Hotline: 0251/690 99 40 50 **Wetter:** Heute 6°|-1° Morgen 3°| 1° **Mail:** info@ag-muensterland.de

Dreingau Zeitung

Samstag, 5. Dezember 2020
114. Jahrgang / Nr. 49

DRENSTEINFURT, RINKERODE, WALSTEDDE, SENDENHORST, ALBERSLOH, ASCHEBERG, HERBERN UN

Britischer Klassiker

Mince Pies sind leckere Mürbeteigküchlein mit Fruchtfüllung. Die englischen Weihnachtsküchlein sind unser Rezept der Woche. |Essen & Trinken

Wichtiger Aspekt

Bindung ist bei Menschen mit Demenz sehr wichtig. Darüber handelt das Buch von Harald Blonski. Der Verkaufserlös kommt der Tagespflege in Albersloh zugute. |Lokales

Aufregende Reise

Die Aschebergerin Sabrina Eickholt-Hugenroth hat sich mit ihrem ersten Kinderbuch „Charlottes ungewöhnliche Reise“ einen Traum erfüllt. |Lokales

Kurz notiert

Kolping lädt zum Gedenktag ein

DRENSTEINFURT. Anlässlich des Kolpinggedenktages lädt die Kolpingsfamilie am Dienstag, 8. Dezember, um 8.30 Uhr zum Gedenkgottesdienst in die Reginakirche ein. Das Motto lautet „Schenkt der Welt ein menschliches Gesicht“. Das sich sonst anschließende Frühstück fällt wegen der Corona-Lage aus.

Sondermüll-Abgabe am Schadstoffmobil

ASCHEBERG. Das Schadstoffmobil kommt am heutigen Samstag in die Gemeinde. Es steht von 9 bis 10 Uhr in der Ortschaft Herbern am Südfeld Gewerbegebiet (Nähe Recyclinghof), von 10.30 bis 11.45 Uhr in der Ortschaft Ascheberg an der Industriestraße in der Nähe des gemeindlichen Recyclinghofes und von 12 bis 13 Uhr in der Ortschaft Davensberg am Feuerwehrgerätehaus, Burgstraße.

Segen per Brief

Die Sternsinger planen unter Corona-Voraussetzungen |Lokales

Foto: dpa

Gottesdienste der Kirchengemeinde zu Weihnachten

Zuhause oder mit Anmeldung

Wer zu Weihnachten die Gottesdienste der Kirchengemeinde St. Regina besuchen möchte, der muss sich anmelden.

DRENSTEINFURT. Aber die Pfarrgemeinde hat sich auch Alternativen überlegt: einen Weihnachts-Hausgottesdienst mit dem Titel „Fürchtet euch nicht“ zum Beispiel. Darin enthalten sind Lesungstexte, Gebete, Fürbitten, Anregungen zur besinnlichen Einkehr sowie Liedvorschläge.

Der ökumenische Gedanke mache die Sache erst richtig rund. Allen, die sich eventuell von dem Begriff „Hausgottesdienst“ abschrecken lassen, nimmt Pastoralreferentin Mechthild Döbbe die Angst: „Nur keine Hemmungen! Das Konzept nimmt den Leser an die Hand.“ Die Broschüre liegt in den Kirchen aus und lässt sich von der Homepage der Gemeinde herunterladen.

Sowohl die Krippenfeier in St. Regina an Heiligabend um 15 Uhr als auch die Familienmesse um 17 Uhr werden zudem online gestreamt. Der Link ist auf der Homepage der Pfarrgemeinde zu finden.

Die Anzahl der Gottesdienste in den Kirchen wird überdies verdoppelt. Um Menschenansammlungen und Warteschlangen zu vermeiden, hat sich das Team zudem ein Anmeldeverfahren überlegt. Wer sich aus dem Gottesdienst-Angebot einen Tag und eine Uhrzeit herausgesucht hat, der kann sich entweder per E-Mail oder telefonisch mit Angabe seiner Kontaktdaten und der benötigten Zahl an Sitzplätzen verbindlich anmelden. Per E-Mail ist dies ausschließlich am 12. und 13. Dezember unter wdr-anmeldung@web.de möglich, telefonisch lediglich am 16. und 17. Dezember von 9 bis 12 Uhr und von 15 bis 18 Uhr: ☏ 0 25 08 / 99 94 04 14.

Für die beiden Krippenfeiern an Heiligabend in Walstedde, die unter freiem Himmel stattfinden sollen, ist eine Anmeldung direkt in der Kita St. Lambertus nötig.

www.katholische-kirche-drensteinfurt.de

Kontakt

Klein- und Familienanzeigen:
Servicepartner Schreibwaren „Markt Nr. 1“
0 25 08/99 97 96
verkauf@marktnr1.de

Geschäftsanzeigen
0 25 08/99 03 0
anzeigen@dreingau-zeitung.de

Redaktion
0 25 26/93 18 73 oder
0 25 08/99 08 70
redaktion@dreingau-zeitung.de

AGM | Anzeigenblattgruppe Münsterland

www.ag-muensterland.de

SIE WOLLEN IHRE IMMOBILIE VERKAUFEN?

Dann haben Sie nichts zu verschenken.

Nutzen Sie die derzeit ausgezeichnete Marktsituation und rufen Sie uns an.

Mit uns erreichen Sie das Optimum!

Ihre Ansprechpartner vor Ort:

HOMANN IMMOBILIEN
HOMANN IMMOBILIEN Münster GmbH
Servatiiplatz 7 • 48143 Münster
www.HOMANN-IMMOBILIEN.de

Ute Volkmar
Tel.: 0251/41848-36
u.volkmar@homann-immobilien.de

Ronald Zent
Tel.: 0251/41848-15
r.zent@homann-immobilien.de

HOTEL RESTAURANT Haus Volking

Genießen Sie unsere „Gerichte zum Mitnehmen“

Abholzeiten im Dezember
Samstags 17.00 – 20.00 Uhr
Sonntags 11.00 – 15.00 Uhr
17.00 – 20.00 Uhr

Auch an allen Feiertagen alle Gerichte nur „Außer-Haus-Verkauf“!

Weihnachten und Silvester
Kulinarische Menüs nur zum Mitnehmen

WEIHNACHTS-MENÜ
Abholzeiten
1. Weihnachtstag (25.12.2020): 11.00 – 15.00 Uhr
2. Weihnachtstag (26.12.2020): 11.00 – 15.00 Uhr
Weihnachts-Vorbestellung bitte bis spätestens 20.12.2020

SILVESTER-MENÜ
Abholzeiten
Silvester (31.12.2020): 17.00 – 21.00 Uhr
Silvester-Vorbestellung bitte bis spätestens 28.12.2020

02387/665

Unser Hotel ist weiterhin geöffnet: Herrenstein 22, 48317 Drensteinfurt-Walstedde
Alle Gerichte und Menüs finden Sie auf:
www.haus-volking.de

LAGERVERKAUF KANERT

Digitale Küchenwaage 9,90 €
mit großer, gut ablesbarer LCD-Anzeige und Zuwiegefunktion

Nostalgie Küchenwaage 12,50 €
unverwüstlich aus Metall, versch. Farben, Waagschale aus hochw. Edelstahl

Diät – Computerwaage 14,90 €
für die kalorienbewusste Ernährung, hochwertiges Edelstahl – ideal auch für Diabetiker

Waage und Wanduhr 2 in1 4,90 €
Edelstahl, Zuwiegefunktion

Schneeschieber ab 4,99 €

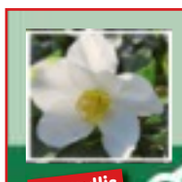
Anfeuerholz 5,0 dm³ 2,49 €
1 dm³ = 0,498 €

Kaminholz im Netz 2,99 €
Mischholz, ca. 22 rdm²

10 kg Kartoffeln 4,00 €
(1 kg = 0,40 €)

Mo.–Fr. 9.00–17.00 Uhr · Sa. 9.00–14.00 Uhr
Ostberg 17 / Nähe alter Güterbahnhof · Ahlen
Telefon 0 23 82/80 52 67
P Parkplätze direkt vor dem Geschäft
Angebot solange der Vorrat reicht! Irrtümer vorbehalten!

Christrosen ab € 3.90



Amaryllis

Weihnachtliche Gestecke, Deko-Ideen …

GÄRTNEREI KEMKER
Hauptstraße 20 · 48351 Everswinkel-Alverskirchen
Fon: 02582-1390 · www.gaertnerei-kemker.de

Deutsche Vermögensberatung
Vermögensaufbau für jeden!
Repräsentant
Reimund Weismüller
Wagenfeldstr. 22
48317 Drensteinfurt
Telefon 02508 999979

Großer Weihnachtsbaumverkauf
ab 4.12.2020
auf Hof Ottensmann
Eickendorfer Weg 8
Drensteinfurt
Frisch geschlagen
Am 3. und 4. Adventsonntag auch geöffnet.

IMMER AM BALL!

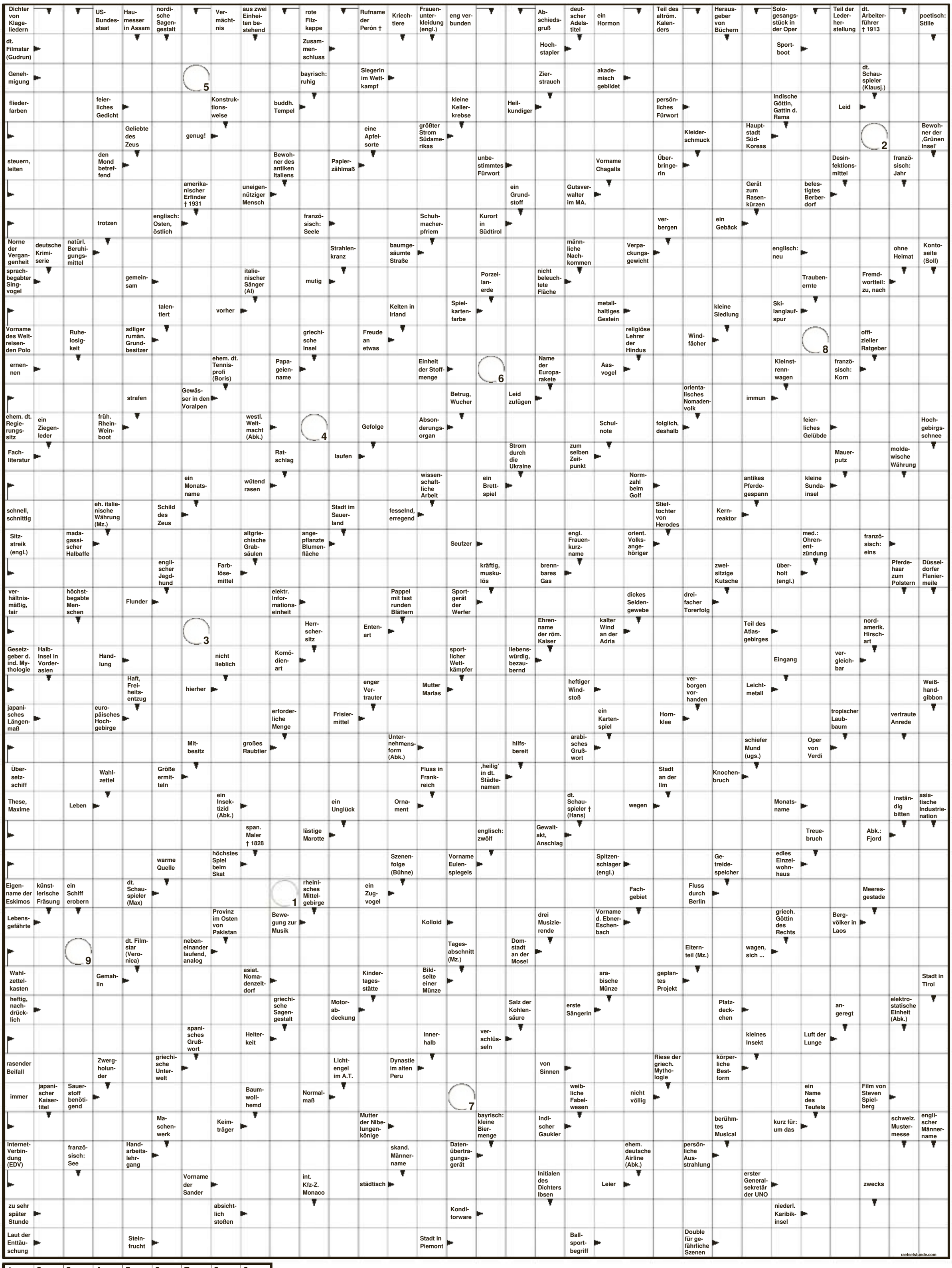
AGM | Anzeigenblattgruppe Münsterland
www.ag-muensterland.de

EP: Närmann
ElectronicPartner
TV, HIFI, VIDEO, SATELLITEN-TECHNIK, TELEKOMMUNIKATION, HEIMVERNETZUNG
Service macht den Unterschied
48317 Drensteinfurt, Martinstraße 15
Telefon 02508 984161
www.ep-naermann.de
TechniSat Ihr TechniSat-Vertragspartner vor Ort

Lieferung frei Haus*
WEIHNACHTSBÄUME!
GESCHLAGEN oder zum SELBERSCHLAGEN im Weihnachtswäldchen direkt am Hof Schulze Rötering!
Prozessionsweg 115 · 59227 Ahlen
Telefon 02382-2742
www.schulze-roetering.de
* Ahlen, Sendenhorst, Drensteinfurt

Rätselspaß

Samstag, 5. Dezember 2020



1	2	3	4	5	6	7	8	9

Kurz notiert

KFD verteilt kleine Geschenke

WALSTEDDE. Die KFD St.Lambertus Walstedde lädt alle Mitarbeiterinnen und Helferinnen zu einer besinnlichen Adventsfeier am Mittwoch, 9. Dezember, um 15 Uhr in die Lambertuskirche ein. Die Adventsfeier findet unter Corona-Bedingungen statt und es besteht eine Maskenpflicht. Anschließend werden kleine Geschenke verteilt. Wer nicht kommen kann, möchte sich bitte bei Doris Sander, ☏ 0 23 87/262, melden.

Adventsfeier in der Pfarrkirche

DRENSTEINFURT. Die KFD St. Regina lädt ihre Mitarbeiterinnen im Besuchsdienst und die anderen Gruppierungen zu einer besinnlichen Adventsfeier am Mittwoch, 9. Dezember, um 15.30 Uhr in die Pfarrkirche ein. Die Adventsfeier findet unter Corona-Bedingungen statt und es besteht eine Maskenpflicht. Im Anschluss werden die Programmhefte und Präsente ausgegeben. Wer verhindert ist, kann am Donnerstag, 10. Dezember zwischen 15 und 17 Uhr seine Programme im Alten Pfarrhaus abholen. Weiterhin lädt die KFD alle Frauen zum Adventsgottesdienst am Dienstag, 15. Dezember um 8.30 Uhr in die Pfarrkirche ein, schreibt die Frauengemeinschaft.

Adventsgruß für die Familien

SENDENHORST. Eine Geschichte, etwas zum Basteln und ein kleiner Adventskalender für das Fenster: Das ist in einem Gruß zum Advent enthalten, den die evangelische Kirchengemeinde allen Familien mit Kindern im Grundschulalter sendet. „Wir können in diesem Jahr leider nicht zum „Advent für Kinder“ und zu Krippenspiel-Vorbereitungen einladen“, bedauert Pfarrer Manfred Böning. „So soll diese Post Freude bringen und das Warten auf Weihnachten erleichtern.“ Die Gottesdienste finden statt, aber mit Mund-Nase-Schutz, 30 Minuten Dauer und ohne Gesang. Zum Advent finden sich ein neuer Videoclip sowie ein musikalischer Gruß unter: **www.ev-sendenhorst-vorhelm.de**

Harald Blonski veröffentlicht neues Buch

Bindung ist der rote Faden

Herausgeber Harald Blonski lässt den Erlös seines neuen Buches zum Thema „Bindung und Demenz“ der Tagespflege in Albersloh zugute kommen. Hausleiterin Annette Schwaack dankt ihm. Foto: St.-Josefs-Haus

SENDENHORST/ALBERSLOH. Bindung ist ein Thema, das die Menschen – mehr oder weniger intensiv und bewusst – über das gesamte Leben hinweg begleitet.

Ob im Säuglings- und Kindesalter, in Form der Bindung an die Mutter, in der Jugend oder im Erwachsenenalter als Bindung an die „Peergroup“ sowie an einen Lebenspartner oder als älterer Mensch in Form des engen Zugehörigkeitsgefühls zu einer Glaubensgemeinschaft, sagt Harald Blonski. „Das Phänomen Bindung begleitet uns lebenslang und erlangt nahezu existenzielle Bedeutung für Menschen mit einer Demenz“, ist sich der Sendenhorster Gerontologe sicher, der sein mittlerweile 15. Buch zum Thema „Bindung und Demenz“ herausgegeben hat.

Besonders wichtig für Menschen mit Demenz

Für Menschen mit Demenz sei die Bindung an eine vertraute Person – eine Pflege- oder eine andere Bezugsperson – ganz besonders wichtig. Nicht nur um in Situationen der Verzweiflung, Hoffnungslosigkeit und Ausweglosigkeit Beistand zu leisten, sondern auch und vor allem, um Schutz zu bieten und Trost zu spenden. Der damit aufgezeigten Wichtigkeit von Bindung werde auch in dem neuen „Expertenstandard Beziehungsgestaltung in der Pflege von Menschen mit Demenz“ (Deutsches Netzwerk für Qualitätsentwicklung in der Pflege, DNQP) Rechnung getragen, der das Bindungsphänomen als eine wesentliche Ressource hervorhebe.

Mit seinem Buch will Harald Blonski professionell Pflegenden in der ambulanten sowie in der teil- und stationären Altenpflege, aber auch pflegenden Familienangehörigen, die in der häuslichen Umgebung demenziell erkrankte Angehörige pflegen, hilfreiche Perspektiven aufzeigen, heißt es im Bericht des Pflege- und Betreuungsnetzwerkes. Blonski hat auch dieses Mal eine Gruppe erfahrener Experten gewinnen können, die als Co-Autoren ihr Wissen und ihre Kenntnisse an Interessierte und Betroffene weitergeben.

„Neben allem anderen ist die Pflege von Menschen mit Demenz vor allem eines: Beziehungsgestaltung.“ Diese Erkenntnis stellt Blonski seinem neuen Buch voran. Es sei dem Herausgeber, der in Kürze mit gut 71 Jahren an der Universität Duisburg seine Doktorarbeit einreichen wird, eine Freude, die Autoren- und Herausgeberhonorare aus dem Verkauf des soeben erschienenen Buches der Tagespflege im St.-Josefs-Haus in Albersloh zugute kommen zu lassen, in Verbundenheit und Wertschätzung für die Arbeit, die dort für Menschen mit Pflege- und Unterstützungsbedarf geleistet werde.

Kurz notiert

Einkaufswagen für „Tafel“-Spenden

SENDENHORST. Am heutigen Samstag (8 bis 18 Uhr) findet wieder die Spendenaktion der „Tafel“ „Kauf zwei – spende eins“ an den Lebensmittelmärkten statt. Es werden aufgrund der Corona-Vorschriften jedoch keine „Tafel“-Helfer für die persönliche Ansprache vor Ort sein, sondern lediglich Einkaufswagen dort stehen, in denen die haltbaren Lebensmittelspenden gesammelt werden, teilt die „Tafel“ mit.

„Weihnachtsengel“ schenken Freude

RINKERODE. Das Caritas Team hat Weihnachtswünsche entgegengenommen – im Wert von bis zu 30 Euro – und möchte diese an bereitwillige Wohltäter weitergeben. Die „Weihnachtsengel“ werden gebeten, das Geschenk zu besorgen, einzupacken und bis zum 12. Dezember im K+K-Markt abzugeben. An gleicher Stelle hängen die Wünsche der Kinder aus. Das Caritas-Netz Rinkerode bedankt sich schon jetzt für das Vertrauen, die Großzügigkeit und das Mitfühlen der „Weihnachtsengel“.

Gottesdienste

Alle Gottesdienste finden unter besonderen Schutzmaßnahmen statt.

Katholisch

Sendenhorst, St. Martin: Samstag: 16 Uhr Kinderwortgottesdienst zu Nikolaus; 18 Uhr Messe zum Kolpinggedenktag; Sonntag: 8 Uhr Messe und um 11 Uhr Messe mit Kinderwortgottesdienst;
Albersloh, St. Ludgerus: Sonntag: 9.30 Uhr Messe mit Kinderwortgottesdienst; 18 Uhr Messe.
Drensteinfurt, St. Regina: Samstag: 17 Uhr Vorabendmesse; Sonntag: 11 Uhr Familienmesse; 18 Uhr Augenblicke-Abendmesse.
Rinkerode, St. Pankratius: Samstag: 18.30 Uhr Vorabendmesse; Sonntag: 9.30 Uhr Familienmesse.
Walstedde, St. Lambertus: Sonntag: 9.30 Uhr Familienmesse.
Ameke: Samstag: 18.30 Uhr Vorabendmesse.
Ascheberg, St. Lambertus: Samstag um 18.30 Uhr Vorabendmesse; Sonntag um 8 Messe und um 10 Uhr Familiengottesdienst/Kolping-Gedenktag.
Herbern, St. Benedikt: Samstag um 18.30 Uhr Vorabendmesse; Sonntag um 8.30 Uhr und um 10.30 Uhr Messe.
Davensberg, St. Anna: Samstag um 17 Uhr Vorabendmesse; Sonntag um 9 Uhr Messe; 17 Uhr Adventsandacht.

Evangelisch

Sendenhorst, Friedenskirche: Sonntag: 9.30 Uhr Gottesdienst.
Albersloh, Gnadenkirche: Sonntag: 11 Uhr Gottesdienst, Christuskirche Wolbeck.
Drensteinfurt, Martinskirche: Sonntag: 10 Uhr Gottesdienst.
Walstedde, Paul-Gerhardt-Haus: Sonntag kein Gottesdienst.
Ascheberg, Gnadenkirche: Sonntag: 11.15 Uhr Gottesdienst.
Herbern, Auferstehungskirche: Sonntag kein Gottesdienst.
(Angaben ohne Gewähr)

Gratulation

★ **Josef Drechsel** aus Drensteinfurt feiert am Dienstag seinen 80. Geburtstag.

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

Jeden Tag besonders – einfach ALDI.

BZgA Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung

Virusinfektionen –
Hygiene schützt!

#zusammengegencorona Auch bei Coronavirus-Infektion

Mit diesen Maßnahmen können Sie helfen, sich selbst und andere vor Infektionskrankheiten – auch einer Coronavirusinfektion – zu schützen.

Die wichtigsten Hygienetipps

- Halten Sie Abstand
- Achten Sie auf Hygiene beim Husten und Niesen
- Lüften Sie regelmäßig und gründlich
- Waschen Sie im Alltag regelmäßig Ihre Hände
- Tragen Sie gegebenenfalls eine Mund-Nasen-Bedeckung
- Vermeiden Sie Berührungen
- Bleiben Sie zu Hause, wenn Sie krank sind
- Halten Sie die Hände vom Gesicht fern

Laufend aktualisierte Informationen zum Schutz vor Infektionskrankheiten sowie aktuelle FAQ zu Atemwegsinfektionen, verursacht durch das Coronavirus SARS-CoV-2, finden Sie auf den Internetseiten der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung: www.infektionsschutz.de und www.bzga.de

infektionsschutz.de Wissen, was schützt.

Getränke Oase

DIE GETRÄNKE KÖNNER

Aktion gültig 7.12.- 12.12.
der faire Rabatt* ist schon abgezogen!
*3% Rabatt auf alle Produkte, außer Tabak, Pfand und Hermes Shop. Endpreise an der Kasse.

versch. Sporten 20 x 0,5l (1l = 1,45) 14.54 zzgl. 3,10 Pfand

20 x 0,5/24 x 0,33l (1l = 0,87/1,10) 8.72 zzgl. 3,10/3,42 Pfand

KÖNIG PILSENER 20x0,5/24x0,33l ohne 6er-Träger (1l = 0,97/1,22) 9.69 zzgl. 3,10/3,42 Pfand

Classic Medium, Naturelle 2 x 12 x 1l (1l = 0,36) Doppelkasten AKTION! 8.71 zzgl. 6,60 Pfand

48317 Drensteinfurt, Bürener Straße. 54
Wir sind für Sie da: Mo - Fr 9.00 - 19.00 Uhr • Sa 8.00 - 14.00 Uhr
59227 Ahlen, Hammer Str. 38
Wir sind für Sie da: Mo - Do 9.00 - 19.00 Uhr Freitag 8.00 - 19.00 Uhr • Sa 8.00 - 15.00 Uhr

Inhaber der genannten Märkte: Gebr. Schürmann GmbH & Co. KG, Im Ried 4, 59063 Hamm, Tel. 0 23 81 / 56 01 • Alle Preise in Euro. • www.getraenke-oase.de

Kurz notiert

Wochenmarkt wird vorverlegt

SENDENHORST. Statt am 25. Dezember findet der Wochenmarkt bereits am Donnerstag, 24. Dezember (Heiligabend), statt, teilt die Stadtverwaltung mit. In der Woche darauf wird der Markt ebenfalls bereits am Donnerstag, 31. Dezember, stattfinden.

Krippen werden ausgestellt

HERBERN. In diesem Jahr soll in der Adventszeit trotz aller Regeln etwas Besonderes angeboten werden. An diesem Adventswochenende (5./6. Dezember) wird eine Krippenausstellung in der Kirche St. Benedikt stattfinden. Die Kirche wird in den verschiedensten Farben ausgeleuchtet sein und private Krippen werden in dieser besonderen Atmosphäre ausgestellt. Aufgebaut wird am Samstagmorgen ab 10 Uhr, abgebaut am Sonntagabend. Die Ausstellung wird am heutigen Samstag ab 16 Uhr geöffnet sein.

BESTATTUNGEN
HEIMKEN
Honekamp 14 · Drensteinfurt
Telefon 0 25 08/ 2 67
Telefax 0 25 08/ 95 62

Sternsingeraktion wird im Januar anders ablaufen als gewohnt

Sammlung ohne Hausbesuche

Von Nicole Evering

DRENSTEINFURT/RINKERODE/WALSTEDDE. So ganz will ein Anklingeln der Sternsinger an hunderten Türen nicht mit der Corona-Pandemie zusammenpassen.

In Drensteinfurt, Mersch und den umliegenden Bauerschaften müssen die Bürger deshalb auf den liebgewonnenen Besuch der Sternsinger verzichten. Die knapp 80 Mitwirkenden bekommen ein Dankesschreiben und einen Datenträger mit Fotos. Alle knapp 500 Haushalte, die sich in den zurückliegenden beiden Jahren für die Aktion angemeldet hatten, erhalten einen Brief. Darin bittet das Leitungsteam um Verständnis für die Absage. Gleichzeitig wird um Spenden für das Kinderhilfswerk in Aachen gebeten. In jedem Anschreiben befindet sich der Sternsinger-Jahresaufkleber „20*C+M+B+21“. Pastor Jörg Schlummer hat zusätzlich einen Segenstext geschrieben. Auftritte jeweils einer Sternsinger-Gruppe wird es in den Gottesdiensten in der Pfarrkirche am Samstag und Sonntag, 2. und 3. Januar, sowie am Dreikönigstag, 6. Januar, geben.

Auf einem Tisch im Turmbereich der Kirche werden nach Weihnachten Flyer mit dem Spendenaufruf, die Sternsinger-Jahresaufkleber sowie Kreidestücke zum Anschreiben des Segensspruches ausgelegt. Spenden können in den eingemauerten Opferstock direkt neben dem Sternsinger-Tisch eingeworfen werden.

> *„Das tut uns sehr leid, da unsere Kinder in Rinkerode immer sehr engagiert waren.“*
>
> Kirsten Stehmann

„Wir bedauern sehr, dass wir die Sternsingeraktion im nächsten Jahr nicht in dem gewohnten Umfang durchführen können. Aber der Schutz der Familien und unserer Sternsinger sowie der vielen Helfer ist uns am wichtigsten“, teilt Elmar Stracke vom Leitungsteam mit.

Auch in Rinkerode werden die Sternsinger nicht wie gewohnt von Haus zu Haus ziehen. „Aufgrund der immer noch hohen Coronazahlen und des nicht absehbaren Endes des Teil-Lockdowns haben wir uns als Orga-Team dazu entschlossen, die Sternsingeraktion für 2021 mit Kindern ausfallen zu lassen“, teilt Kirsten Stehmann mit.

Ganz ausfallen soll die Aktion dennoch nicht, schließlich ist das Dreikönigssingen die größte Solidaritätsaktion von Kindern für Kinder weltweit. Damit der Segen in jedes Haus kommen kann, werden ab dem 28. Dezember in der St.-Pankratius-Kirche, in verschiedenen Geschäften und in den beiden Kindergärten gesegnete Aufkleber und ein Flyer ausgelegt. In der Kirche gibt es überdies gesegnete Kreide zum Mitnehmen.

In Walstedde will das Orga-Team am heutigen Samstag eine endgültige Entscheidung treffen.

Mit dem selbst gebastelten Sternsinger-Kescher wäre eine kontaktlose Spendenübergabe möglich. In Drensteinfurt und Rinkerode hat man sich dennoch schon jetzt gegen persönliche Besuche entschieden. Foto: Stefanie Wilhelm/Kindermissionswerk

Ascheberg

Mit Maske und einer Sternlänge Abstand kommen die Sternsinger in Ascheberg, Herbern und Davensberg. Die Regeln für die Gruppentreffen und für die Besuche an den Haustüren werden die Kinder bei einem Treffen aller Sternsinger in den jeweiligen Gemeinden erfahren. An den Türen wird nicht gesungen, ebenso werden die Kinder nicht die Häuser betreten und ausreichend Abstand halten. Wer keinen Besuch möchte, kann dies durch einen Zettel an der Tür kenntlich machen und seine Spende in einer Tüte vor die Tür stellen. Gesegnete Aufkleber (20-C+M+B-21) liegen zu den Öffnungszeiten in den Kirchen zur Mitnahme an der Krippe aus. Wer Interesse hat, kann sich bereits jetzt melden bei Hugo Billermann (Herbern) Manuela Friese (Davensberg) und Tobias Kettrup (Ascheberg).

www.sternsinger.de

Kurz notiert

Digitaler Infoabend in der Profilschule

ASCHEBERG. Zu einem Infoabend in digitaler Form lädt die Profilschule alle Eltern und neuen Fünftklässer am Dienstag, 8. Dezember, zwischen 18.30 und 20 Uhr ein. Auf der Homepage der Profilschule gibt es einen Link, mit dem sie sich ab 18 Uhr über Microsoft Teams in die Veranstaltung einloggen können. Die Veranstaltung beginnt um 18.30 Uhr. Fragen können während des Infoabends im Live-Chat gestellt oder via E-Mail an schulleitung@ps-ascheberg.de gesendet werden.

Weihnachtsmessen mit Anmeldung

ASCHEBERG. Am Heiligabend bietet die katholische Kirchengemeinde in Davensberg, Herbern und Ascheberg für Familien mit kleinen Kindern den Besuch der „offen Kirche“ von 14 bis 16 Uhr (bis 16.30 Uhr in Ascheberg) mit weihnachtlichen Stationen an. Anmeldungen sind hierfür nicht erforderlich. Für die Weihnachtsmessen am Heiligabend und auch am Vormittag des 25. Dezember sind Anmeldungen erforderlich. Fast belegt sind die Messen am 24. Dezember um 17.30 Uhr in Ascheberg und um 17 Uhr in Herbern. Für folgende Messen sind, auch für größere Familien, noch Plätze verfügbar:

- Am 24. Dezember in Davensberg um 18.30 Uhr und 20 Uhr und am 25. Dezember um 9 Uhr.
- Am 24. Dezember in Ascheberg um 19, 20.30 und 22 Uhr und am 25. Dezember um 8 und 10 Uhr.
- Am 24. Dezember in Herbern um 18.30, 20 und 22.30 Uhr und am 25. Dezember um 8.30 und 10.30 Uhr.

Anmeldungen können unter der Mailadresse stlambertus-ascheberg@bistum-muenster.de oder unter ☏ 0 25 93/92 99 88 10 zu den Öffnungszeiten des Pfarrbüros erfolgen. Sobald klar ist, wie die Sitzverteilung sein wird, melden sich die Mitarbeiterinnen des Pfarrbüros telefonisch oder per Mail.

Familienanzeigen

Die Chöre der Engel mögen Dich empfangen
und durch Christus, der für uns gestorben,
soll ewiges Leben Dich erfreuen.

Bernhard Teigelkötter

* 20. 04. 1937 † 26. 11. 2020

Traurig, aber in Liebe und Dankbarkeit,
mit vielen schönen Erinnerungen
nehmen wir Abschied.

Deine Geschwister
mit ihren Familien

Traueranschrift: Geschwister Teigelkötter,
Marienstraße 30 in 48317 Drensteinfurt.

Die Beisetzung hat im engsten Familien- und Freundeskreis stattgefunden.

Es ist ein Blatt abgefallen, von des Lebens
großem Baum. Dasselbe kommt nie zurück,
es macht Platz für neuen Raum.
Doch begleitet es uns weiter,
denn die Wurzeln sind noch hier
und mit Stolz sagen wir gerne,
von diesem Baume stammen wir.

Gemeinsam erinnern wir uns
und beten für Heinz beim

Ersten Jahres-Seelenamt

am Samstag, 12. Dezember 2020
um 17.00 Uhr in der
St. Regina-Kirche zu Drensteinfurt.

Heinz Eckervogt

* 6. 5. 1933 + 11. 12. 2019

Im Namen der Familie
Maria Eckervogt

Drensteinfurt, Dezember 2020

Ein Jahr ohne Dich...

Anja
✝ 10.12.2019

Wir vermissen Dich sehr!

Moni, Sabine, Janina, Anja,
Britta, Sandra, Drea,
Doro

Auf einen Blick: Das Wichtigste in Kürze

Lagerplatz

Im südlichen Bereich des Lambertiplatzes wird die Firma Grethen, die den Leitungsausbau in Sendenhorst im Auftrag der „Deutsche Glasfaser“ durchführen wird, einen notwendigen Lagerplatz einrichten. Während der allgemeinen Arbeitszeiten sei die zeitweise Sperrung der Schillerstraße notwendig, teilt die Stadtverwaltung mit. (Foto: Stadt Sendenhorst)

Programm

Themen gibt es genug: In diesen Tagen ist das Jahresprogramm 2021 der Familienbildungsstätte erschienen. Anmeldungen werden ab sofort telefonisch, per E-Mail oder online über www.fbs-ahlen.de angenommen. Hier kann das Heft auch als Download abgerufen werden. Unter dem Jahresmotto „Bildung: zum Glück“ laufen unter anderem Informationsabende für Eltern, ein musikalisches Senioren-Café, Erlebnistanz für Fitness und Freude, ein Hip Hop-Training und ein Näh-Treff für Jugendliche. Natürlich findet man auch Bewährtes wie Sport- und Entspannungskurse, Fortbildungen oder Vorträge zu immer neuen Gesundheitsthemen und viel Wissenswertes.

Vorsitzender

Josef Waldmann und Heinz Töns haben sich von der politischen Bühne verabschiedet und so Platz für jüngere Kräfte in der CDU gemacht. Eine davon ist Markus Wiewel: Der 54-jährige Rechtsanwalt lebt seit 1980 mit kurzen beruflichen Unterbrechungen in Drensteinfurt, ist seit 2014 im Rat und wurde Mitte September zum neuen Fraktionsvorsitzenden gewählt. (Foto: Beckmann)

Auf einen Blick

Kronshage ist Vorsitzender

Der Stadtfeuerwehrverband Drensteinfurt hat einen neuen Vorsitzenden. Bei der Versammlung, die am Samstagabend unter besonderen Corona-Bedingungen stattfand, gab Dr. Eckhard Hirsch sein Amt an Frank Kronshage (li.) weiter. Dessen Posten als zweiter Vorsitzender übernahm Mike Engels. Als Kassierer übergab Siegfried Hötger den Staffelstab an Andreas Schulte. Ebenfalls neu im Vorstand ist Jörg Kronshage als Beisitzer. Bestätigt wurden Carola Wesseler als Schriftführerin sowie Sascha Heinrichs und Christian Bruns als Beisitzer. (Foto: Stadtfeuerwehrverband)

Das Gute findet Innenstadt

Aschebergs Bürgermeister Thomas Stohldreier und der Wirtschaftsförderer Helmut Sunderhaus unterstützen die Kampagne „Das Gute findet Innenstadt“ des regionalen Bündnisses der IHK Nord Westfalen, der Handwerkskammer Münster, des Handelsverbands, des Münsterland e.V. und der WIN Emscher-Lippe. Auch Sendenhorsts Bürgermeisterin Katrin Reuscher und die Lokalredaktion der Westfälischen Nachrichten unterstützen diese Kampagne. Sie soll dem Erhalt des lokalen Einzelhandels und attraktiver Ortszentren dienen und „auf der Gratwanderung zwischen Gesundheitsschutz und wirtschaftlich notwendiger Kundenfrequenz den richtigen Weg weisen“, heißt es im Aufruf der IHK. (Fotos: Gemeinde Ascheberg/Thesing)

Adventsgruß

Heidrun Butz-Novak, Karin Kirchner und Wiera Kommorowski vom Frauentreff der Evangelischen Kirchengemeinde Sendenhorst bedauerten sehr, dass sie nicht wie sonst die Senioren zu einer Adventsfeier mit Kaffee und Kuchen, Gesang und Geschichten einladen konnten. So entstand gemeinsam mit Pfarrerin Ute Böning und Marlies Vollenkemper, Teamleitung Gemeindefrühstück, die Idee, den über 80-jährigen Senioren der Kirchengemeinde einen persönlichen Adventsgruß zukommen zu lassen. 180 Umschläge wurden weihnachtlich gestaltet und mit Weihnachtsheften, Kalendern, selbstgebastelten Lesezeichen, sowie fair gehandelten süßen Grüßen gefüllt.

Neuer Vorsitz

Aufgrund der Coronalage hatte der Vorstand der Elterninitiative Rinkerode nach anwaltlicher Beratung vorgeschlagen, die Wahlen zum Vorstand als Briefwahl und nicht im Rahmen einer Präsenzveranstaltung durchzuführen. Zum Vorsitzenden wurde Josef Othmerding gewählt. Ihm zur Seite als zweite Vorsitzende steht künftig Angelika Bohnenkamp. Beide haben Enkelkinder in der Kita „Die kleinen Strolche“, dessen Träger die Elterninitiative ist. Ulrike Büker wurde zur Beisitzerin gewählt. Bestätigt in diesem Amt wurde Silke Krieg. „Unser großer Dank gilt den ehemaligen ersten und zweiten Vorsitzenden, Melanie Siedo und Simone Höflich“, berichtet Beisitzerin Stefanie Lüke.

Sabrina Eickholt-Hugenroth legt ihr erstes Buch vor

Kindheitstraum wird wahr

Von Tina Nitsche

ASCHEBERG. Was ist das beste Mittel gegen Einsamkeit? Ganz einfach: Gute Freunde. Und überhaupt sind es gerade Freundschaften, die dem Leben einen Sinn geben. „Besonders in dieser doch anderen Zeit, wo wir alle wegen Corona zu Hause bleiben müssen, hat sich unser Leben doch irgendwie komplett verändert. Und gerade dann rücken Dinge wie Freundschaft wieder in den Focus“, sagt Sabrina Eickholt-Hugenroth.

Als Mama von zwei Kindern hat sie da vor allem in diesem Jahr viel lernen dürfen. „Denn auch unser Leben hat sich durch Corona verändert.“ Die Familie war häufig im Wald anzutreffen. Und genau da spielt auch die Geschichte, die die gebürtige Davensbergerin nun als Buch in einer Erstauflage von 150 Exemplaren auf den Markt gebracht hat. Die Hauptrolle spielt darin Wühlmaus Charlotte, die sich mit ihren Freunden, dem Hasen Finn, dem Laubfrosch Eduard und der Amsel Kuchedu auf eine ungewöhnliche Reise begibt. Die Reise führt die Freunde in den Wald. Ihr Ziel: Sie wollen die weise Eule besuchen. Was sie auf dem Weg erleben und lernen, das erzählt die Aschebergerin anschaulich und unterhaltsam in ihrem ersten Werk „Charlottes ungewöhnliche Reise“. Das Buch hat sie selbst aufgelegt, und auch selbst mit vielen bunten Zeichnungen bebildert.

Schreiben ist ihr Ding. „Ich habe schon früh von einem eigenen Buch geträumt.“ Während des Studiums, Eickholt-Hugenroth studierte Germanistik und Pädagogik auf Lehramt, blieb dafür jedoch wenig Zeit. Nun jedoch, als Mutter von zwei Töchtern, „da flammte die Idee wieder auf“, erzählt sie. Von der Idee bis zur Fertigstellung hat Sabrina Eickholt-Hugenroth rund ein Jahr benötigt. Denn sie selbst hat an ihr eigenes Buch nicht nur schriftstellerische Ansprüche geknüpft. „Nein, mir war auch der ökologische Gedanke beim Druck wichtig“, verrät sie, dass ihr Buch mit mineralölfreier Farbe auf Naturpapier gedruckt worden ist. „Das ist zwar ein wenig teurer, aber das war es mir wert.“ Das Gerüst für die Geschichte hatte sie im Kopf, beim Schreiben entwickelte sich dann der Rest. Die vierbeinigen Protagonisten hat die Aschebergerin mit menschlichen Zügen ausgestattet. Auf diese Weise bringt sie den Lesern ihre Intention anschaulich näher. Was Charlotte und ihre Freunde auf ihrer ungewöhnlichen Reise alles erleben, was sie letztendlich für Erkenntnisse gewinnen und ob sie dem Sinn des Lebens auf die Spur kommen, das wird an dieser Stelle noch nicht verraten. Nur so viel: Es ist eine aufregende Reise, auf die Sabrina Eickholt-Hugenroth ihrer Leser mitnimmt.

> *„Ich habe schon früh von einem eigenen Buch geträumt.“*
>
> Sabrina Eickholt-Hugenroth

Und ihr erstes Buch ist ein Werk, das eine Botschaft vermittelt. Inspiriert wurde die Autorin von ihren beiden Kindern. Logisch, dass sie da mit ihrem Werk auch Kinder zum Nachdenken anregen möchte.

★ Das Buch ist für Kinder ab vier Jahren geeignet und bei Bücher Schwalbe, bei Schreibwaren Angelkort oder direkt bei Sabina Eickholt-Hugenroth unter sabrina_eickholt@gmx.net zum Stückpreis von 15 Euro zu beziehen. Ihr erstes Ziel ein eigenes Buch zu veröffentlichen, hat Sabrina Eickholt-Hugenroth damit verwirklicht. Ihr nächstes Ziel ist es, einen Verlag zu finden, der ihr Buch dann verlegt.

Sabrina Eickholt-Hugenroth hat ihr erstes Buch veröffentlicht. Ein besonderes Werk, dass einerseits um den Sinn des Lebens handelt, vor allem aber ein sehr schönes Bild über die Wichtigkeit von Freundschaft zeichnet. Foto: Tina Nitsche

NEU am Raiffeisenmarkt Drensteinfurt

REIBEKUCHEN
AUS FRISCHEN KARTOFFELN

Ab 8. Dezember 2020
jeden Dienstag und Freitag
von 11 bis 18 Uhr

- Reibekuchen in leckeren Variationen
- Currypfanne
- Bratwurst mit Kartoffelsalat

„Reibekuchen aus Josef Weißens Hand sind lecker im ganzen Land!“

EICKENDORF 10 · 48317 DRENSTEINFURT · TEL. 0171/1746990

BÜRO & BETRIEB | FAMILIE & DAHEIM

Meyer Menü
LIEFERT LECKER

Ohne Geschmacksverstärker

jedes Menü 7,50 €** inkl. Lieferung und einem Dessert

vom: 07.12. – 13.12.2020 / 50. Woche

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

	Montag, 07.12.2020	Dienstag, 08.12.2020	Mittwoch, 09.12.2020	Donnerstag, 10.12.2020	Freitag, 11.12.2020
Menü 1	Hacksteak “Meisterart” in Pfefferrahmsauce, Kaisergemüse (Blumenkohl, Karotten, Broccoli) und Salzkartoffeln	Pfeffergulasch vom Rind mit Zwiebeln und Paprika, dazu Zöpfli-Nudeln mit Semmelbrösel	Hausgemachte Linsensuppe 2 Wiener Würstchen, dazu 1 Brötchen	Schnitzel “Förster-Art” in Champignonrahmsauce mit Erbsen und Möhren, dazu Bauernspätzle	5 Königsberger Klopse in feiner Kapernsauce mit Salzkartoffeln und Gurkenhappen
Menü 2	Feurige Schaschlikpfanne gegrilltes Schweinefleisch mit Zwiebel- und Paprikastücken, dazu Reis	Hühnerfrikassee mit Spargel und Gemüsereis	Jägerschnitzel “natur” in Champignon-Crèmesauce mit Rosenkohl und Röstkartoffeln	2 Rindfleisch-Gemüsefrikadellen auf einer Karottensauce, dazu Broccoli-Blumenkohlgemüse und Kartoffelpüree	Buntbarschfilet auf Paprikagemüse mariniert mit feinen Kräutern und Pestospaghetti
Menü 3	Makkaroni “alla Bolognese” mit einer herzhaften Tomaten-Hackfleischsauce und Parmesan extra	Chicken Crossies in knuspriger Panade mit Barbecuesauce und Broccoli-Tomaten Nudeln	Rigatoni “al forno” Nudelröllchen in einer Rindfleischsauce mit Gemüse und Pilzen, mit Käse überbacken Nur in Einzelverpackung lieferbar!	Milchreis Sauerkirsch (veg.) mit eingelegten Sauerkirschen	Tagliatelle “al prosciutto” grüne Bandnudeln mit Schinken und Pilzen in milder Sahnesauce
Menü 4	Frischer Grünkohleintopf mit Rauchfleisch und 1 Mettwurst · 2,4 BE	Gedünstetes Seehechtfilet in Petersiliensauce mit Kartoffeln und Spinat · 3,5 BE	Pfefferrahmbraten in feiner Sauce mit Schwarzwurzeln und Salzkartoffeln · 3,3 BE	Rostbratwurst “Thüringer Art” auf Sauerkraut mit Kartoffelpüree · 3,3 BE	Putenrollbraten in feiner Sauce mit Rotkohl und Salzkartoffeln · 3,4 BE
Vegetarisch	Frischkäse-Spinatmaultaschen (veg.) in einer Spinat-Sahnesauce	Senfeier (veg.) mit Petersilienkartoffeln	Pilzgulasch (veg.) in Sahnesauce mit Butternudeln	Winter-Gemüseeintopf (veg.) mit Wirsing, Karotten, Porree, Steckrüben und Grießklößchen, dazu ein kleines Brötchen	Kräuterrührei (veg.) mit Blattspinat und Kartoffelpüree
Kaltes Menü	2 Heringfilets in süß-saurer Apfel-Zwiebelsauce mit Kartoffel-Specksalat ohne Mayonnaise	Geflügelsalat mit Spargel, Champignons und Ananas, dazu Brot und Butter	Griechischer Nudelsalat (veg.) mit Gemüse, Hirtenkäse und Oliven, dazu Olivenbrot und Tsatsiki	Gebratenes Schweinekotelett mit Senf und Kartoffelsalat	Italienischer Pastasalat “Capri” mit frischem Gemüse und gewürfeltem Hähnchenfilet, dazu Olivenbrot und Butter
Salat	Thunfisch Salat bunter Salat mit Thunfisch, Zwiebelringen und Mais, dazu Cocktail-Dressing und 1 kleines Brötchen	Caesar-Salat “Hähnchen” Römersalat mit Hähnchenbrustfilet, Croutons und gehobeltem Grana Padano, dazu Caesar-Salat-Dressing und 1 kleines Brötchen	Frischkäse Salat (veg.) mit Mangold, Spinat, Eisbergsalat, Tomaten, Walnuss-, Pinienkernen und Frischkäse, dazu Honig-Senf Dressing und 1 kleines Vollkornbrötchen	Balkan Salat (veg.) Salat mit Ajvar-Kartoffeln, Paprika, Oliven und Pinienkerne, dazu Cocktail-Dressing und 1 kleines Brötchen	Tortellini Salat (veg.) frischer Salat mit Ricotta-Spinat Tortellini, Gurken, Tomaten, Oliven und roten Zwiebeln, dazu Joghurt Dressing und 1 kleines Brötchen

Überzeugen Sie sich von unseren Vorteilen:

- Mo. – Fr. 7 frisch zubereitete Menüs zur Auswahl
- Zu jedem Menü bekommen Sie ein leckeres Dessert
- 2 Wochenend- und Feiertagsmenüs
- Keine Vertragsbindung und kein Mindestbestellzeitraum
- Kostenlose Anlieferung

Samstags-Menü — Samstag, 12.12.2020
- Puten-Geschnetzeltes in Champignonsauce mit Spiral-Nudeln · 5,2 BE
- Rostbratwurst mit feiner Zwiebelsauce, dazu Rotkohl und Salzkartoffeln · 3,3 BE

Sonntags-Menü — Sonntag, 13.12.2020
- Rheinischer Sauerbraten in feiner Sauce mit Rosenkohl und 5 Kartoffelklößchen · 4,2 BE
- Frischer Möhreneintopf mit Petersilie und 1 Bockwürstchen · 3,2 BE

*nur vom Festnetzanschluss

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

Mein Wohnmobil ist Marke „DIY“

Camper selber bauen

Foto: dpa

Lust auf ein eigenes Wohnmobil, aber nicht genug Geld, sich zumindest ein gebrauchtes zu kaufen? Der Traum von der Freiheit auf vier Rädern kann laut Constantin Hack dennoch für verhältnismäßig wenig Geld wahr werden.

Als Zauberwort nennt der Technik-Redakteur und Wohnmobil-Experte des Auto Club Europa (ACE): „DIY“ – „Do it yourself“. Am Anfang steht dabei die Suche nach einer geeigneten Basis für den Ausbau. Allerdings hat die Corona-Krise hier allgemein zu einem deutlichen Preisanstieg geführt.

„Echte Schnäppchen sind deshalb im Augenblick kaum zu finden, vielmehr werden immer wieder ziemlich grottige Fahrzeuge zu überhöhten Preisen angeboten“, so der Experte. Er rät, in der Suchfunktion einer der großen Automobil-Börsen keine bestimmte Marke oder kein bestimmtes Modell einzugeben, sondern das verfügbare Budget und die Fahrzeugklasse. Meistens firmiere die dann unter Transporter. Zur Besichtigung sollte dann unbedingt jemand mitkommen, der sich mit der Materie auskennt. Oder man lässt das Fahrzeug im Rahmen einen Gebrauchtwagenchecks unter die Lupe nehmen.

Modelle, die grundsätzlich als Basis in Frage kommen können, sind zum Beispiel Mercedes Sprinter, Ford Transit und gerade günstige Fiat Ducato. Wenn es eine Nummer kleiner sein soll, eignen sich Modelle wie VW Caddy, Renault Kangoo oder Ford Tourneo als Mikrocamper. Fündig werden kann man auch etwa bei einer Zoll-Auktion, wo unter anderem ehemalige Behördenfahrzeugen versteigert werden, oder bei Firmen wie DHL: Durch Erneuerung der Flotte gelangen nach einer gewissen Zeit Modelle zur Versteigerung oder in den Verkauf.

Abseits befestigter Straßen ein Muss: Allradantrieb. „Da kann dann zum Beispiel ein Unimog das passende Fahrzeug sein oder auch kleinerer Laster von Mercedes, wie er normalerweise bei der Bundeswehr eingesetzt wird“, so Hack.

Allerdings müsse man berücksichtigen, dass viele Behördenfahrzeuge häufig komplett verglast seien, was den Innenausbau schwierig bis unmöglich mache. Zudem heizen sich diese Fahrzeuge extrem auf. Klassische Lieferfahrzeuge ohne oder mit kleinen respektive wenigen Scheiben eignen sich zum Ausbau deutlich besser. Scheiben lassen sich nachrüsten.

Was den Ausbau nach eigenen Vorstellungen grundsätzlich etwas kompliziert macht: Bei Tüv und Co. existiert keine einheitliche Definition eines Wohnmobils, bemängelt Hack. Grundsätzlich sei es daher dringend anzuraten vor dem Ausbaus mit der Prüfstelle zu sprechen, bei der man später auch die Abnahme machen lassen wolle. „Ansonsten kann es bei der Abnahme ein böses Erwachen geben – dann, wenn man mir die Zulassung als Wohnmobil verweigert“, so Hack.

Viele der Basisfahrzeuge haben einen großvolumigen Diesel. Das bedeutet eine hohe Kfz-Steuer. „Für ein als Wohnmobil zugelassenes Fahrzeug dagegen fällt diese Steuer deutlich günstiger aus“, weiß Hack.

Der Experte warnt aber davor, an der falschen Stelle zu sparen: „Viele versuchen, ihre Vorstellungen mit möglichst simplen Mitteln umzusetzen und verzichten auf teurere Bauteile aus dem Fachhandel.“ Dabei werde aber vergessen, dass ein Wohnmobil gewissen Erschütterungen ausgesetzt ist, was entsprechende Lösungen verlange. Der Kühlschrank etwa, den man zuhause habe, gehöre auf keinen Fall in ein Wohnmobil. Schließlich kann er, je nach Stellplatz, auch schon mal in Schräglage geraten. Dafür braucht es dann ein Modell aus dem Zubehörhandel, das mit solchen Bedingungen klarkommt.

„Weil zum Beispiel Toilette und Bad von keiner Prüfstelle verlangt werden, verzichtet manch einer einfach auf die sanitären Anlagen“, sagt Hack. Allerdings seien im Corona-Sommer auf vielen Campingplätzen die Sanitäranlagen gesperrt gewesen. Wohnmobilen ohne Sanitärausstattung wurden nicht eingelassen.

Hack schätzt, dass man mit einem Budget von knapp 5000 Euro für die Basis sowie 2000 Euro für den Ausbau bereits ein wohnliches Wohnmobil bekommen kann, einige Abstriche beim Komfort und eine gewisse handwerkliche Geschicklichkeit immer vorausgesetzt. „Das Gros der DIY-Bauer dürfte aber zwischen 10 bis 20 000 Euro in die Basis und noch einmal 5000 bis 10 000 Euro in den Ausbau investieren.“ (dpa)

Kurz notiert

Zahlt die Vollkasko nach Unfall?

Wer sich einen stärkeren Motor in sein Fahrzeug einbauen lässt, sollte das unbedingt auch seiner Versicherung mitteilen. Ansonsten kann diese nach einem Unfall einen erheblichen Teil ihrer Leistungen kürzen. Das zeigt ein Urteil des Oberlandesgerichts Saarbrücken (Az.: 5 U 64/19), über das die Arbeitsgemeinschaft Verkehrsrecht des Deutschen Anwaltvereins (DAV) berichtet. (dpa)

Kuh beschädigt falsch parkendes Auto

Will ein Landwirt sein Vieh von einer Fläche zu einer anderen treiben, muss er dabei sehr vorsichtig sein. Denn wenn die Tiere unterwegs Autos beschädigen, muss ihr Besitzer auch dann haften, wenn ein Wagen verbotenerweise abgestellt war. Das zeigt laut der Arbeitsgemeinschaft Verkehrsrecht des Deutschen Anwaltvereins (DAV) ein Urteil des Landgerichts Koblenz (Az.: 13 S 45/19). (dpa)

Rund jeder Vierte mit Mängeln

Gut jedes vierte Auto (28,7 Prozent) fährt mit Mängeln an der Beleuchtung auf den Straßen. Das zeigt eine Statistik der Deutschen Verkehrswacht (DVW) und des Zentralverbands Deutsches Kraftfahrzeuggewerbe (ZDK) im Rahmen der Aktion Licht-Test 2020.Damit liegt die Quote in etwa auf Vorjahresniveau (28,8 Prozent). Defekte Hauptscheinwerfer haben die Nase vorn. (dpa)

Kein Durchdrehen und Rutschen

Richtig Autofahren auf Schnee

Winterwunderland oder weiße Hölle? Schneebedeckte Straßen können für Autofahrer rasch gefährlich werden.

Gut durchzukommen beginnt schon beim Anfahren, erläutert der Automobilclub von Deutschland (AvD). Drehen die Vorderräder durch, wählen Autofahrer bei einem Schaltgetriebe den zweiten Gang, um dem Schlupf entgegenzuwirken. Dabei ist aber ein feinfühliges Betätigen von Kupplung und Gaspedal gefragt, ansonsten würgt man den Motor ab. Spurwechsel können Schweißperlen auf die Stirn treiben, wenn zwischen den Fahrstreifen eine dicke Wulst aus Schnee liegt. Am besten erhöhen Fahrer vorher das Tempo leicht, nehmen dann den Fuß vom Gas und lassen das Auto mit Gefühl auf die andere Spur rollen. Bei Fahrzeugen mit Schaltgetriebe sollte man auch die Kupplung getreten lassen. Das mindert die auf die Räder wirkenden Antriebskräfte und baut dem Automobilclub zufolge ein Höchstmaß an Seitenführung auf.

Wer dennoch ins Rutschen kommt, sollte immer den Fuß vom Gas nehmen und falls vorhanden die Kupplung treten. Zugleich gilt es, den Einschlag der Lenkung etwas zurücknehmen. Das reicht laut AvD oft schon aus, um den Wagen wieder auf den gewünschten Kurs zu bringen. (dpa)

Foto: dpa

So bleibt das Auto im Winter geschützt

Salzreste, die sich durch den Unterboden knuspern oder blühende Rostpickel, die Blechkleid beflecken? Ja, im schlimmsten Fall können Streusalzreste im Winter Korrosion am Auto verursachen oder beschleunigen. Regelmäßige Besuche in der Waschanlage können das Risiko reduzieren, so der Auto Club Europa (ACE). Doch wie oft ist oft genug?

Das hängt davon ab, wie oft und wo Sie das Auto im Winter fahren. Wird auf den typischen Routen oft gestreut, muss häufiger gewaschen werden. Als Faustregel rät der ACE Vielfahrern zur wöchentlichen Wäsche. Ansonsten genügt allen, die weniger fahren, ein oder zwei Mal im Monat die Waschstraßenfahrt.

Wichtig: Beim Waschprogramm eine Unterbodenwäsche wählen. Ansonsten reicht aber eine günstigere Wäsche, dafür lieber häufiger. Schnee, Dreck und Salzreste sollten Sie aber unbedingt vor dem Waschgang mit warmen Wasser aus dem Hochdruckreiniger abspülen. Ansonsten können Dreck- und Salzreste in der Waschanlage Kratzer verursachen, warnt der ACE. (dpa)

Südstraße 33
59387 Ascheberg-Herbern
Telefon 0 25 99/4 44

Öffnungszeiten:
Mittwoch bis Sonntag von 17.00 bis 20.30 Uhr
Sonntags von 11.30 bis 13.30 Uhr

Jetzt schon an Weihnachten denken und das besondere Fest planen!
Bestellen Sie bitte bis zum 20. Dezember vor!

Gasthof Deitermann

Unsere Speisekarte für den 1. und 2. Weihnachtstag

1. Wildragout „Diana“ feines Wildragout mit nordischen Pilzen, Spätzle und gefüllter Preiselbeer-Birne 17,00 €
2. Hähnchenschnitzel in Knusperpanade mit fruchtiger Currysauce, Kroketten und Salat 15,00 €
3. „Waldpilzpfanne“ Schweinemedaillons mit Waldpilzrahmsauce, Röstitaler und Mandelbrokkoli 16,00 €
4. Rumpsteak mit Kräuterbutter und Schmorzwiebeln, Pommes und Salat 20,50 €
5. Pfefferlendchen Lendchen in pikanter Pfeffersauce mit Röstitaler und Salat 15,00 €
6. Schweineschnitzel mit frischen Champignons, Sauce Bearnaise dazu Pommes und Salat 15,50 €
7. Hirschkalbsbraten mit Pfifferlingen, gefüllter Preiselbeer-Birne mit Apfelrotkohl und Kartoffelklöße 18,00 €
8. Rindfleisch mit Zwiebelsauce dazu Salzkartoffeln und Salat 14,00 €
9. Herrencreme 4,00€

1. und 2. Weihnachtstag
von 12 Uhr bis 14 Uhr
und von
17 Uhr bis 20 Uhr

Bestellungen
bis zum 20. 12. 2020
unter 0 25 99/444

Weihnachten „to go“

Heizöl · Diesel · Flüssiggas
STALJAN
Am Bahnhof 10 · Rinkerode
02538 - 8011
Getränkemarkt · Landhandel

Vorweihnachtliches Gebäck

Very british

Andere Länder, andere Sitten: Bei uns weniger bekannt, sind Mince Pies in England geradezu berühmt.

„Mince“ leitet sich von „Minced Meat“ ab. Das bedeutet übersetzt „Hackfleisch“. Obwohl sich keine Spur von Fleisch in den süßen Weihnachtsküchlein befindet.

Zur Zubereitung:

★ Aus Mehl, Salz, Butter, Zucker und Wasser einen Knetteig erstellen. Diesen in Folie gewickelt in den Kühlschrank legen.

★ Währenddessen Äpfel und Aprikosen, gegebenenfalls auch Rosinen (je nach Größe) in kleine Würfel schneiden.

★ Alle Zutaten für die Füllung in einen Topf geben und circa 30 Minuten sanft köcheln lassen.

★ Weichgekochte Fruchtmischung komplett (oder nur einen Teil davon) pürieren und abkühlen lassen.

★ Muffins- oder Pieform mit Butter auspinseln.

★ Teig dünn ausrollen.

★ Mit einem runden Ausstecher zwölf Kreise ausstechen.

★ Ausgestochenen Teig in die Vertiefungen der Muffinsform legen und leicht andrücken.

★ Ausgekühlte Fruchtfüllung hineingeben und aus dem übrig gebliebenen Mürbeteig Sterne ausstechen und auf der Füllung platzieren.

★ Mince Pies vor dem Backen mit verquirltem Ei bestreichen und bei 170 Grad circa 25 Minuten backen.

★ Nach dem Auskühlen aus der Form lösen und mit Puderzucker bestreuen. (Rezept: www.die-frau-am-grill.de)

Foto: Matthias Würfl

Rezept der Woche

Mince Pies

Einkauf

Zutaten für zwölf Portionen

★ 300 g Mehl
★ 1 Prise Salz
★ 30 g Zucker
★ 180 g Butter
★ 60 ml Wasser oder Fruchtsaft
★ 250 g Äpfel (geschält und vom Kerngehäuse befreit)
★ 50 g geröstete & gehackte Haselnüsse
★ 50 g getrocknete Cranberries
★ 60 g Rosinen
★ 60 g getrocknete Aprikosen
★ 1 TL Zimt
★ 0,25 TL geriebene Muskatnuss
★ 1 EL Rum
★ 150 ml Traubensaft
★ 1 Orange (Saft davon)
★ 1 Ei zum Bepinseln
★ 2 EL Puderzucker

ANZEIGE

++ Wintertipp ++

Für eine gesunde Haut

Wer unter Hautirritationen leidet, probiert oftmals unzählige Cremes oder Salben aus – oft vergeblich. Derma-Experten raten stattdessen, die Haut von innen zu unterstützen!

Wer sich eine gesunde Haut wünscht, sollte Kijimea Derma ausprobieren. Das Präparat wurde speziell entwickelt, um ein gesundes Hautbild von innen heraus zu unterstützen. Es enthält Vitamin B2 und Biotin, die eine gesunde Haut fördern, sowie die Mikrokultur L. salivarius, die Hautbildirritationen reduzieren kann.

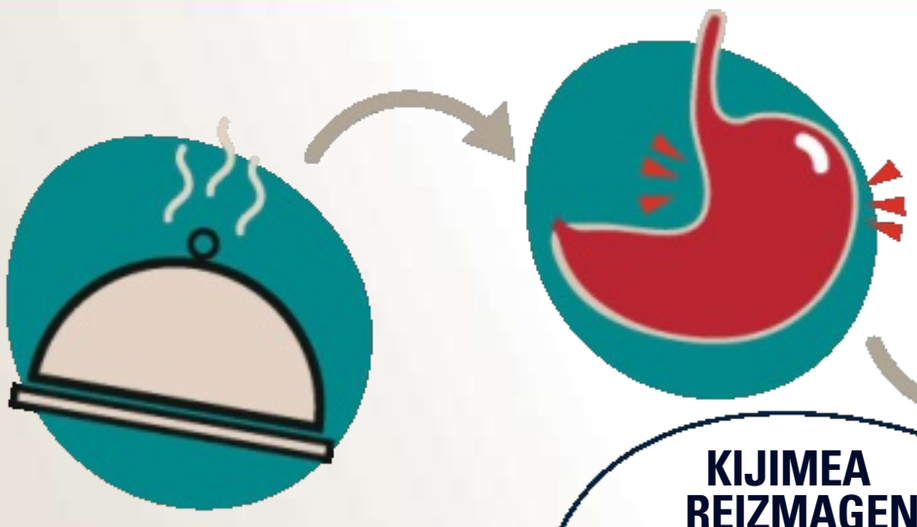
Für Ihre Apotheke:
Kijimea Derma
(PZN 13656073)

www.kijimea.de

(Abbildung Betroffenen nachempfunden)

Was tun bei Magenschmerzen, Völlegefühl, Übelkeit?

Forscher entwickeln innovatives Medizinprodukt



Ein leckeres Frühstück mit Freunden oder abends in ein schickes Restaurant – für Menschen mit Reizmagen kann das zur echten Belastungsprobe werden. Ihr Magen reagiert auf den Verzehr von bestimmten Lebensmitteln mit Symptomen wie Magenschmerzen, Völlegefühl oder Übelkeit. Forscher haben nun ein Medizinprodukt (Kijimea Reizmagen, Apotheke) entwickelt, welches Abhilfe verspricht.

Reizmagen – die häufigste Ursache

Wissenschaftler sind sich mittlerweile einig, dass bei einem Reizmagen häufig der Nahrungsbrei zu lange im Magen verweilt. Die typische Folge: Völlegefühl und Übelkeit. Dazu reagiert der Körper darauf mit der Produktion zusätzlicher Magensäure. Diese kann den Magen bzw. die Magenschleimhaut reizen und sogar zu Magenschmerzen führen.

Schnelle Hilfe dank Enzym-Komplex

Deutsche Wissenschaftler haben nun ein Medizinprodukt entwickelt, welches genau hier ansetzt (Kijimea Reizmagen, Apotheke). Die in Kijimea Reizmagen enthaltenen, magenspezifischen Enzyme zerkleinern den Nahrungsbrei und sorgen dafür, dass dieser den Magen wieder schneller verlassen kann. Der Magen wird so wieder entlastet, Symptome wie Völlegefühl und Übelkeit gehen zurück. Das zusätzlich enthaltene Calciumcarbonat neutralisiert zudem die überschüssige Magensäure, wodurch sich die Magenschleimhaut beruhigen kann und folglich die Magenschmerzen zurückgehen. Kijimea Reizmagen erhalten Sie rezeptfrei in Ihrer Apotheke. Nebenwirkungen sind nicht bekannt.

KIJIMEA REIZMAGEN AUF EINEN BLICK:

✓ Magenspezifische Enzyme zerkleinern die Nahrung.
✓ Überschüssige Magensäure wird neutralisiert.
✓ Der Magen wird entlastet.

bekannt aus dem TV

Für Ihre Apotheke:
KIJIMEA REIZMAGEN
(PZN 13743760)

www.kijimea.de

Die Kraft der Aloe Vera

Pflegeleichte Heilpflanze

Sie soll soll Sonnenbrand lindern, die Haut pflegen und sogar die Darmtätigkeit anregen: Aloe vera gilt in vielen Kulturen seit jeher als Heilmittel. Die Liste ihrer Fans ist lang und reicht von Kleopatra bis Sebastian Kneipp.

Die Wirksamkeit von Aloe vera wurde schon auf sumerischen Tafeln beschrieben, weiß Stephanie Gasper. Die Sammlungsbereichsleiterin für den Bereich Kakteen- und andere Sukkulente im Botanischen Garten und Botanischen Museum Berlin erzählt: „Alexander dem Großem riet man, die Insel Sokotra zu erobern, um sich die Aloe für die Wundheilung zu sichern. Und in den arabischen Ländern gilt sie als Symbol des vollkommenen Glücks“.

Bis heute wird die Heilpflanze aufgrund ihrer Inhaltsstoffe geschätzt. Für Ulrich Haage vom Bundesverband Einzelhandelsgärtner ist dies aber nicht der einzige Grund, um eine Aloe vera als Zimmer- oder Balkonpflanze zu haben. „Die Aloe vera ist nicht nur eine praktische, sondern auch eine pflegeleichte und sehr genügsame Pflanze, die sehr schön blühen kann“, sagt der Kakteengärtner. Botanisch gesehen ist die Echte Aloe ein Affodillgewächs und eine von mehr als 500 Arten der Gattung Aloe. „Aloen gibt es in vielen unterschiedlichen Formen – von baumförmig bis rosettenartig. Die meisten Arten wachsen von Südafrika und Madagaskar bis zur arabischen Halbinsel“, sagt Nils Köster, Kustos für tropische und subtropische Lebendsammlungen des Botanischen Gartens und Botanischen Museums Berlin.

Nicht nur eine Zimmerpflanze

Typisch für die Echte Aloe sind ihre geraden, bis zu 40 Zentimeter langen, fleischigen Blätter, die Wasser speichern können und als Rosetten nahezu auf dem Boden aufliegen. Ein gutes Erkennungsmerkmal: „Am Rand ihrer Blätter hat Aloe vera einige kurze, recht stumpfe und meist weiße Stacheln“, erklärt der Kustos.

Die exotische Aloe vera hingegen eignet sich nicht nur als Zimmerpflanze. „Im Sommer kann sie problemlos draußen auf dem Balkon oder Terrasse gehalten werden“, sagt Haage. Für drinnen empfiehlt er einen möglichst hellen Standort.

Steht Aloe vera draußen, werden ihre Blätter durch das Sonnenlicht rötlich. „An sehr sonnigen Tagen kann die Pflanze einen Sonnenbrand bekommen. Daher ist es ratsam, sie in heißen Sommern zu schattieren“, sagt Haage.

An das Substrat stellt das Affodillgewächs keine großen Ansprüche. Grundsätzlich könne eine Aloe in Blumenerde gedeihen, wenn diese torffrei sei, sagt Haage. Sein Tipp: Kakteenerde oder eine Beimischung von mineralischen Materialien wie Bims, gebrochenem Kies und Perlit. (dpa)

Aloe vera sieht nicht nur schön aus. Sie ist auch eine Heilpflanze. Foto: Jens Schierenbeck

»Aloen gibt es in vielen unterschiedlichen Formen – von baumförmig bis rosettenartig«

Nils Köster, Botanischer Garten Berlin

Struktur für den Garten

Neben seinen attraktiven Blütenrispen, die im warmen Sommer einen angenehmen, ätherischen Duft verbreiten, überzeugt Englischer Lavendel auch mit seinem graugrünlichen Laub. Dieses trägt er rund ums Jahr und gibt dem Garten somit auch im blütenlosen Zustand Farbe und wichtige Struktur – das spielt vor allem im Winter eine wichtige Rolle, wenn die meisten Gehölze ihre Blätter verlieren und die Stauden eingezogen sind. „Als Halbstrauch neigt Lavendel dazu, zu verkahlen. Das bedeutet, er bildet mit der Zeit dicke Stämme, die weder Blätter noch Triebe tragen. Damit das nicht passiert, ist zweimal im Jahr – im Frühling und im Spätsommer - ein mutiger Schnitt wichtig“, weiß Müller von Helix Pflanzen. „Dann bildet Lavendel attraktive Polster, die so dicht sind, dass Unkraut keine Chance hat. Vor allem für den Vorgarten, den sich viele Hausbesitzer möglichst pflegeleicht wünschen, ist Lavendel aus diesem Grund besonders empfehlenswert.“ Pflanzzeit ist im Frühling und Herbst. (Helix)

Weihnachtsbaumverkauf

Nordmanntanne bleibt Weihnachtsklassiker

Der richtige Baum zum Fest

Ein festlicher Christbaum gehört zu Weihnachten wie die Eiersuche zu Ostern. Jede Familie schmückt ihren Tannenbaum individuell – der Baum selbst aber ist in vielen Wohnungen von derselben Sorte: Die meisten Deutschen setzen auf Nordmanntannen.

Und das hat seinen Grund: „Eine Nordmanntanne bringt alles mit, was den Weihnachtsbaum ausmacht“, sagt Eberhard Hennecke, Vorsitzender der Fachgruppe Weihnachtsbaum- und Schnittgrünerzeuger im Gartenbauverband Nordrhein-Westfalen. „Sie hat neben der schlanken, pyramidalen – also idealen – Wuchsform eine ausgeprägt grüne Farbe sowie eine gute Nadelhaltbarkeit.“

Kauft man seinen Weihnachtsbaum direkt beim Erzeuger, kann man den Baum unter Umständen sogar selbst schlagen. Foto: Florian Schuh

Auch bei der Haltbarkeit insgesamt kann die Nordmanntanne punkten. „Sie übersteht ohne Probleme die Weihnachtszeit, auch wenn man sie schon zwei, drei Wochen vor Weihnachten aufstellt“, sagt Saskia Blümel, Geschäftsführerin des Bundesverbandes der Weihnachtsbaum- und Schnittgrünerzeuger in Deutschland. „Die Nadeln piksen nicht, was natürlich das Schmücken angenehm macht, vor allem für Kinder.“

Hennecke, der einen Betrieb im Sauerland hat, benennt aber auch ihr einziges Manko: „Den Duft, den man sich vom Baum im Wohnzimmer wünscht, den gibt sie leider nicht her.“

Den typischen Tannenduft bietet dagegen die Blaufichte, auch Blautanne genannt, erklärt Blümel. Auch Nobilistanne oder Rotfichte sind Alternativen. Die Nadeln von Blau- und Rotfichte piksen jedoch. Die Blautanne ist noch recht gut zu bekommen, ihr Marktanteil liegt laut Blümel in Deutschland bei rund 15 Prozent. Preislich rangiert sie – wie die Rotfichte – etwas unterhalb der Nordmanntanne.

Nach einer Nobilistanne, die auch als Edeltanne bekannt ist, muss der Verbraucher dagegen womöglich länger suchen. „Sie ist sehr schwer zu produzieren“, sagt Hennecke. „Aus ihr wird meist nur Tannengrün gemacht. Man kennt sie vor allem von Adventskränzen.“ Als ganzer Baum liegt die Nobilistanne geringfügig höher im Preis als die Nordmanntanne. „Bei einem Zwei-Meter-Baum sind das etwa drei, vier Euro“, sagt Hennecke. „Aber sie ist eben nicht überall zu bekommen.“ (dpa)

Weihnachtsbäume
aus eigenen Blaufichtenkulturen in allen Größen und Preislagen ab Hof zu verkaufen.
Auch zum Selberschlagen.
Durchgehend geöffnet.
Hof Jeymann
Rieth 9 · 48317 Drensteinfurt · Telefon 0 25 08 / 1231
Verkauf an allen 7 Tagen!

Weihnachtsbaumverkauf
im Innenhof der Galerie M8
Mühlenstraße 8
48317 Drensteinfurt
Tel.: 0 25 08 - 99 37 34
Sauerländer Bäume aus naturnahem Anbau!
Verkauf am 2. Adventswochenende
und vom 13. bis 23. Dezember
durchgehend, auch sonntags.
Auch zum Vorbestellen mit Wunschtermin.

Echte Drensteinfurter
Weihnachtsbäume
Aus eigener Kultur.
FRISCHE ab Feld,
auch zum Selbersägen,
täglich ab 10.00 Uhr oder
tel. Absprache, Heiligabend bis 12.00 Uhr.
Kuhlmann
48317 Drensteinfurt · Ossenbeck 6 a
Telefon 0 25 08/72 91 · 01 72/5 82 46 46
ab Tankstelle Q1 Drensteinfurt – B 58 – Richtung Ascheberg, nach 900 m links in die Bauernschaft Ossenbeck

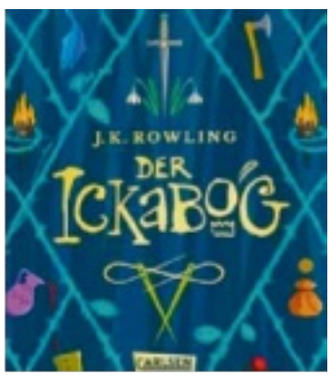
Auch zum Selbersägen aus eigener Kultur
nur Draußen-Angebote AHA-Regeln im Blick
tägl. 9.30 – 17.30 Uhr auch Sa & So
Weihnachtsbäume
vom Hof Große Wöstmann
Hiltrup 3 km Richt. Rinkerode beschildert
www.hof-grosse-wöstmann.de

Lieferung frei Haus*
WEIHNACHTSBÄUME!
GESCHLAGEN oder zum SELBERSCHLAGEN im Weihnachtswäldchen direkt am Hof Schulze Rötering!
Prozessionsweg 115 · 59227 Ahlen
Telefon 0 23 82 - 27 42
www.schulze-roetering.de
* Ahlen, Sendenhorst, Drensteinfurt

Weihnachtsbäume
Aus eigenen Kulturen!
Nordmanntannen und Edeltannen
Verkauf bis Heiligabend 14.00 Uhr
Baumschulen Hülsbusch
Baumschulenweg 21 · Lüdinghausen · Telefon 0 25 91/4159

Für Bücherwürmer

Ein ganz besonderes Märchen



Schlaraffien war einst das glücklichste Königreich der Welt. Alles war perfekt – wenn man einmal vom nebligen Marschland im Norden absieht, wo einer Legende nach der schreckliche Ickabog haust. Natürlich weiß jeder, dass der Ickabog nur ein Mythos ist, mit dem man kleinen Kindern Angst macht. Kann ein Mythos zur Absetzung eines beliebten Königs führen? Kann er ein Land an den Rand des Verderbens bringen? Und kann er zwei Kinder völlig unerwartet in ein gefährliches Abenteuer stürzen?

Carlsen-Verlag, 352 Seiten
20 Euro

FAZIT: ★★★★☆

Für Couchpotatoes

Harry Potter und die Heligtümer des Todes

Lord Voldemort (Ralph Fiennes) hat das Ministerium für Hexerei und Zauberei infiltriert und schwört nun seine Jünger darauf ein, seinen Erzfeind Harry Potter (Daniel Radcliffe) zu fangen. Dagegen stellt „Mad-Eye" Moody (Brendan Gleeson) dem Nachwuchsmagier zur Sicherheit mittels eines Gebräus (das aber leider nach „Koboldpisse" schmeckt) sechs Doppelgänger zur Seite. Nun müssen Harry, Hermine (Emma Watson) und Ron (Rupert Grint) nur noch die Horkruxe finden, die Voldemorts Seele enthalten. Deren Vernichtung könnte Hogwarts vielleicht noch retten.

Fantasyabenteuer, GB/USA 2010
mit Daniel Radcliffe
heute, 20.15 Uhr, SAT.1

FAZIT: ★★★★☆

Snapchat-Videos ins Rampenlicht rücken

Liken ausdrücklich erwünscht

Besonders gelungene Videos lassen sich bei Snapchat ab sofort mit einem ganz großen Publikum teilen – nämlich mit allen Nutzerinnen und Nutzern.

Wer macht die besten Videos? Mit Spotlight eifert Snapchat unter anderem Tiktok nach. Foto: dpa

Diese neue Funktion für die Android- und iOS-App nennt der Anbieter Spotlight.

Sie taucht als Wahlmöglichkeit auf, sobald man den „Senden"-Button angetippt hat. Bevor man den eigenen Beitrag ins Rampenlicht schubst, kann man ihn noch mit einem Hashtag versehen.

Spotlight-Inhalte werden den Angaben nach moderiert und sind nicht öffentlich kommentierbar. Teilen und Liken sind dagegen möglich und ausdrücklich erwünscht. Schließlich soll es in der Community einen kreativen Wettstreit über die besten Video-Snaps geben – ein Grundgedanke, der etwa auch bei ähnlichen Diensten wie Tiktok, Triller oder Instagram Reel im Vordergrund steht.

Die ursprünglichen Snapchat-Funktionen leben davon, dass die Inhalte wieder verschwanden, kurz nachdem sie angeschaut worden sind. Bei Foto-Snaps an Freunde ist das beispielsweise schon nach wenigen Sekunden der Fall. Snap-Storys, das sind zusammengestellte Abfolgen von Fotos oder Kurzvideos, bleiben nur 24 Stunden sichtbar.

Snapchat weist Nutzerinnen und Nutzer ausdrücklich darauf hin, dass an Spotlight gesendete Snaps als öffentlich Inhalte gelten und auch außerhalb der Plattform geteilt werden und auftauchen können. Wer kalte Füße bekommen hat und einen Rückzieher machen will, kann seinen geteilten Snap aber immerhin wieder aus Spotlight löschen. (dpa)

Zauberhafte Weihnachten

Weihnachtsgeschenke für Kinder und Jugendliche

Wünsche zu erfüllen macht Freude

Kinder haben nicht selten eine lange Wunschliste, die sie an den Weihnachtsmann adressieren. Neben den neuesten Spielzeugen und Kuscheltieren sind ebenso Bücher bei kleineren Kindern beliebt. Kinder, die sich in ihrem ersten Schuljahr befinden, benötigen häufig eine Vielzahl an verschiedenen Schulutensilien. Da im Schulalltag versehentlich Gegenstände wie Stifte beschädigt werden oder verloren gehen, ist stets Nachschub erforderlich. Ältere Kinder und Teenager freuen sich über technische Geräte wie Smartphones, Tablets, Notebooks oder Spielekonsolen als Geschenk zu Weihnachten. Aber auch die neusten Modetrends wollen, sowohl von Jungen als auch Mädchen, verfolgt werden. Da in der Pubertät häufig das erste Mal mit Kosmetikprodukten experimentiert wird, kann ein Make-Up Set mit passendem Zubehör ein geeignetes Weihnachtsgeschenk sein. Vor einer besonderen Herausforderung werden Eltern beim Beschenken von Jugendlichen gestellt, da sich ihre Interessen und Hobbies häufig innerhalb kürzester Zeit verändern. Daher sollte man sich vor dem Einkauf der Weihnachtsgeschenke ausführlich mit den derzeitigen Interessen der Kinder beschäftigen und darauf achten, über welche Themen oder Gegenstände der Nachwuchs oft spricht. Mit dem Übergang vom Kinder- zum Teenageralter wird meist auch das Kinderzimmer zu einem Jugendzimmer umgestaltet. Die Einrichtung eines altersgerechten Zimmers mit der Anschaffung neuer Möbelstücke ist häufig kostenintensiv. Mit der Beteiligung von mehreren Familienmitgliedern lässt sich der Wunsch nach einem neu gestalteten Zimmer an Weihnachten erfüllen. Auch Mitgliedschaften in Sportvereinen und Fitnessstudios sind beliebte Geschenkideen für junge Erwachsene. Ebenso hat sich das Verschenken von Gutscheinen bewährt. Dies können gemeinsame Events wie Kino- und Zoobesuch oder eine Einladung zu einem Essen beim Lieblingsitaliener sein. (LZS)

Kinder und Jugendliche haben oft eine ganz lange Liste von Wünschen. Viele davon lassen sich auch über Gutscheine erfüllen, da der Nachwuchs dann einfach mit aussuchen kann. Foto: LZS

Kurz notiert

Rutschiger Boden schadet Gelenken

Treppen sind schlecht für Hundegelenke, das weiß fast jeder Besitzer. Einige erlauben ihren Tieren daher nur, sich im Erdgeschoss aufzuhalten. Doch auch hier lauert für einen Hund mit Gelenkproblemen Gefahr: rutschige Böden aus Fließen oder Marmor. Hunde, die Gelenkprobleme haben oder womöglich sogar orthopädisch frisch operiert sind, sollten auf solchen Böden keinesfalls schlittern, rät der Tierarzt Andreas Zohmann. „Das ist Gift für die Heilung einer Gelenkverletzung.“ Abhilfe schaffen ist einfach: „Schon alte Teppichfetzen reichen aus, um dem Hund für seine Laufwege Brücken zu legen“, rät Zohmann. (dpa)

Fütterung langsam umstellen

Wenn ein Welpe einzieht, ist für ihn alles anders. Deshalb sollte man ihm wenigstens eine Zeit lang das bewährte Futter weiter kredenzen. Darauf weist Sonja Krämer von der Tierärztlichen Vereinigung für Tierschutz hin. Der Verdauungstrakt des Tieres ist empfindlich. Mindestens eine Woche lang ist es demnach ratsam, das Futter und den Rhythmus des Züchters beizubehalten. (dpa)

Die Sprache der Kaninchen verstehen

Langohr will spielen

Stupst das Kaninchen seinen Halter mit der Nase an, ist dies ein gutes Zeichen.

Das Tier fühlt sich rundum wohl und sehr sicher. Denn so zeigen Kaninchen, dass sie spielen wollen, erklärt der Industrieverband Heimtierbedarf (IVH).

Wer die Sprache der Tiere versteht, kann viel besser auf ihre Bedürfnisse eingehen. Und sich bei Nasenstupsern freuen und geschmeichelt fühlen. Auch ausgelassenes Herumspringen und neugieriges Erkunden der Umgebung sind gute Zeichen.

Wälzt sich das Kaninchen und zeigt seinen Bauch ungeschützt, hat es Vertrauen und fühlt sich gut. Manchmal lecken die Tiere sogar die Hand des Besitzers, der dann offiziell zur Kaninchensippe gehört. Auch durch leises Zähnemahlen drücken die Tiere Wohlbefinden aus – etwa beim Streicheln oder Bürsten.

Geht es dem Kaninchen hingegen nicht gut und hat es beispielsweise Schmerzen, zeigt es das durch lautes Zähneknirschen. Dabei ist die Körperhaltung angespannt, das Tier nervös. Unter Umständen verhält es sich auch apathisch und sein Blick ist getrübt. Dann sollten Halter schnell handeln und das Kaninchen zum Tierarzt bringen. (dpa)

Nasenstupser und leichtes Zähnemahlen sind bei Kaninchen ein Zeichen für Wohlbefinden. Foto: dpa

– Anzeigen-Sonderveröffentlichung –

Ich kauf gern in Ahlen!

Samstags in Ahlen!

Werbegemeinschaft Ahlen

Festliche Tafel

Was für Kinder die Geschenke, sind für Erwachsene zu Weihnachten die festlichen Mahlzeiten. Mit der feinen Tischinszenierung im lockeren und gemütlichen Junto-Look wird jede einzelne zu einer kleinen Bescherung. Dieses hat das Porzellanhaus Ostermann in der Ahlener Oststraße derzeit im Angebot. Das Service aus dem Hause Rosenthal gibt es in den Farben Ocean Blue, Pearl Grey, Opal Green und Aquamarine. Sie werden immer weiter ergänzt und sind so auch für Sammler interessant. Die Stücke machen den Esstisch zu einem Ort der Lebensfreude und des Wohlbefindens, indem sie Klarheit und Weite ausstrahlen. Sie verbinden auf innovative Weise die Menschen und ihre Liebe für gutes Essen.

Mit Junto wird die Mahlzeit zur Bescherung.

Wein liefern lassen

Die telefonische Vorbestellung bietet das Weinhaus Schulz schon seit einigen Jahren an. Schließlich kann man so die Wartezeit im Geschäft an der Südstraße verkürzen. In Pandemiezeiten gewinnt dieser Service an Bedeutung. „Auch die persönliche Beratung kann am Telefon stattfinden“, erläutert Inhaber Marcus Schulz. Ihm und seinem Team liegt auch der Lieferservice sehr am Herzen. Er verhindert in der Coronazeit weitere Kontakte. „Wir freuen uns aber weiterhin auf jeden Kunden, der sich in unserem Geschäft umsehen und inspirieren lassen will“, sagt Marcus Schulz. Er bedankt sich für das Verständnis seiner Kunden.

Marcus Schulz nimmt Bestellungen auch telefonisch entgegen.

Ich kauf gern in Ahlen!

Samstags in Ahlen!

Werbegemeinschaft Ahlen

Stimmungsvoller Geschenkeinkauf

Weihnachtszauber ist spürbar

Der Advent ist da. Und auch wenn Weihnachtsfeiern mit Freunden und Arbeitskollegen genauso ausfallen müssen wie der Besuch des Adventsmarktes, ist der Zauber dieser Zeit deutlich spürbar. Wer am späten Nachmittag oder in den Abendstunden durch die Ahlener Innenstadt schlendert, sieht es überall glitzern und funkeln. Die Weihnachtsbeleuchtung kommt in diesem ungewöhnlichen, so stillen Dezember noch mehr zur Geltung.

Aber nicht nur die Weihnachtsbeleuchtung sorgt für den speziellen Weihnachtszauber. Die Händler haben sich viel Mühe gegeben, ihre Schaufenster stimmungsvoll in Szene zu setzen. Und gleichzeitig die passende Inspiration für die Kunden zu liefern. Da kommt doch Freude auf beim Geschenkeinkauf.

„Ahlen bietet ein umfassendes Angebot in allen Bereichen. Hier kann man jedes Produkt bekommen“, weiß Bernd-Uwe Lieftüchter als Vertreter der Werbegemeinschaft Ahlen zu berichten. Zudem seien in Ahlen echte Fachgeschäfte vertreten, in denen das geschulte Personal auf die Wünsche und Fragen der Kunden eingehen kann.

Es glitzert und funkelt auf dem Ahlener Marktplatz. Es ist die passende Stimmung für den Geschenkeinkauf im Advent. Foto: Peter Schniederjürgen

Textile Geschenke

Schöne Strickwaren, Hemden, Accessoires: Herrenmode Lieftüchter bietet viele textile Geschenkideen für Männer. „Von der Unterhose bis zum Wintermantel“ reiche die Auswahl laut Inhaber Bernd-Uwe Lieftüchter.

Dabei setzt der Herrenausstatter in der Ahlener Fußgängerzone auf Qualität, was bei den Kunden sehr gut ankommt. Und auch die Trends kommen nicht zu kurz: So gibt es eine große Auswahl an farbenfrohen Jacken und bedruckten Hemden.

Wer sich angesichts der großen Auswahl nicht entscheiden kann, geht mit einem Gutschein kein Risiko ein. „Das ist ein äußerst beliebtes Geschenk“, weiß Bernd-Uwe Lieftüchter zu berichten.

Accessoires sind beliebte Geschenke.

Festtagsweine – Präsente – Versand
Weinhaus Schulz
Ahlen in Westfalen
Tel. 0 23 82/28 67
www.weinhaus-schulz.de

Geschenke für Frau und Mann
gegr. 1743
275 Jahre Betten Gahrmann
275 Jahre
besser schlafen
schöner baden
stilvoller essen
süßer träumen ...
Öffnungszeiten:
Mo. – Fr.
9.30 – 13.00 Uhr
und
15.00 – 18.00 Uhr
Adventsamstage
9.30 – 18.00 Uhr
und nach
Terminabsprache
Inhaber: Anne Bäumer e. Kffr.
Weststr. 97-99 59227 Ahlen · Tel. 02382-2481
www.betten-gahrmann.de
Parkplatz Hospitälergasse

Tannenbaum wählen

Die ersten Weihnachtsbäume sind schon geschmückt. Auf dem Hof Schulze Rötering werden Nordmanntannen in der eigenen Kultur frisch geschlagen und bringen so einen frischen Nadelduft in die Wohnzimmer. Ab sofort kann in der hofnahen Kultur der passende Baum ausgesucht und reserviert werden. Ab dem 12. Dezember können auf dem Hof auch bereits geschlagene Tannen ausgewählt werden. Das Team von Schulze Rötering bietet zudem den kostenlosen Lieferservice nach Ahlen, Sendenhorst und Drensteinfurt an. Die Bäume können zu den Öffnungszeiten des Hofladens ausgesucht werden oder nach Terminabsprache unter Telefon 0 23 82/ 2742. Weitere Infos unter www.schulze-roetering.de. (rst)

Im Hofladen von Schulze Rötering steht schon ein geschmückter Baum. Foto: Ralf Steinhorst

Antrag mit Wirkung

Es ist wieder in Mode gekommen, dass junge Männer ihrer Herzensdame in der Weihnachtszeit einen romantischen Heiratsantrag machen. Da darf ein schmucker Verlobungsring natürlich nicht fehlen!

Damit dieser besonders präsentiert werden kann, bietet Uhren Herweg außergewöhnliche Schmuckschachteln mit LED-Licht an, in denen die Verlobungsringe faszinierend wirken. „Das kommt sehr gut an“, hat Inhaber Frank Herweg festgestellt. Er hat Verlobungsringe im Wert von 99 bis 5000 Euro vorrätig. Uhren Herweg hat von Montag bis Freitag durchgehend von 9.30 bis 18 Uhr geöffnet, samstags von 9 bis 16 Uhr. (rst)

In den Schmuckschachteln mit LED-Licht entfalten Verlobungsringe eine ganz besondere Wirkung. Foto: Ralf Steinhorst

Firmenpräsente
und Weihnachtsgeschenke –
stilvolle Geschenkideen
individuell gestaltet!
Besuchen Sie uns im Hofladen oder vereinbaren einen Termin!
Landgasthaus und Hof Schulze Rötering
Prozessionsweg 115 · 59227 Ahlen
Hof/Geschäft 0 23 82/27 42 · Landgasthaus 0 23 82/8 89 89 80
www.schulze-roetering.de

Beliebte Präsente

Viele Geschenkideen für Sie, Ihn und die Familie hat Betten Gahrmann zum Weihnachtsfest in seinem Sortiment. Besonders Bettwäsche, Frotteeartikel rund ums Bad und die Sauna wie Bademäntel oder Handtücher sowie Nachtwäsche sind beliebte Präsente. Aber auch kuschelige Heimdecken oder Sofakissen werden gerne verschenkt. Und für die Weihnachtstafel verleiht Tischwäsche, auch auf Maß, ein festliches Ambiente. Für Unentschlossene sind Gutscheine eine gute Alternative.

Inhaberin Anne Bäumer bietet eine individuelle „Allein-für-sie-Beratung“ auch außerhalb der Öffnungszeiten nach Vereinbarung an. Auch ein Liefer- und Bestellservice steht zur Verfügung. (rst)

Bettwäsche ist nur eine von vielen beliebten Geschenkideen, die Anne Bäumer zum Weihnachtsfest anbietet. Foto: Ralf Steinhorst

Warme Strickwaren

Winterzeit ist Pulloverzeit! Das Damenmodegeschäft Britta Gudrian hat Baumwoll-Strickpullover unter anderem in den Frühlingsfarben Flieder und Mint neu im Sortiment. Ein richtiger Geheimtipp sind die sportlich und modisch femininen Troyer, die auch als Seemannspullover mit Zipkragen bekannt sind. Diese sind warm, robust und pflegeleicht und auch gut mit feiner Bluse tragbar.

Britta Gudrian bietet aber auch Schnäppchen an. So gibt es unter anderem auf die letzten Airfield-Jacken und Blazer 50 Prozent Rabatt. Das Modegeschäft hat von Montag bis Freitag von 9.30 bis 18 Uhr durchgehend geöffnet, samstags von 9.30 bis 13 Uhr. (rst)

Britta Gudrian hält zur Winterzeit eine breite Palette Pullover bereit. Foto: Ralf Steinhorst

britta gudrian Nordstr. 5 · Tel. 8551952
Jetzt schon viele tolle Sonderangebote!
Teilweise bis zu 50%!
Lassen Sie sich inspirieren durch unsere neu gestalteten Schaufenster.
monari BRAX RAPHAELA MILANO RABE RÖFA ouì AIRFIELD
Öffnungszeiten: Mo.–Fr. durchgehend 9.30 – 18.00 Uhr, Sa. von 9.30 – 13.00 Uhr
www.britta-gudrian.net · Wir führen die Größen 36 – 48 · Damenmode

SILBER GOLD
Ihr Altgold ist Geld wert!
Seriöser Barankauf von allem Schmuck, Zahngold und allem anderen, was Gold, Silber oder Platin enthält.
Sprechen Sie uns an und vertrauen Sie dem Fachmann.
UHREN
HERWEG
GOLDSCHMIEDEMEISTER UHRMACHERMEISTER
Weststraße 75 a | 59227 Ahlen
Telefon 0 23 82/ 57 33
SEIT 1924

Ein Vollbad ist mehr als nur Entspannung

Gut für die Gesundheit

Wenn es draußen kalt, nass und stürmisch ist, nehmen viele gerne ein wohlig-wärmendes Bad. Doch so entspannend die Zeit in der Badewanne ist: Damit auch der Körper profitiert, sollte man es nicht übertreiben.

Die Regeln lauten: Nicht zu oft, nicht zu heiß, nicht zu lange und nicht zu viel Seife benutzen“, sagt die Medizinerin Daniela Hubloher von der Verbraucherzentrale Hessen.

Wer das beherzigt, kann vom Baden aber gesundheitlich profitieren. „Gerade denjenigen, die unter einer degenerativen Gelenkerkrankung leiden, tut die Wärme gut – solange sie sich nicht gerade in einem entzündlichen Schub befinden“, erklärt Hubloher.

Wenn man sich eine Erkältung eingefangen hat, kann man sich ein Vollbad gönnen. Bei Sportlerinnen und Sportlern relaxt das warme Wasser die Muskeln nach einem anstrengenden Training. Viele empfinden die Wärme generell als entspannend.

Es gibt aber auch Menschen, für die ein Vollbad gesundheitlich eher nicht förderlich ist: Bei niedrigem Blutdruck und Venenerkrankungen, etwa Krampfadern, sollte man lieber duschen, sagt Hubloher. „Hat man Fieber oder Gelenkerkrankungen, die akut entzündlich sind, würde die Wärme das alles noch verstärken.“

Bei Herz-Kreislauferkrankungen ist Vorsicht angesagt, da während eines Wannenbades die vom Herzen zu pumpende Blutmenge steigt. Das könne bei Herzschwäche ein Problem sein, sagt der Dermatologe Uwe Schwichtenberg. Wer sehr trockene Haut hat, sollte lange, heiße Vollbäder mit entfettenden Badezusätzen meiden.

Grundsätzlich aufpassen sollten auch Senioren. „Nach dem Bad hat man ja oft einen eher niedrigeren Blutdruck“, erklärt Hubloher. „Deswegen sollten sie danach besonders vorsichtig sein und keine Anstrengungen unternehmen“. Lieber ruhen sie sich erstmal aus.

„Hinzu kommt, dass Senioren, die aus der Wanne aussteigen, dann leichter stürzen können“, schildert die Verbraucherschützerin und Medizinexpertin. Deswegen sollten sie eher duschen als baden. „Oder eine Begleitung rufen, die einem aus der Wanne helfen kann.“

Viele Menschen genießen die wohlige Wärme eines Schaumbades. Foto: dpa

Und wie oft sollte man ein Vollbad nehmen? „Das hängt vom Eigenfettanteil der Haut ab“, sagt Dermatologe Schwichtenberg. „Patienten mit trockener Haut können gegebenenfalls Schwierigkeiten durch die wasserbedingte Entfettung der Haut bekommen.“ Das gilt zum Beispiel bei Neurodermitis. Andere Menschen vertragen ein Vollbad durchaus häufiger.

„Aber eine absolute Maximalzahl für alle Menschen gibt es nicht“, sagt Schwichtenberg. Denn das hängt auch davon ab, welches Wasser man in die Wanne laufen lässt. „Je heißer das Wasser, desto stärker ist die Entfettung der Haut“, sagt Schwichtenberg.

Je nach Hauttyp sollte eine andere, niedrigere Temperatur gewählt werden. „Aber je kälter das Wasser ist, desto geringer ist der Wohlfühleffekt. Dazwischen liegt also der Optimalbereich.“ dpa)

> *Gerade denjenigen, die unter einer degenerativen Gelenkerkrankung leiden, tut die Wärme gut.*
>
> Daniela Hubloher, Ärztin

Therapie individuell abstimmen

Eine geplante Operation zum Einsatz von künstlichen Gelenken zu verschieben ist in der Regel zwar unproblematisch. Bedingung ist allerdings, dass die betroffenen Arthrose-Patienten in dieser Zeit gut konservativ behandelt werden. Darauf weist die AE – Deutsche Gesellschaft für Endoprothetik hin.

Die Behandlung während der Wartezeit sollte aus Krankengymnastik und physikalischen Therapien, Schmerzbekämpfung sowie orthopädische Hilfsmittel wie Einlagen bestehen und auf die individuelle Erkrankungssituation abgestimmt sein. Patienten, die sich nicht geeignet unterstützt sehen, sollten ihren Arzt auf solche Maßnahmen ansprechen, rät der Verband. In der Praxis bekämen Patienten zu selten Krankengymnastik und geeignete Schmerztherapien verschrieben.

Die Gesellschaft rät auch dazu, vorübergehend Gehhilfen einzusetzen, um schmerzende Hüft- und Kniegelenke zu entlasten. Sehr häufig besserten sich dadurch die Beschwerden. (dpa)

Gut beraten

R. Pöhler & Kollegen
Steuerberatungsgesellschaft mbH

Ihr kompetenter Ansprechpartner für Land- & Forstwirtschaft, Handwerk, Handwerk & Gewerbe

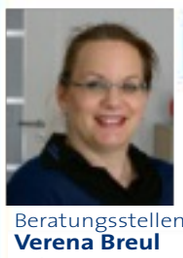
Warendorf 0 25 81-9 30 60
Rinkerode 0 25 38-9 30 99
poehler@stb-poehler.de
www.stb-poehler.de

• Fachberatung
• Controlling-Finanzwirtschaft
• Kostenrechnung
• Unternehmensnachfolge
• Landwirtschaftliche Buchstelle

Eurotax
Steuerberatungsgesellschaft
Sudhues & Partner mbB

• Unternehmensnachfolge
• Unternehmensbeteiligungen
• Wirtschaftsberatung
• Buchhaltung
• Gutachten
• Vermögensplanung
• Existenzgründungsberatung
• Steuerberatung
• Abschlussarbeiten
• Unternehmensberatung
• Steuerliche Gestaltungsberatung

Raiffeisenstraße 2 • 48317 Drensteinfurt • Telefon 0 25 08 / 9 96 60
Telefax 0 25 08 / 99 66 20 • Eurotax-Drensteinfurt@DATEVnet.de
www.eurotax-stbg.de



Steuererklärung? Wir machen das.
Arbeitnehmer und Rentner:
Als Einkommensteuer-Experte bin ich für Sie da.
Vereinigte Lohnsteuerhilfe e.V. – wir beraten Mitglieder im Rahmen von § 4 Nr. 11 StBerG.
Beratungsstellenleiterin
Verena Breul
Lechtermanns Ort 9
48317 Drensteinfurt-Rinkerode
Tel. 02538/915 90 65
verena.breul@vlh.de
www.vlh.de/bst/4060

Muss der Keller ausgepumpt werden, kann das teuer werden. Für solche Schäden kommt in der Regel nur die Elementarschadenversicherung auf. Foto: dpa

Infos zur Elementarschadenversicherung

Extra-Schutz als Ergänzung

Ob Unwetterschäden versichert sind, hängt von der jeweiligen Police ab. Darauf weist der Bund der Versicherten (BdV) in Hamburg hin. Denn für manche Schäden brauchen Eigentümer einen Extra-Schutz.

Grundsätzlich gilt: Hausrat- und Wohngebäudeversicherung kommen laut BdV meist für Schäden auf, die durch Brand, Blitzschlag, Explosion, Implosion, Einbruchdiebstahl, Raub, Vandalismus, Leitungswasser oder Sturm und Hagel entstanden sind. Für Schäden, die durch Starkregen verursacht wurden, reicht der Versicherungsschutz oft nicht. Dafür ist in der Regel eine Erweiterung des Versicherungsschutzes auf Naturgefahren nötig.

Die sogenannte Elementarschadenversicherung wird als Ergänzung zur Hausrat- oder Wohngebäudeversicherung abgeschlossen. Sie deckt zusätzlich auch Schäden ab, die durch Überschwemmung, Witterungsniederschläge, Rückstau, aber auch Erdbeben, Erdsenkung, Erdrutsch, Schneedruck, Lawinen oder Vulkanausbruch entstanden sind.

Der Elementarschadenschutz ist in der Regel nur im Paket als Komplettlösung abschließbar. Bei einigen Verträgen ist eine Wartezeit vereinbart. Man sollte sich daher rechtzeitig um einen Einschluss kümmern. Allerdings bekommt nicht jeder, der eine Elementarschadenversicherung braucht, den Schutz auch ohne weiteres. Viele Versicherer bieten diesen Schutz laut BdV in gefährdeten Gebieten nur gegen hohe Prämien oder hohe Selbstbeteiligungen an (dpa)

Pendlerpauschale in der Steuererklärung geltend machen

Arbeitstage richtig berechnen

Die Pendlerpauschale können Arbeitnehmer für jeden Arbeitstag in Anspruch nehmen. Feiertage, Urlaube oder Krankheitstage zählen dabei nicht. Damit die Angaben in der Steuererklärung korrekt sind, müssen also die Arbeitstage für das jeweilige Jahr berechnet werden.

Das ist im Prinzip einfach: Von den 365 Tagen des Jahres werden die Wochenenden abgezogen. Von den verbleibenden Tagen müssen dann noch die Feiertage, Urlaubs- und eventuelle Krankenfehltage herausgerechnet werden. Wer nicht weiß, wie viele Feiertage in seinem Bundesland gelten, kann den Online-Rechner der VLH (Lohnsteuerhilfeverein Vereinigte Lohnsteuerhilfe) nutzen. Herausgerechnet werden müssen in der Regel auch externe Fortbildungen und längere Ausflüge mit den Kollegen – zum Beispiel über ein verlängertes Wochenende. Das gilt dann meist als Urlaub.

Findet eine Fortbildung aber am Arbeitsplatz statt, zählt auch dieser Tag zu den Arbeitstagen und für die Pendlerpauschale mit. (dpa)

Steuerfreiheit gilt noch bis zum Jahresende

Bonus ausschöpfen

Viele Arbeitnehmer haben während der ersten Welle der Corona-Pandemie einen steuerfreien Bonus von bis zu 1500 Euro erhalten.

Vor allem im Gesundheitswesen und Einzelhandel wurde das Geld aufgrund der besonderen Arbeitsbelastung gezahlt. „Die Möglichkeit, diesen steuerfreien Corona Bonus zu erhalten, gilt grundsätzlich für alle Arbeitnehmer und sogar für Minijobber“, erklärt Erich Nöll vom Bundesverband Lohnsteuerhilfevereine (BVL). Arbeitgeber, die den Maximalbetrag noch nicht ausgeschöpft oder noch gar keinen steuerfreien Corona Bonus gezahlt haben, können dies noch bis zum 31. Dezember tun, denn aktuell ist die Regelung bis zu diesem Stichtag begrenzt. „Voraussetzung für die Steuerfreiheit des Corona Bonus ist aber, dass dieser Bonus zusätzlich zum normalen Arbeitslohn gezahlt wird und keine Gehaltsumwandlung stattfindet“, erläutert Nöll. Bei Minijobbern wird der Corona Bonus nicht auf die Verdienstgrenze von durchschnittlich 450 Euro monatlich angerechnet. (dpa)

Kurz notiert

Einkaufen und Bares sparen

Ein Element der Corona-Maßnahmen ist die befristete Senkung der Mehrwertsteuer: Bis zum 31. Dezember 2020 gilt ein Mehrwertsteuersatz von 16 Prozent beziehungsweise fünf Prozent, erklärt der Bund der Steuerzahler. Ab dem 1. Januar 2021 gilt voraussichtlich dann wieder der reguläre Steuersatz von 19 beziehungsweise sieben Prozent.Wer also größere Anschaffungen plant, sollte diese gegebenenfalls noch bis zum 31. Dezember tätigen. Gibt der Händler die ermäßigte Steuer an Kunden weiter, lässt sich Geld sparen. (dpa)

Ja-Wort senkt Steuerlast

Wer ohnehin bald das Ja-Wort vor dem Standesamt plant, sollte dies noch bis zum 31. Dezember erledigen. Denn dann kann in der Steuererklärung für das Jahr 2020 das Ehegattensplitting für das komplette Jahr beantragt werden, erklärt der Bund der Steuerzahler in Berlin. Haben die Eheleute unterschiedlich hohe Einkünfte, kann es so zu einer Steuerminderung kommen.Wer erst im Januar 2021 zum Standesamt geht, bekommt das Splitting dann erst für das kommende Jahr. (dpa)

DRENSTEINFURT mehr Stadt erleben

Unterstützen Sie den Handel und die Gastronomie – kaufen Sie vor Ort!

Verschenken Sie ein Stück Heimat und nutzen Sie den neuen STEWWERT-SONDERTALER!

Die Stadt Drensteinfurt fördert diese Gutscheine mit 20 %

Der Verkauf findet ausschließlich im *Ihr Platz* in Drensteinfurt statt.

www.stewwert-taler.de

Stadt Drensteinfurt

igw mehr stadt erleben
interessengemeinschaft werbung für drensteinfurt e.v.

Aschendorff Medien

Kleinanzeigenmarkt

Samstag, 5. Dezember 2020

Stellenangebote

UNSER ERFOLG – IHRE CHANCE!

Wir sind ein erfolgreiches Filialunternehmen und beschäftigen an sechs Standorten über 130 Mitarbeiter.

Suchen Sie auch mehr Anerkennung?
Für unsere sehr individuellen, anspruchsvollen und immer freundlichen Kunden, die sich auf ihre neue Einbauküche freuen, suchen wir zur Verstärkung des Montageteams einen Schreiner.

Sie besitzen ein ausgeprägtes Fachwissen und sind ein gewissenhafter Teamplayer, der strukturiert arbeitet und mit Leistung begeistert?
Dann sollten Sie die Chance nutzen und Teil des erfolgreichen Teams werden!

WIR SUCHEN ZUM NÄCHSTMÖGLICHEN EINTRITT EINEN:

SCHREINER (M/W/D)

Was können Sie erwarten?
Einen unbefristeten Arbeitsvertrag in einem leistungsfähigen und begeisternden Team. Erwarten Sie Wertschätzung und eine überdurchschnittliche Entlohnung.

Rückfragen gerne unter Tel.: **05631 9587-10** bei Herrn Klug.
Bewerbungen per Mail erbeten an **f.klug@moebelkreis.de**.
WEITERE INFOS UNTER: WWW.DIE-KUECHE-LUCHTEFELD.DE

DIE Küche LUCHTEFELD

Die Küche Luchtefeld GmbH & Co. KG
August-Wessing-Damm 82
48231 Warendorf
Telefon: 02581 9369-0
www.die-kueche-luchtefeld.de

Café Clemens

ST. NIKOLAUS TELGTE

Für unser Café Clemens am Mönkediek in Telgte suchen wir zum nächstmöglichen Zeitpunkt eine freundliche

■ Servicekraft (m/w/d)
für 20 Std./Woche.

Wir freuen uns auf Ihr Lächeln, Ihre Ideen und sind gespannt auf Ihre Bewerbung!

Bitte richten Sie Ihre Kurzbewerbung an:

St. Nikolaus GmbH
Café Clemens
Dennis Gröger
Am Rochus-Hospital 1
48291 Telgte
dennis.groeger@srh-telgte.de

TOP FOCUS

Wir suchen
Zusteller (m/w/d)

Aschendorff Logistik

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

- **AHLEN UND DOLBERG**
- **EVERSWINKEL UND TELGTE**
- **SENDENHORST UND DRENSTEINFURT**
- **ASCHEBERG** (inkl. Briefe)

Für die Zustellung in Sendenhorst und Drensteinfurt ist ein eigener Pkw wünschenswert.

Tel.: (02 51) 6 90-664 · zeitungsbotenbewerbung@aschendorff.de
www.dienachtlichter.de

Die **ASCHENDORFF LOGISTIK** sucht einen
MITARBEITER (m/w/d, ab 18 J.)
auf Minijob-Basis mit 10 Wochenstunden für die Einstellung und Betreuung unserer Gratiszeitungszusteller in **ASCHEBERG**. Sie führen Vorstellungsgespräche mit unseren Bewerbern, betreuen unsere Zusteller und sind für die Sicherstellung und Organisation der Zustellung verantwortlich. Arbeitszeit: samstags von 12.00 – ca. 18.00 Uhr. Restliche Stunden unter der Woche (gerne donnerstags) flexibel einteilbar. Führerschein und eigener PKW erforderlich.

Aschendorff Logistik, Telefon: 02 51/ 690-664
E-Mail: zeitungsbotenbewerbung@aschendorff.de,
Stichwort: **ZGM Dreingau Zeitung**. Wir freuen uns auf Sie!

Nutzen Sie Ihre Chance!

Ihr Profil:
- Technische Ausbildung sowie idealerweise mehrjährige Berufserfahrung
- Der tägliche Umgang mit Menschen bereitet Ihnen Freude
- Kunden- und Teamorientiert
- Gute Umgangsformen sind für Sie selbstverständlich
- Eigeninitiative und hohe Eigenmotivation
- EDV-Kenntnisse

Ihre Aufgaben:
- Kundenbetreuung in allen Phasen des Serviceprozesses
- Auftragsannahme und -erstellung
- Termingerechte und kundenorientierte Abwicklung von Kundenaufträgen
- Vorbereitung der Fahrzeugrückgabe
- Garantie- und Kulanzabwicklung

Werden Sie als Serviceberater/in (m/w/d) Teil der Bosch Service-Familie. Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung!

Eckhard Bendix GmbH
Eckhard Bendix
Schinkelstraße 80 · 59227 Ahlen
02382/889088-0 · info@auto-bendix.de

BOSCH Service

Für Ihr Auto tun wir alles.

HALLO BLICK PUNKT

Für die Samstagsverteilung
suchen wir
Zusteller (m/w/d)
ab 13 Jahren aus **TELGTE, EINEN, EVERSWINKEL, WARENDORF, AHLEN, BEELEN** und **MÜSSINGEN.**
Wir freuen uns auf Sie.
Telefon (0251) 690-664
zustellerbewerbung@aschendorff.de
www.extramacher.de

Reinigungskräfte m/w/d
in **Drensteinfurt** gesucht:
Mo – Fr ab 19 Uhr
geringfügige Beschäftigung

Prior & Peußner
Tel. 0163/3494-251
www.pp-service.com

Die **ASCHENDORFF LOGISTIK** sucht zuverlässige und freundliche
MITARBEITER (m/w/d) ab 18 Jahren für die Betreuung unserer Gratiszeitungszusteller in **AHLEN** auf Minijob-Basis.

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

Eckdaten:
- Minijob mit rund 8-Wochenarbeitsstunden
- Kernarbeitszeit: samstags von 10.00 – 15.00 Uhr, restliche Stunden unter der Woche flexibel einteilbar
- mit eigenem PKW

Wir freuen uns auf Sie! Stichwort: **ZGM Blickpunkt Ahlen**
Aschendorff Logistik GmbH & Co.KG, An der Hansalinie 1, 48163 Münster
Telefon: (02 51) 690-664, E-Mail: zeitungsbotenbewerbung@aschendorff.de

---

Die Aschendorff Direkt
sucht für samstags
Zusteller (m/w/d)

Aschendorff Direkt

ab 13 Jahren für die Verteilung der Dreingau-Zeitung auf Minijob-Basis in **DAVENSVERG.**
Wir freuen uns auf Dich!
Telefon: 02 51/ 690-664 (Mo. – Fr. 8 – 17 Uhr)
oder E-Mail: **zustellerbewerbung@aschendorff.de**
www.extramacher.de

SONNTAGSZUSTELLUNG: Für die Zustellung der **„FRANKFURTER ALLGEMEINE SONNTAGSZEITUNG" (FAS)** beim Leser in der Nacht von Samstag auf Sonntag suchen wir einen **MITARBEITER** (m/w/d ab 18 J.) mit eigenem Pkw auf Minijob-Basis in **TELGTE**. Arbeitszeit: 3,5 Stunden. Zeitfenster: Samstag 23.00 Uhr bis Sonntag um 6.00 Uhr morgens.
Wir freuen uns auf Sie!
ASCHENDORFF LOGISTIK
Tel.: 0251/690-664 · E-Mail: nachtlichter@aschendorff.de
WhatsApp: 0172-1988357 · Stichwort: FAS Telgte

Reinigungskraft für zahntechn. Labor in Freckenhorst gesucht. Täglich eine Stunde, gute Bezahlung, freie Zeiteinteilung (nachm. ab 14 Uhr), kurze Bewerbung per Email an info@finkener.de

Putzkraft in Handorf ges., 3 Std./Wo., freitags, ☎ 0171/4268975.

Stellengesuche

Altenpflegehelferin mit Herz und viel Erfahrung sucht seriöse Stelle als 24 Std Senioren Betreuerin / Haushaltshilfe ☎ 01512/9836923.

Erfahrener Maler sucht Arbeit, ☎ 0163/6248398

Maurer mit langjähriger Berufserfahrung sucht Arbeit - mauern, putzen, spezialisiert auf Kellerabdichtung und Schimmelsanierung. ☎ 0151-10461562.

Reisemarkt

Insel Rügen, Sassnitz, Komfort-FeWo, Balkon, Meerblick, Termine unter www.knicker-sassnitz.de ☎ 0171/9754684 ☎ 02381/36211

Bekanntschaften

Bekanntschaftsvermittlungen

Heidi, 58 J., mit klasse Figur u. Kurven wo sie hingehören. Bin zärtl., Natur-/Gartenfreundin, eine super Hobbyköchin, doch zieml. unglücklich ohne Partner. Habe keine übertrieb. Ansprüche, aber Ehrlichkeit u. Treue sind mir wichtig. Ruf üb. pv an, denn das schönste Geschenk wäre ein Weihnachten zu zweit. ☎ 0176-34498406

Susanne, 75 Jahre, schl., etwas vollbusig, sympathisch und natürlich. Ich bin lebensfroh, verwöhne gerne mit guter Küche, mag gemütl. Fernsehabende, auch schmusen u. kuscheln, suche einen lieben Mann (Alter egal), bei getrenntem oder gemeinsamen Wohnen. Bitte lassen Sie uns noch vor Weihnachten zusammen kommen - Sie erreichen mich pv ☎ 0157 – 75069425

Liebe Witwe, Hilde, 64 J., mit schöner weibl. Figur, gute Hausfrau u. Köchin. Mag Musik, kl. Ausflüge mit m. Auto, fernsehen zu zweit. Bald ist Weihnachten u. an den Feiertagen ist die Einsamkeit noch schlimmer. Wir könnten besinnl. Weihnachtstage gemeinsam genießen, wenn Sie sich gleich üb. pv melden. ☎ 0176-56848299

Rosi, 69 J., Top-Hausfrau u. Köchin, mit schlank-fraul. Figur, hier aus Ihrer Nähe. Bin eine Frau für alle Fälle, mag gemütl. Zweisamkeit u. die Natur. Habe zwar e. schönen, gepfl. Haushalt, würde aber auch zu Ihnen ziehen. Gemeinsam können wir ein schönes Leben haben. Kostenloser Anruf, Pd-Seniorenglück ☎ 0800-7774050

Bildhübsche Witwe, Angela, 64 J., zärtlich, weibl., schlank, wohne ländlich, bin eine ehrliche, sympathische Frau, gute Köchin u. Gastgeberin, Hobby-Gärtnerin, ich lebe allein, fühle mich oft sehr einsam. Ich würde mich gern mit Dir verabreden, damit wir alles besprechen können. pv 0151/ 62913877

Inge, 70 J., bin herzlich, liebevoll u. finanziell abgesichert, mit Auto, aber leider ganz allein. Welcher ehrliche Mann, gerne auch älter, wünscht sich ein harmonisches Miteinander an der Seite einer fürsorglichen, hübschen Frau? Bitte um Tel. üb. pv, damit wir uns kennen lernen können. 0170/7950816

Ehemalige Krankenschwester, 79 J., bin verw. u. das Alleinsein macht mir sehr zu schaffen. Ich suche üb. pv einen lieben Mann/Kameraden, mit dem ich zusammen sein kann. Ich habe e. Auto u. bin nicht ortsgebunden. ☎ 0151 – 20593017

Mercedes

A 150 Automatik, TÜV/ASU 12/22, excl. Komfortausstattung, Garagenwagen, 119.300 km, Zustand 1 A, KP 3950 €. ☎ 0175/3314610.

VW

VW Golf VII, 1,6 TDI Combi, Farbe night blau, EZ 03/15, 139.500 km, Schaltgetriebe, 110 PS, Verbrauch im Duchschnitt 3,9 ltr., Euro 6, grüne Plakette 4, HU 12/21, NR, gepfl., 9.000 €, ☎ 0251/97564888 od. 0175/8273742

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! ☎ 0172/4685933.

Reisemobile/Wohnwagen

WOHNMOBIL VON PRIVAT FÜR PRIVAT GESUCHT. Bitte alles anbieten, ☎ 0177/9673461

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

Vermischte Anzeigen

Allround-Handwerker und Computerhilfe, individuell, seniorengerecht und preiswert. ☎ 02583/ 300279.

Gitarren – Noten – Zubeh. Werkstatt – Handel – Verleih. Ronge ☎ 02599/ 1863 · www.personal-guitar.de

WERKSTATT für Bildeinrahmungen:
Passepartout-Zuschnitte
Ronge ☎ 02599/1863

Latein, Mathe, Englisch. Seriöser Unterricht bei Ihnen zuhause. ☎ 0176/40 54 25 99

ANZEIGE

Eine Sache der Einstellung:
Energiesparend Backen

In der Weihnachtszeit duftet es wieder nach Lebkuchen und Plätzchen. Doch wie können Sie beim Backen Energie sparen? Ist Umluft besser als Unter- und Oberhitze?

Weihnachtsplätzchen backen, leckere Kuchen oder Pizza – dabei wird eine Menge Strom verbraucht. Deshalb ist es gut zu wissen, wie Sie beim Backen Energie und Geld sparen können.

Temperatur niedriger einstellen: Mit wenig Aufwand können Sie beim Backen den Verbrauch reduzieren. So geht's: Backen Sie mit Heiß- oder Umluft. Dann können Sie die Temperatur um 20 Grad niedriger einstellen. Das spart Energie und Kosten. Außerdem können Sie so auch gleichzeitig auf mehreren Ebenen backen.

Restwärme des Backofens nutzen: Wer clever ist, schaltet bei Gerichten mit langen Zubereitungszeiten den Ofen bis zu 15 Minuten früher aus und nutzt die anhaltend hohe Temperatur zum Fertiggaren.

Wenig Wärme entweichen lassen: Öffnen Sie grundsätzlich die Backofentür nicht öfter als nötig. Nur so bleibt die Temperatur konstant und der Ofen muss nicht nachheizen.

Vorheizen ist meist nicht nötig: Bei vielen Rezepten ist angegeben, den Backofen vorzuheizen. Unser Tipp: Verzichten Sie häufiger darauf. Lediglich bei empfindlichen Speisen wie bestimmten Teigarten oder Filets sollte der Backofen vorgeheizt werden. Sie können also selbst entscheiden, ob Vorheizen wirklich notwendig ist.

Noch mehr Tipps und Informationen finden Sie auf **www.machts-effizient.de**

Foto: martin-dm/gettyimages.com

Empfehlungen/Dienstleistungen

Glas- und Rahmenreinigung, auch Wintergärten u. Solaranlagen sowie Gebäudereinigung, v. Fachmann seit über 40 Jahren, keine Anfahrtskosten. www.amendt-dienstleistung.de, ☎ 0251/328272 o. 02504/8445 o. 02571/576800

Kaffeevollautomat defekt? Profiservice Hoyer ☎ 02581/4267 www.Profiservice-Hoyer.de

Meisterbetrieb 24 h, bietet: Tapete, Laminat, Farbe, Trockenbau, Elektro, Putz uvm. ☎ 0178/8613134

Autoverwertung Bertelwick gebr. Autoteile mit Garantie, auch online: "kfzgebrauchtteile24.de" Entsorgung v. Alt-/Unfallfahrzeugen. WAF-Freckenh. ☎ 02581/4183

Wasch&Spülmasch., Kühl&Gefrier&-Gewerbeger., gebr., ab € 35, Garantie, Fa. Weiß, ☎ 02504/77174.

10 Jahre Qualitäts-Umzüge! Festpreis u. kostenl. Beratung v. Ort. Transporte Zahn, Dieselweg 4, 59379 Selm, ☎ 02592/9 77 66 00, zahntransporte.de

Kleine Geschäftsempfehlungen

www.zahnarzt-ascheberg.de

Horoskop vom 7.12.2020 bis 13.12.2020

WIDDER (21.03.-20.04.)
Ihr Misstrauen ist vielleicht berechtigt, Sie sollten aber kein Drama daraus machen, sondern eher einmal genauer hinhören. Vielleicht steckt ein bestimmter Grund hinter der ganzen Geschichte, den Sie noch nicht erkannt haben und darum auch völlig falsche Schlüsse ziehen. Nehmen Sie sich Zeit für eine genauere Betrachtung, dann werden Ihnen auch viele Dinge klarer vor Augen geführt. Locker bleiben!

STIER (21.04.-20.05.)
Oft ist es nicht leicht, die eigenen Gefühle unter Kontrolle zu halten, doch gerade in dieser Situation sollten Sie es zumindest versuchen. Zählen Sie einfach bis zehn, bevor Sie sich zu einem Problem äußern, denn damit ist auch schon die erste Wut verraucht und man kann wieder etwas klarer denken. Treffen Sie eine klare Entscheidung, damit auch Ihr Umfeld sich danach richten kann. Alles wird gut!

ZWILLINGE (21.05.-21.06.)
In dem ganzen Getümmel könnten Sie bald den Überblick verlieren und sich damit auch in eine Lage begeben, die eher schädlich als nützlich ist. Versuchen Sie also, Ordnung in Ihre Gedanken zu bringen und damit auch die Dinge zu erledigen, die jetzt getan werden müssen. Alles andere sollte auf einen späteren Zeitpunkt verschoben werden, denn damit werden Sie sich auch nicht überfordern. Weiter so!

KREBS (22.06.-22.07.)
Momentan scheint das Geld recht locker bei Ihnen zu sitzen, denn Sie erfüllen sich viele Dinge, die bisher undenkbar erschienen. Auch wenn Sie sich diese Belohnung verdient haben, sollten Sie nicht in Frustkäufe verfallen, denn der Katzenjammer könnte schnell folgen. Achten Sie vor allem auch darauf, ob Sie diese Sachen auch wirklich benötigen und verwerten können. Erst überlegen und dann kaufen!

LÖWE (23.07.-23.08.)
Auch wenn sich inzwischen andere Interessen entwickelt haben, gehen Sie doch weiter akkurat den Pflichten nach, die Sie übernommen haben. Für diese gute Leistung wird man sich bedanken und Ihnen damit auch bald den Weg für weitere Schritte öffnen. Sie sollten diesen Bereich aber nur befürworten, wenn er Ihnen auch wirklich den Wunsch erfüllt, den Sie zurzeit haben. Alles andere ist überflüssig!

JUNGFRAU (24.08.-23.09.)
Es ist nicht empfehlenswert, jetzt die eigene Meinung komplett zu ändern, denn dann werden Sie unglaubwürdig. Für einen Kompromiss dürfen Sie sich interessieren, denn er könnte die gesamte Lage entspannen und auch wieder neue Fakten ins Spiel bringen. Der Blick in den Spiegel wird Ihnen ein reines Gewissen zeigen und vor allem eine sehr zufriedene Ausstrahlung. Besser kann es nicht laufen!

WAAGE (24.09.-23.10.)
Auch wenn die nächsten Schritte schwer werden sollten, beißen Sie die Zähne zusammen und zeigen, dass Ihnen viel an einem guten Gelingen liegt. Ordnen Sie Ihre Gedanken und motivieren sich damit auch selbst, denn nur dann behalten Sie auch den richtigen Überblick. Auf das weitere Geschehen haben Sie keinen Einfluss und müssen dem Schicksal seinen Lauf lassen. Nicht vorzeitig aufgeben!

SKORPION (24.10.-22.11.)
Die eigenen Wünsche und die Anforderungen des Alltags werden Sie sicher besser unter einen Hut bekommen, wenn Sie sich nur auf bestimmte Punkte konzentrieren und nicht auch noch die kleinen Dinge perfekt erledigen wollen. Lassen Sie sich vor allem helfen, wenn es zu eng werden sollte, denn nur dann werden Sie auch das erhoffte Ziel erreichen können. Alles ist jetzt möglich, bleiben Sie stark!

SCHÜTZE (23.11.-21.12.)
Es wird immer jemanden geben, der schon einen Schritt weiter ist als Sie selbst, doch das sollten Sie ignorieren und sich dafür mehr auf Ihren Spezialbereich konzentrieren. Zeigen Sie ganz offen, wo Ihre Stärken liegen, dann bleiben Sie auch glaubwürdig. Lassen Sie die Dinge einfach auf sich zukommen, denn nur dann wird Ihnen auch eine Entscheidung leicht fallen. Ihre Form kann nicht besser sein, nur zu!

STEINBOCK (22.12.-20.01.)
Die Sachlichkeit bei einem bestimmten Thema sollte im Moment im Vordergrund stehen, denn zu viele Gefühle könnten eher für einen schlechten Ausgang sorgen. Durch ein paar ernste Worte fühlen Sie sich in Ihrem Stolz verletzt, sollten dass aber mehr als konstruktive Kritik verstehen. Ihre Ideen werden angenommen, wenn Sie auch gleich die passenden Fakten mitliefern. Sorgen Sie für reale Vorgaben!

WASSERMANN (21.01.-19.02.)
Es geht im Augenblick nur darum, die eigene Position zu verteidigen und den anderen damit zu zeigen, dass man sich nicht einfach so verdrängen lässt. Auch wenn Sie dafür etwas kämpfen müssen, sollten Sie sich innerlich stärken und ruhig auch mal Ihre Krallen zeigen. Vertrauen Sie dabei auch auf Ihre Intuition, denn die wird Ihnen genau sagen, was jetzt zu tun ist, um alles gut abzusichern. Nur weiter so!

FISCHE (20.02.-20.03.)
Es ist jetzt vielleicht nicht Ihre kreativste Phase, doch die Dinge entwickeln sich besser, als Sie es gehofft hatten. Wenn Sie jetzt auch noch Ihr Umfeld gut motivieren, könnte sich schon bald eine neue Richtung zeigen, die mehrere Hoffnungen und Wünsche erfüllt. Zweifel sind jetzt fehl am Platz und sollten daher schnell aus dem Kopf verdrängt werden. Glauben Sie an das, was sich jetzt entwickelt!

Alten- und Krankenpfleger (m/w/d) im Familienbetrieb! Pflegejob mal anders: 22–25 €/Std., kein Einspringen, nur Wunschschichten. Lern uns kennen: ☎ 0251/ 97009693 o. jobs@felten.de

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

Haushaltshilfe in Ascheberg gesucht. Anstellung auf Mini-Job-Basis bis zu 8 Stunden pro Woche bei flexiblen Arbeitszeiten. Stundenlohn VB. Kontakt: m.spratte@freenet.de oder 0157-73511741

Wir suchen für 2x vormittags selbstständig arbeitende Haushaltshilfe im kinderlosen Haushalt mit kl. Hund (6-7 Std./Woche) plus Bügeln. ☎ 0173-5363629 (Wir rufen zurück).

Menükurier (m/w/d) gesucht. Mo.-Fr. ca. 08:30-13:30 Uhr. Meyer Menü, Herr Daniel Perlick, Pleistermühlenweg 284, 48157 Münster, daniel.perlick@ meyer-menue.de

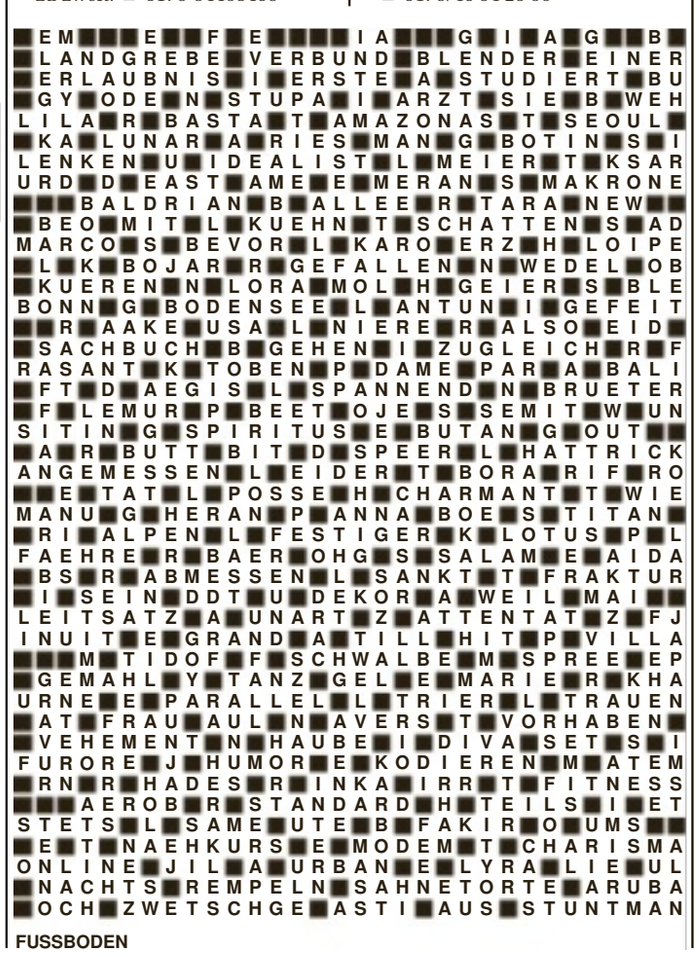
Schädlingsbekämpfer (m/w/d) mit Ausbildung gesucht! Raum Münsterland/Osnabrück. Infos: kammerjaeger-muenster.com. ☎ 0234/ 58670090, Hr. Ruge

Schädlingsbekämpfer (m/w/d) mit Ausbildung gesucht! Raum Münsterland/Osnabrück. Infos: kammerjaeger-muenster.com. ☎ 0234/ 58670090, Hr. Ruge

Schädlingsbekämpfer (m/w/d) mit Ausbildung gesucht! Raum Münsterland/Osnabrück. Infos: kammerjaeger-muenster.com. ☎ 0234/ 58670090, Hr. Ruge

Erfahrene, zuverl. Haushaltshilfe für ca. 15 Std./Woche in MS-Handorf baldmöglichst gesucht. ☎ 0172/ 5334704.

Wir suchen Verstärkung! Staplerfahrer und Kommissionierer! Staplerschein ist Voraussetzung, ebenso zuverlässige und gewissenhafte Arbeitsweise. Wir bieten eine unbefristete Stelle in Vollzeit. Gerne erwarten wir Ihre aussagekräftige Bewerbung an bewerbung@hirschgmbh.de, 0ndrup-Ondruper Str. 3, 59387 Ascheberg



FUSSBODEN

Kleinanzeigenmarkt

Samstag, 5. Dezember 2020

Die **ASCHENDORFF LOGISTIK** sucht zur dauerhaften Anmietung **eine Garage, einen kleinen Lagerraum oder ein kleines Ladenlokal in ALBERSLOH**. Nutzungszweck: Auslieferung und Abholung unserer Tageszeitung im Zeitfenster zwischen 00:00 Uhr und ca. 04:00 Uhr morgens.
Wir freuen uns auf Ihr Angebot! E-Mail: TeamSuedost.Logistik@aschendorff.de

Ihre Ansprechpartner:
Frau Löderbusch: Tel. 0 25 26 - 93 18 45 | Herr Bauer: Tel. 0 25 26 - 93 18 44

Ankauf Häuser

--------Achtung keine Erben?-------- Kaufe Ihr Haus auf Rentenbasis, eine lebenslange Rente und Wohnrecht für Sie und Ihre Lieben. Info unter ☎ 0151/24700793

HANDWERKER sucht Wohnung oder Haus zum Kauf. ☎ 02551 / 1859833

Wohnungen Vermietung

2 ZKDB, gr. AR, Wohnbereich Parkett, Panoramafenster, ca. 74,6 m², keine Haustiere, NR, Carport, langfr. zum 01.03.21 zu verm. KM 450 € + NK. ☎ 02597/8346 od. 0174/5880579

Anfang Kappenberger Damm, 2 Zi., Bad, Kochnische, 40 m², EG, ab Januar 2021 für 380 € KM zu vermieten. ☎ 02504/8566.

Gewerbliche Objekte Vermietung

Gewerbliche Mietfläche, 750 m², Telgte Münstertor neben BK für Handel, Dienstleistung, Lager direkt vom Eigentümer. ☎ 0172/ 279 7511

AGM | Anzeigenblattgruppe Münsterland

Verlag
AGM Anzeigenblattgruppe Münsterland GmbH
An der Hansalinie 1, 48163 Münster
Tel. 0 25 1/6 90 99 40 50
Fax 0 25 1/6 90 80 80 90
www.ag-muensterland.de
Anzeigenleitung
Marc Arne Schümann
An der Hansalinie 1, 48163 Münster
Tel. 0 25 1/6 90 99 40 50
Fax 0 25 1/6 90 80 80 90
info.agm@aschendorff-medien.de
Redaktionsleitung
Claudia Bakker
An der Hansalinie 1, 48163 Münster
Tel. 0 25 1/6 90 99 40 50
Fax 0 25 1/6 90 80 75 90
leitung.redaktion@ag-muensterland.de
Vertrieb
Aschendorff Direkt GmbH & Co. KG
An der Hansalinie 1, 48163 Münster
Tel. 0 25 1/6 90 99 40 50
Druck
Aschendorff Druckzentrum GmbH & Co. KG
An der Hansalinie 1, 48163 Münster

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

Für die Herstellung wird Recycling-Papier verwendet.

Rund um den Garten

Trockenes gespaltenes Kaminholz (Hartholz), ca. 35 cm lang zu verk. Preis: 60 € Sm³. Größere Mengen können frachtfrei geliefert werden. Raum Greven, Emsdetten, ☎ 0172/9766648

Gärtner sucht Arbeit Rückschnitt, Rodungen, Hochdruckreinigung usw, ☎ 0179/2675397 o. Whatsapp

Kaminholz trocken, gespalten, 60 €/srm in Saerbeck. ☎ 0160/ 96318827

Kaminholz gespalten, trocken, SRM 55 €, Anlieferung möglich, Sassenberg, ☎ 0152/36646832.

Vogelfutterhäuser, Unikate, versch. Modelle, Handarbeit, wetterfest, ☎ 02504/88112.

Kaminholz zu verkaufen, ☎ 0251/ 325601.

Bücher & Zeitschriften

Porsche Kunstkalender von 1980-2000, ca. 40x60 cm, zu verkaufen ☎ 0160/99466681.

Fahrräder

Schickes, neuwert. Gazelle E-Bike, 28 Zoll, RH: 53, schwarz/braun, Bosch-Mittelmotor 500 W., Akku, umständehalber für VB 1.950 € zu verk. (NP 2.800 €) nur 200 km gef. ☎ 02597/693553.

Elektrofahrrad Victoria 250 Watt, 3 Gang, Tiefeinsteiger, 5 J. alt, 250 € VB, ☎ 0170/8700263.

Musikinstrumente

Flügel KAWAI GS-40, 183 cm, schwarz poliert, Bj. 1991 zu verk., Topzustand, incl. 2 Bänke und Extrapult, VB 11.000 €, ☎ 0159/ 01101639

Klavier, schwarz, Top Zustand, wenig gespielt, neugestimmt-schöner romantischer Klang. ☎ 0170/8432126.

Versilberte B-Trompete Yamaha 3 J. alt mit Koffer für 350 € zu verkaufen. Tel. MS/522224.

Tiermarkt

Kater Huck, ca. 14 J., kastriert, 1-äugig u. Menschenbezogen sucht ganz dringend ein ganz liebes, beständiges Zuhause. ☎ 0171/ 7452631

2 kl. Katzenkinder, 6 Mon., kastriert, tätowiert, entwurmt und geimpft, suchen ein liebes, beständiges Zuhause. ☎ 0171/7452631.

Frührentnerin sucht kurzh. Wohnungskatze, ohne Balk., m-w 4 J. o. älter. Farbe u. Rasse egal z. Liebhaben. ☎ 0251/23919860 ab 18 h.

Katze Coco, ca. 10 Jahre, entwurmt, kastriert, lieb, verschmust sucht ein liebes, beständiges zu Hause als reine Wohnungshaltung. ☎ 0171/7452631.

Shiba Inu gesucht, Erfahrungsaustausch gewünscht, Herzenswunsch einer Teenagerin. ☎ 0157/ 73060707

Zebrafinken zu verkaufen. ☎ 0175/ 6319301 oder 02504/88797

Bekleidung

Pelzmantel, Nutria, Gr. 38/40, sehr gut erhalten, ☎0173/2712000.

Dienstleistungen

! Nähmaschinenreparatur! Repariere Ihre Nähmaschine. Kostenlose Abh. +Lief. ☎ 0174/7337012

Flohmarkt & Haushaltsauflösung

Wegen Umzug günstig abzugeben an Selbstabholer: Fernsehtisch auf Rollen 10 €, Deckenfluter in schwarz mit Dimmerlicht 10 €, schwarze Funkuhr 5,00 €, Rattansessel, gut erhalten 15 €, 2 robuste Sessel je 10 €, rustikaler Wohnzimmertisch in Eiche m. gedrechselten Säulen 85 x 85 cm 60 €, Miele Geschirrspülmaschine "Turbothermic G 590" ca. 15 Jahre alt, wenig gelaufen, Singlehaushalt, VB 125 €, mehrere kleine Nachttischschränkchen 40 x 50 cm gut erhalten je 15 €, Garderobenständer in Metall, neuwertig 45 €, Rollstuhl neuwertig VB 150 €, ☎ 0162/5716613.

Komplette Hausratsauflösung, Küchengeräte, Porzellan, 3 Zweiersofas, 2 Einzelbetten, 2 Kleiderschränke 1m, Eckbank, Küchenanrichte, Hängeschränke usw., Altenberge, Bültenweg 54, Sa. 10-15 Uhr, Maskenpflicht/Termin erbeten. ☎ 0175/4814199

Rollator für die Whg. zu verkaufen. höhen- und tiefenverstellbar, zusammenklappbar, vorne ist eine schöne Tasche befestigt. FP 90 € ☎ 0251/97433855.

Garagenflohmarkt, Samstag, 05.12.2020, Tom-Ring-Str. 12, Ascheberg.

Münster-Schwibbogen, Krippen, Figuren, Beleuchtung und Zubehör zu verkaufen, ☎0251/230737.

Lagerraum ab 1 m² flexibel und kurzfristig zu mieten, Münster-Mecklenbeck, ☎ 0800 2345544, E-Mail support@mybox.eu

Gobelin-Bilder 20x20, 40x30, wertv. ger. 40 €/80€. ☎ 0160/99466681.

Weihnachtsdeko sehr günstig abzugeben, ☎ 0178/4764009.

Pfeifenschrank Eiche massiv für 8 Pfeifen zu verk., Preis VB, ☎ 0152/29632247

Kaufgesuche

Bares für Wahres! kaufe alle Pelze, Antiquitäten und Schmuck, Ölgemälde und Bronzefiguren, Handtaschen, alte Bibeln, Porzellan, Teppiche, Garderobe, Trachten, Fotoapparate, Kristall, Näh-/ Schreibma., Modeschmuck, Zahngold, Uhren, Zinn. Seriöse Abwicklung, ☎ 0177/9673461

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

Achtung seriöser Ankauf! Pelze, Handtaschen, Damenbekl., Näh,-Schreibmasch., Möbel, Zinn, Schmuck, Porz., Münzen, Bleikristall. ☎ 0178/2489706 Frau Kahl

Kaufe Trödel, Antikes, Schallplatten, Altes & Nettes aus Keller, Dachboden, Hausverkauf o. Nachlass. ☎ 02572 / 89135 o. 0160 / 99142888

!Achtung! Achtung! Kaufe Weine, Champagner, Spirituosen und alte Kameras gegen gute Bezahlung. ☎ 0163/6875369.

Herren-Mountain-Bike mit Scheibenbremsen, Hardtail o. Fully, 29 Zoll in Bestzustand (neuw) zu kaufen gesucht. ☎ 01522/1688355.

Suche Trödel: Hausrat, Deko, Porzellan, Schuhe, gute Kleidung, Zahle 5 € /Kiste. ☎ 0175/3525676 (Olfen)

Kaufe Modelleisenbahnen, ganze Anlagen o. in Teilen, alle Spurweiten. ☎ 02581 / 9283754.

Kostenlose Abholung von defekten Gefrierschränken, Truhen, Wachmasch., Mofas, ☎ 0151/12302062

Suche alte Spielzeugautos aller Art + Modellautosammlungen (keine Biertrucks) ☎ 0171/6882226.

Suche Modelleisenbahnen und Zubehör, ☎ 0172/2371602 oder 0209/270558.

Suche Werkzeuge, Elektrowerkzeuge, Kettensäge usw. ☎ 02382/ 7754333 oder 0176/24172355.

Hochw. Gläser u. Kleidung, alles aus Nachlass ges.,☎ 0178/4594550.

Sammler sucht deutsche und Weltmünzen. ☎ 0251/862809.

Rund ums Fahrzeug

WR BMW 5er, Orig. Michelin, original Alufelge, 225/50 R17, 4,5 mm, VB 100 €. ☎ 02506/2932

WIRD GESUCHT…
Schwarze Katze mit weißen Pfoten, Hals, Bauch und Strich auf der Nase wird aus Drensteinfurt, Harkortstraße,
VERMISST
Hinweise an die Telefonnummer
02508 - 8567

4 Allzweckreifen Grabber AT 235/60 R 17 102 H u. Felgen Proline Carbon matt, B 705 7.5X17, ET 48 LK 5 x 112, 400€. ☎ 0171/ 4106098

Fahrradträger Instrudi AB Thule-Hecktragesystem, Euro-Classic 989 für 3 Fahrräder, 150€. ☎ 0171/ 4106098

Golf V, Komplettwinterreifen Conti auf Alufelgen, 195/65 15, Profil 15-16 mm, für 120 € zu verk.. ☎ 0163/3127300.

Zu verschenken

Eichenehebett 2x2 m, mit Lattenrost, ohne Matratze, sehr guter Zustand an Selbstabholer zu verschenken. ☎ 0178/9811579 (Lüdinghausen)

Nikolausstiefel zu verschenken, neue Sport-Stiefel (Gr.12/45-46). Wer am 5.12. um 6 Uhr zuerst anruft, hat Glück, ☎0251/1613930.

2 schöne junge Hähne zu verschenken, ☎02502/7558.

Bett zu verschenken, 140 x 200 cm, mit Matratze, an Selbstabholer, ☎02532/956776.

Fernsehsessel, 5 motorig, neue Oberklasse, viele Funktionen, wie Aufstellhilfe, Sitzhöhenverstellung, etc., 3 Jahre, NP 3650 € für 950 € VB, 0171/9180027

Kaminholz, trocken, Eiche, Birke, 70 € Festpreis, 1.2 SRM, ☎ 0151/ 22248719.

Trocknes Kaminholz zu verkaufen. ☎ 0172/2975867.

Sammlertreffpunkt

2 alte Bierkrüge um 1900 m. Zinndeckel zu verk. ☎ 0152/29632247.

Antiquarische Militariabücher (Ausgaben ab 1890), ☎02504/2859,

Modelleisenbahnsammlung Märklin H0 zu verkaufen. ☎ 02533/3266.

Baby- & Kinderartikel

Kinderland Beelen -50 % Endspurt - um Platz zu schaffen für die Renovierung, erhalten Sie 50 % auf die gesamte Baby- u. Kinderkleidung sowie die Neuware im Damenbereich, Winterjacken, Schuhe, Handtaschen u.v.m., Kirchplatz 8, ☎ 02586/1867

Zwillingsbett/Laufgitter. 120 x 120 cm, mit 2 Matratzen und Krabbeldecke, stufenlos höhenverstellbar, 80 € VB, ☎ 02501/4109.

Maxi-Cosy, Kombi-Kinderwagen, Laufstall, alles gut erhalten, ☎0151/55552235.

Antiquitäten & Kunst

Antike Standuhr, nussbaum, um 1900, gut erhalten. ☎ 02501/5593

Roloff-Porzellan: Barockartige gr. Kaffeekanne, 2 sehr schöne Deckelbonbonieren, T.02536/343773.

Haushalt & Geräte

Altes Bauernleinen fein, versch. Maße, 10 Meter, 70 cm breit, 70 €. ☎ 0160/99466681.

Rollator ROXY, neu, auch längs faltbar, Tasche abnehmbar, VB 120 €, ☎02533/9194949.

Stand-Kühl-Gefrierkombination, Farbe: Edelstahl, Volumen: 137/64 Liter. VB 120 €, ☎ 0175/4646803.

Möbel

Esszimmertisch 6eckig, 1,30 x 1,20 für 6 Personen schwarz ausziehbar auf 1,60 x 1,35 für 8 Personen und 6 Hochlehner Stühle mit echt Lederbezug. VHNSB 290 €, mobil ☎ 0163/7222208

8 Eßzimmerstühle Buche, geflochtener Sitz, mit Sitzauflage, neuwertig, zusammen 250 €, Selbstabholer, ☎ 0251/20805343.

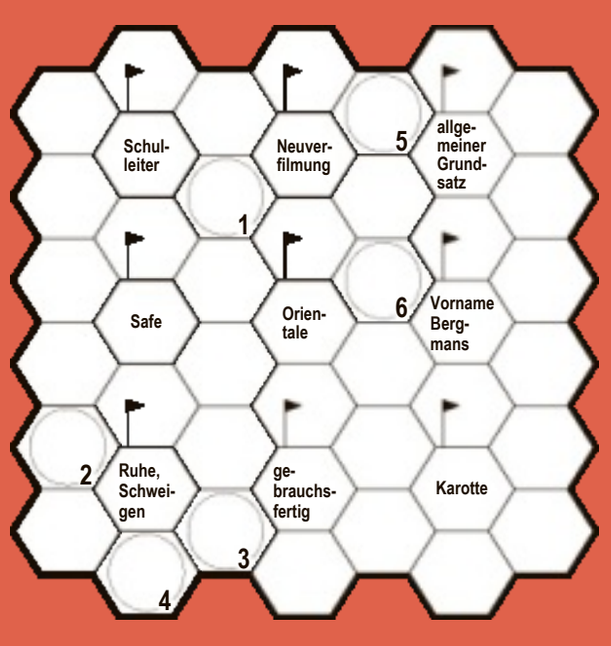
Arbeitsblock m. 3 Schubladen, L: 190 cm, T: 0,47 cm, H: 0,90 cm, schwarze Glasplatte / Holz, VB 150 €, ☎ 0175/4646803.

4 Schwingstühle, neuwertig, beige, je 25 € zu verk. Tel. 0172/6900424

RÄTSEL und DENKSPORT

kleine Fraktur im Glas	ADEIK NPRT	EEH INR		ERU	GMU	AABEG NNPST		EEOS	ATT	CII OPS	CEH	AEE HRT			FOT	BEEN	ENR
		5				Diplomat							4				
Lebensgemeinschaft				AAB KSU		angesehen	3								EOPS		
Pflanzenspross			Begnadigung						6			AAH LNZ		Schriftstellerverband (Abk.)			
				1	jap. Heiligtum				EILV		südeuropäische Hauptstadt						AELOT
						AAPR		tropische Schmarotzerpflanze						HRRU		DILS	
Installation, Montage			HIU		Innenhof span. Häuser						BLO		ein Farbton				
Strom durch Pakistan		menschlich						EG		Bär im ‚Dschungelbuch‘					Departementhptst. (St. ...)		
					Marotte, Routine						2						
gemauertes Ufer				deutsch-franz. TV-Sender					Kosmos				wilde Ackerpflanze				

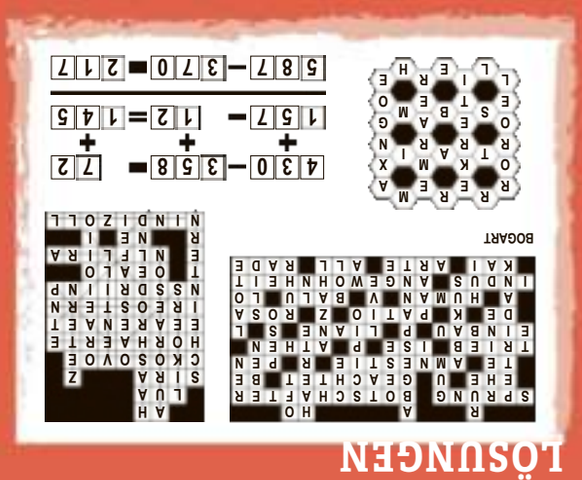
1	2	3	4	5	6



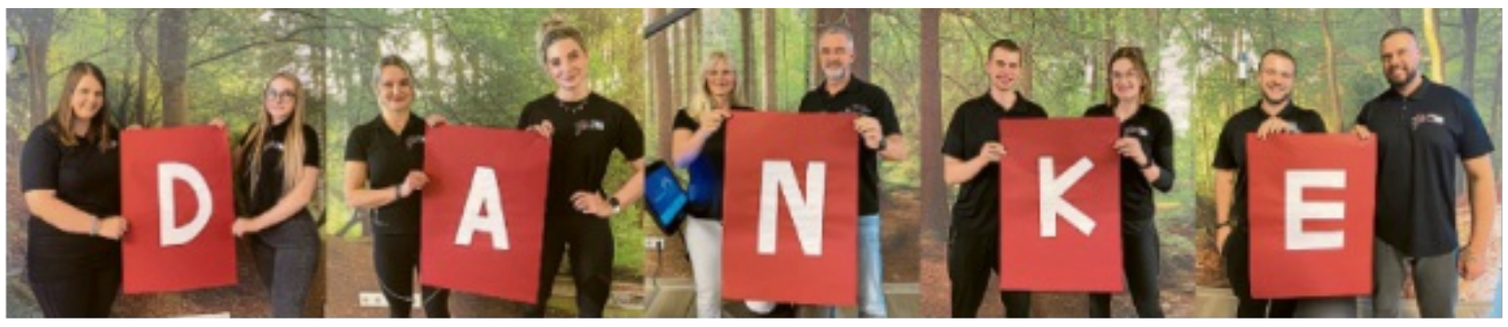
G	A	A	H	X	U	Z	D	F
O	L	U	A	W	E	A	X	Z
S	I	R	A	X	V	W	Z	Y
C	K	O	S	O	V	O	E	V
H	O	R	H	A	E	R	T	E
E	E	A	R	E	N	A	E	T
I	R	E	O	S	T	E	R	N
N	S	S	D	R	I	I	N	P
T	D	O	E	A	L	O	E	Q
E	P	N	L	F	L	I	R	A
R	O	Z	N	E	F	I	V	M
N	I	N	D	I	Z	O	L	L

AURORA
DALI
DELON
EARP
ESRA
FLIRT
HAAS
HAERTE
INDIZ
INTERN
KOSOVO
LIKOER
LIRA
OSTERN
RAESON
RODELN
SCHEIN
SERA
STERN
VENTIL
ZETERN
ZOLL

LÖSUNGEN



– Anzeige –



Wellness Oase

PROFI FÜR RÜCKEN & GELENKE

Praxis für Physiotherapie
Gesundheits- & Fitnessstudio

DAS GESAMTE TEAM SAGT *Danke*

Fitness- und Gesundheitsstudio

Mittlerweile steht fest: Die Wellness Oase bekommt keine staatlich finanzielle Unterstützung, da sie ein Mischbetrieb von Fitness und Physiotherapie ist. Wir sind in dieser schwierigen Zeit auf die Unterstützung unserer Mitglieder angewiesen, die mit ihrem Mitgliedsbeitrag helfen, die über 30 Arbeitsplätze und die Zukunft der Wellness Oase zu sichern.

Selbstverständlich wollen wir jedem Mitglied seine entgangene Trainingszeit in der Wellness Oase angemessen kompensieren. Dafür haben wir bereits unterschiedliche Kompensationsmöglichkeiten ausgelobt. Gerne finden wir für jeden eine individuelle und optimale Lösung. Ab dem ersten Besuch nach dem Lockdown in der Wellness Oase kann sich jeder für die persönlich passende Lösung entscheiden.

Wir haben uns zum Ziel gesetzt, die Gesundheit und Lebensqualität unserer Kunden zu verbessern. Das wollen wir auch in Zukunft tun. Das gesamte Studio wurde mit speziellen Luftfiltersystemen ausgestattet, die Viren, Bakterien, Keime und Pollen eliminieren. Wir haben in unseren Gerätepark investiert, sodass wir weiterhin ein sicheres Training gewährleisten können.

Unser Hygienekonzept

- Luftreinigungssysteme im gesamten Studio, welche Viren, Bakterien, Keime und Pollen eliminieren
- Infrarottemperaturmessgerät beim Betreten des Studios
- Zahlreiche Desinfektionsmöglichkeiten
- Maskenpflicht für alle Mitarbeiter und Kunden
- Gezielte Lüftungsintervalle
- Gewährleistung des Mindestabstandes
- Desinfektions- und Reinigungsintervalle
- Digitalisiertes Check-in/-out System für unkomplizierte Nachverfolgung

Praxis für Physiotherapie (gesetzl. u. privat)

In der Praxis für Physiotherapie sind wir weiterhin für unsere Patienten vor Ort. Patienten haben die Möglichkeit, ärztlich verordnete Heilmittelbehandlungen und T-Rena (Gerätetraining verordnet nach Kur- bzw. Reha-Aufenthalt) in Anspruch zu nehmen.

Ein medizinisches verordnetes Training, z. B. nach Operationen, in Form von Krankengymnastik am Gerät ist gewährleistet. Ein großer Dank gilt den Ärzten, die die Notwendigkeit von gezieltem Muskeltraining erkennen und ihren Patienten über entsprechende Heilmittel eine schnelle Genesung ermöglichen. Prof. Dr. med. Zimmerman, Immunologin der Universität Köln sagt: „Nie waren Wachstumsreize so wichtig wie in dieser schwierigen Zeit, denn Muskeln produzieren unter Belastung Botenstoffe, die sogenannten Myokine.“* Diese stärken unter anderem auch das Immunsystem.

Med. Rehasport, wie von der Landesregierung gewünscht, findet mit medizinischer Verordnung bereits teilweise wieder statt. Ab Januar ist geplant, alle Rehasport Kurse wieder zu ermöglichen.

Melden Sie sich diesbezüglich gerne telefonisch unter der 0 25 08 - 99 76 35.

*Quelle: Unser Wissen (expertenallianz-gesundheit.de)

Das Gesundheitsstudio ist zu, aber wir sind für Euch da

Als Profi für Rücken & Gelenke sind wir auch während der Schließungszeit für unsere Mitglieder und Patienten da

- Wir unterstützen das Training zu Hause, um ihre Fitness und vor allem ihr Immunsystem zu stärken.
- Wir erstellen individuelle Trainingspläne für zu Hause
- Wir verleihen Trainingsmaterial
- Wir geben regelmäßig Live-Kurse
- Wir unterstützen Hilfebedürftige bei ihren Einkäufen und ihren Wegen in die Wellness Oase
- Wir ermöglichen Webseminare von Experten der Fitness- und Gesundheitsbranche über Themen wie Stärkung des Immunsystems, Ernährung und zielgerichtetes Training
- Wir ermöglichen unseren Mitgliedern über unser Online Kursportal e-Fit aus einer Vielzahl an Kursvideos auszuwählen, um Zuhause zu trainieren.
- Wir halten alle über unsere Sozialen Medien auf dem aktuellen Stand
- Durch regelmäßige Vorträge (jetzt online) klären wir alle auf, die mehr über Ihre Gesundheit wissen möchten.
- Tägliche Telefonhotline, montags bis freitags von 8 bis 20 Uhr

Als Experten auf den Gebieten Gesundheit und Wohlbefinden sind wir stolz auf unsere Mitglieder, die aus Eigeninitiative Ihre Gesundheit stärken und regelmäßig zu uns in das Studio kommen.

Auch Menschen mit Erkrankungen wie Diabetes, Bluthochdruck, metabolischem Syndrom, Rückenbeschwerden, Schlaganfällen, Sportverletzungen, Multiple Sklerose, Parkinson, usw. helfen wir ihre Beschwerden zu lindern, so dass sehr oft viel weniger oder sogar keine Medikamente mehr nötig sind. Wir sind traurig, dass wir dieses nicht direkt vor Ort machen dürfen und vermissen unsere Mitglieder.

Viele konnten wir in den letzten Tagen telefonisch erreichen, so dass wir sie bald wieder persönlich begrüßen können.

Frohe Weihnachten und viel Gesundheit
für das neue Jahr wünschen Euch Vera & Carsten
und das gesamte Team

WELLNESS OASE
PROFI FÜR RÜCKEN & GELENKE
PRAXIS FÜR PHYSIOTHERAPIE
GESUNDHEITS- & FITNESSSTUDIO

NEU: auch monatlich kündbare Mitgliedschaften im Angebot

JETZT ANMELDEN und erst im März 2021 zahlen

Jetzt Mitglied werden und die ersten 3 Trainingsmonate nach Öffnung des Studios geschenkt bekommen. Angebot gilt bis 31.12.2020

Verschenken Sie Gesundheit & Wellness
und verwöhnen Sie Ihre Lieben zu Weihnachten
mit unseren Gutscheinen!

Klassische Massage | Thai-Wellness-Massage
Sport und Fitness

WELLNESS OASE

Raiffeisenstraße 4b
48317 Drensteinfurt
Tel. 0 25 08 - 99 76 35

www.wellness-oase.net