.de](http://www.kulturgut-nottbeck.de) sowie unter [www.reservix.de](http://www.reservix.de) erworben werden. Weitere Infos (auch zu geltenden Hygienemaßnahmen) ★ [www.kulturgut-nottbeck.de](http://www.kulturgut-nottbeck.de)

WIR BIETEN EHRLICHE & FAIRE PREISE

KEINE SCHEINRABATTE!

HIER KÖNNEN SIE UNSERE KUNDENBEWERTUNGEN ANSEHEN! [WWW.KENNSTDUUEINEN.DE](http://WWW.KENNSTDUUEINEN.DE)

AUFGUND DER HOHEN NACHFRAGE BITTE PLANUNGSTERMIN VEREINBAREN! 02581-9369-0

**Die Küche LUCHTEFELD**  
Die Küche Luchtefeld GmbH & Co. KG  
August-Wessing-Damm 82 - 48231 Warendorf  
[www.die-kueche-luchtefeld.de](http://www.die-kueche-luchtefeld.de)

LyPoTec

Wir sichern und grenzen ab!!

Zaun des Jahres

Sichtschutz mit Glas

Sichtschutz Keramik u. Glas

- Doppelstabmattenzäune
- Toranlagen
- Exklusive Zaunanlagen moderne Schmuckzäune
- Gabionen
- Sichtschutz (WPVC, Glas, Keramik)
- Montage

LyPoTec GmbH · Graf-Zeppelin-Ring 14 · 48346 Ostbevern  
Tel. 025 32 - 9593 66-0 · [info@lypotec.de](mailto:info@lypotec.de) · [www.lypotec.de](http://www.lypotec.de)

MIT UNS SIND SIE IMMER AUF DEM LAUFENDEN!

**AGM** Anzeigenblattgruppe Münsterland  
[www.ag-muensterland.de](http://www.ag-muensterland.de)

Kontakt

Verteilung, Kleinanzeigen  
0 25 04/6 90 23 04

Anzeigen  
0 25 04/73 35-50, -51  
[anzeigen.telgte@ag-muensterland.de](mailto:anzeigen.telgte@ag-muensterland.de)

Redaktion  
[redaktion.telgte@ag-muensterland.de](mailto:redaktion.telgte@ag-muensterland.de)

**AGM** Anzeigenblattgruppe Münsterland  
[www.ag-muensterland.de](http://www.ag-muensterland.de)

Heide „GardenGirls“  
Stück ab € 1.20

Chrysanthemen Busch  
Stück € 6.–

Frische Marktsträuße  
Stück € 8.–

MINI-Alpenveilchen Stück 1.50

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

**GÄRTNEREI KEMKER**  
Hauptstraße 20 · 48351 Everswinkel-Alverskirchen  
[www.gaertnerei-kemker.de](http://www.gaertnerei-kemker.de)

# Rätselspaß

Samstag, 29. August 2020

|                                 |                         |                           |                              |                               |                                      |                            |                                   |                              |                               |                               |                             |                               |                              |                         |                               |                       |                              |                          |                              |                          |                              |                                   |                            |                           |                                |                            |                           |                                |                             |                            |                     |  |
|---------------------------------|-------------------------|---------------------------|------------------------------|-------------------------------|--------------------------------------|----------------------------|-----------------------------------|------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|-----------------------------|-------------------------------|------------------------------|-------------------------|-------------------------------|-----------------------|------------------------------|--------------------------|------------------------------|--------------------------|------------------------------|-----------------------------------|----------------------------|---------------------------|--------------------------------|----------------------------|---------------------------|--------------------------------|-----------------------------|----------------------------|---------------------|--|
| geselliger Sportverein          | Krankheitskeim          | Roman von Colette         | Stadtteil von Hamburg        |                               |                                      | Zaren-erlass               |                                   | dünne äußere Holzschicht     | drei Musizierende             |                               | britisches Parlament        |                               | hohe Spielkarten             | Naumburger Domfigur     | Stadt an der Weichsel (Polen) |                       | tatsächlich                  | Wassertiefemessen        |                              | Verbindungsstift         |                              | verankerte Holzstütze             | Reiter-sitze               |                           | nordisches Götterschlecht      | nicht weniger, sondern ... |                           | Wacholder-schnaps              | Laubbaum                    | offener Herd               |                     |  |
|                                 |                         |                           |                              |                               |                                      |                            |                                   | unerzogenes Kind             |                               |                               |                             |                               |                              |                         |                               |                       | Erfinder der Plakatsäule     |                          |                              |                          |                              |                                   |                            |                           | Notlage                        |                            |                           |                                |                             |                            |                     |  |
| gutgläubig                      |                         |                           | Teil der Karpaten (Hohe ...) |                               |                                      |                            |                                   |                              | willenlos ergeben             |                               | ein Gewürz                  |                               |                              |                         |                               |                       |                              |                          |                              |                          | Irland' in der Landessprache |                                   | fressen (Rotwild)          |                           |                                |                            |                           | Narkosemittel                  |                             | Skat-ausdruck              |                     |  |
|                                 |                         |                           |                              |                               |                                      | Nadelbaum                  |                                   | akademischer Vorlese-raum    |                               |                               |                             |                               |                              |                         |                               | wenn, dann            |                              | würdigen, auszeichnen    |                              |                          |                              |                                   |                            |                           | Garnstücke                     |                            | englisches Flächenmaß     |                                |                             |                            |                     |  |
|                                 |                         |                           | ätzende Flüssigkeit          |                               | Wortteil: Tausend                    |                            |                                   |                              |                               | Lebensbund                    |                             |                               | span. Appetithäppchen        |                         | vergreist                     |                       |                              |                          |                              |                          | griech. Göttin des Friedens  |                                   | damals, einstmals          |                           |                                |                            |                           |                                |                             |                            |                     |  |
| legeres Grußwort                |                         | wieder in Ordnung bringen |                              |                               |                                      |                            |                                   |                              |                               |                               | ein Insekt, Zirpe           |                               | Rest beim Kartengeben        |                         |                               |                       |                              |                          | weltumfassend                |                          | rund, zirka                  |                                   |                            |                           | Mutter der Nibelungenkönige    |                            |                           |                                |                             | nicht kaputt               |                     |  |
| griechischer Buchstabe          |                         |                           | Fluss durch Gerona (Span.)   |                               |                                      |                            |                                   | ebenso                       |                               | österr.: Anbau                |                             |                               |                              |                         | ge-normte Größe               |                       | Vogelkleid                   |                          |                              |                          |                              |                                   |                            |                           |                                | Wut-anfall (ugs.)          |                           | engl. Fürwort: es              |                             |                            |                     |  |
|                                 |                         |                           |                              |                               | Schulleiter                          |                            | Trennungsstrich                   |                              |                               |                               |                             |                               | Benzin-sorte                 |                         | träge                         |                       |                              |                          | Elfenkönig                   |                          |                              |                                   | rotes Wurzelgemüse         |                           | innere Teile der Steinfrüchte  |                            |                           |                                | Planier-raupen              |                            |                     |  |
| Wahlzettelbehälter (Mz.)        | Stadtteil von Berlin    | Hauptstadt von Algerien   |                              | bußfertig                     |                                      |                            |                                   |                              | Comic-Figur (Hund)            |                               | französischer Kaiser † 1821 |                               | deutsche TV-Anstalt (Abk.)   |                         |                               |                       | indischer Herrschertitel     |                          | aufhören                     |                          | Dehnung von Vokalen          |                                   | früher als                 |                           |                                |                            |                           |                                | Meeres-säugetier            |                            |                     |  |
| Stift zum Hervorheben           |                         |                           |                              |                               | Ocean's ...', Kinofilm mit Brad Pitt |                            | an einem anderen Ort              |                              | ein Kind schaukeln            |                               | ge-körntes Stärkemehl       |                               |                              |                         |                               | Münz-silber-legierung | Klettertrieb                 |                          |                              |                          |                              |                                   |                            |                           | Eilbote                        |                            |                           |                                |                             |                            |                     |  |
|                                 |                         |                           |                              |                               |                                      |                            |                                   | US-Schriftsteller † 1849     |                               |                               |                             | Vorname von US-Filmstar Moore |                              | unwichtig               |                               |                       |                              |                          | Staat in Südwestafrika       |                          | nicht leer                   |                                   | Kapitalmittel              |                           | Abwasser-schleuse              |                            |                           |                                |                             |                            |                     |  |
| italienisch: Sonne              |                         |                           | Hülle für Brillen            |                               |                                      |                            |                                   |                              |                               |                               |                             |                               |                              |                         |                               |                       |                              |                          |                              |                          |                              |                                   |                            |                           |                                |                            |                           |                                |                             | Aufsicht                   |                     |  |
| Naturwissenschaftler (Mz.)      |                         |                           |                              |                               |                                      |                            |                                   | ein Moham-medaner            |                               | mit dieser Sache              |                             |                               |                              | Tochter des Zeus        |                               | necken                |                              | Vorname des Autors Ibsen |                              | Speisefische             |                              |                                   | Zuruf an Zugtiere: Halt!   |                           |                                |                            | obere Mauer-leiste        |                                | Gattin des Ägir             |                            |                     |  |
|                                 |                         |                           |                              |                               |                                      | Hotel-dienier              |                                   | Ball-sport-duell             |                               |                               |                             |                               |                              |                         |                               |                       |                              |                          |                              |                          |                              |                                   |                            | Wasser-sportart           |                                | Impfstoffe                 |                           |                                |                             |                            |                     |  |
| Korsett                         |                         | Sumpf, Schlamm            |                              | US-Soul-Sänger, ... Sledge    |                                      |                            |                                   |                              |                               | weibliches Raub-tier          |                             | jeder ohne Aus-nahme          |                              |                         |                               |                       | englisch, französisch: Alter |                          |                              |                          |                              | Kinderbau-stein                   |                            | Bil-dungs-veran-staltung  |                                |                            |                           | Teil der Bibel (Abk.)          |                             |                            |                     |  |
| schöner Jüngling (griech. Sage) | Ermahnung               | Kurort in Südtirol        |                              |                               |                                      |                            |                                   | Körperbau-spezialist         |                               | Behälter für organischen Müll |                             |                               |                              |                         |                               |                       |                              | jüd. Priester in Babylon |                              | gegerbte Tierhaut        |                              |                                   |                            |                           |                                | Verlockung                 |                           | Teil der Bibel (Abk.)          | erster Ton der Ton-leiter   | höfliche Anrede in England |                     |  |
|                                 |                         |                           |                              |                               |                                      | französischer Maler † 1919 |                                   | Hand-arbeits-stoff           |                               |                               |                             | Stammvater                    |                              | Rufname der Hay-worth † |                               |                       | Fußball-straßstoß (Kw.)      |                          |                              |                          | ein Auto steuern             |                                   | stehende Gewässer          |                           |                                |                            | Ausruf der Überraschung   |                                |                             |                            |                     |  |
| Satz von zehn Stück             |                         | zwei-mastiges Segelboot   |                              | Putz-mittel                   |                                      |                            | Kfz-Abgas-entgifteter (Kw.)       |                              |                               | Vortrag                       |                             | alter-tümlich                 |                              |                         |                               |                       | Tier des Eis-meeres          |                          | Volkskunde, -musik           |                          |                              |                                   |                            |                           |                                |                            |                           | „Mutter“ in der Kinder-sprache |                             |                            |                     |  |
| wohlauf, fit                    |                         |                           |                              |                               |                                      |                            | römische Mondgöttin               |                              | Abfluss-graben                |                               |                             |                               | Haar-schopf der Pferde       |                         | US-Raum-fahrt-behörde         |                       |                              |                          |                              |                          | Laut, Klang                  |                                   |                            |                           | Frauen-kleidungsstücke         |                            | per-sische Teppich-art    |                                |                             |                            |                     |  |
|                                 |                         |                           |                              |                               | hoher dt. Adelstitel                 |                            | ital. Schau-spielerin (Sophia)    |                              |                               |                               | miet-kaufen                 |                               | römische Göttin d. Wachstums |                         |                               |                       | persönliches Fürwort         |                          | „Bett“ in der Kinder-sprache |                          | Gefühl von Erhabenheit       |                                   |                            |                           |                                |                            |                           | Angeh. einer Welt-religion     |                             | weiblicher Artikel         |                     |  |
| Gleitmittel                     | kleines Holzstäbchen    | festes Einkommen          |                              |                               |                                      |                            |                                   | aufwärts                     |                               | glühendes Vulkan-gestein      |                             |                               |                              | verwirrt                |                               | Laute von Hunden      | Fremd-wortteil: Hundert      |                          |                              |                          |                              |                                   |                            | Rad-wett-kampf            |                                | eine Kleider-länge         |                           |                                |                             |                            |                     |  |
| Scheren der Schafe              |                         |                           |                              |                               |                                      | Fahne                      |                                   | stark wün-schen              |                               |                               |                             |                               |                              |                         |                               |                       |                              |                          |                              |                          | Groß-stadt in Indien         |                                   | norwegische Haupt-stadt    |                           |                                |                            | also dann (ugs.)          |                                |                             |                            |                     |  |
|                                 |                         |                           |                              |                               |                                      | Lokali-sierung             |                                   | ein Ver-kehrs-zeichen        |                               |                               | Zeichen                     |                               | Nachlass-emp-fänger          |                         | ein Haus errichten            |                       |                              |                          |                              |                          |                              |                                   |                            |                           |                                |                            |                           |                                |                             |                            |                     |  |
| Fremd-wortteil: bei, daneben    |                         | „Killer-wal“              |                              |                               |                                      |                            | Papagei Mittel-und Süd-amerikas   |                              |                               |                               | Medizi-ner (Mz.)            | Kindes-kind                   |                              |                         |                               |                       | Fach-be-reichs-leiter        |                          |                              | bedeu-tender Archi-tek-t |                              |                                   |                            |                           |                                |                            |                           |                                |                             |                            |                     |  |
| Geistes-krankheit               |                         |                           |                              |                               |                                      |                            |                                   | eingesetztes Stoffstück      |                               | Blüten-stand                  |                             |                               |                              | Struktur                |                               | deutsche Vorsilbe     |                              |                          |                              |                          |                              | Fluss durch Kufstein (Tirol)      |                            |                           | brasil. Ver-kehrs-sprache      |                            | italie-nisch, span.: Berg | landwirt-schaftliche Arbeit    |                             |                            |                     |  |
|                                 |                         |                           |                              |                               |                                      | kirchl. Hand-wasch-gefaß   |                                   | Nahrung im Mund zer-kleinern |                               |                               |                             | Kellner (franz.)              |                              | Hoch-gebirgs-weide      |                               |                       |                              | luftiges Oberteil        |                              |                          |                              | deutscher Musiker, ... Kah        |                            | Sport-mann-schaften       |                                |                            |                           |                                |                             |                            |                     |  |
| gleichmäßig eben                | Über-nach-tungs-stätten | Wind-bluse mit Kapuze     |                              | organische Existenz           |                                      |                            |                                   |                              |                               | Stockwerke                    |                             | ge-zuckert                    |                              |                         |                               |                       |                              |                          | kaufm.: heute                |                          | „graue Stadt am Meer“        |                                   |                            |                           |                                |                            |                           | englische Graf-schaft          |                             |                            |                     |  |
| Flugzeug-halle                  |                         |                           |                              |                               |                                      |                            | süd-amerikanisches Krokodil       |                              | Vorname des US-Dichters Pound |                               |                             |                               | US-Militär-sender (Abk.)     |                         | ein Grund-stoff               |                       | Zeit-angabe                  |                          |                              |                          |                              |                                   |                            |                           | frecher Junge                  |                            | Substanz der Gene (engl.) |                                |                             |                            |                     |  |
|                                 |                         |                           |                              | Antrag                        |                                      | erstel-gen, er-klimmen     |                                   |                              |                               |                               |                             |                               |                              | kleine Sunda-insel      |                               | Anstand               |                              |                          |                              |                          | Balkan-bewoh-nerin           |                                   | frömm-lerisch              |                           |                                |                            |                           |                                |                             |                            |                     |  |
| erstes Videospiel (Tennis)      |                         |                           | US-Sängerin, Lady ...        |                               |                                      |                            | kanad. Sängerin, Carly ... Jepsen |                              |                               |                               | Gewalt-herr-scher           |                               | Land-wirt                    |                         |                               |                       |                              |                          |                              | Beglau-bigung            |                              | kleinste Teile der Wortbe-deutung |                            |                           |                                | Flächen-maß der Schweiz    |                           |                                | Ab-scheu-gefühl             |                            |                     |  |
| Aben-teuer                      |                         |                           |                              |                               |                                      |                            |                                   | Fahrrad (engl.)              |                               | euro-päischer Strom           |                             |                               |                              |                         |                               | Büro (engl.)          |                              | liberal                  |                              |                          |                              |                                   |                            |                           |                                |                            | maß-regeln, rügen         |                                | griechi-sche Unheils-göttin |                            |                     |  |
| Fang-seil                       |                         |                           |                              |                               |                                      | nicht für, gegen           |                                   | Anrufen Gottes               |                               |                               |                             |                               | große Dumm-heit              |                         | Wasser-stelle in der Wüste    |                       |                              |                          | Gewohn-heit                  |                          |                              |                                   |                            | Kunst-stil der 20er (Kw.) |                                | wert-volle Holzart         |                           |                                |                             |                            |                     |  |
|                                 |                         |                           |                              |                               |                                      | drittes kath. Tages-gebet  |                                   | Schorn-stein                 |                               |                               |                             | Kupfer-lasur                  |                              | Wirkung                 |                               |                       |                              |                          |                              |                          | ölig                         |                                   | längere Diskus-sion        |                           |                                |                            |                           |                                |                             |                            |                     |  |
| germa-nische Sagen-gestalt      | ohne Sinn               | bereits                   |                              |                               |                                      |                            |                                   | kartha-gischer Heer-führer   |                               | Compu-ter-Pro-gramme          |                             |                               | US-Football-Liga (Abk.)      |                         |                               |                       | römi-sches Gewand            |                          | ab-schlie-ßend               |                          |                              |                                   |                            |                           |                                |                            | Auf-rührer                |                                | spani-scher Artikel         |                            |                     |  |
| kaum flüssig                    |                         |                           |                              |                               |                                      | Hauptstadt von Texas       |                                   | Wärme-spender                |                               |                               |                             |                               | Trag-prosten, Strebe         |                         | gewollte Hand-lungen          |                       |                              |                          |                              |                          |                              |                                   | Vorname des Autors Zweig † |                           | Vorname von US-Filmstar Gibson |                            |                           |                                | Stachel-tier                | Fremd-wortteil: drei       |                     |  |
| Speise-gaststätte               |                         | spani-sche Anrede (Frau)  |                              | ein Werk Heines (.... Troll!) |                                      |                            |                                   | un-modern (engl.)            |                               |                               | italie-nischer Sänger (Al)  |                               | Segel-eine                   |                         |                               |                       |                              |                          | Arbeits-nieder-legung        |                          | künst-licher Erd-trabant     |                                   |                            |                           |                                |                            |                           |                                |                             |                            |                     |  |
|                                 |                         |                           |                              |                               |                                      |                            |                                   |                              |                               | indische Anrede               |                             | rote Rübe (land-schaftl.)     |                              |                         |                               |                       | Hoch-moor-pflanze            |                          | immer (veraltet)             |                          |                              |                                   |                            |                           | Bank-ansturm                   |                            |                           | erlernte Tätigkeit             |                             |                            |                     |  |
| ein Haut-aus-schlag             |                         |                           | eine Groß-macht (Abk.)       |                               |                                      |                            | eine Lama-art                     |                              | höchster Berg Ägyptens        |                               |                             |                               | US-Schau-spieler (de ...)    |                         | winziges Teilchen             |                       |                              |                          |                              |                          |                              |                                   |                            |                           |                                | flieder-farben             |                           | in der Nähe von                |                             |                            |                     |  |
|                                 |                         |                           |                              |                               |                                      | Jazzstil (heiß)            |                                   | See-räuber                   |                               |                               |                             | Strom-eintritts-punkt         |                              | Figur bei Jules Verne   |                               |                       |                              |                          | Bos-heit                     |                          |                              |                                   | kraft, mittels             |                           | Qualitäts-stufe (engl.)        |                            |                           |                                |                             |                            | US-TV-Sender (Abk.) |  |
| körper-eigener Wirk-stoff       |                         |                           |                              | nach unten                    |                                      |                            |                                   |                              | Initialen Freuds              |                               | Möbel-glanz-mittel          |                               |                              |                         |                               |                       | chem. Zeichen für Tantal     | franzö-sisch, span.: in  |                              | „Dach der Welt“          |                              |                                   |                            |                           |                                |                            | Initialen der Paltrow     |                                | ein Umlaut                  |                            |                     |  |
|                                 |                         |                           |                              |                               |                                      |                            |                                   |                              |                               |                               |                             | metall-haltiges Gestein       |                              |                         |                               | steil hochgehen       |                              |                          |                              |                          |                              |                                   |                            |                           | tropische Baum-eidechse        |                            |                           |                                |                             |                            |                     |  |
| edles Flor-gewebe               |                         |                           |                              |                               |                                      | Rasen-sport-utensil        |                                   |                              |                               |                               |                             |                               | ein Fracht-schiff            |                         |                               |                       |                              |                          |                              |                          |                              |                                   | Süß-wasser-fisch           |                           |                                |                            |                           |                                |                             |                            |                     |  |

raetselstunde.com

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

## Kurznotiert

### Neustart für den Kaffee-Talk

**TELGTE.** Was hat die Corona-Pandemie mit der Welt gemacht, und wie groß sind bislang die Schäden? Gibt es im nächsten Jahr die dringend notwendige Impfung? Gelingt es den Amerikanern, in zwei Monaten Donald Trump aus dem Amt zu wählen, um damit eine weitere Katastrophe für die Welt zu verhindern? Das sind die Fragen, mit denen sich der politische Kaffee-Talk erstmals nach der sechsmonatigen Corona-Pause beschäftigen wird. Moderator Josef Henkel lädt am Mittwoch (2. September) um 16.30 Uhr ins Markt-Café ein. Für den notwendigen Sicherheitsabstand wird gesorgt.

### Saisonende bei Krinkrentnern

**WESTBEVERN.** Das „Abgrillen zum Saisonende“ findet für die Krinkrentner am Dienstag (1. September) an den Krinkhütte statt, teile Abteilungsleiter Gunther Thiem mit. Die Zusammenkunft beginnt um 16.30 Uhr. Die Ausgabe der Grillspezialitäten werde separat auf einzelne Teller erfolgen, heißt es in der Mitteilung. Zur Einhaltung der Abstände werden noch weitere Sitzgelegenheiten herangeschafft.

### Versammlung des Stadtsportbundes

**TELGTE.** Die diesjährige Jahreshauptversammlung des Stadtsportverbandes Telgte findet am Donnerstag (17. September) um 19 Uhr in der Gaststätte Mittendrin, Steinstraße 26, statt. Unter anderem stehen Vorstandswahlen auf der Tagesordnung. Als neues Mitglied soll der Reit- und Fahrverein „Gustav Rau“ Westbevern aufgenommen werden.

Rechtlich ist eine solche Veranstaltung zulässig

## Kirmes in Corona-Zeiten?

**TELGTE.** Kontroverse Diskussionen löst im Netz eine Ankündigung aus, dass in Corona-Zeiten vom 4. bis zum 7. September und vom 11. bis zum 14. September auf den Busparkplatz eine Kirmes stattfinden soll. Noch sei nichts in trockenen Tüchern. Noch sei nichts unterschrieben, sagte Thomas Riddermann, Fachbereichsleiter Sicherheit und Ordnung im Telgter Rathaus in den vergangenen Tagen. Er bestätigte aber, dass es zwischen dem Schaustellerverband Münsterland, der für gewöhnlich auch die Kirmes beim Mariä-Geburts-Markt veranstaltet, und der Stadt Gespräche darüber gegeben habe, an den beiden Wochenenden, einen vorübergehenden Freizeitpark mit einem Zaun drum-



herum einzurichten. „Nach der aktuellen Corona-Schutzverordnung wäre das zuläs-



So voll wie auf diesem Archivbild wird es auf der Kirmes, wenn sie überhaupt an den ersten beiden September-Wochenenden stattfindet, keinesfalls werden. Die Besucherzahl müsste in jedem Fall beschränkt werden. Foto: Archiv

sig“, erklärte Riddermann. Von Seiten der Stadt sieht Thomas Riddermann derzeit keinen Grund, die Kirmes abzulehnen. Allerdings habe der Veranstalter zuletzt nichts von sich hören lassen. Ein notwendiges Sicherheitskonzept liege nicht vor. Gleiches gelte für die Baugenehmigung, die wegen des zu errich-

tenden Zauns beim Kreis Warendorf beantragt werden muss. Diese solle kommen, so Riddermann, stehe aber noch aus. Der Ordnungsamtsleiter hat wiederholt versucht den Veranstalter zu erreichen. Was ihm nicht gelungen ist. „Wenn er sich nicht meldet, dann wird auch nichts stattfinden“, so Riddermann.

„Wenn die Rahmenbedingungen stimmen, werden wir ihn allerdings auch unterstützen.“ Dazu gehört für ihn zwingend eine beschränkte Zahl von Personen, die auf das Kirmes-Gelände gelassen werden. Wie viele Karussells und Fahrgeschäfte wirklich auf dem Busparkplatz geplant

sind, darüber liegen Thomas Riddermann keine näheren Informationen vor.

Vom Schaustellerverband Münsterland war bis zum Redaktionsschluss keine Stellungnahme zu bekommen -stk-

Weite Wege für Landwirte

## Emsbrücke bleibt weiter dicht

**TELGTE.** Die Emsbrücke am Haus Langen ist für Fahrzeuge gesperrt. Das sorgt bei einigen Landwirten für Probleme, denn wollen sie ihre Flächen erreichen, müssen sie teils weite Umwege in Kauf nehmen, weil sie die Brücke nicht nutzen können. Bürgermeister Wolfgang Pieper erklärte auf Anfrage von Josef Strotmeier (CDU) im Haupt- und Wirtschaftsförderungsausschuss der Stadt, dass die Verwaltung in dieser Angelegenheit mit den Landwirten im

Austausch sei. Nach Lösungsmöglichkeiten werde gesucht.

Über einen Brückenneubau werde derzeit aber nicht nachgedacht, erklärte Christian Korte, Fachbereichsleiter Bauwesen – schon angesichts der Haushaltslage. Er erklärte, dass es unumgänglich gewesen sei, das 30 Jahre alte Bauwerk ganz zu sperren. Nur Fahrzeuge mit bis zu sechs Tonnen hätten zuvor passieren dürfen. „Wenn aber mit Güllefässern darüber gefah-



Für Autos, Lkw und Traktoren ist die Emsbrücke am Haus Langen gesperrt.

Foto: Stefan Flockert

ren wird, dann ist man deutlich über sechs Tonnen“, so Korte. „Man nennt das Gefahr in Verzug. Wir mussten Konsequenzen ziehen.“ Gerade nach dem Absturz des Brückenteils in Vadrup sei man besonders vorsichtig geworden.

Zunächst war die Brücke mit Freiburger Kegeln gesperrt worden. Diese seien, so der Bauamtsleiter, einfach beiseite geschoben worden, um wieder hinüberfahren zu können. Deshalb musste die Stadt nun zu Pollern greifen. So ist die Brücke nur noch für

Fußgänger und Radfahrer zu nutzen.

Neue Bohlen sollen an einigen Stellen noch die in die Jahre gekommenen ersetzen, weil eine Überfahrt derzeit doch etwas holprig ist. -stk-

## 120 000 Euro für eine Zisterne

**WESTBEVERN.** Die Baugenehmigung für den Anbau eines Mehrzweckraumes für die Zweigstelle der Kita „Sternzelt“ an der ehemaligen Schule in Vadrup liegt seit einigen Wochen vor. Doch die Freude wird durch eine Brandschutzaufgabe getrübt, die der Kreis Warendorf der Stadt auferlegt hat. Im Be-

reich der Kita muss für eine ausreichende Löschwasserversorgung gesorgt werden. Der Kreis hat in diesem Bereich Mängel ausgemacht. Die Stadt hatte gehofft, das Problem durch eine sogenannte „Löschkuh“, einen Tanklaster, lösen zu können. Doch darauf hat sich der Kreis nur bis zum 31. Dezember ein-

gelassen. Bis dahin muss eine andere Lösung her.

Entschieden wurde, eine 100 Kubikmeter oder 100 000 Liter Wasser fassende Zisterne auf einer der Stadt gehörenden Streuobstwiese in der Erde zu versenken. Rund 120 000 Euro kostet das die Stadt und damit den Steuerzahler zusätzlich.

**THIEMANN'S RASENHOF**

**Telefon: 0 25 35/93 18 65**  
West II Nr. 3 · 48324 Sendenhorst-Albersloh  
jochen@thiemann-rollrasen.de · www.thiemann-rollrasen.de

**Rollrasen aus eigener Produktion**

- Rollrasen ist sofort grün
- Rollrasen ist dicht und frei von Dauerkräutern
- Rollrasen ist leicht zu verlegen
- Rollrasen ist sofort begehbar und nach ca. vier Wochen voll belastbar
- Rollrasen kann ganzjährig verlegt werden (außer bei Frost)



Der Anbau für die Zweigstelle der Kita „Sternzelt“ darf errichtet werden, Bedarf gibt es noch in Sachen Brandschutz. Foto: -stk-

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

Jeden Tag besonders – einfach ALDI.

**UNNEWEHR**  
SEIT 1907

**WIR SIND BEIM CARAVAN-SALON**  
04.09. – 13.09.2020 DÜSSELDORF, HALLE 10

**NOCH 200 WOHNMOBILE VERFÜGBAR IN 2020!**

JÜRGEN MICHALIK 0176 - 429 742 40  
FRANK BUTTGEREIT 0177 - 440 55 25

**UNNEMEHR AUF UNNEWEHR.COM**

## Retter der Menschheit



Foto: Warner Bros./dpa

„Tenet“: Spezialauftrag für John David Washington

„Tenet“  
Actionthriller

**FAZIT:** ★★★★★  
Ein CIA-Agent (John David Washington) wird nach einem Einsatz bei einem Terroranschlag auf die Kiewer Oper enttarnt und überwältigt. Damit hat er einen ultimativen Test bestanden und dadurch Zugang zu einer supergeheimen Organisation gewonnen, die versucht den Dritten Weltkrieg zu verhindern.

Es geht, so heißt es irgendwann in der ersten halben Stunde, ums „Überleben Aller“ in diesem zu jeder Minute beeindruckenden, herausfordernden und durchaus anstrengenden Kunstwerk von einem Film. Das Überleben der Menschheit, es liegt in der Hand des jungen US-Schauspielers John David Washington. Der Sohn von Denzel Washington spielt im Film einen namenlosen Agenten („der Protagonist“). Es geht in „Tenet“ aber auch, und das macht ihn so

spannend und herausfordernd, um Fragen wie diese: Wie kann es sein, dass jemand bei einer Benzinexplosion keine Verbrennungen, sondern eine Unterkühlung davonträgt? Paradoxien wie diese sind es, die „Tenet“ ausmachen.

An einem Schießstand etwa muss der Protagonist, der sich anfänglich bei einem Terrorangriff auf die Kiewer Oper als tougher Agent hat bewähren können, lernen, dass Kugeln keineswegs immer nur in eine Richtung fliegen, sondern sich auch gern mal

**Wie kaum ein anderes großes Werk in diesem außergewöhnlichen Kino-Sommer wurde er erwartet, jetzt startet „Tenet“ in den Kinos.**

ihren Weg zurückbahnen in den Pistolenlauf. „Mich überrascht nichts mehr!“, heißt es irgendwann aus dem Mund der Hauptfigur. Die ist bei ihrem Kampf für die Menschheit allerdings nicht ganz allein: Als eine Art Nebenheld wird ihr Robert Pattinson (die „Twilight“-Saga) an die Seite gestellt.

Ganze 150 Minuten muss man schließlich warten, bis man erfährt, ob es den „Helden“ gelingt, das „Überleben Aller“ zu gewährleisten, ob sie die Welt, wie wir sie kennen, tatsächlich vorm Unter-

gang retten können – eine klitzekleine, Greta Thunberg vielleicht erfreuende, Klimawandelanspielung gestattet sich Regisseur Christopher Nolans zum Finale hin auch noch.

Schon vor zehn Jahren hat Mastermind Nolan („The Dark Knight“) mit seinem, von Traumebene zu Traumebene hüpfenden (und mit Leonardo DiCaprio besetzten) Rätselwerk „Inception“ manch Gehirnareal verknotet. Diesmal ist es ganz ähnlich. (dpa)

## Und sonst noch?

### Zeitreise für den Nachwuchs

**ANIMATION.** „Ice Age“ war so erfolgreich, dass bisher vier weitere Filme der Reihe folgten. Nun will ein neues Kinowerk an diese Idee anknüpfen: „Die Boonies - Eine bärenstarke Zeitreise“. Darin landen ein Holzfäller und zwei Bärenbrüder mit der Hilfe eines magischen Schmetterlings in der Steinzeit und stehen plötzlich einer Mammutherde gegenüber. Die neue Welt scheint so manche Gefahren zu bergen, doch dann bietet eine kleine, ziemlich selbstbewusste Wolfsdame ihre Hilfe an.

**FAZIT:** ★★★★★

### TV-Show entscheidet über Leben und Tod

**DRAMA.** Ein Polizeiauto bringt die junge Maryam zum Fernsehstudio. Sie soll ihren Ehemann im Affekt getötet haben – und nun in einer TV-Sendung um Vergebung bitten, damit sie der Todesstrafe entgeht. Die Geschichte ist angelehnt an eine echte Fernsehshow. Im Film können die Zuschauer per SMS abstimmen, ob Maryam verziehen werden soll. Das letzte Wort hat aber Mona, die Tochter des Opfers.

**FAZIT:** ★★★★★

## DIE NEUEN STARKEN SEITEN DER STADT

# 3 HEFTE LESEN – NUR 2 BEZAHLEN



3 HEFTE NUR  
**7€**

### DAS NEUE MÜNSTER! MAGAZIN

- jetzt mit deutlich mehr Umfang
- und frischem Ton und Themenmix



## MÜNSTER! JETZT TESTEN

muenster-magazin.com/abo Telefon 0251 690-4000 abo@muenster-magazin.com



## Youngtimer-Kauftipps

# Erst Schnäppchen, dann Klassiker?

Der andere wünscht sich vielleicht das Auto seiner Kindheit zurück. Oder der Youngtimer ist Mittel zum Zweck, um günstig von A nach B zu kommen. Manche Modelle haben zudem das Potenzial zum Klassiker. Doch worauf sollte man beim Kauf achten?

„Zunächst einmal gilt für den Youngtimer dasselbe wie für den Oldtimer“, sagt Carsten Kürten. „Das bessere Auto ist immer auch der bessere Kauf.“ Ein Audi TT der ersten Baureihe habe beispielsweise Potenzial.

Ein Auto aus rheinländischem Erstbesitz sei einem sogar besser ausgestatten Exemplar aus Oberbayern vorzuziehen. Warum? Weil das Fahrzeug aus Bayern vermutlich in jedem Winter mit viel Salz in Berührung gekommen ist. Im Zweifel lieber etwas mehr Geld investieren, rät

Kürten, der sich mit seinem Kölner Unternehmen auf die Restaurierung britischer Luxus-Oldtimer spezialisiert hat.

Marcel Mühlich pflichtet ihm bei. „Wer glaubt, er könne mal eben im Vorbeigehen ein Schnäppchen machen und brauche später an der einen oder anderen Stelle bloß ein wenig Rost entfernen, dem droht häufig ein böses Erwachen“, warnt der Experte für Verkehrssicherheit und Technik beim Auto Club Europa (ACE).

Sobald es um Karosseriearbeiten geht, stiegen die Kosten schnell ins Unbezahlbare. „Ein wirklich gutes Auto, möglichst rostfrei, ohne Undichtigkeiten und ohne Wartungsstau sei deshalb immer die bessere Wahl“, sagt Mühlich.

Eine weitere Youngtimer-Grundregel: „Natürlich ist erst einmal das Auto das richtige, das mich jedes Mal lä-

**Sich für einen Youngtimer zu entscheiden, kann verschiedene Gründe haben. Die eine Gruppe möchte ein Auto, das für sie als Neuwagen unerschwinglich war.**

cheln lässt, wenn ich es sehe. Und wenn das einem Golf II mit vier Türen und 60 PS, aber ohne Sonderausstattung gelingt, dann ist das eben meine Definition von automobil Glückseligkeit“, sagt Kürten.

Beide Experten betonen, dass verschiedene Karosserie- und Ausstattungsvarianten sowie Motorisierungen derselben Baureihe unterschiedliches Potenzial haben können. „Kauft man heute ein Coupé oder ein Cabrio sowie eine Limousine der Mercedes Baureihe W 124, dann gebe ich Brief und Siegel, dass die Chancen, Gewinn abzuwerfen, für das Coupé/Cabrio deutlich höher sind“, so Kürten.

„Die Ausführung mit dem größeren Motor oder der vielleicht bei dem entsprechenden Modell noch selten verbauten Klimaanlage, ist immer der bessere Kauf“ ergänzt Mühlich.

Echte Klassiker-Chancen

traut Kürten zum Beispiel dem Mercedes 500 E der W 124-Baureihe zu. „Beim 500 E handelt es sich nur auf den ersten Blick um eine weitere durchschnittliche Limousine dieser Baureihe. Tatsächlich verfügt das Auto über einen V8-Leichtmetallmotor, der 326 PS leistet und wurde nicht bei Mercedes, sondern nahezu komplett bei Porsche montiert“, erklärt er.

Und wie sieht es mit Exoten aus, etwa dem zwischen 2001 und 2003 gebauten Renault Avantage? Während Kürten bei dem französischen Kombicoupé „technische und konstruktionsbedingte Mängel“ und eine „mehr als schwierige Ersatzteilversorgung“ moniert, mag ACE-Mann Mühlich auch solchen Außenseitern zumindest eine Chance geben. „Wer sich für ein solches Auto interessiert, dem rate ich dringend, sich an einen Fanklub zu wenden, wie er für sehr viele Auto exis-

tiert, und vielleicht sogar dort Mitglied zu werden.“

Unterm Strich taugt ein Youngtimer weniger als ernsthafte Geldanlage. Käufer tun sich einen größeren Gefallen, wenn bei ihnen der Spaß im Vordergrund steht. „Dass ein Youngtimer im Laufe der Jahre im Wert steigt, ist zwar nicht ausgeschlossen; viele vergessen aber, dass auch regelmäßige Kosten anfallen“, so Kürten – etwa für einen schützenden Garagenstellplatz. (dpa)

## Kurznotiert

### Den sichersten Weg einüben

Der kürzeste Schulweg ist nicht immer der beste. Eltern sollten mit ihren Kindern vor dem Schulanfang den sichersten Weg einüben – ob direkt zur Schule oder zur Haltestelle. Sicher ist ein Weg, wenn schwierige, stark befahrene Straßen und Kreuzungen sowie unübersichtliche Abschnitte umgangen werden, erklärt der Auto Club Europa (ACE). (dpa)

### Bei Regen runter vom Gas

Tempo runter und reichlich Abstand halten, so lautet die erste Regel bei nasser Fahrbahn. Denn der Bremsweg ist dann teils doppelt so lang wie sonst, warnt der TÜV Thüringen. Bei sehr starkem Regen sollte das Abblendlicht eingeschaltet werden, das eigentlich für Dämmerung und Dunkelheit gedacht ist. Denn wer mit Tagfahrlicht in der Lichtautomatikstellung unterwegs ist, fährt sonst eventuell ohne zugeschaltete Schlusslichter – und ist dadurch selbst schlecht zu sehen. (dpa)

### Das Verletzungsrisiko verringern

Herumfliegende Gegenstände können bei einem Unfall zu einer großen Verletzungsgefahr für Insassen eines Wohnmobils werden. Das zeigt ein ein Crash-Test des ADAC. Daher raten die Experten, Gegenstände im Wohnmobil sicher zu verstauen und in obere Schränke etwa nur leichte Gegenstände zu packen. Schwere Lasten gehören in den abgetrennten Kofferraum. Diese Sachen am besten nach unten legen und zusätzlich mit einem Spanngurt sichern. Insbesondere die Küchenschränke sollte man zusätzlich sichern und fest mit dem Fahrgestell verbinden. (dpa)

## Nostalgie zum Mieten

Ein Oldtimer zu besitzen, kostet Zeit und Geld. Wer dennoch ein paar Runden mit seinem Lieblingsklassiker fahren will, findet in historischen Mietautos eine Alternative. Am besten schauen sich Interessierte nach Oldtimer-Vermietern vor Ort um. „Bundesweit gibt es keinen Anbieter mit eigener Flotte, dafür viele interessante lokale Anbieter“, sagt Frank B. Meyer, Chefredakteur bei der Zeitschrift „Auto Bild Klassik“. Es gibt Plattformen, die als Vermittler im ganzen Bundesgebiet auftreten – etwa Snappcar oder Oldtimerzentrale. Dort können Sie direkt mit dem Vermieter Kontakt aufnehmen und die Oldtimer mieten. (dpa)

**Ohrensessel und Esstischsofas**  
das neue Sitzen am Tisch

*made in germany*

[www.esstischsofa.eu](http://www.esstischsofa.eu)

In verschiedenen Breiten und als Ecksofa erhältlich.

**Sensá**  
So wohnt das Leben

[www.ohrensessel.eu](http://www.ohrensessel.eu)

Ob klassisch-traditionell oder elegant-modern, in unseren Sitzmöbeln sitzen Sie bequem und komfortabel. Stoffe nach Wahl.

Viele verschiedene Modelle - wie wir sie polstern entscheiden Sie!

**WK** Sensá Einrichtungen und Stoff-Outlet **NEU** Harkortstr. 5  
48163 Münster | direkt an der B51 | 0251/975 000  
Mo - Fr 10 - 18 | Sa 10 - 17 Uhr  
[www.esstischsofa.eu](http://www.esstischsofa.eu) | [www.ohrensessel.eu](http://www.ohrensessel.eu)  
[www.sensa-ausstellungstuecke.eu](http://www.sensa-ausstellungstuecke.eu)

**BW** handmade with passion

**WIEDEREINSTIEG IN DEN PFLEGEBERUF**

Wir begleiten ausgebildete Pflegekräfte mit theoretischer und praktischer Anleitung beim beruflichen Wiedereinstieg, z. B. nach mehrjähriger Elternzeit.

**Ihr Wiedereinstieg ist in Münster, Hiltrup oder Telgte möglich – Sie wählen Ihren Einsatzort!**

**Gemeinsame Informationsveranstaltung:**  
**Mi., 2.9.2020, 18.30 Uhr**  
**Marienhaus, St. Franziskus-Hospital, St. Mauritz-Freiheit 48**

Alle Interessierten sind herzlich eingeladen.  
Um unverbindliche Anmeldung unter 0251 935-3999 wird gebeten.

**ST. FRANZISKUS-HOSPITAL MÜNSTER**  
**HERZ-JESU-KRANKENHAUS MÜNSTER-HILTRUP**  
**KLINIK MARIA FRIEDEN TELGTE**

Einrichtungen der St. Franziskus-Stiftung Münster

## Wok einmal anders

# Keine Gotteslästerung

Rezept der Woche  
Bayern-Wok

**Kein Bock auf einen Asia-Wok? Wie wäre es dann mal mit einer bayerischen Variante? In der sich Weißwurst, Nürnberger Rostbratwürste, Sauerkraut, Leberkäse und Schupfnudeln tummeln?**

Für kulinarisch sehr konservative Bayern natürlich fast schon Gotteslästerung – für alle anderen, die dieses Gericht nachkochen, ein absoluter Gaumenschmaus.

Generell ist das „Woken“ eine schnelle und schonende Zubereitungsart. Öl oder Fett wird stark erhitzt und in wenigen Minuten ist das Gericht fertig. Das stetige Umrühren sollte man aber nicht vergessen, sonst schaut's schnell schwarz aus – und zwar im wörtlichen Sinn.

Zur Zubereitung:

★ Leberkäse in mundgerechte Stücke und falls gewünscht ebenso Würste in Stücke schneiden (die Weißwurst natürlich von der Haut befreien).

★ Zwiebeln und Essiggurken klein schneiden sowie Knoblauch fein hacken.

★ Radieschen in Scheiben und Winterhecke in Ringe schneiden.

★ Nun zuerst Griebenschmalz im Wok erhitzen.

★ Anschließend Weißwürste, Bratwürste und Leberkäse bis zur gewünschten Bräunung anbraten.

★ Zwiebeln und Knoblauch zugeben und ebenfalls anbraten.

★ Nun noch Sauerkraut und Schupfnudeln sowie gemahlenen Kümmel und süßen Senf unterrühren.

★ Alle Zutaten noch etwa fünf Minuten unter Schwen-

ken und Rühren erhitzen.

★ Zum Schluss mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit Radieschen und Winterhecke garnieren. (Rezept: [www.die-frau-am-grill.de](http://www.die-frau-am-grill.de))



### Einkauf

#### Zutaten für zwei Portionen

- ★ 2 Weißwürste
- ★ 200 g Leberkäse
- ★ 4 Nürnberger Rostbratwürste
- ★ 3 EL Sonnenblumenöl
- ★ 4 Essiggurken
- ★ 1 große Zwiebel
- ★ 2 Knoblauchzehen
- ★ 200 g Schupfnudeln
- ★ 200 g Sauerkraut
- ★ 5 Radieschen
- ★ 3 Stangen Winterhecke (alternativ Frühlingszwiebel)
- ★ 4 EL süßer Senf
- ★ 1 TL gemahlener Kümmel
- ★ Salz und Pfeffer

Foto: Matthias Würfl

# Lokal werben!

## Weil jeder Einzelne den Einzelhandel jetzt braucht.

Sie wollen für Ihr Geschäft trotz Corona-Beschränkungen neue Kunden gewinnen? Wir unterstützen Sie dabei, in der weltweiten Krise neue Chancen vor Ort zu nutzen. Informieren Sie sich jetzt!

NEU  
START  
2020

Unsere  
Impulse für  
Einzelhandel  
und Gewerbe

Tel. 0251 690 99 60 60  
[www.aschendorff-medien.de](http://www.aschendorff-medien.de)

**Aschendorff**  
Medien

## Ganz fix zubereitet

Eiskaffee ist im Sommer immer eine gute Idee. Wer etwas vorarbeitet, kann ihn auch ganz fix zubereiten. Dazu friert man fertigen Kaffee in Eiswürfelbehälter ein und gießt die gefrorenen Kaffee-Würfel dann nur noch mit Milch auf, erklärt das Bundeszentrum für Ernährung.

Was die Auswahl des Kaffees anbelangt, funktioniert das Ganze sowohl mit Filterkaffee, als auch mit Instantkaffee oder einem doppelten Espresso. Pro Glas braucht man etwa 200 Milliliter des Getränks.

Wer es süßer mag, püriert die Kaffee-Eiswürfel zusätzlich mit Bananenstücken, Kokosmilch und etwas Kakao-pulver im Mixer. Das Ganze kann man dann mit weiteren Kaffee-Eiswürfeln im Glas servieren. (dpa)

## Für Bücherwürmer

### Enthüllung: „Zu viel und nie genug“

Mary L. Trump, Nichte des US-Präsidenten und promovierte klinische Psychologin, enthüllt die dunkle Seite der Familie Trump. Einen Großteil ihrer Kindheit verbrachte sie im Hause ihrer Großeltern in New York, wo auch Donald und seine vier Geschwister aufwuchsen. Mary L. Trump schildert, wie Donald Trump in einer Atmosphäre heranwuchs, die ihn für sein Leben zeichnete und den derzeit noch amtierenden US-Präsidenten letztlich zu einer Bedrohung für das Wohlergehen und die Sicherheit der ganzen Welt machte.



Heyne, 288 Seiten  
22 Euro

FAZIT: ★★★★★

## Für Couchpotatoes

### „Gone Girl – Das perfekte Opfer“

An ihrem fünften Hochzeitstag meldet Barbesitzer Nick Dunne (Ben Affleck) seine Frau Amy (Rosamund Pike) als vermisst. Blutspuren im Haus könnten darauf hinweisen, dass Amy entführt wurde. Gemeinsam mit Amys Eltern alarmiert Nick die Öffentlichkeit, doch seine Frau bleibt verschwunden. Erst als Amys Tagebuch auftaucht, bröckelt das Bild von Nick als treu sorgender, verzweifelter Gatte... Der hintergründig-elegante Thriller entwickelt sich bald zu einer Gesellschaftssatire, die mit Wahrheit und Lüge, öffentlicher Meinung und Vorurteilen spielt.



Thriller, USA 2014  
mit Ben Affleck  
heute, 20.15 Uhr, Pro Sieben

FAZIT: ★★★★★

Wenn der Handyspeicher überquillt

## Stichwort lautet „extern“

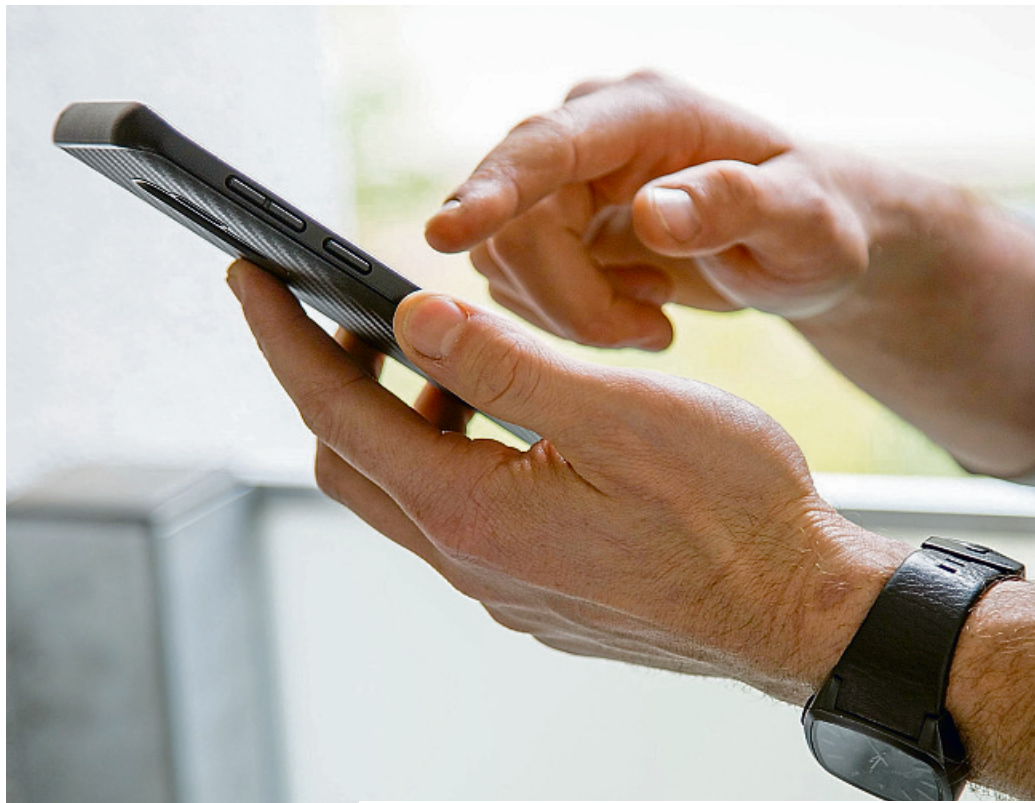
**Viele Smartphones bieten heute gar keinen Slot für Speicherkarten mehr. Und wenn einer vorhanden ist, konkurriert er oft mit einer zweiten SIM-Karte.**

Wenn der Speicher des Mobiltelefons voll ist, dann heißt es: zusätzlicher Speicher oder zweite SIM, beides gleichzeitig geht aber nicht. Doch wer mit seinem Mobiltelefon in Speichernöten steckt, hat immer noch die Möglichkeit, auf externen Speicher zurückzugreifen berichtet das Telekommunikationsportal „Tel-tarif.de“.

Extern bedeutet zum einen: Speicher, der in Form von Festplatten, SSDs sowie Speicherkartensticks oder -lesegeräten an die Micro-USB-, USB-C- oder Lightning-Buchse des Smartphones angeschlossen wird.

Gegebenenfalls braucht man noch einen Adapter – wenn sich ein Speicher, den man bereits besitzt, nicht direkt ans Smartphone anschließen lässt. Der angeschlossene Speicher erscheint dann in der Dateimanager-App meist als „External Storage“.

Extern kann aber auch bedeuten: Online-Speicherplatz, also in der Cloud. Diese Lösung ist in den meisten Fällen praktischer, weil Smartphones mit angesteckten Speichermedien unhandlich und praktisch nicht transportabel sind. Ausnahmen stellen Zwischenlösungen wie WLAN-



Speicher voll und kein Steckplatz für Speicherkarten? Kein Problem. Es gibt Alternativen. Foto: dpa

Festplatten oder WLAN-Speicherkartenleser dar.

Onlinespeicher ist in begrenztem Umfang bei fast allen Smartphone- oder E-Mail-Accounts dabei. Mehr Speicherplatz lässt sich meist problemlos kostenpflichtig dazu buchen. Es gibt aber auch zahllose reine Onlinespeicher-Dienste.

Wem Datenschutz beson-

ders wichtig ist, sollte auf einen Anbieter mit Serverstandort in Deutschland achten – oder sich selbst einen Onlinespeicher auf einem eigenen oder gemieteten Server beziehungsweise Web-space einrichten.

Dazu eignen sich insbesondere die quelloffenen und kostenlosen Filehosting-Software-Lösungen Owncloud

oder Nextcloud. Der eigene Onlinespeicher ist dann über Anwendungen für alle wichtigen Betriebssysteme problemlos erreichbar. (dpa)

Kein Verständnis für Gegner der Corona-Maßnahmen

## „Maske auf und durch“

Der Rockmusiker Udo Lindenberg hat kein Verständnis für Gegner der Corona-Maßnahmen. „Wir brauchen die kollektive Mega-Power, also: Maske auf und mit panischer Konsequenz da durch!“, sagte Lindenberg der Deutschen Presse-Agentur dpa in Hamburg.

„Wenn die hirntoten Risikopiloten durch die Aerosole zischen, wird es ganz viele noch erwischen“, kritisierte er etwa Maskenverweigerer. „Nur wenn wir alle cool bleiben und uns an die Regeln halten, können wir das Ding unter Kontrolle kriegen.“

Wer den Schutz gegen die Ausbreitung des Coronavirus ignoriere, gefährde nicht nur andere Menschen, „sondern bedroht auch die möglichst schnelle Rückkehr unserer geilen, breit aufgestellten Kulturszene in Deutschland“, sagte der 74 Jahre alte Musiker. Die Live-Branche bewege sich wegen der Pandemie am Abgrund, viele ihrer Unternehmen und Mitarbeiter hätten gewaltige Probleme. „Die großen Shows in den Stadien und Arenen können aber erst wieder steigen, wenn wir clean sind.“

Auch Lindenberg musste eine Tour absagen und plant nun Konzerte für 2021. Ausstellungen seiner Malerei soll es dann ebenfalls geben.

Die coronabedingte Verlangsamung der vergangenen Monate fand Lindenberg einerseits interessant: „Das Hamsterrad wird angehalten und du triffst dich selber, so intensiv wie vielleicht noch nie.“ Andererseits fehlten



Udo Lindenberg findet deutliche Worte für die Gegner der Corona-Maßnahmen. Foto: Axel Heimken

ihm die Bühnen-Action, Adrenalin und Lampenfieber – „diese panischen Familienfeste“ in den Hallen und Stadien. „Ohne das fühlt sich das

Leben oft an wie nach ‚ner Narkosespritze. Ich bin ein Speed-Mann und brauche die Live-Shows, sie sind für mich Eldorado und Elixier.“ (dpa)

**NEU  
START  
2020**

**Jetzt kostenlosen  
Beratungstermin  
vereinbaren.**

Infos unter  
0251 690 99 60 60



**Aschendorff  
Medien**

[www.aschendorff-medien.de](http://www.aschendorff-medien.de)

SEPTEMBER-HEFT

**AB DIENSTAG  
IM HANDEL**



**Naschen in der Natur  
PICK-DIP-GLÜCK**

**Wochenmarktliebe  
REIBEKUCHEN GENIUS**

**Als Münster modern wurde  
100 JAHRE  
HARALD DEILMANN**

**... und viele andere  
starke Seiten der Stadt!**

**FÜR 4,90 €/HEFT**

**MÜNSTER!**  
**DIE STARKEN  
SEITEN DER  
STADT**

MIT MÜNSTER URBAN



oder direkt  
**ABONNIEREN FÜR NUR 3,50 €/HEFT**  
[muenster-magazin.com/abo](http://muenster-magazin.com/abo)  
Telefon 0251 690-4000  
[abo@muenster-magazin.com](mailto:abo@muenster-magazin.com)

# Kleinanzeigenmarkt

Samstag, 29. August 2020

## Stellenangebote



**Gunnemann GmbH**

Erd- und Kulturbau

Wir brauchen Verstärkung und suchen (möglichst zu sofort)

### Fachwerker in der Gewässerunterhaltung (m/w/d)

#### Ihr Profil:

- Abgeschlossene Berufsausbildung (in der Landwirtschaft oder Landmaschinenmechaniker)
- Erfahrung mit Ausleger, Führen von Baggern, Motorsäge, Freischneider
- Führerscheinklasse B, BE, T
- Anpassungsfähigkeit, Leidenschaft für die Natur, Loyalität, Flexibilität

#### Wir bieten:

- Ein unbefristetes Arbeitsverhältnis
- Leistungsgerechte Bezahlung
- Selbstständiges Arbeiten
- Saisonale Abwechslung
- Kostenlose Arbeitskleidung nach der Probezeit

Wir freuen uns auf Ihren Kontakt!

Senden Sie Ihre Bewerbung bitte per Post oder per E-Mail an:

**Gunnemann GmbH - Herrn Norbert Gunnemann**  
Gildestraße 16 · 48317 Drensteinfurt · Telefon 025 08 - 392  
info@gunnemann-gmbh.de · www.gunnemann-gmbh.de

Die **ASCHENDORFF LOGISTIK** sucht einen zuverlässigen und freundlichen **MITARBEITER (m/w/d)** ab 18 Jahren für die Betreuung unserer Gratszeitungszusteller im Bereich **TELTGE, OSTBEVERN** und **EVERSWINKEL** auf Minijob-Basis.

**Ihre Tätigkeiten:**

- Übernahme von Einstellungsgesprächen
- Personaleinsatzplanung
- Ansprechpartner für unsere Zusteller am Verteiltag
- Reklamationsbearbeitung
- Kontrolle unserer Abladestellen

**Eckdaten:**

- Minijob mit rund 9-Wochenarbeitsstunden
- Kernarbeitszeit: samstags von 13.00–17.00 Uhr, restliche Stunden unter der Woche flexibel einteilbar
- mit eigenem PKW

Wir freuen uns auf Sie!

Stichwort: ZGM Gratiszeitung Telgte, Ostbevern und Everswinkel

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

## Wir suchen

### Zusteller (m/w/d)

ab 18 Jahren für die Zustellung der Tageszeitung und von Briefen nachts oder in den frühen Morgenstunden von Montag bis Samstag in

- ASCHEBERG** (Tageszeitung und Briefe, auf Minijob-Basis)
- EVERSWINKEL** (nur Tageszeitung, Teilzeit- oder Minijob-Basis)
- AHLEN, VORHELM und DOLBERG** (nur Tageszeitung, Teilzeit- oder Minijob-Basis)

Tel.: (02 51) 690-664 · zeitungsbtenbewerbung@aschendorff.de  
www.dienachtlichter.de

**H. GAUTZSCH**  
Spedition und Logistik

Wir suchen zum nächstmöglichen Zeitpunkt für den Standort Münster eine/einen

### Disponenten (m/w/d)

Wir erwarten: Abgeschlossene Ausbildung als Kaufmann (m/w/d) für Spedition und Logistikdienstleistungen, Teamgeist und Loyalität, zielorientierte und eigenständige Arbeitsweise, sicherer Umgang mit MS-Office Applikationen, (WinSped, LIS wünschenswert), gute Kommunikations- und Kooperationsfähigkeit sowie Verhandlungsgeschick und Überzeugungskraft.

Sofern wir Ihr Interesse geweckt haben,

schicken Sie Ihre vollständigen Bewerbungsunterlagen bitte an:

**H. Gautzsch Spedition und Logistik GmbH & Co. KG**  
Steinbrede 25 | 48163 Münster | Tel. 025 36 34 64 28-6413  
www.gautzsch-spedition.de | mareike.bonesso@gautzsch.de

**H. GAUTZSCH**  
Spedition und Logistik

Wir suchen zum nächstmöglichen Zeitpunkt für unseren Standort Münster eine/einen

### Kauffrau in Teilzeit (m/w/d) (20 Stunden, Zeiteinteilung flexibel)

Zu Ihren Aufgaben zählen: Unterstützung in der Abrechnung, Palettenbearbeitung. Kenntnisse im Speditions- und Logistikdienstleistungsgewerbe wären daher von Vorteil. Wir bieten Ihnen die Gelegenheit, sich in einem wachsenden Unternehmen und einem eingespielten Organisationsumfeld zu entwickeln.

Sofern wir Ihr Interesse geweckt haben,

schicken Sie Ihre vollständigen Bewerbungsunterlagen bitte an:

**H. Gautzsch Spedition und Logistik GmbH & Co. KG**  
Steinbrede 25 | 48163 Münster | Tel. 025 36 34 64 28-6413  
www.gautzsch-spedition.de | mareike.bonesso@gautzsch.de

## Für unsere Wohngruppe in Ascheberg suchen wir:



### Eine Hauswirtschaftskraft

in Krankheitsvertretung, 19,5 Std, inkl. Reinigung, ggf. spätere Übernahme, hauswirtschaftliche Qualifikation erforderlich

Details: [www.jugendhilfe-werne.de/stellenangebote](http://www.jugendhilfe-werne.de/stellenangebote)  
Bewerbung als PDF an: [Isabella.Rohde](mailto:Isabella.Rohde@jugendhilfe-werne.de),  
personal@jugendhilfe-werne.de, 02389 5270-139

Das **Backhaus Frede** braucht Verstärkung. Für unsere Filiale in Wolbeck suchen wir eine Bäckerfachverkäuferin (m/w/d) in Vol- und Teilzeit. ☎ 02506/3029961.

**Suche Bürokraft** (m/w/d) mit Englischkenntnissen, stundenweise für einen Oldtimer-Teilehandel auf 450 €-Basis. ☎ 02599/92210 info@oldtimerteile.net

**Leichte Tätigkeit** von Zuhause, hoher Verdienst, Haupt- und Nebenberuflich möglich. Infos unter ☎ 0176/23346738

**Wir suchen** 1x wöchentl., ca 3 Std. eine Reinigungskraft in Altenberge, ☎ 02505 / 947000.

**Haushaltsh.** 1 x/Wo. in Drensteinfurt ges; Übernahme Fahrtk. Bus/Bahn n.A.. Bei Interesse bitte per whats-App melden unter: 0176-21624462. od. Mail an: freundliche.haushaltshilfe@netter.chef.de Wir freuen uns auf Sie :)

**Greven, Reinigungskraft** für priv. Haushalt gesucht, 14-tägiger Rhythmus, Anmeldung als Minijob zwingend, Arbeitsweg wird mit Stundenlohn vergütet. ☎ 0178-5288245

**Suche eine Unterstützung** im Haushalt, Ca. 3 Stunden an einem Werktag je Woche. Gievenbeck. ☎ 01575/8037440

## Mechaniker, Tischler & Produktionshelfer (m/w/d)

Bewerbung an:  
Herrn Markus Schultewolter  
m.schultewolter@noltewerk.de

Experte für  
• Fördertechnik  
• Elastomertechnik  
• Kunststofftechnik

• Voll- oder Teilzeit  
• Quereinsteiger oder  
Fachkraft

• Selbstständig & im Team  
• Leistungsbereitschaft  
• Motivation  
• Persönliche Entwicklungsmöglichkeiten

• Branchenfremd oder  
Spezialist  
• Handwerklich geschickt

• Familienunternehmen  
• Weiterbildungsmöglichkeiten  
• Abwechslungsreiche Tätigkeiten  
• Interessantes Aufgabengebiet

**noltewerk**  
by your side - at any time

**H. GAUTZSCH**  
Spedition und Logistik

Wir suchen am Standort Münster in **Vollzeit** oder **sehr gerne auch Aushilfen** für Samstags

### LKW-Mechaniker (m/w/d)

mit Ausbildung für Nutzfahrzeuge, Land- oder Baumaschinen

Weitere Infos unter:  
**www.gautzsch-spedition.de**  
Tel. 025 36/3464286413  
mareike.bonesso@gautzsch.de

Für unseren langjährigen Kunden aus der Reisemobile Fertigung LMC Caravan in Sassenberg suchen wir langfristig Prokuktionsmitarbeiter (m/w/d) für die Fertigung von Wohnwagen. Vergütung nach IGZ/DCB-Tarif EG 4 13,13 € /Std. + Branchenzuschläge (nach 6 Wochen 15.10 €/Std. - nach 3 Monaten 15.76 €/Std. - ab dem 6. Monat 17.07 €/Std. - ab dem 8. Monat 17.45 €/Std. - nach 15 Monaten 21.66 €/Std.) Zur weiteren Information, rufen Sie uns gern an. pd Personaldienst in Münster GmbH Zweigstelle Warendorf, Von-Ketteler-Str. 17, 48231 Warendorf, ☎ 02581/7894510 oder kontaktieren Sie uns per E-Mail: bewerbung-wa@personaldienst.de

**HALLO BLICK PUNKT**

Für die Samstagsverteilung suchen wir

### Zusteller (m/w/d)

ab 13 Jahren aus **TELTGE, EINEN, EVERSINKEL, WARENDORF, SASSENBERG** und **MÜSSINGEN**. Wir freuen uns auf Sie.

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

**Gartenhaus-Monteur** wochentags flexibel auf 450 € Basis gesucht. Holzhauszentrum Bert Huster, B64, Warendorf. Bewerbungen unter ☎ 02581/3253 oder info@bert-huster.de

**Suche Putzfrau**, 5 Std./Wo., Raum Ascheberg, ☎ 0176/23495737

**Reinigungskraft (m/w/d)** für Praxis und Privathaushalt in Rinkerode gesucht. 8 Std/Woche 450 €/Monat. Wir bieten eine langfristige Beschäftigung und 4 Wochen bezahlten Urlaub pro Jahr. Zuverlässigkeit und Fachkenntnisse werden vorausgesetzt. Bewerbungen bitte per E-Mail an: info@praxis-graue-kollegen.de Rückfragen telefonisch unter: 02538/9151877

**Wir suchen** für unsere Spielothek in Telgte Mitarbeiter in Teilzeit bzw. Aushilfen (m/w/d) ☎ 0176/22824925 o. 02504/4426.

## Stellengesuche

**Liebevolle Altenpflegehelfer**in mit viel Erfahrung sucht seriöse Anstellung als 24 Std Senioren Betreuerin und Haushaltshilfe. ☎ 0157/77655386.

**Erfahrener Maler** sucht Arbeit, ☎ 0163/6248398

**Gärtner sucht Arbeit:** Hochdruckreinigung, Heckenschnitt, Rodungen usw. ☎ 0179/2675397 oder Whatsapp



## Mazda

Oldtimer, Mazda 323, 30 Jahre alt, 74tkm, guter Zustand, Automatik, grün-metallic, Preis VS, ☎ 0176/51839266.

## Sonstige Fahrzeuge

**Achtung!** Suche für Export: PKW, LKW, Busse, Geländewagen aller Art, in jedem Zustand - alles anbieten! Auch Unfallhöhe KM/ Mängel, Motor-/Getriebeschaden. Zahle Spitzenpreise in bar. Sofortige Abholung u. Abmeldung garantiert & #9742; 0172/4685933.

## Motorräder

Bin 15j. und habe Vorliebe für alte Mopeds. Wer hat noch zufällig einen in der Scheune stehen. ☎ 01525-5304979

**Peugeot Risbee**, matt grau., 4 J., VB 500 €. ☎ 02571/97761

## Reisemobile/Wohnwagen

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

## Kfz-Zubehör

## Reifen/Felgen

4 WR Michelin 185/60R15, 7 mm, auf Stahlfelge mit Radkappen. VB 100 €, ☎ 02571/5602827.

KEGEL KLUB RABAUKE LIT FASS MISERE RITATRA RASTRAGON AAESENSSU ARGLOS NHOERSAAL T EHREN H ACRE HEI N N K I LOEHE KSEN I L T F RUEHER G S A N I E R E N A T A L O N R E T W A U T E S E T A T E R R Z U B A U B G E F I E D E R N H I T U R N E N F D I V I S P F A U L E R L D E K E R N E U U R E U I G K N A P O L E O N E B E V O R T L M A R K E R T S A G O A R D B E N E D E N L W A L S O L E K W O A N D E R S M M R A N K E T K L O A K A G E T U I P O E M B A N A L T G E F U E L L T B I O L O G I E O D A M I T J A A L E B R R Z W M I E D E R G E S P I E L L H A E N S E L N I S E R A T R V P E R C Y M A L L E A G E D O S E M I N A R O M E R A N H B I O T O N N E O L E D E R M A N T O R I O N G A I D A A H N R E L F E R G A S T U U R R E I N I G E R E R I E S A G F G S E E N U P S D E K A D E K A T R A N T I K R F O L K L O R E M I R G E S U N D T R I N N E T N A S A T O N E M I R F E T T O L O R E N Z M A J A H R N N B I S M R S S F I X U M D L A V A I R R R S T O L Z M P S C H U R N B E G E H R E N W H E K T O U M I D I E P H E B A K E M A L H B A U E N O S L O I E E O R C A A R A S E N K E L I B A U M E I S T E R I R R S I N N G A E H R E L N A C H I N N L J G L A T T I N N K A U E N B A L P E T O P I N T E A M S U U L E B E N R E G E S U E S T P H U S U M O A H A N G A R I E Z R A F N T D A T U M P D N A P O N G V K L E T T E R N B M O R A L B B I G O T T O T O G A G A R A E C B A U E R T S E M E A R E E R L E B I S G D O N A U T T O L E R A N T S E E L A S S O M B E T E N L O A S E A R T G B T E A K A S K U K A M I N S E I N F L U S S B D E B A T T E S C H O N K I A P P S N F L T F I N A L D E L Z A E H N H E I Z O F E N I T A T E N D M E L W X X A T T A O U T L S C H O T S A T E L L I R E S T A U R A N T R B E E T E G S T E T R U N G R C E U S A N S I N A I U P A R T I K E L T B E I A K N E U T P I R A T N E M O A R G F L E V E L L O H I N A B H P O L I T U R E E P A M I R R C H O R M O N K A S I N O E R Z S T E I G E N L E G U A N S A M T G O L F B A L L O E L T A N K E R K A R P F E N

HOLZFASS

## GENIESSEN SIE MIT UNS DEN SOMMER!



**AGM** Anzeigenblattgruppe Münsterland  
www.ag-muensterland.de

## Verkauf Häuser

**Bungalow im Grünen** in Gescher zu verkaufen, Wfl. 212 m² + Souter-rain ca. 100 m², Sauna, Grd. 4.013 m², Energetisch saniert im Jahr 2012, neue Heizung 2015, Lage stadtnah, im Grünen, Nähe Freibad, 950.000 €. ☎ 0171/3580601

## Verkauf Wohnungen

**Albersloh**, vor den Toren von Münster, 1 ETW, ca. 98 m² im DG, mit Loggia, Blick ins Grüne, günstig auch als Kapitalanlage, barrierefrei, Aufzug, PKW-Stellplatz, EnEV 2016 (KfW 55) ☎ 0176-58886395 email: buero@ngip.de

## Gewerbliche Objekte Ankauf

**Familie sucht Kotten**, MS/Nottuln, mit Möglichkeit zur Haltung von 3 Pferden, solvent u. flexibel. ☎ 0176-61097971

## Wohnungen Vermietung

**Ahlener Norden**, DG-Whg., I. OG, im 2 FH, 2 ZKB, Loggia, ca. 68 m², Keller, Pkw-Stellplatz, ruh. Wohnlage, sep. Wasser- u. Gasuhr, V: 109 kWh/(m²a), Gas, KM 430 € + NK, ab 01.11.20 zu vermieten. ☎ 0151/57658225.

**Herbern-Ortsmitte**, Wohnung 95 m² im 2 FH, ruhige Lage, Fußbodenheizung, mit gr. Balkon, 3 ZKB, Keller und Stellplatz, KM 495 €, 180 € NK + Strom, zum 01.10. ☎ 02599/740081.

**MS/Gremmendorf**, schöne 2 Zi-Whg., in ruh. Lage, 57 m², Wohnzi., Schlafzi., Küche, Bad + Balk. + Garagenplatz, ab 01.11.20, KM 480 € + NK 170 €. ☎ 02534/2797

**WAF, Zumlohrstr. 6**, ab 01.11.20, 3 ZKB, ca. 109 m², DG m. Balkon, EnEV-Bedarfsausweis Bj. 1993, Heizung: Erdgas, 103,2 kWh (m²-a), KM 700 € + BK. HGV ☎ 02581/3339 ab Mo. 09.00 Uhr.

**Ahlen, Beckumer Str.**, renovierte Wohnung zu vermieten, 72 qm, 3 ZKB, 2. OG, Balkon, Etagenheizung, keine Haustiere, ☎ 0176/55317180.

**Nordwalde**, Neubauwohnung, 3 Zi., ca. 78 m², EG, Terrasse, Garten, Gasheizung, Gasheizung, Miete 630 € + NK 130 €, ☎ 02573/958685.

**Warendorf, 2 Zi-Whg.**, Terrasse, ca. 75 m², gehobene Ausstatt., 01.11.20 o. früher an Einzelperson zu verm. KM 580 € + NK. ☎ 0170/1841562.

**Havixbeck:** Freundl. helles Zimmer, teilmöbl. zum 01.10.20 an Student/in zu verm. ☎ 0176/96 48 89 55

**Nienberge, Stud.-App.** ab 01.10. zu verm., ca. 20 m² EA vorh., WM 355 €, 1 MM Kaution, ☎ 0172/5676324

## Wohnungen Mietgesuch

**3 od. 4 ZKB**, Balk. oder Terrasse in MS gesucht. Ich bin 60 J., NR und seit 33 J. im IT-Bereich tätig. Kontakt unter Tel. 0172/5 34 90 48

## Zimmer Mietgesuch

**Zimmer in Wohngemeinschaft** von Mann 51 J., ledig, im Raum WAF/Telgte/ Münster gesucht. ☎ 01577/3926757.

## Garagen

**Garage zum Kauf** (3 m x 6 m) Am Burloh 81, 48159 Münster, Preis 25.000 €. Kontakt E-Mail: lena33os@yahoo.de

**Ascheberg, Suche Garage** im Ort, eventuell Strom wäre schön, ☎ 0176/84852049.

**Garage, Gievenbeck-Zentrum** zu verkaufen, 20.000 €, ☎ 0157 / 56299055.

## Horoskop vom 31. 08. 2020 bis 06. 09. 2020

### WIDDER (21.03.-20.04.)

Nur wenn Sie um etwas Bestimmtes kämpfen, wird man Ihnen abnehmen, dass Sie es ernst meinen! Nur mit Worten werden Sie Ihr Umfeld nicht überzeugen können, deshalb sollten Sie ganz schnell die Taktik ändern und die Fakten eine eigene Sprache sprechen lassen. Verzagen Sie auch nicht, wenn etwas schief gehen sollte, denn gerade aus den Fehlern kann man immer wieder etwas Neues lernen.

### STIER (21.04.-20.05.)

Glauben Sie mehr an das, was Sie schaffen können und schauen nicht zu sehr darauf, was in Ihrem Umfeld alles erreicht wird. So könnten Sie Ihrem eigenen Tandrang im Wege stehen und dabei auch gewisse Chancen aus den Augen verlieren, die Ihnen angeboten werden. Überwinden Sie die eigenen Unsicherheiten, indem Sie mehr an sich arbeiten und damit Ihr Selbstbewusstsein stärken. Weiter so!

### ZWILLINGE (21.05.-21.06.)

Der Boden der Tatsachen kann zwar oftmals hart und unnachgiebig sein, ist aber immer noch besser, als ein Luftschloss, das bald zerplatzen könnte. Setzen Sie sich also nicht selbst immer wieder unter Druck, indem Sie Dinge in Angriff nehmen, die sich zwar gut anhören, aber nicht mit eigener Kraft erfüllt werden können. Zeigen Sie, was Sie leisten können und sind dabei zufrieden mit sich und dem Erfolg!

### KREBS (22.06.-22.07.)

Das bisherige Verhalten passt nicht zu Ihrem wahren Naturell, deshalb sollten Sie diese Rolle bald ablegen und sich wieder mehr der Realität widmen. Dabei dürfte Ihnen auch bewusst werden, dass sich bestimmte Dinge nur ändern lassen, wenn man auch wirklich dahinter steht. Wachen Sie also auf aus Ihren Träumen und schauen, was sich aus dem augenblicklichen Zustand alles machen lässt. Nur Mut!

### LÖWE (23.07.-23.08.)

Nach außen hin geben Sie sich äußerst beherrscht, aber in Ihrem Innersten sieht es etwas anders aus. Doch diesen Eindruck wollen Sie für sich behalten, auch, um einer anderen Person keine zusätzlichen Sorgen zu bereiten. Diese „Rolle“ werden Sie aber nicht mehr lange spielen können, denn man wird Fragen stellen, auf die Sie eine Antwort finden müssen. Seien Sie vor allem ehrlich zu sich selbst!

### JUNGFRAU (24.08.-23.09.)

Sie haben bisher eine Menge erreicht, doch jetzt plagt Sie die Angst vor weiteren Verlusten. Bleiben Sie gelassen, auch wenn Sie diese Phase etwas beunruhigt, denn nur dann werden Sie auch weiter die richtigen Entscheidungen treffen können. Solange Sie den Boden der Realität nicht zu früh verlassen, wird Ihnen auch nichts und niemand in die Quere kommen. Zeigen Sie Ihre starke Seite und kämpfen!

### WAAGE (24.09.-23.10.)

Auch wenn Sie sich innerlich nicht sicher sind, nach außen vermitteln Sie den Eindruck einer mutigen Person, die genau weiß, was sie machen wird. Ihre aufrichtige Art öffnet Ihnen endlich die Türen, an die Sie schon häufiger angeklopft hatten, ohne damit Erfolg zu haben. Nutzen Sie also die Chance, die sich Ihnen jetzt bietet, denn nur damit können Sie auch beweisen, wie ernst Sie es wirklich meinen. Nur Mut!

### SKORPION (24.10.-22.11.)

Warum geben Sie sich so kühl, obwohl in Ihnen alles brodelt? Zeigen Sie doch ruhig, was in Ihnen vorgeht, denn dann wird man Ihnen auch das nötige Verständnis entgegenbringen. Werden Sie wieder der Mensch, der offen auf bestimmte Probleme zugegangen ist, obwohl es nicht immer leicht war, denn die Rolle, die Sie bisher gespielt haben, sollte jetzt beendet sein. Zeigen Sie Ihr wahres Gesicht!

### SCHÜTZE (23.11.-21.12.)

Ein unnützer Streit belastet die ganze Geschichte, kann aber auch dazu führen, dass wirklich jeder seine Meinung offen sagen wird. Deshalb sollte auch nicht jedes Wort auf die Goldwaage gelegt werden, denn hier spielen auch eigene Emotionen eine große Rolle. Machen Sie den ersten Schritt, dann haben Sie auch die Gewissheit, dass Sie alles für eine gute Lösung getan haben. Nur weiter so!

### STEINBOCK (22.12.-20.01.)

Auch wenn Sie es nicht erwartet hatten, werden Sie mit diesem Vorschlag voll ins Schwarze treffen und auf viel Begeisterung stoßen. Bei dieser guten Phase sollten Sie sich auch nicht scheuen und weitere Änderungen vorschlagen, die Anlass für neuen Gesprächsstoff bieten. Diese Diskussionen sollten aber sachlich geführt werden, denn für Gefühle ist an dieser Stelle kein Platz. Gemeinsam sind Sie stark!

### WASSERMANN (21.01.-19.02.)

Es kommt immer etwas anders, als man es geplant hatte, doch sollten Sie diese Hindernisse zum Anlass nehmen, um noch weitere Änderungen zu erwägen. Es könnte spannend werden, denn niemand hat mit dieser Entwicklung gerechnet und fast jeder ist voller Erwartung auf den weiteren Verlauf. Die nächsten Turbulenzen könnten dann aber bald eine endgültige Entscheidung bringen!

### FISCHE (20.02.-20.03.)

Versuchen Sie die Realität mit mehr Fantasie aufzulockern, indem Sie Dinge ins Gespräch bringen, die auch Ihr Umfeld zum Umdenken zwingen. Damit bekommen Sie auch endlich den Mut, gewisse Träume zu verwirklichen und sich selbst damit eine andere Perspektive zu verschaffen. Signalisieren Sie, dass Sie auch zu weiteren Gesprächen bereit sind, wenn dafür noch mehr Bedarf vorhanden ist. Weiter so!



Was gegen Zähneknirschen hilft

Nicht so verbissen

Zähne zusammenbeißen und durch! In bestimmten Lebenslagen ist das ein guter Ratschlag.

Auf Dauer kann diese Art der Stressbewältigung jedoch zum Problem werden und zu Kopfschmerzen, Kieferverspannungen und kaputten Zähnen führen. „Deshalb ist es wichtig, Bruxismus so früh wie möglich zu erkennen“, sagt die Zahnmedizinerin Professor Ingrid Peroz. Sie ist Oberärztin in der Abteilung für Zahnärztliche Prothetik, Alterszahnmedizin und Funktionslehre an der Charité Berlin und Mitglied der Deutschen Gesellschaft für Funktionsdiagnostik und -therapie (DGFDt). Bruxismus umfasst sowohl das Zähneknirschen und Aufeinanderpressen von Zähnen als auch Formen der Kieferanspannung ohne Zahnkontakt. Bruxismus kann im Schlaf auftreten und im Wachzustand. Etwa 20 Prozent der Bevölkerung sind betroffen. Auch wenn Ursachen noch nicht eindeutig zu bestimmen sind, sind Faktoren bekannt, die Bruxismus begünstigen: Dazu zählen Stress, Schlafstörungen, genetische Einflüsse, Medikamente sowie bestimmte stimulierende Substanzen wie Nikotin, Alkohol und andere Drogen. In Verbindung mit Schlafapnoe, also Atemaussetzern im Schlaf, und damit zusammenhängendem Sodbrennen tritt das Phänomen ebenfalls auf.

„In der Physiotherapie gibt es noch die Theorie, dass eine Fehlstellung des Beckens Verspannungen bis in den Kopfbereich auslösen kann“, sagt der Physiotherapeut Hans-Otto Rühl aus dem Vorstand des Landesverbandes Hessen des VDB-Physiotherapieverbandes. „Etwa 80 Prozent meiner Patienten mit Kieferverspannungen haben einen Beckenschiefstand. Wenn ich das mitbehandele, kann ich oftmals schon einen großen Faktor für die Verspannungen ausschalten“, sagt er und fügt hinzu: „Natürlich ist das nie der einzige Auslöser. Deshalb arbeiten wir immer eng mit Psychologen zusammen.“ Diplom-Psychologe Thomas Welker, der im Berufsverband Deutscher Psychologinnen und Psychologen (BDP) die Fachgruppe Entspannungsverfahren leitet, sagt: „Bestimmte Entspannungsverfahren können dabei helfen, Anspannungen zu lösen und besser mit Stress umzugehen.“ So gibt es Kurse, in denen auch spezielle Übungen angeboten werden, um den Bruxismus zu lindern. Wer im wachen Zustand mit den Zähnen knirscht, kann sich mit Hilfe farbiger Punkte stetig daran erinnern, den Kiefer zu entspannen. Man klebt sie an Gegenstände in der eigenen Umgebung. Und immer, wenn man einen solchen Punkt sieht, kontrolliert man seine Zahnstellung, erläutert die Deutsche Gesellschaft für Zahn-, Mund- und Kieferheilkunde (DGZMK).



Schmerzen im Kiefer können eine Folge von Bruxismus sein.

Für die Entspannung der Kiefermuskulatur empfiehlt Physiotherapeut Rühl, einen Tennisball zur Hilfe zu nehmen. „Der wird etwa eine Minute fest auf den Musculus masseter gepresst, also den Bereich an der Wange vor

dem Ohr, der weh tut“, erklärt er. „Das darf auch schmerzen. Meist ist der Muskel danach wieder entspannt oder man wiederholt das Verfahren an ein bis zwei anderen schmerzenden Punkten.“ Auch den Kiefer nach vorne zu schieben

und dann zu entspannen, könne helfen. Bei Bruxismus im Schlaf ist eine Schiene empfehlenswert. Sie soll vor allem die Zähne schützen. Sie kann aber auch helfen, weniger zu knirschen, wenn noch kein

Gewöhnungseffekt eingesetzt hat. Ingrid Peroz empfiehlt daher, die Schiene nicht jede Nacht zu tragen. (dpa)

Foto: dpa

BÜRO & BETRIEB

FAMILIE & DAHEIM

Meyer Menü

LIEFERT LECKER

Ohne Geschmacksverstärker

inkl. Lieferung und einem Dessert

jedes Menü 7,50€\*\*

vom: 31.08. – 06.09.2020 / 36. Woche

\*\* Durch die reduzierte Mehrwertsteuer beträgt der Menüpreis vom 01.07. – 31.12.2020 7,50 € inklusive eines Desserts und der Anlieferung.

|             | Montag, 31.08.2020                                                                                              | Dienstag, 01.09.2020                                                                                                                                              | Mittwoch, 02.09.2020                                                                                                                                                | Donnerstag, 03.09.2020                                                                                                           | Freitag, 04.09.2020                                                                                                        |
|-------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Menü 1      | Hacksteak "Meisterart" in Pfefferrahmsauce, Kaisergemüse (Blumenkohl, Karotten, Broccoli) und Salzkartoffeln    | Cevapcici 4 Hackfleischröllchen in Balkansauce, dazu bunter Reis und Krautsalat                                                                                   | Hausgemachte Linsensuppe 2 Wiener Würstchen, dazu 1 Brötchen                                                                                                        | Gyros-Geschnetzeltes mit Zwiebeln, Djuvcreis und Tsatsiki                                                                        | Gebackenes Fischfilet mit Remouladensauce und Petersilienkartoffeln, dazu Salat                                            |
| Menü 2      | Hähnchenbrustfilet "India" in fruchtiger Currysauce mit Ananas- und Pfirsichwürfeln, dazu Gemüserais            | Hähnchen-Geschnetzeltes mit Pilzen in Sahnesauce und hausgemachten Spätzle                                                                                        | Zartes Pfeffer-Steak in würziger Käsesauce mit Pariser Karotten und Erbsen, dazu Salzkartoffeln                                                                     | Putenschnitzel "natur" in Sahnesauce mit Möhrengemüse und Salzkartoffeln                                                         | Kasselerbraten auf Sauerkraut mit Kartoffelpüree                                                                           |
| Menü 3      | 5 Reibekuchen (veg.) mit warmem Apfelmus                                                                        | Zitronenhähnchen "Toscana" mit Bohnen und Thymiankartoffeln                                                                                                       | Djuvcreispfanne mit Tomatensauce, Hähnchenbrustwürfel und Hirtenkäse                                                                                                | Bigos – Polnischer Krauttopf mit Weißkohl und Sauerkraut, Schweinegulasch, Speck und Cabanossi, dazu Petersilienkartoffeln       | Fettuccine "Florentiner Art" Bandnudeln mit Hähnchenfilet in Sahnesauce und Blattspinat                                    |
| Menü 4      | Hühnersuppentopf mit frischer Gemüseeinlage und Reis                                                            | Frisches Fischfilet gedünstet in Gemüserahmsauce und Petersilienkartoffeln                                                                                        | Schweine-Geschnetzeltes "Züricher Art" mit Champignons und Salzkartoffeln                                                                                           | 2 Bratwürstchen "Thüringer Art" auf Blattspinat mit Salzkartoffeln                                                               | Milchreis (veg.) mit eingelegten Sauerkirschen                                                                             |
| Vegetarisch | Gefüllte Kartoffeltaschen (veg.) mit bunter Gemüseplatte und Sauce Hollandaise                                  | Senfeier (veg.) mit Petersilienkartoffeln                                                                                                                         | Champignonpfanne (veg.) in Sahnesauce mit Knoblauch und bunten Nudeln                                                                                               | 2 Gemüsefrikadellen (veg.) auf Tomaten-Basilikum-Spaghetti                                                                       | Asiatisches Wok-Gemüse (veg.) dazu köstlicher Basmatireis                                                                  |
| Kaltes Menü | Gyrosbraten mit Krautsalat und hausgemachtem Tsatsiki                                                           | Wurstsalat "Schweizer Art" mit Emmentaler- und Fleischkäse bunt garniert, dazu Butter und Brot                                                                    | Meyers Milchreis (veg.) mit etwas Zucker und Zimt, feinsten Sauerkirschen und Apfelmus Wird in einer Klarsichtschale geliefert!                                     | Gebratenes Schweinekotelett mit Senf und Kartoffelsalat                                                                          | Heringsstipp "Hausfrauenart" mit Äpfeln und Zwiebeln in Sahnesauce, dazu Brot und Butter                                   |
| Salat       | Chefsalat bunter Salat mit Käse- und Schinkenstreifen und Tomaten, dazu Joghurt-Dressing und 1 kleines Brötchen | Wildkräuter Salat (veg.) Eisbergsalat, Wildkräutersalat, Bärlauch-Kartoffeln, gebratene Champignons und Hirtenkäse, dazu Cocktail-Dressing und 1 kleines Brötchen | Salat Bella Italia (veg.) frischer Salat mit Mozzarella, Rucola, Cocktail-Tomaten, marinierte Tomaten und Basilikum, dazu Balsamico-Dressing und 1 kleines Brötchen | Bunter Salat Mix (veg.) Salat mit Bärlauch-Kartoffeln, Hirtenkäse und Granatapfel, dazu Cocktail-Dressing und 1 kleines Brötchen | Hirtensalat mit Geflügelhackfleischbällchen, Hirtenkäse, Tomaten und Paprika, dazu Joghurt-Dressing und 1 kleines Brötchen |

Samstags-Menü

Samstag, 05.09.2020

Knusper Hähnchenschnitzel in Geflügelrahmsauce mit Erbsen-Möhren-Blumenkohl-Gemüse und Kartoffelpüree

• 4,6 BE

Sonntags-Menü

Sonntag, 06.09.2020

Pfeffer-Hacksteak Hacksteak in Pfefferrahmsauce mit Speckböhnchen und Salzkartoffeln

• 3,7 BE

Rindergulasch mit Rotkohl und Salzkartoffeln

• 3,6 BE

\*nur vom Festnetzanschluss

Viele machen sich im Internet schlau

Bei körperlichen Beschwerden machen sich viele vor dem Arztbesuch erstmal selbst kundig, was dahinter stecken könnte. 53 Prozent geben in einer Umfrage von Bitkom Research an, vorher online Infos zu ihren Symptomen einzuholen. Rund jeder Siebte (14 Prozent) macht das regelmäßig, etwa jeder Sechste (18 Prozent) manchmal, gut jeder Fünfte (21 Prozent) selten. Knapp die Hälfte (45 Prozent) hat sich vor dem Gang in die Praxis noch nie online schlau gemacht. Nach dem Arztbesuch stellen sich offenbar noch mehr Menschen Fragen als vorher, lassen die Zahlen aus der Umfrage vermuten. 61 Prozent der Befragten gaben an, sich danach online mindestens hin und wieder zu Diagnose oder verschriebenen Medikamenten zu erkundigen. Vielen geht es dabei um eine zweite Meinung oder zusätzliche Informationen. Rund ein Drittel (31 Prozent) derer, die im Anschluss an den Arztbesuch online recherchieren, nennen als Grund aber auch, dass sie die Erläuterungen des Mediziners nicht verstanden haben. 1093 Personen ab 16 Jahren wurden telefonisch befragt. (dpa)

Kurz notiert

In Bewegung bleiben

Nach einem Hexenschuss kann eine Stufenlagerung akute Schmerzen lindern. Dafür legt man sich auf eine weiche Unterlage und legt seine Unterschenkel - 90 Grad angewinkelt - auf einem Stuhl ab. Die verspannten Muskeln würden so gelockert, erklärt die Aktion Gesunder Rücken. Bei einem Hexenschuss zieht und sticht es im unteren Rückenbereich. Ungewohnte Bewegungen oder eine Zwangshaltung zählen zu den möglichen Auslösern. Die Beschwerden können einige Tage andauern. Die Fachleute raten, den üblichen alltäglichen Tätigkeiten weiter nachzugehen. Man sollte in Bewegung sein. Wärmepflaster können zur Entspannung der verkrampten Muskeln beitragen. (dpa)

Nicht nach dem Duschen auftragen

Damit Salben und Cremes wie gewünscht wirken, müssen Patienten bei der Anwendung und Lagerung einiges beachten. Das trifft vor allem auf rezeptpflichtige Salben zu, wie die „Apotheken Umschau“ erklärte. Diese Cremes dürfen zum Beispiel nicht direkt nach dem Duschen oder Baden aufgetragen werden. Sonst könne mehr Wirkstoff in den Körper gelangen als gewünscht. (dpa)

Bestellen Sie gebührenfrei unter 0800-150 150 5\*, der lokalen Rufnummer 0251-530 196 90 oder im Internet unter www.meyer-menue.de