

HALLO

TELGTE · WESTBEVERN ·
RAESTRUP · EVERSWINKEL ·
ALVERSKIRCHEN ·
OSTBEVERN

Jeden Samstag · kostenlos
Samstag, 30. Januar 2021
Ausgabe 5/2021 · Verteilte Auflage: 13 570



Sicheres Plätzchen

Es ist gar nicht so schwer, selbst einen Nistkasten für Vögel oder Schlafmäuse zu bauen. | Draußen



Camping statt Hotel

Manch einer zieht in Coronazeiten vielleicht eine privater Atmosphäre im Campingmobil oder Wohnwagen dem Hotelurlaub vor. | Camping + Caravan



Passende Beilage

Süßkartoffeln sind der perfekte Begleiter zum Dorschfilet aus dem Ofen, unserem Rezept der Woche. | Essen & Trinken

Kurznotiert

Kinderkirche: Jesus und der Sturm

TELGTE. Das Team der „Kinderkirche“ erzählt den Kindern in dieser Woche eine weitere Geschichte aus der Bibel. Deren Titel lautet „Jesus und der Sturm“. Dazu gibt es wieder einen Impuls, zwei Bibelaktionen und Spiele für zu Hause. Alle interessierten Kinder sind eingeladen, sich die Bibelgeschichte in den Kirchen St. Clemens oder Ss. Cornelius und Cyprianus abzuholen oder die Datei auf der Homepage www.st-marien-telgte.de herunterzuladen und eine Audiodatei anzuhören. Viele Familien haben sich an der Malaktion zum Hungertuch beteiligt. Der bemalte Stoff sollte bis zum 7. Februar zurückgebracht werden.

Kolping unterstützt Handysammlung

OSTBEVERN. Die Kolpingsfamilie unterstützt die Handyspendenaktion von missio. Die gespendeten Handys werden recycelt, um die Rohstoffe zu gewinnen. Ein Anteil des Erlöses geht zu gleichen Teilen an missio und das Kolpingwerk. Die Kolpingsfamilie beteiligt sich an der Handyspendenaktion und hat auch eine Annahmestelle eingerichtet. Die Geräte können in den Briefkästen der Kolping Spielgruppe Sonnenkinder, Eichenweg 2, eingeworfen werden. Vor der Tür sind Umschläge zu finden. Wer möchte kann so an einer Verlosung teilnehmen. www.kolping-ostbevern.de

Online-Seminar des Emshofes

TELGTE. Der Emshof bietet am 22. Februar ein kostenloses Online-Seminar zum Thema „Bildung für nachhaltige Entwicklung (BNE) im Unterricht“ an. Hierbei sollen Lehrer und Multiplikatoren lernen, was genau hinter dem BNE-Konzept steckt und wie sie es in Ihren Unterricht integrieren können. Weitere Informationen finden Interessierte unter www.emshof.de. Anmelden können sich Personen unter ☎ 72 96 88 oder schulbauernhof@emshof.de.

Kontakt

Verteilung, Kleinanzeigen
0 25 04/6 90 23 04

Anzeigen
0 25 04/73 35-50, -51
anzeigen.telgte@ag-muensterland.de

Redaktion
redaktion.telgte@ag-muensterland.de

AGM Anzeigenblattgruppe Münsterland
www.ag-muensterland.de

Prinzessin Ingrid I. und ihr Elferrat in der Verlängerung



Prinzessin Ingrid I. Amshoff und ihr Elferrat freuen sich auf den Tag, an dem wieder nach Herzenslust Karneval gefeiert werden darf. Foto: Pohlkamp

Spaß mit Abstand

Die KG Schwarz-Gold leidet, weil Karneval in der Session 2021 auch in Telgte coronabedingt ausfällt.

„Den Rosenmontag am 15. Februar werden wir jedenfalls nicht geräuschlos passieren lassen.“

Präsident Franz Winkels



TELGTE. „Das hat auch jeder so erwartet. Darüber sind wir natürlich traurig. Dennoch lassen wir den Kopf nicht hängen und werden diese Zeit nutzen und andere Wege suchen, um miteinander zu kommunizieren“, blickt Präsident Franz Winkels und sein Vizepräsident Andreas Diller optimistisch und zuversichtlich in das neue Jahr. „So etwas haben wir in unserer 55-jährigen Vereinsgeschichte auch noch nie erlebt. Jetzt gilt es, das Beste daraus zu machen. Den Rosenmontag am 15. Februar werden wir jedenfalls nicht geräuschlos passieren lassen“, versichert Präsident Franz Winkels.

Die beiden KG-Präsidenten sind guter Dinge, spätestens zum 11. November wieder auf der Bühne zu stehen. Eine neue Tollerität wurde bei der KG Schwarz Gold nicht proklamiert. Prinzessin Ingrid I. Amshoff von „Reisedrang und

Walzerklang“ geht ebenso in die Verlängerung wie der gesamte Elferrat. Zwei Jahre lang dauert ihre „Regierungszeit“.

Ingrid Amshoff nutzt ihre Zwangspause, um sich mit Videos zumindest ihrem Elferrat zu präsentieren. Über ihre bestehende Elferrat-WhatsApp-Gruppe hat sie zusammen mit ihrem Gemahl Hannes, Mitglied des Elferrates, eigene Videoclips veröffentlicht. Dazu gehört auch ein virtuelles Wein-Event. „Mit unserer Botschaft möchten wir zeigen, dass wir andere Wege finden können, um miteinander Spaß zu haben“, so Prinzessin Ingrid I. Amshoff.

Für Franz Winkels und Andreas Diller ist es wichtig, in den kommenden Wochen ihre Prinzessinnen wieder mit dem Prinzessinnen-Gewand auszustatten. „Wenn wir Videos drehen und diese auf

unserer Homepage veröffentlichen, muss unsere Prinzessin natürlich in ihrem Prinzessinnenkostüm in Erscheinung treten“, wünschen die beiden Vereinspräsidenten, dass über Bild und Ton und die digitalen Kanäle etwas Karnevalsflair in die Wohnzimmer einzieht.

„Wir müssen jedoch auch an unsere älteren Mitglieder denken, die uns nicht digital erreichen“, so Franz Winkels. „Wir wollen niemanden vernachlässigen. Für diese verdienten Mitglieder werden wir Karnevalspäckchen zusammenstellen und diese am Rosenmontag persönlich überreichen. Damit Karnevalsflair spürbar wird und wir gemeinsam – getrennt und mit Abstand – Spaß haben“, wünschen sich Franz Winkels und Andreas Diller einen schönen, allerdings außergewöhnlichen Rosenmontag 2021.

KULT Manufaktur spendet 650 Euro an Kinderhospiz

Sternenland freut sich über großzügige Spende

TELGTE. Die Kult Manufaktur Telgte zum Mitnehmen hat am ersten und zweiten Adventswochenende KULT Glühwein und Kult Kakao to Go angeboten. „Wir wollten aber auch den sozialen Aspekt nicht außen vor lassen und haben geschaut, welche Telgter Institution wir mit ins Boot nehmen“, so Nina Ruh-

landt, Leiterin der Kult Manufaktur.

„Sternenland hat uns von der Thematik sehr angesprochen und wir haben Kontakt zum Vorsitzenden aufgenommen. Und dann war es klar, wir verkaufen unseren Kult Glühwein und Kakao und 50 Cent pro Becher gehen an Sternenland. Und zusätzlich

hatten wir noch eine Spardose, wo die Kunden ebenfalls spenden konnten.“

Diese Aktion wurde sehr gut angenommen und es wurden 500 Euro eingenommen. „Diese Summe haben wir noch mit 150 Euro aufgestockt. Somit können wir Sternenland die tolle Summe von 650 Euro überweisen –

plus das Geld in der Spardose.“

In Pandemiezeiten erfolgte die Übergabe an das Kinderhospiz als Überweisung und man unterrichtet sich darüber auf dem Telefonweg. „Gerne wiederholen wir diese tolle Aktion, wenn die Zeiten normaler werden“, hört man aus der Kultmanufaktur.

ANGEBOTE gültig vom 01.02. bis zum 06.02.2020

WEIN DER WOCHE
Bordeaux, Chateau La Castillonne
0,75 L Flasche 6,49 €
Probieren Sie den Wein am Freitag von 14.00–18.00 Uhr in unserem Markt

11.99
Bitburger Pils versch. Sorten
20x0,5 l/24x0,33 l
zzgl. Pfand 3.10/3.42 €
1 Liter = 1.20/1,51 €

6.99
Königshof Pils versch. Sorten
20x0,5 l/24x0,33 l
zzgl. Pfand 3.10/3.42 €
1 Liter = 0.70/0.88 €

9.99
Brinkhoffs No. 1 Pils
20x0,5 l/24x0,33 l
zzgl. Pfand 3.10/3.42 €
1 Liter = 1.00/1,26 €

2.29
Coronet Min. versch. Sorten
12x0,75 l zzgl. Pfand 3,30 €
1 Liter = 0,25 €

5.99
Sinalco Limonaden versch. Sorten
12x 1,0 l
zzgl. Pfd. 3,30 €
1 Liter = 0,58 €

6.99
Bad Meinberger Min. versch. Sorten
12x 1,0 l PET zzgl. Pfd. 3,30 €
1 Liter = 0,50 €

12.99
Aldersbacher Kloster Hell o. Weißbier
20x0,5 l
zzgl. Pfd. 3,10 €
1 Liter = 1,30 €

GETRÄNKE Depot

Öffnungszeiten Depot Telgte:
Mo.–Fr. 9.00–19.00 Uhr
Sa. 8.00–15.00 Uhr

Getränke Depot Telgte
Orkotten 50 · 48291 Telgte · Tel.: 02504/2080

MIT ALEX IM TOR MACHEN SPORTLICHE ERFOLGE SCHULE

Alexander Städler
Schüler und Junioren-Europameister im Hockey

Vom Sport allein können deutsche Top-Athleten nicht leben. Als Förderer erleichterst Du ihnen den Spagat zwischen Job und Leistungssport: www.sporthilfe.de

Deutsche Sporthilfe

WIR MACHEN IHRE WELT BUNTER!

AGM Anzeigenblattgruppe Münsterland
www.ag-muensterland.de

Rätselspaß

Samstag, 30. Januar 2021

dt. Schauspielerin (Lisa)	öhal-tige Südfrucht	med.: Ohrenentzündung	Amme des Zeus	gewitzt (ugs.)	Verteidiger beim Judo	weibliche Haustiere	Landstraße	veraltet: jetzt	Recht der Vergeltung	Heidis Großvater (Alm-...)	Filmfigur ... Sorbas' (Antony Quinn)	Vorname d. Modedesignerin Lauder †	portugiesisch: Gebirgskette	norwegische Küstenstadt	Versmaß	„heilig“ in span. Städtenamen	Pferdezuruf: Los!	ein dt. Bundespräsident	wut-tobend
prima (ugs.)	Gegenstände der Verehrung			asphaltieren	histor. Reich in Westafrika	Nordwesteuropäer	begleichen	tadschik. Parlament, Majilis...	englisch: müssen	störend, unangenehm	Kobolde	Wasservogel	realtierbar	sammeln und lagern	agyptischer Sonnengott				
Anstieg der Börsenkurse	Unterwasser-gefahrte	feines Metzgerprodukt		Wind-schatten-seite	histor. Reich in Westafrika	germanischer Volksstamm	Ort in Zentral-Mallorca	Ausgestaltung	Stadt auf Lolland	Vogelkraut	Fremdwortteil: vier	Schmierstoffabfall	Botin Odins	US-Popmusiker (Stevie)	Schiff der griechischen Sage	erster dt. Bundespräsident †	griechische Unheilsgöttin	poetisch: Insel	
englisches Längenmaß		englische Zustimmung	Fluss durch Grenoble	Speisenfolge	Bau-steine	Kurort in Südtirol		spanische Hoch-ebene	Posten, Position, Pose, Haltung	englisch: geheim	Fremdwortteil: von außen	Geldautomat (engl. Abk.)	Eier im Vogel-nest	Schild des Zeus	Fremdwortteil: Luft	schöner Film-schluss, Happy ...		weibl. Prinzip (chin. Philos.)	
an Jahren zu-nehmen	Raub-tier-köder	franz. Schauspieler, Alain ...		Lieblings-frau Jakobs (A.T.)	Wieder-auftritt eines Stars	weibliche Vor-gesetzte	Schau-spieler		Mutter der Nibe-lungen-könige		Zu-gewinn	Ge-schenke				US-Filmstar (Wesley)	Fremdwortteil: wieder		
Italienisch: zwei	Holzblas-instrument	ein Schnellzug (Abk.)	Organisation, Club	Landhaus in Spanien	Werkzeug zum Kornputzen	dunkles eng-lisches Bier	Gewohnheit	schweiz. Schauspielerin (Maria) †	ehem. Name von Tallinn	hebräische Anrede Gottes	bleibender Eindruck	Mehrzahl	Erb-faktoren	span. Nationalheld (El ...)		falls, dann	„Prag“ in der Landes-sprache		
alle franz. Goldmünze	Stoß-fänger	röm. Adels-geschlecht	Blut-adern	letzter König Iraks	Jogging		Stadt in Thürin-gen	Berliner Dramatiker † 1946		französisch: Seele	antörmischer Kaiser	Gegenteil von ‚Altes‘	Titelgestalt Lessings (Weiser)	spanische Anrede (Herr)	Sekun-därstoffe (Kw.)	Abk.: Spalte			
Salzlake	nord-deutsch: kleine Mücke	Wappenkunde	badischer Politiker † 1881	Schöf-fergericht im MA.		Düsseldorfer Flanier-melle	afrika-nisches Rund-dorf	Zahn-creme	ein Kohlen-wasser-stoff	Gottes-urteil im MA.	Lock-mittel zum Tierfang	Füllwort im Rede-fluss	medizinisch: Schlaf-fähigkeit						
Kater in der Fabel	galler-artige Substan-zen	deutsche Vorsilbe: schnell	islami-sche Herrscher in Indien	Vorname des Autors Capek	afrika-nisches Rund-dorf	Zahn-creme	Redner der Antike	US-Bundes-staat	Winkel-maß	westl. Militär-bündnis (Abk.)									
europäische Sprache	spanischer Maler † (Joan)	polynes. Volk in Neusee-land	Sport-gewichts-klasse	Ort auf Nord-Grönland	Post per Internet (Mz.)	Fleisch-speisen	hebräischer Buch-stabe	antike griech. Stadt (Türkel)	ange-graut (Haar)	Rufname der Hay-worth †	Oper von Richard Wagner	englisch: ver-suchen							
unverfälscht, natürlich	Stadt in Nord-Korea	greisenhaft	größte Samoa-insel	militä-rischer Dienst-grad	peinlich	James-Bond-Autor, ... Fleming †	Embryo	Frage nach der Richtung	antörmische Silber-münze	österr. Pferde-droschke	französischer unbest. Artikel	Ahnherr aller griech. Götter	japanisches Schrift-zeichen	Soft-ware-nutzer (engl.)	Schlag-erstar T, ... Backus				
gen-manipulierte Wesen	österr. Formel I-Welt-meister †	spanischer Staats-mann	inständig bitten	Haar-farbe	Rufname des Sängers Cocker	Schauspieler	schweiz. Winter-sport-sport	Faltblatt (engl.)	griechischer Gott der Zeit	Wagen	chines. Kampf-kunst ... Chi	Groß-stadt in Nordost-Spanien							
schlemmerhaft	höfliche Knie-beugung	... News, Falsch-meldung	Rufname des Sängers Cocker	Schauspieler	schweiz. Winter-sport-sport	Faltblatt (engl.)	ein Kohlen-wasser-stoff	Provinz in Süd-finnland	chines. Kampf-kunst ... Chi	Groß-stadt in Nordost-Spanien									
Feldrand	Segel-tau	„Erwach-sene“ bei Kindern	Boot-schiebe-stange	japanischer Ring-kampf	bibli-scher König	restlich, verbleibend	Marine-dienst-grad	indischer Bundes-staat	Metalle ver-binden	engl. Fähr-hafen	Kristall-gestein	Abk.: Bogen							
viel und mühsam arbeiten	dünner Pfann-kuchen	Ziererei	massiv, plump	englische Brief-anrede	deutscher Bankier † 1994	US-Filmstar, Brad ...	allörmischer Grenz-wall	franz. Auto-renn-strecke	klang-voll	konstant, an-dauernd	Roman von Melville („... Dick“)								
lateinisch: Kunst	österr. Bild-hauer (16. Jh.)	EDV-Begriff (Abk.)	Schutz-patron gegen Seuchen	stechen (ugs.)	Stein-statue in Ägypten	kleine Sunda-insel	offi-zialer Ratgeber	aalförm. Meeres-raub-fische	persönl. Geheim-zahl (Abk.)	erste Sängerin	die drei Töchter des Zeus	Vorname d. Schauspielerin Moreau	Hit von Costa Cordalis						
positive Elektrode	gelber Berg-kristall	Früh-stücks-speck (engl.)	Stein-statue in Ägypten	kleine Sunda-insel	offi-zialer Ratgeber	aalförm. Meeres-raub-fische	persönl. Geheim-zahl (Abk.)	erste Sängerin	die drei Töchter des Zeus	Zustimmung									
Spaltwerkzeuge	zwei-seitig	im Großen (franz.)	wörtliche Beleg-stelle	Schlag-wort	Pflanzen-teil	Brüsseler Statue, Manne-ken ...	german. Grund-eigen-tum	stark windig	kuwai-tische Währung	Bank-buchung									
stark hügelig	Engel am Para-dies-eingang	tiefer Berg-ein-schnitt	Schau-platz	Geschäft, Laden (engl.)		berühmtes Musical	Teile des Sonnen-systems	Parla-ments-mitglied (Abk.)	englische Bier-sorte	Pflanzen-samen	tragbar	deutsche Vorsilbe							
nord-amerikanischer Nerz	span. Filmstar, Pené-lope ...	Computer-betriebs-system	europ. Groß-konzern (Airbus)	Lichtgott der nord. Mythologie	belegt (Platz)	Schlaufen	asiatischer Subkon-tinent	Prin-zessin von Monaco	französisches Departement	grüne Schicht auf Kupfer	Futterale	Erd-rutsch im Gebirge							
Inselgruppe	kalter Wind an der Adria	Ginseng	löchrig, durch-lässig	schweiz-erisch: jenseits	berühmtes Musical	Teile des Sonnen-systems	aufge-hängtes Bild (engl.)	Donau-Zufluss in Bayern	Wortteil: Boden	ge-körntes Stärkemehl	besitz-anzei-gendes Fürwort								
Wildwasser-rauschen	offter ara-bischer Buch-stabe	zement-artiger Baustoff	kalter Wind an der Adria	Ginseng	berühmtes Musical	Teile des Sonnen-systems	aufge-hängtes Bild (engl.)	Donau-Zufluss in Bayern	Wortteil: Boden	ge-körntes Stärkemehl	besitz-anzei-gendes Fürwort								
Halbton unter c	vorher, erst	italie-nischer Adria-Badeort	Kfz-Z. Mülheim	Bewoh-nerin eines Erdteils	Hauch, Fluidum (franz.)	Währung in Ghana	Parla-ments-mitglied (Abk.)	chem. Zeichen für Rhodum	chem. Zeichen für Tantal	Hafen-stadt in Eritrea	Kicher-laut	Abk.: Eilzug							
Kapitän in ‚Moby Dick‘	italie-nischer Adria-Badeort	Kurz-ware	Prin-zessin von Monaco	Greif-vogel-fütterung		Gerichts-ent-scheide				Assistent									
Felsvorsprung (Mose)										Einzel-musiker (Mz.)									

1 2 3 4 5 6 7 8

Kurznotiert

Öffnungszeiten des Pfarrbüros

TELGTE. Das Pfarrbüro der Kirchengemeinde St. Marien ist ab sofort nur für dringende Notfälle am Montag und Donnerstag von 9 bis 12 Uhr geöffnet. Die Gemeinde bittet darum, nur für außerordentlich wichtige Dinge persönlich zu erscheinen. Für Unterlagen, Rechnungen und nicht dringliche Fragen sollte der Pfarrbüro-Briefkasten genutzt werden. Alle anderen Angelegenheiten sollten telefonisch unter ☎ 93 23 10 oder ☎ 93 23 111 oder per Mail unter stmarien-telgte@bistum-muenster.de geregelt werden. Telefonisch ist das Büro von Montag bis Freitag von 9 bis 12 Uhr erreichbar.

Schützen verschieben Versammlung

WESTBEVERN. Aufgrund der aktuellen Lage verschiebt der Bürgerschützenverein Westbevern-Dorf seine für den 20. Februar vorgesehene Generalversammlung auf einen späteren Zeitpunkt. Die Mitglieder werden rechtzeitig über den neuen Termin informiert.

Medien bestellen und abholen

TELGTE. Auch die Bücherei im Treffpunkt Telgte ist vom Lockdown betroffen, darf aber einen Abholservice anbieten. Die Leser haben die Möglichkeit, im Katalog unter <https://sb-telgte.lmscloud.net/cgi-bin/koha/opac-main.pl> Medien über einen Warenkorb vorzubestellen. Auch telefonisch ist es möglich, Medien unter ☎ 69 01 10 zu bestellen. Per Mail oder telefonisch vereinbart das Büchereiteam mit den Lesern einen Abholtermin. Abholen und Rückgabe sind nur mit Termin möglich. Termine sind Montag, Dienstag, Donnerstag und Freitag sowohl vormittags als auch nachmittags zu bekommen. Unter den Abstands- und Hygieneregeln werden die bestellten Medien herausgegeben

OGS der St.-Christophorus-Grundschule schafft besondere Krippe

In Faltechnik aus 18 Büchern

Als das ferne Leuchten bezeichnet die pädagogische Fachkraft Margret Eickholt die Krippenszenen, Figuren oder Kulissen, die sie zusammen mit ihren Schülern des Offenen Ganztags (OGS) der St.-Christophorus-Grundschule Westbevern für die 80. Krippenausstellung in Faltechnik aus 18 Büchern herausgearbeitet hat.

Von Bernd Pohlkamp



Die OGS-Schüler haben Bücher benutzt, um eine besondere Krippe zu kreieren.

Foto: Kube/privat

„Diese ‚Buchkunstwerke‘ beeindruckten nicht nur die Schüler und Lehrer der Schule, sondern auch die Eltern.“

Margret Eickholt

„

TELGTE. „Die ersten Gedanken zu einer Ausstellungsbeilegung hatten wir im Herbst 2019, als Kinder der OGS anlässlich der Lesenacht in der St.-Christophorus-Schule und zur Dekoration der verschiedenen Vorlese Räume das Falten der Bücher für sich entdeckten“, beschreibt Margret Eickholt den Weg zur Teilnahme.

Gemeinsam wurde eine Faltechnik entwickelt, mit der die Kinder von der vierten bis zur ersten Klasse ziemlich einfach ausdrucksstarke Motive in Büchern falteten. „Diese ‚Buchkunstwerke‘ beeindruckten nicht nur die Schüler und Lehrer der Schule, sondern auch die Eltern“, zeigte sich Margret Eickholt erfreut über das Ergebnis. Das Selbermachen motivierte immer mehr Schüler. Die alten Bücher hatten sie sich zuvor aus den öffentlichen Bücherregalen in Westbevern und Telgte besorgt.

In der Adventszeit wechselten die Schüler die Motive. Aus dem Goldesel aus dem

Grimmschen Märchen wurde der Esel in der Krippe gefaltet. Nach und nach kamen weitere Figuren aus dem Geschehen rund um den Stall von Bethlehem dazu: Hirten und Schafe, der Engel und die Sternendeuter. So konnte eine kleine „Krippenausstellung“ auf der Garderobe vor dem OGS-Raum in der Grundschule aufgebaut werden. Das gab der OGS den Anstoß, sich mit gefalteten Büchern an der Ausstellung zu beteiligen.

Nach den Sommerferien legten die Mädchen und Jungen voller Eifer los. Es entstanden weitere Motive. Jetzt konnten auch kleine Geschichten erzählt werden: Maria und Josef auf dem Weg nach Bethlehem. Der Wirt, der sie an der Herberge abweist. Die Hirten auf dem Feld, die die Schafe hüten und sich am Feuer wärmen. Der Engel, der die Geburt Jesu verkündet. Sternendeuter, die durch ein Fernglas den Stern von Bethlehem aufleuchten sehen, zu Herodes kommen und schließlich vor dem Krip-

penstall stehen, um Jesus, den Messias, in der Krippe zu erkennen. Schließlich die Flucht von Maria und Josef nach Ägypten.

„Der Titel ‚Das ferne Leuchten‘ entstand durch den Titel des Buches, in das eher zufällig Jesus in der Krippe, eingerahmt von Maria und Josef, gefaltet

wurde“, erzählt Margret Eickholt. Das eigentliche Geheimnis sei, „dass das Leuchten, das durch Jesus in die Welt hinaus strahlt, nicht fern, sondern in uns selber ist. So kann unser Leben hell werden und

durch uns das Leben anderer.“

Auch wenn die Kinder diesen großen Zusammenhang noch nicht im Blick hatten, bescheinigt Margret Eickholt den Kindern, viel Spaß gehabt zu haben, Bücher zu falten und diese thematisch einzuordnen.



Besonderes Angebot für interessierte Familien

Kinder- und Jugendzentrum nutzen



Familien haben die Möglichkeit, das Kinder- und Jugendzentrum am Emstor zu nutzen.

Foto: privat

TELGTE. Das Kinder- und Jugendzentrum am Emstor hat derzeit nur in Ausnahmefällen für Jugendliche in Einzelgesprächen bei persönlichen Krisen geöffnet. Wer das Gespräch sucht, kann sich mit den Mitarbeitern vorab in Verbindung setzen oder spontan – während der Woche – nachmittags vorbeikommen.

Ab dieser Woche wird nun auch einzelnen Familien die Möglichkeit gegeben, die Einrichtung kennenzulernen und zu nutzen. Dienstags und donnerstags in der Zeit von 14 bis 18 Uhr und sonntags von 10 bis 16 Uhr kann jeweils eine Familie für maximal zwei Stunden die Räumlichkeiten und die Spielmöglichkeiten des Treffs, nach vorheriger Anmeldung, nutzen. Zur Verfügung stehen unter ande-

rem ein Kicker- und Billardtisch, ein Dartautomat, ein Musik- und Tanzraum sowie diverse Gesellschaftsspiele. Letztere dürfen auch auf Leihbasis mit nach Hause genommen werden.

Eine Begleitung, Betreuung oder Beratung durch die Mitarbeiter ist aufgrund der Vorgaben der Coronaschutzverordnung nicht möglich. Vor der Nutzung wird es aber eine kurze Einweisung geben. Verpflegung sollte mitgebracht werden.

Interessierte Familien können sich gerne unter info@jugendzentrum-telgte.de oder unter ☎ 72 095 informieren.

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

Jeden Tag besonders – einfach ALDI.



Du bleibst im Home Office - Wir checken dein Auto!

Unser perfekter rundum sorglos Service:

- Inspektion nach Herstellervorgabe mit Eintrag in Online Servicehefte und kostenloser Mobilitätsgarantie
- Unfallreparaturen und Autoglas für alle Versicherungen
- Frontscheibenreparatur bei Teilkasko auch ohne SB

Unser Angebot im Februar

Kostenloser Fahrzeugcheck inkl. Hol- und Bringservice. Auf Wunsch gerne kontaktlos!

EUR

0,00

1a autoservice Schapmann GmbH & Co. KG
Loburg 55
48346 Ostbevern
Telefon: 0 25 32 / 86 10

Wir machen, dass es fährt.



Nistkästen für heimische Vögel und Schlafmäuse bauen

Naturschutz im Garten

Wer in den Wintermonaten Vorbereitungen für den Frühling treffen möchte, sollte schon jetzt an die Kinderstuben der heimischen Tiere denken, empfiehlt der Bund für Umwelt und Naturschutz Deutschland (BUND).

Nicht nur viele Vogelarten, sondern auch Schlafmäuse wie der gefährdete Gartenschläfer und der Siebenschläfer, sind auf geschützte Orte wie Nistkästen für ihren Nachwuchs angewiesen. „Ältere Bäume mit Baumhöhlen oder dichte Hecken von Schlehen, Brombeeren oder Wildrosen bieten optimale Nistplätze“, erklärt Magnus Wessel, Naturschutzexperte des BUND. „Doch wenn diese Bäume noch zu klein sind oder ein Anpflanzen nicht möglich ist, kann man jetzt Nistkästen selbst bauen oder kaufen.“

Je nach Vogelart gibt es verschiedene Nistkastenformen und Größen der Einfluglöcher. Der BUND empfiehlt, nicht nur die typischen Meisenkästen zu wählen, sondern auch speziellere Nisthilfen für andere Vogelarten – oder auch für Gartenschläfer. Schlafmaus-Nistkästen unterscheiden sich deutlich sichtbar in der Bauart: Das Einstiegsloch befindet sich bei ihnen auf der Rückseite,

die zum Baum gewandt ist. So können die kleinen Bewohner am Baumstamm entlang bis in die Kästen hineinklettern. Wessel: „Besonders für Arten wie den Gartenrotschwanz oder den gefährdeten Gartenschläfer sind Nistkästen eine gute Unterstützung. So kann man auch im eigenen Garten einen kleinen Beitrag für den Schutz der Artenvielfalt leisten.“

Mit etwas handwerklichem Geschick lassen sich Nistkästen einfach selbst bauen. Dafür bietet der BUND verschiedene Bauanleitungen auf seiner Website. Alternativ können sie in Baumärkten oder dem BUNDladen erworben werden.

Beim Anbringen der Nisthilfe und weiterer Gartenarbeit empfiehlt der BUND bis auf den März zu warten, um überwinterte Tiere nicht zu stören. Die Kästen sollten dann vor direkter Sonneneinstrahlung geschützt und nach Osten oder Südost-

ten angebracht werden. Er sollte außerdem möglichst sicher vor Katzen, Mardern und Eichhörnchen hängen. Je nach Art des Nistkastens sollte er in mindestens zwei Metern Höhe angebracht werden.

Bauanleitungen finden sie zu finden unter www.bund.net/gartenschlaefer/nistkasten

oder www.bund-rvso.de/nistkasten-meise-hoehlen-brueter.html (BUND)



Nicht nur Vögel, auch die Schlafmaus freut sich über ein sicheres Plätzchen im Nistkasten. Foto: Jiri Bohdal

Mit Sport den Ruhepuls senken

Dank Joggen im Takt

Sport kann auf Dauer den Ruhepuls senken. Insbesondere Ausdauersportarten wie Joggen, Radfahren oder Schwimmen haben diesen Effekt: «Man sagt grundsätzlich, dass die für eine stärkere Frequenzsenkung sorgen als andere Sportarten», sagt Prof. Michael Böhm von der Deutschen Gesellschaft für Kardiologie.

Marathonläufer hätten durchaus einen Ruhepuls von

30 bis 40 Schlägen pro Minute. «Ob das gesund ist, kann man allerdings nicht sagen», wendet Böhm ein. Sicher ist: Ein sehr hoher Wert kann bedenklich sein. Ein pathologisch schneller Herzschlag von mehr als 100 Schlägen pro Minute ist laut Böhm ein Fall für eine medizinische Behandlung.

Ein Ruhepuls von mehr als 70 sei bei Menschen mit einer Herzmuskelschwäche ein Risikofaktor. Die sogenannte

Erschlaffungsphase, in der sich der Herzmuskel ein wenig entspannt, ist bei einem hohen Puls nämlich kürzer.

Sinke der Ruhepuls, sei das für Patienten mit Herzmuskelschwäche lebensverlängernd, so Böhm. Sie können und sollten fit bleiben, indem sie in kontrolliertem Maße Sport treiben - hier sollten sie sich ärztlichen Rat holen zu Fragen von Häufigkeit und Intensität. Der Kardiologe empfiehlt spezielle Herzsport-

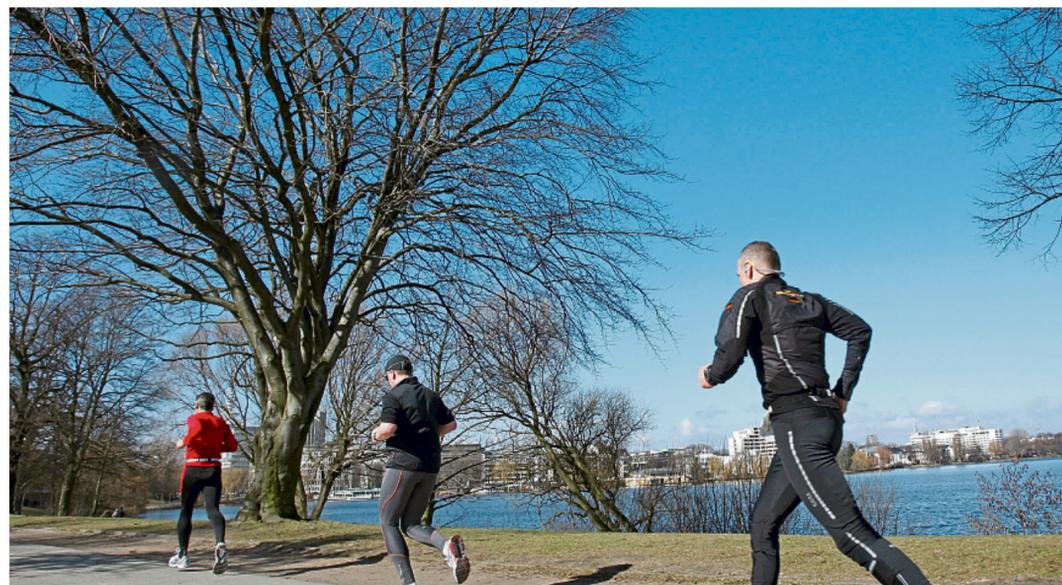
gruppen.

Um mit Sport den Ruhepuls zu senken, sollte man regelmäßig und kontinuierlich trainieren. So lässt sich der Wert – über mehrere Monate hinweg – merklich senken.

Generell ist ein hoher Ruhepuls ein Risikoindikator für bestimmte Herz-Kreislauf-Krankheiten. Bei Erwachsenen liegt der Ruhepuls laut der Deutschen Herzstiftung im Normalfall bei etwa 60 bis 80 Schlägen pro Minute, bei

Senioren könne er wieder leicht steigen. Bei älteren Kindern und Jugendlichen sind es demnach 80 bis 100 Schläge, bei Kleinkindern und Babys liegt er noch höher.

Den Ruhepuls misst man idealerweise morgens kurz nach dem Aufstehen. Wer es tagsüber macht, sollte der Herzstiftung zufolge vorher einige Minuten entspannt sitzen oder liegen. Da Infekte, Stress und weitere Faktoren den Herzschlag beeinflussen, sollte man den Wert am besten über mehrere Tage messen und den Durchschnitt ausrechnen, um einen möglichst exakten Eindruck zu bekommen. (dpa)



Joggen hält auch den Ruhepuls in Schwung. Foto: dpa/Bodo Marks



Vor der Aussaat von Samen aus dem Vorjahr können Hobbygärtner ausprobieren, ob das Saatgut überhaupt noch keimt. Foto: Andrea Warnecke

Reste nicht wegwerfen

Keimt das alte Saatgut noch?

Wer noch Reste in Saatgut-Tütchen für den Gemüsegarten hat, findet in der Regel ein Haltbarkeitsdatum darauf. Jedoch sind auch die Umstände der Aufbewahrung für die Keimfähigkeit von Saatgut entscheidend: Es muss kühl und trocken gelagert haben.

Hat man Zweifel, ob die Samen noch gut sind, rät die Bayerische Gartenakademie zu einer Probeaussaat - die aber nur Sinn ergibt, wenn

man genug Samen dafür und für die weitere, eigentliche Aussaat hat.

Dazu säen Hobbygärtner zur Probe genau abgezählt ein paar Körnern aus. Nach zwei, spätestens aber vier Wochen keimen die Pflanzen in der Regel. Funktioniert das allerdings bei weniger als der Hälfte der Samen, sollte man für die größere Aussaat lieber neue Tütchen kaufen. (dpa)

Warum hilft...

...Frost gegen Milben?

Egal ob bei Tag oder Nacht: Das Lieblingsstofftier ist der ständige Begleiter des Kindes. Und müsste deshalb regelmäßig gewaschen werden. Nur leider lassen sich Kuscheltiere oft nicht bei ausreichend hoher Temperatur in der Waschmaschine reinigen. Um Hausstaubmilben loszuwerden, die sich gerne im Teddy-Fell verkriechen, müsste man das Stofftier bei 60 Grad waschen und noch dazu bleichmittelhaltiges Voll- und Universalwaschmittel in Pulverform verwenden, so der Industrieverband Körperpflege- und Waschmittel. Dieser Waschgang könnte dem Teddy den Garaus machen.

Es gibt aber eine coole Lösung: Das Stofftier bei minus 18 Grad einige Stunden in den Gefrierschrank - oder an einem klirrend kalten Wintertag nach draußen - legen. Das tötet jede Milbe ab. Anschließend sollte das Plüschtier bei 30 Grad gewaschen werden. Das entfernt die getöteten Milben und deren Kot. (dpa)



Gesetzlich vorgeschrieben

Bäume kontrollieren

Gesetzlich ist vorgeschrieben, dass Bäume - ob im öffentlichen Grün oder in Privatgärten - stand sicher und stabil sein müssen. Im Verwaltungsdeutsch heißt das: Grundstückbesitzer haben für die Verkehrssicherheit ihrer Bäume zu sorgen. Konkret bedeutet diese Forderung, dass ein Baumbesitzer in jedem Fall nachweisen können muss, dass er professionelle Checks durchgeführt hat. Mit einer regelmäßigen Kontrolle vom Landschaftsgärtner sind Gartenbesitzer formalrechtlich auf der sicheren Seite und tun sich und dem Baum einen

großen Gefallen. Denn Landschaftsgärtner kontrollieren nicht nur die Verkehrssicherheit, sondern auch die Vitalität des Baumes und erkennen frühzeitig, wenn gehandelt werden muss. Vielleicht ist es angebracht, Totholz aus der Krone zu entfernen oder die Krone einzukürzen. Bei älteren Obstbäumen ist es ohnehin angebracht, regelmäßig alle zwei bis drei Jahre einen Verjüngungsschnitt durchzuführen. Sie werden so ange regt, neue Triebe zu bilden und belohnen dies mit einer reicheren Ernte. (BGL)

Für Bücherwürmer

**Julie Clark:
Zwei Tickets**

New York, Flughafen JFK: Claire soll nach Puerto Rico reisen, um ihren Mann, einen ehrgeizigen Politiker, beim Wahlkampf zu unterstützen. Doch in Wahrheit will sie nichts als fliehen – vor seinen gewalttätigen Übergriffen und der lückenlosen Kontrolle, die er über sie ausübt. Sie kommt mit Eva ins Gespräch, die bei ihrem schwerkranken Mann Sterbehilfe geleistet hat. Zu Hause in Kalifornien erwartet sie die Polizei. Innerhalb weniger Sekunden beschließen sie, die Bordkarten zu tauschen und sich gegenseitig ein neues Leben zu schenken.



Heyne, 400 Seiten
12,99 Euro

FAZIT: ★★★★★

Für Couchpotatoes

Jagd auf Roter Oktober

Lautlos gleitet das sowjetische U-Boot „Roter Oktober“ auf seiner Jungfernfahrt auf die Küste der USA zu – entgegen seiner Befehle! Was hat Kapitän Ramius (Sean Connery) vor? Der KGB warnt, er plane mit den Atomwaffen an Bord die USA anzugreifen. Der CIA-Analyst Jack Ryan (Alec Baldwin) versucht, den Seebären richtig einzuschätzen und Kontakt zu ihm aufzunehmen... „Stirb langsam“-Regisseur McTier nannte reduzierte den ersten Jack-Ryan-Roman auf den reinen Psychothrill.



U-Boot-Thriller, USA 1990
mit Sean Connery und Alec Baldwin
Sa., 20.15 Uhr, ZDFneo

FAZIT: ★★★★★

So geht Podcasten

Mit gespitzten Ohren

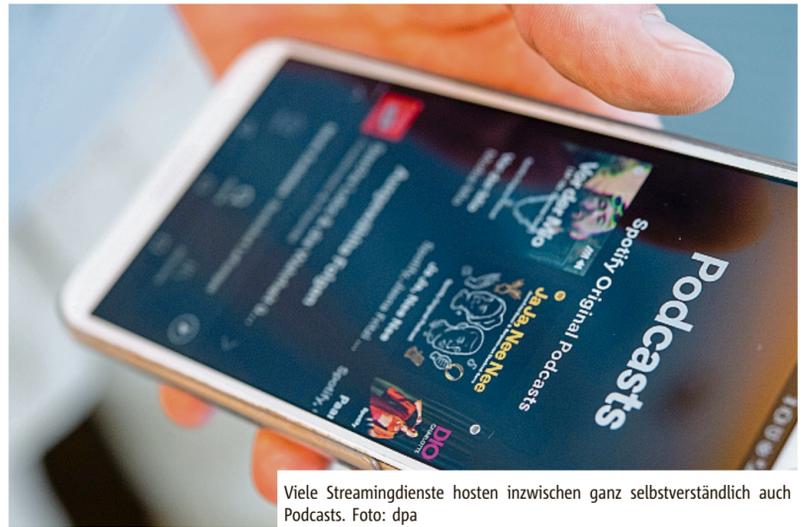
Ein regelrechter Podcast-Boom ist im Gange. Das sah der erfahrene Radiomacher Rob Szymoniak vor drei Jahren und gründete in Berlin eine eigene Podcast-Agentur. Nun berät er andere Menschen, wie sie Podcasts für sich nutzen können.

Aktuell gebe es kaum ein anderes Format, bei dem Hörer 30 Minuten und länger quasi ihre volle Aufmerksamkeit bereitstellen, sagt Szymoniak. Für den Boom sieht er drei Hauptgründe.

Einer davon sei ein Schneeball-Effekt: Viele Menschen entdeckten das Format gerade für sich, und es sei relativ leicht einzusteigen. Mit der Investition in ein Mikrofon und einem guten Konzept könne man schon anfangen. Zweitens habe die Corona-Pandemie dann plötzlich noch mehr Nachfrage nach und Angebote an Podcasts gebracht. Letztlich hauptverantwortlich für den Erfolg seien aber jene Plattformen, die den Zugang zu Podcasts erst geschaffen hätten, meint Szymoniak.

Apple führte das Format schon 2005 auf iTunes ein – eine Plattform, die mittlerweile schon wieder Geschichte ist. Ganz vorne mit dabei sei derzeit Spotify. Aber auch neue Plattformen wie Podimo oder FYEO wollen auf diesem Audio-Markt mitmischen.

Und wo kommen die Podcasts her? Kann man das auch selbst machen? Ja, aber



Viele Streamingdienste hosten inzwischen ganz selbstverständlich auch Podcasts. Foto: dpa

ein eigener Podcast ergebe nur Sinn, wenn man auch eine gute Story zu erzählen hat, meint Szymoniak. Podcasts seien Docutainment – eine Mischform aus Unterhaltung und Information, die es an sich schon länger gebe. Ganz ohne zielgruppenrelevante Inhalte gehe es nicht.

Podcast-Expertin Kia Hampel sieht den Podcast-Boom auch in der besseren technischen Ausstattung, die heute verfügbar ist, begründet: „Vor

ein paar Jahren konnte man halt noch nicht mehrere Hundert Megabyte unterwegs streamen“. Außerdem sei das Publikum inzwischen mehr daran gewöhnt, Medien auf Abruf zu konsumieren. „Bei Podcasts ist es halt so, dass wir uns, wann immer wir wollen, über jedes Thema informieren können. Der Podcast ist bei vielen alltäglichen Dingen dabei. Das führt dazu, dass man sich mit den Podcast-Hosts sehr verbunden

fühlt“, sagt Hampel. Diese „Intimität des Audios“ sei im Prinzip bei allen Altersgruppen erfolgreich. Generell sei die Podcast-Hörerschaft gar nicht so jung, wie man vielleicht denkt. Ganz ähnlich dem Radio sei der Podcast ein Medium, mit dem man auf Knopfdruck „Gesellschaft“ haben könne – und das ohne viel Interaktion. (dpa)

Medizin

ANZEIGE

WENN DER MAGEN REBELLIERT



Symptome wie Magenschmerzen, Völlegefühl und Übelkeit sind typisch für einen Reizmagen.

Ein Reizmagen hängt häufig mit unserem Nahrungsbrei zusammen: Wenn dieser zu lange im Magen verweilt, kommt es zu mehr Säurebildung als üblich. Der so entstandene Säureüberschuss kann dann den Magen beziehungsweise die Magenschleimhaut reizen. Die Folge: Magenschmerzen können entstehen. Doch das muss nicht sein! Forscher haben nun ein spezielles Präparat entwickelt, das neben magenspezifischen Enzymen den Wirkstoff Calciumcarbonat enthält: Während die in Kijimea Reizmagen enthaltenen magenspezifischen Enzyme dabei den Nahrungsbrei zerkleinern, neutralisiert das Calciumcarbonat die Magensäure. Damit trägt Kijimea Reizmagen dazu bei, dass der Nahrungsbrei den Magen schneller verlassen kann – und schützt die Magenschleimhaut gleichzeitig vor neuen Reizungen. Kijimea Reizmagen erhalten Sie rezeptfrei in Ihrer Apotheke.

Für Ihre Apotheke:
Kijimea Reizmagen
(PZN 13743760)



www.kijimea.de

Wiederkehrende Darmbeschwerden?

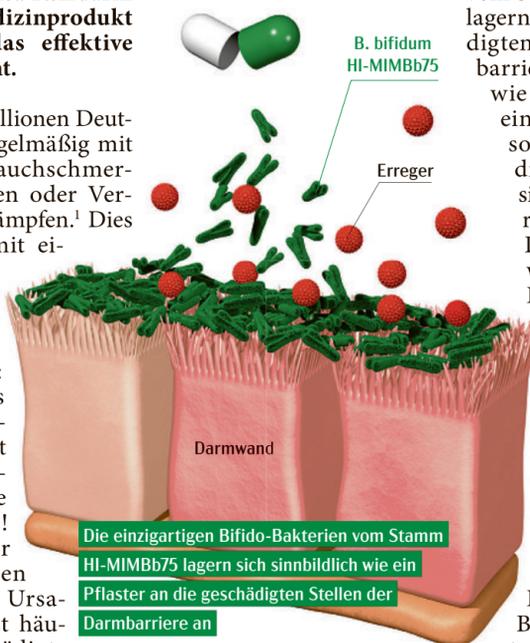
Forscher gehen der Ursache auf den Grund und entwickeln innovatives Medizinprodukt!

Wiederkehrende Darmbeschwerden wie Durchfall, Bauchschmerzen, Blähungen oder Verstopfung können die Lebensqualität Betroffener stark einschränken. Doch Forscher haben nun mit Kijimea Reizdarm PRO ein Medizinprodukt entwickelt, das effektive Hilfe verspricht.

Bis zu 11 Millionen Deutsche haben regelmäßig mit Durchfall, Bauchschmerzen, Blähungen oder Verstopfung zu kämpfen.¹ Dies geht häufig mit einer starken Beeinträchtigung der Lebensqualität einher: bedenkenlos zum Einkauf, zum Sport oder ins Kino – für Betroffene unmöglich! Was aber nur die Wenigsten wissen: Die Ursache hierfür ist häufig eine geschädigte

Darmbarriere, welche zum sogenannten Reizdarmsyndrom führen kann.

Der Pflaster-Effekt PRO
Forscher haben mit Kijimea Reizdarm PRO



Die einzigartigen Bifido-Bakterien vom Stamm HI-MIMBb75 lagern sich sinnbildlich wie ein Pflaster an die geschädigten Stellen der Darmbarriere an

(rezeptfrei, Apotheke) nun ein Medizinprodukt entwickelt, welches genau dort ansetzt: Die nur in Kijimea Reizdarm PRO enthaltenen, einzigartigen Bifido-Bakterien vom Stamm HI-MIMBb75 lagern sich an die geschädigten Stellen der Darmbarriere an – sinnbildlich wie ein Pflaster über einer Wunde. Die besondere Idee: Unter diesem Pflaster kann sich die Darmbarriere regenerieren, typische Darmbeschwerden wie wiederkehrender Durchfall, Bauchschmerzen, Blähungen oder Verstopfung können abklingen.

Wirksamkeit klinisch belegt

Jüngst konnte die Wirksamkeit von Kijimea Reizdarm PRO bei Durchfall, Bauchschmerzen, Blähungen und Verstopfung von deutschen



Wissenschaftlern in der weltweit größten OTC-Studie zum Reizdarmsyndrom² eindrucksvoll belegt werden.³ Das Entscheidende: Auch die Lebensqualität der Betroffenen verbesserte sich signifikant. Überzeugen Sie sich selbst: Fragen Sie in Ihrer Apotheke gezielt nach Kijimea Reizdarm PRO (rezeptfrei).

Bekannt aus dem TV

Für Ihre Apotheke:
Kijimea Reizdarm PRO
(PZN 15999676)



www.kijimea.de

¹Straub C. et al. Arztportal 2019 – Pressemappe. 2019. • ²Vergleich berücksichtigt ausschließlich Studien mit probiotischen Stämmen • ³Andresen V. et al. (2020): Heat-inactivated Bifidobacterium bifidum MIMBb75 (SYN-HI-001) in the treatment of irritable bowel syndrome: a multicentre, randomised, double-blind, placebo-controlled clinical trial. Lancet Gastroenterol Hepatol. 2020; 5: 658-666. • Abbildung Betroffenen nachempfunden

Fisch gehört auf den Speiseplan

Genuss aus dem Ofen

Rezept der Woche

Alaska-Dorsch mit Süßkartoffeln

Mit seinen gesundheitsfördernden Fettsäuren, wertvollen Vitaminen und hochwertigem Eiweiß gehört Fisch zu den wichtigen Bestandteilen einer ausgewogenen Kost.

So empfiehlt die Deutsche Gesellschaft für Ernährung, ein bis zwei Portionen Fisch pro Woche in den Speiseplan zu integrieren. Doch die Meldungen von schrumpfenden Beständen lassen viele Umweltbewusste zögern. Die Unsicherheit ist groß, welchen Fisch man noch unbedenklich essen kann.

Entscheidend ist dabei nicht nur die Art, sondern auch die Herkunftsregion und das Fischereimanagement. Die Fanggebiete im Beringmeer vor Alaska beispielsweise werden schonend bewirtschaftet und sind nach den Richtlinien für den nachhaltigen Fang (MSC) zertifiziert. Arten wie der Dorsch wachsen wild und natürlich auf, bevor sie unter strengen Auflagen gefangen werden.

Zur Zubereitung des Alaska-Dorschs mit Süßkartoffeln:

- ☆ Backofen auf 175 °C (150 °C Umluft) vorheizen und ein Blech mit Backpapier belegen.
- ☆ Rosmarin von den Stielen

streifen und fein schneiden.

☆ Lauch putzen, waschen und in Scheiben schneiden.

☆ Süßkartoffeln schälen, in Spalten schneiden und in einer Schüssel mit Lauch, Rosmarin sowie Olivenöl vermengen, dann mit Salz und Paprikapulver würzen. Gemüse auf dem vorbereiteten

Blech verteilen und 20 Minuten im Ofen vorgaren.

☆ Filets kalt abbrausen und sorgfältig trocknen, mit der Gewürzmischung würzen. Dorsch auf dem Gemüse platzieren, mit 20 g Butter belegen und zusammen mit dem Gemüse weitere zehn Minuten im Ofen garen.

☆ Optional: Toastbrot von der Rinde befreien und in einer Küchenmaschine grob mahlen. In einer Pfanne mit der restlichen Butter goldbraun braten und salzen. Die Knusperbrösel auf dem

Dorsch verteilen, mit dem Gemüse servieren. (djd-mk)



Einkauf

Zutaten für zwei Personen

- ★ 1-2 Zweige Rosmarin
- ★ 250 g Lauch
- ★ 400 g Süßkartoffeln
- ★ 15 ml Olivenöl
- ★ Salz, Paprikapulver
- ★ Kräutermischung
- ★ 2 Filets vom Alaska-Dorsch à 125 g
- ★ Schwarzer Pfeffer, frisch gemahlen
- ★ Zitronenpfeffer
- ★ 40 g Butter (optional)
- ★ 2 Scheiben Toastbrot (optional)

Foto: djd-mk/Youkon Wilder Lachs/Alaska Seafood

RÄTSEL und DENKSPORT

englischer Jagdhund	EEEE RSTX	AEGI MRT	ABB EGT	AEEFF IINRR	IISS	BEG NRU	DEN	AAB ERS	ASS	ADDE	ENO
			BEI RTU	lustig, übermütig							
Auslandsbleibe (Flucht)	perplex			Rücksichtnahme		Abkochbrühe		AAH LNT	künstliche Weltsprache	FINO	
Aben-teuer						EFLS	Manege im Zirkus				AENQU
			ABMO	große Distanz				EILT		EFRU	
Ein-siedler		AJU	Kehr-gerät				BIO	Soja-produkt			
ein Halogen	Preis-richter				HS	Film-Ferkel			Initialen Ecos		
			ableh-nen								
austra-lischer Lauf-vogel			träge und zeit-raubend			Jazzstil (heiß)		Papa-geien-name			



$\text{○○○} + \text{○○○} = \text{○○○}$
 $\text{○○○} + \text{○○○} = \text{○○○}$
 $\text{○○○} + \text{○○○} = \text{○○○}$

1 2 3 4 5

$267 + 588 = 855$
 $112 + 387 = 499$
 $155 + 201 = 356$

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

LÖSUNGEN

1. Gesamtheit der Gebärden
 2. Italienisches Kugelspiel
 3. anmutig
 4. spanischer Eroberer in Mexiko
 5. Osmane
 6. Göttertrank

GETOPASTE
 AGSPKLAGE
 SRHAWAAGE
 PWGHXBSEN
 AOEORBREB
 NZDIKEEWN
 NNAEBTFEI
 ETILSAETT
 LEICHTOTO
 OSKNHAQET
 GXRETERA
 EETZIEEXL

- AHOI
- AIRBAG
- ANNE
- ARGO
- ASEN
- BETA
- ELOGE
- ETAT
- KLAGE
- LEICHT
- NICHTE
- OKTETT
- PASTE
- PODEST
- RETTET
- SILBER
- SPANNE
- TEEN
- TINTE
- TOPAS
- TOTAL
- TOTO
- WAAGE
- WEIB
- WETTER



Wie gebe ich richtig Starthilfe?

Bloß kein Kabelsalat

Ist die Autobatterie zu stark entladen, macht der Anlasser nur noch „klack“ – und der Motor startet nicht. Gerade ältere Batterien werden bei Minusgraden erheblich gestresst, was vorrangig für Kurzstrecken oder selten genutzten Autos zu einem echten Problem werden kann.

In einer solchen Situation hilft nur noch ein Fremdstart, aber der ist für viele Autofahrer ungewohntes Terrain. Auf was ist bei der Starthilfe zu achten? „Wer statt einem Anruf beim Pannendienst lieber auf Starthilfe durch einen hilfsbereiten Autofahrer setzt, benötigt in erster Linie ein passendes Starthilfekabel“, erklärt Achmed Leser vom TÜV Thüringen.

Ganz wichtig: Alle Beteiligten lesen besser vorher noch einmal sowohl die Bedienungsanleitung ihrer Autos als auch die Gebrauchsanweisung des Starthilfekabels durch. „Wer Fehler macht, riskiert neben Schäden an den Autos auch einen Stromschlag und damit die eigene Gesundheit“, warnt der Fahrzeugexperte. „Deshalb müs-



Es bleibt zappenduster: Will der Wagen nicht mehr anspringen, ist häufig eine schwache Batterie die Ursache. Foto: dpa

sen die genutzten Kabel in jedem Fall mit kunststoffüberzogenen Polzangen ausgestattet sein.“

Werden alle Hinweise beachtet, ist der Starthilfевor-gang einfach: Zuerst sollten alle nicht benötigten Verbraucher in beiden Autos ausge-

schaltet werden. Erst danach werden die Pluspole der Batterien verbunden. „Dazu wird die rote Kabelzange zunächst an den Pluspol des spannungsgebenden Fahrzeugs angeschlossen, danach wird das Kabel mit dem Pluspol der entladenen Autobatterie ver-

bunden“, erläutert Leser. Der zweite Schritt: Die Minuspole werden verbunden. Dazu wird das schwarze Kabel an den Minuspol der Helferfahrzeug-Batterie geklemmt. Die andere Seite des Massekabels wird mit einem Masse-

punkt im Motorraum des Abnehmerautos verbunden, etwa einem Metallteil am Motorblock. „Der Minuspol der entladenen Batterie sollte nicht benutzt werden, da sich beim Starten durch Funkenbildung Knallgas entzünden könnten“, verdeutlicht Leser. Erst wenn die Kabelverbin-

dung zwischen beiden Fahrzeugen hergestellt ist, wird der Motor des Starthilfegebenden Fahrzeugs gestartet. Nach einigen Minuten kann das auch beim hilfebedürftigen Fahrzeug versucht werden. War der Startversuch erfolgreich, sollten beide Fahrzeuge noch kurze Zeit mit verbundenen Batterien laufen, zusätzlich können im Nehmerfahrzeug größere Verbraucher wie Licht und Gebläse eingeschaltet werden, um Spannungsspitzen zu vermeiden.

Danach können die Kabel in umgekehrter Reihenfolge abgeklemmt werden: Zuerst das schwarze Kabel vom Massepunkt und Minuspol entfernen, danach das rote Kabel zuerst vom Geberfahrzeug und dann vom Nehmerfahrzeug entfernen und unnötige Verbraucher wieder ausschalten.

Zeigt das Fahrzeugdisplay Fehlfunktionen an, dürfen diese keinesfalls ignoriert werden – stattdessen sollte fachkundige Hilfe gerufen oder direkt in die nächste Fachwerkstatt gefahren werden. (dpa)

Kurznotiert

Gegen beschlagene Autoscheiben

Feuchtigkeit im Auto sorgt für beschlagene Scheiben. Schlimmstenfalls frieren sie im Winter über Nacht auch von innen zu. Ein im Auto platziertes Schälchen mit Katzenstreu kann die Feuchtigkeit aber reduzieren, berichtet „Auto Bild“. Streu bindet Feuchtigkeit. Eine ähnliche Wirkung hätte auch Zeitungspapier auf dem Armaturenbrett. Es gibt zudem spezielle Luftentfeuchter im Zubehörhandel. Damit so wenig wie möglich Feuchtigkeit in den Innenraum gelangen kann, schüttelt man nasse Fußmatten stets besser aus und lüftet kurz durch. (dpa)

Jahresvignetten 2020 nicht mehr gültig

Auch wenn touristische Reisen in die Nachbarländer Österreich, Schweiz und Slowenien unterlassen werden sollten, finden in eingeschränktem Ausmaß nach wie vor Autofahrten in Deutschlands Nachbarländer statt. Die Regelungen zur Vignettenpflicht behalten dabei unverändert Gültigkeit. Wichtig zu wissen: Die Jahresvignetten aus 2020 sind nur noch bis Sonntag, 31. Januar 2021, gültig. Dies gilt auch für die digitalen Jahresvignetten für Österreich. Ab 1. Februar werden ausschließlich die neuen Vignetten für 2021 anerkannt. (pm)

Gesundheit

ANZEIGE

Sofort-Hilfe bei Gesichtsrötungen



Sie haben Rötungen auf Wangen und Nase? Damit sind Sie nicht allein! Knapp vier Millionen Menschen in Deutschland kämpfen mit diesem meist kosmetischen Problem. Hilfe kommt aus der Apotheke: eine Spezialcreme mit 3-fach-Effekt (Deruba).

So entstehen Rötungen auf Wangen und Nase

Die Ursache für Gesichtsrötungen sind meist erweiterte Blutgefäße. Dadurch werden die Äderchen stärker durchblutet und schimmern rötlich durch die Haut. Falsche Pflege, Stress oder UV-Strahlung können die Rötungen auf Wangen und Nase zusätzlich verstärken. Vor allem im Alter werden die Gefäße durch die dünner werdende Haut oft noch sichtbarer.

Spezialcreme bei Gesichtsrötungen

Hilfe bietet eine Spezialcreme mit einem einzigartigen 3-fach-Effekt: Deruba kaschiert Gesichtsrötungen sofort, reduziert sie längerfristig und beugt neuen Rötungen vor. Zudem benötigen Anwender keine Extratagescreme oder Make-up mehr – die innovative Spezialcreme ersetzt beides!



So funktioniert Deruba

Deruba wird wie eine normale Tagescreme angewendet und einfach auf die gerötete Haut aufgetragen. Dank der mikroverkapselten Pigmente kaschiert die Spezialcreme die Rötungen direkt beim ersten Hautkontakt. Darüber hinaus reduziert die Deruba-Formel mit dem Aktivstoff α -Bisabolol die Gesichtsrötungen längerfristig. Die Lichtschutzfilter-Kombination mit LSF 50+ macht Deruba noch effektiver: Sie blockt einen Großteil der schädlichen UV-Strahlung und wirkt so der Entstehung neuer Rötungen entgegen.

Für Ihre Apotheke:
Deruba
(PZN 11008068)

www.deruba.de

(Abbildungen Betroffenen nachempfunden)

Arthrose?

Diese rezeptfreien Arzneytropfen können wirksam helfen

Arthrose trifft nahezu jeden. Denn es handelt sich um eine Verschleißerkrankung der Gelenke, die mit zunehmendem Alter weiter fortschreitet. Durch die jahrelange Belastung baut sich die schützende Knorpelschicht zwischen den Knochen mehr und mehr ab. Ist irgendwann nicht mehr ausreichend Knorpel übrig, beginnen die Knochen aufeinander zu reiben und Schmerzen entstehen.

Das kann bei Arthrose helfen

Um diese quälenden Beschwerden in den Griff zu bekommen, haben Forscher verschiedene Arzneistoffe ausgiebig getestet. Einer stach dabei besonders heraus: Viscum album (enthalten in Rubaxx Arthro, Apotheke). Dieser Arzneistoff wirkt nicht nur schmerzlindernd, sondern ist auch entzündungshem-



mend – und setzt damit an den Hauptproblemen der Arthrosegeplagten an. Viscum album kann zudem bestimmte Körperzellen stoppen, die knorpelschädigende Stoffe produzieren.

Wirksamkeit kombiniert mit Verträglichkeit

Rubaxx Arthro bietet Betroffenen nicht nur wirksame, sondern zugleich gut verträgliche Hilfe: Anders als viele herkömmliche Schmerzmittel haben die Arzneytropfen keine bekannten Neben- oder

Wechselwirkungen. Rubaxx Arthro ist rezeptfrei in jeder Apotheke erhältlich.

Für Ihre Apotheke:

Rubaxx Arthro
(PZN 15617516)



www.rubaxx.de

RUBAXX ARTHRO, Wirkstoff: Viscum album L. Homöopathisches Arzneimittel bei Verschleißerkrankungen der Gelenke. www.rubaxx.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. • PharmaSGP GmbH, 82166 Grafelfing

Berufe in Transport, Verkehr, Logistik, Produktion

Fachkräfte für Möbel-, Küchen- und Umzugsservice

Stets auf Achse



Referenznummer: NIL-2020-012

Zum nächstmöglichen Zeitpunkt suchen wir für die Region Münster, Steinfurt, Ahaus, Bocholt, Dülmen einen

Servicetechniker (m/w/d) im Außendienst

Ihre Aufgaben

- Instandsetzung aller Produkte aus unserem Portfolio
- Wartungs- und Inspektionsarbeiten an mobilen und stationären Anlagen
- Montage und Aufbau stationärer Anlagen
- Erfolgreiche Zusammenarbeit mit den zuständigen Außendienstmitarbeitern

Ihr Profil

- Erfolgreich abgeschlossene technische Berufsausbildung zum Mechatroniker / Mechaniker / Elektriker / Anlagenbauer / Hydrauliker (m/w/d) oder eine vergleichbare Ausbildung
- Idealerweise Außendienstfahrer
- Führerscheinklasse B
- Sicherer Umgang mit Kunden, selbstständige und lösungsorientierte Arbeitsweise

Wir bieten

- Nach einer intensiven Einarbeitung eine spannende und abwechslungsreiche Tätigkeit in einem kollegialen Team
- Interne und externe Fort- und Weiterbildungsmaßnahmen
- Eine faire Bezahlung mit betrieblichen Sozialleistungen
- Modernste Arbeitsmittel (Laptop, Tablet, Smartphone) und ein optimal ausgestattetes Kundendienstfahrzeug
- Flexibles, eigenverantwortliches Arbeiten, kurze Anfahrtswege mit nahezu keinen arbeitsbedingten Übernachtungen
- Betriebliches Gesundheitsmanagement, unter anderem eine geförderte Mitgliedschaft in einer deutschlandweiten Sport- und Fitnesseinrichtung

Haben wir Ihr Interesse geweckt?

Dann freuen wir uns auf Ihre aussagefähigen Bewerbungsunterlagen unter Angabe Ihrer Gehaltsvorstellung, der Referenznummer u. des frühestmöglichen Eintrittstermins. Bitte senden Sie die vollständigen Bewerbungsunterlagen an recruitment.de@nilfisk.com.

Nilfisk ist einer der weltweit führenden Anbieter von professioneller Reinigungstechnik. Mit Vertretungen in über 135 Ländern, rund 5.800 Mitarbeitern und einem Umsatz von über 1 Mrd. EUR im Geschäftsjahr 2019 bieten wir Ihnen alle Vorteile eines internationalen Konzerns.

Nilfisk GmbH
Personalabteilung
Guido-Oberdorfer-Straße 2-10, 89287 Bellenberg
www.nilfisk.de



Einen Umzugswagen passgenau zu verladen und das Umzugsgut ordentlich sichern: Diese Aufgabe gehört für die angehende Fachkraft für Möbel-, Küchen- und Umzugsservice, Björn Germerott, zum Berufsalltag.

Foto: dpa

Immer unterwegs, ständig in Kontakt mit Teamkollegen und Kunden: Für Björn Germerott ist Eintönigkeit im beruflichen Alltag ein Fremdwort. Der 20-Jährige absolviert eine Ausbildung zur Fachkraft für Möbel-, Küchen- und Umzugsservice bei der Internationalen Möbelspedition Maassen & Becker GmbH in Alsdorf bei Aachen. Er verpackt Umzugsgüter, liefert Möbelstücke, montiert Küchen, installiert Elektrogeräte und arbeitet im Lager seines Ausbildungsbetriebs mit. Das Beste für ihn ist, dass er den ganzen Tag in Bewegung und handwerklich tätig ist. „Bei der Arbeit nur herumsitzen, das wäre nichts für mich“, sagt Germerott.

Jürgen Zantis, Germerotts Chef und Vorstandsmitglied im Bundesverband Möbelspedition und Logistik (AMÖ), betont: „Täglich gibt es andere Kunden und andere Rahmenbedingungen, die einen immer neu for-

den.“ Sein Betrieb ist unter anderem im Bereich Fernumzüge im In- und Ausland tätig. Die Mitarbeiter kommen viel herum. Germerott

hat schon bei Umzügen nach Bayern und nach Frankreich mitgemacht. „Das finde ich echt gut, dass ich öfter mal woanders bin“, erzählt er.

Wer sich für die Ausbildung interessiert, benötigt zumindest einen guten Hauptschulabschluss. „Gerne werden junge Leute mit Mittlerer Reife eingestellt“, erklärt Zantis. Bewerber müssen körperlich fit sein. Von Vorteil sind gute Mathematikkenntnisse, um etwa Aufmaße oder Materialbedarf zu berechnen. Ebenfalls wichtig sind handwerkliches

Geschick und Interesse für Technik: So klappt es mit dem Installieren von TV und EDV leichter. Daneben ist eine sorgfältige Arbeitsweise entscheidend. Werden Porzellan und Gläser transportiert, darf selbstredend nichts kaputt gehen.

Auch wenn der Job körperlich anstrengend ist – Germerott macht das bislang nichts aus. Der einzigen Nachteil für ihn: „Oft ist das Ende eines Arbeitstages offen, das macht es nicht leicht, die Freizeit zu planen.“ (dpa)



Land- und Baumaschinenmechaniker (m/w/d)

zum nächstmöglichen Termin gesucht.

Bewerbung an:
kontakt@stapel.info

STAPEL GmbH
Buschkamp 5 · 48324 Sendenhorst

Kleinanzeigenmarkt

Stellenangebote

Die Innosozial gGmbH ist mit 18 verschiedenen Fachdiensten und einem interdisziplinären und vernetzten Angebot ein wachsender und innovativer sozialer Dienstleister mit fast 300 Mitarbeiter*innen. Unsere Schwerpunkte liegen in den Bereichen der Behinderten-, Jugend-, und Altenhilfe sowie der therapeutischen Hilfen in unseren Praxen für Ergotherapie, Logopädie und Physiotherapie (Kooperation).

Wir suchen zum nächstmöglichen Zeitpunkt

Förderassistenten (m/w/d) für den Einsatz in der Don-Bosco-Grundschule in Ahlen

Wir suchen Erzieher/Heilerziehungs- und Familienpfleger oder Bewerber*innen mit einschlägigen Erfahrungen im Bereich Schule (Offene Ganztagschule, Schulbegleitung etc.). Sie unterstützen mehrere Grundschulkinder (1. Klasse) im Rahmen eines neuen Projektes im Schulalltag in enger Zusammenarbeit mit dem Lehrpersonal und dem Jugendamt. Die Stelle hat einen Stellenumfang von 18 Std./Woche. **Ihre Bewerbung richten Sie bitte an:** Innosozial gGmbH, FUD, Frau Liesemann, Zeppelinstraße 63, 59229 Ahlen oder per E-Mail an: liesemann@innosozial.de. Bei Fragen Telefon 023 82/70 99-89.

Reinigungskräfte (m/w/d)

Für unsere Büroräume, überwiegend in Ahlen, im Umfang von bis zu 15 Stunden/Woche, in einem unbefristeten, sozialversicherungspflichtigen Arbeitsverhältnis. Arbeitsbeginn ist ab 6.00 Uhr morgens, ein Pkw ist zwingend erforderlich. **Ihre Bewerbung richten Sie bitte an:** Innosozial gGmbH, Frau Sandra Altemeier, Zeppelinstraße 63, 59229 Ahlen oder per E-Mail an: altemeier@innosozial.de.

Wir suchen Zusteller (m/w/d)

ab 18 Jahren für die Zustellung der Tageszeitung in

- ASCHENDORFF (inkl. Briefe)
- DOLBERG
- EVERSINKEL und TELGTE
- SENDENHORST und DRENSTEINFURT

Eckpunkte:

- in der Nacht oder den frühen Morgenstunden
- von Montag bis Samstag
- für die Zustellung in Sendenhorst und Drensteinfurt ist ein eigener Pkw wünschenswert.

Wir freuen uns auf Sie!

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

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

PUTZPERLE gesucht für 12,50 €/h: Netter 4-Personen Haushalt eines Reihenhauses sucht für 4 Stunden wöchentlich eine tatkräftige Unterstützung in Münster Sprakel auf sofort. Bei Interesse melden Sie sich bitte unter ☎ 0163/7882666.

Minijob/ Wir suchen einen Hausmeister und Reinigungskraft für ein Mehrfamilienhaus in Walsedde. Bei Interesse bitte melden unter ☎ 02508/620.



Für die Samstagsverteilung suchen wir

Zusteller (m/w/d)

ab 13 Jahren aus TELGTE, WARENDORF und MÜSSINGEN.

Wir freuen uns auf Sie.

Telefon (0251) 690-664

zustellerbewerbung@aschendorff.de

www.extramacher.de

Praxis für Physiotherapie sucht Anmeldekraft m/w/d. Wir, das Physiomed in Ahlen-Vorhelm, suchen eine Teilzeitkraft zur Unterstützung unseres Praxisablaufes. Wir freuen uns über eine Bewerbung unter ilka-krollpfeifer@t-online.de oder unter ☎ 02528/901168.

Schilderpräger (m/w/d), auf Minijob-Basis, ca. 40 Std./Monat, für unsere Filiale in Beckum gesucht. Sie sind freundlich, sicher und haben Spaß am Verkauf? Dann bewerben Sie sich bei Frau Knie- rim, ☎ 0172-5604848 oder bewerbung@wg-grewe.de

Die **ASCHENDORFF LOGISTIK** sucht einen zuverlässigen und freundlichen **MITARBEITER (m/w/d)** ab 18 Jahren für die Betreuung unserer Gratzzeitungszusteller in **WARENDORF** auf Minijob-Basis.

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

Eckdaten: - Minijob mit rund 10-Wochenarbeitsstunden
- Kernarbeitszeit: samstags von 13.00-17.00 Uhr, restliche Stunden unter der Woche flexibel einteilbar
- mit eigenem PKW

Wir freuen uns auf Sie!

Stichwort: ZGM Blickpunkt WAF

Aschendorff Logistik GmbH & Co.KG, An der Hansalinie 1, 48163 Münster
Telefon: (02 51) 690-664, E-Mail: zeitungsbotenbewerbung@aschendorff.de

Wir suchen zu sofort oder einem späteren Zeitpunkt eine(n) **Zahnmedizinische(n) Fachangestellte(n) für die Anmeldung/Empfang in Teil- und Vollzeit**

Bewerbungen bitte an praxis.hamm@gmail.com oder **Zahnarztpraxis Dr. C. Wackerbeck-Müller - Dr. M. Müller Heessener Markt 2 · 59073 Hamm · Tel. 02381-36811**

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

Land- und Baumaschinenmechaniker gesucht m/w/d. Stapel GmbH, Buschkamp 5, 48324 Albersloh. Bewerbung: kontakt@stapel.info

Suche **erfahrene Reinigungskraft** für ein EPH in Senden (1x wö. ca. 3-4 Std.) ☎ 0171/8144555.

Suche **Helfer** für leichte Bauarbeiten, auch Rentner. ☎ 0176/50069303.

Stellengesuche

Wir ein Ehepaar (w.55 und m.57 Jahre) können durch die Corona Pandemie unsere Tätigkeit auf den Messen (Verkauf unserer eigenen Produkte) seit 1 Jahr nicht ausführen. Wir wollen aber arbeiten und hoffen, durch diese Anzeige (bitte nur seriöse) Angebote zu bekommen. Wir würden auch beim Kampf gegen die Pandemie aktiv helfen wollen, es muss ja irgendwann wieder weitergehen! Kurierfahrten (auch mit dem eigenen Auto) wären möglich. ☎ 025 36-42 89 85 7 Mobil 0160-96417284

Erfahrener Maler sucht Arbeit, ☎ 0163/6248398

Frau (57 J.) sucht Stelle als Pflegekraft oder 24h-Pflegerin im Privathaushalt im Raum LH, Olfen, Nordkirchen, ☎ 01522/6870880.

Übernehme Heckenschnitt, Strauchschnitt, Baumschnitt und Rason mähen. ☎ 0251/1491811 oder 017620436677

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

Putzstelle gesucht und Putzstelle auf Lohnsteuer gesucht. ☎ 0162/4262781

Übernehme Heckenschnitt, Strauchschnitt und sonstige Gartenarbeiten ☎ 01590/8121706

Zuverlässige Reinigungskraft sucht Büro oder Praxis zum Putzen in MS. ☎ 0151/4363346

Gelernte Pflegekraft sucht Stelle von Privat. ☎ 0176/30359919.

Suche Stelle als Haushaltshilfe in Sendenhorst. ☎ 0176/30359919.

karriere.ms arbeiten im Münsterland Das Stellenangebot Ihrer Tageszeitung.

AGM Anzeigenblattgruppe Münsterland

Verlag
AGM Anzeigenblattgruppe Münsterland GmbH
An der Hansalinie 1, 48163 Münster
Tel. 02 51/6 90 99 40 50
Fax 02 51/6 90 80 80 90
www.ag-muensterland.de

Anzeigenleitung
Marc Arne Schümann
An der Hansalinie 1, 48163 Münster
Tel. 02 51/6 90 99 40 50
Fax 02 51/6 90 80 75 90
info.agm@aschendorff-medien.de

Redaktionsleitung
Claudia Bakker
An der Hansalinie 1, 48163 Münster
Tel. 02 51/6 90 99 40 50
Tel. 02 51/6 90 80 75 90

Vertrieb
Aschendorff Direkt GmbH & Co. KG
An der Hansalinie 1, 48163 Münster
Tel. 02 51/6 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 -testteilen oder Anzeigenbildmaterial bedarf der vorherigen schriftlichen Zustimmung des Verlages.
Für die Herstellung wird Recycling-Papier verwendet.

HALLO BLICK PUNKT
WOCHENPOST Dreingau Zeitung Emskurier

Grundstücke

Junges Paar sucht Grundstück (od. Haus) primär in LH, Ofen u. Selm (☎ 0175/5659082).

Ankauf Häuser

Arzt m. eig. Praxis u. Dipl.-BV (52,57) suchen 1-Fam-Haus in ruhiger Umgebung im Münsterland - gerne ländlich - zum Kauf oder auch zur Miete. Machen Sie uns glücklich mit einem Angebot? ☎ 0170-4447101 oder Email: haus-im-muensterland@web.de

Junger Mann s. Mehrf.-Haus zur Altersvorsorge. ☎ 0151/70616741.

Mehrfamilienhaus als Kapitalanlage gesucht. ☎ 0178/3299808

Wohnungen Vermietung

Helle Terrassenwohnung in Drensfurt-Ameke sucht ruhige Mieter, 3 Zi., K/B, 86 qm +20 qm Südt. Terrasse im 1. OG eines gepfl. 2-Fam-Haus, gehobene Ausstattung, Fahrradkeller, KM 520 € + NK, 2 MM Kaution, ab 01.05. zu vermieten ☎ 0163/8325810

Ahlen-Akazienweg, DG-Wohnung, 2. Etage, 87 m², 4 ZKB, AR, ab 01.05.2021 frei, KM 480 €, NK-Vorauszahlung 200 €, ☎ 0177/3416122 oder 02382/86130.

Senden, Ottmarsbochholt, 3 ZKB, AR, ca. 74 m², ab 01.04.2021 zu verm. KM 350 €. Tel. 02597/693833

Wohnungen Mietgesuch

Komf. Wohnung, ca. 65 m² mit Balkon und Aufzug in zentraler Lage von Lüdinghausen o. Nordkirchen gesucht. ☎ 02921/3473492.

Suche in Lüdinghausen eine Wohnung 2 Zi., 40-50 m² mit Balkon, bin alleinständig u. Mitte 40. ☎ 0163/9288666.

Garagen

Tiefgaragenplatz in Greven günstig zu vermieten, stadtnah. ☎ 0176/99381709

Horoskop vom 01.02.2021 bis 07.02.2021

WIDDER (21.03.-20.04.)

Nichts geht über eine harmonische Umgebung, doch kann das auch sehr schnell langweilig werden. Versuchen Sie etwas mehr Schwung in die ganze Angelegenheit zu bringen, denn daraus entwickeln sich auch wieder neue Ideen. Mit dieser Aktion können Sie es nicht allen recht machen, doch einen Versuch sollte es Ihnen wert sein. Konflikte sind dabei nicht auszuschließen, aber Sie schaffen es!

STIER (21.04.-20.05.)

Sie sollten weiterhin die Hoffnung haben, dass sich die Spannungen von selbst lösen, wenn Sie immer wieder neue Vorschläge liefern. Doch irgendwann wird auch hier mal eine Grenze erreicht sein, an der Sie einen Schlussstrich ziehen müssen. Denken Sie dabei mehr an sich selbst, denn diese ganzen Querelen kosten nur Kraft und Zeit und bringen nichts. Wagen Sie einen ganz eigenen Weg. Nur Mut!

ZWILLINGE (21.05.-21.06.)

Was Sie jetzt auch entscheiden und umsetzen, Ihre Seele wird immer daran beteiligt sein. Lassen Sie deshalb nicht alles so nah an sich herankommen, auch wenn die Kritik oftmals berechtigt ist. Sie wissen selbst, was Sie ändern müssen, um weiter ohne große Mühen voranzukommen. Ihr Konzept hat Hand und Fuß und lässt sich deshalb auch gut umsetzen. Bleiben Sie auf dieser Linie, denn es lohnt sich!

KREBS (22.06.-22.07.)

Auch wenn sich nicht alles verwirklichen lässt, was Sie sich vorgenommen haben, die ersten Schritte sollten bald begonnen werden. Machen Sie dabei aber keine halben Sachen und gehen auch keine Kompromisse ein, denn dafür haben Sie zu lange gekämpft, um an diesen Punkt zu kommen. Der Boden der Realität ist hart aber fair und sollte deshalb auch weiter beschränkt werden. Kopf hoch!

LÖWE (23.07.-23.08.)

Sie stellen sich den Herausforderungen des Lebens und lernen dabei Dinge kennen, die Ihnen immer wieder neue Erfahrungen vermitteln. Auch mit den Schwierigkeiten werden Sie spielend fertig, denn Sie sehen es als Hinweis für die weiteren Schritte. Leider lässt Sie der eigene Ehrgeiz oft nicht zur Ruhe kommen und damit auch immer wieder an Grenzen stoßen. Versuchen Sie dies bald zu verändern!

JUNGFRAU (24.08.-23.09.)

Sie durchschauen eine andere Person, können sich aber noch nicht weiter äußern. Warten Sie nicht zu lange mit einem Gespräch, denn dann könnte die gute Chance bald wieder vorbei sein. Drücken Sie auch nicht immer wieder auf den einen Punkt, der besonders heikel ist, denn damit kann keine Ruhe einklinken. Sorgen Sie für Veränderungen, die aber mit der Realität übereinstimmen müssen. Nur zu!

WAAGE (24.09.-23.10.)

Sie suchen in jeder Aktion nach einem tieferen Sinn und verbauen sich damit selbst die Chance, neue Dinge kennen zu lernen. Achten Sie mehr auf die kleinen Details und unterscheiden dann zwischen Arbeit und Privatleben, denn das ist der Anfang zu einem harmonischen Leben. Vermischen Sie diese Grenzen nicht zu oft, denn sonst können Sie innerlich auch nicht entspannen. Probieren Sie es aus!

SKORPION (24.10.-22.11.)

Sie sollten einen Versuch starten und dann entscheiden, ob sich dieser Weg lohnt. Sicher finden Sie auch schnell etwas Neues, wenn Sie mit dem bisher Erreichten nicht zufrieden sind. Sie irritieren Ihr Umfeld, denn schon mit einem Lächeln, nehmen Sie bestimmten Personen den Wind aus den Segeln und sorgen immer wieder für Überraschungen. Doch nicht immer wird es so einfach für Sie sein. Nur zu!

SCHÜTZE (23.11.-21.12.)

Eine gewisse Freiheit und die eigene Individualität sind Ihnen wichtig, gerade wenn es um persönliche Dinge geht. Gehen Sie also ruhig weiter den Weg, den Sie sich vorgenommen haben, denn er kann Ihnen neue Erkenntnisse bringen. Diese sollten Sie zum eigenen Nutzen verwenden, denn dieses Recht haben Sie sich mit Ihrem Einsatz verdient. Ignorieren Sie die Normen, die aufgestellt wurden!

STEINBOCK (22.12.-20.01.)

Mit diesem Angebot wurden Sie auf eine Fährte gelockt, die Ihnen mehr versprochen hat, als bisher gehalten wurde. Noch können Sie einen Rückzieher wagen, doch bald dürfte diese Möglichkeit vorbei sein. Denken Sie noch einmal darüber nach, was Sie sich selbst vorgestellt haben und was machbar ist und treffen dann Ihre Entscheidung. Greifen Sie nur zu, wenn Sie ein absolut gutes Gefühl dabei haben!

WASSERMANN (21.01.-19.02.)

Ihre spontanen Einsätze hellen den Alltag etwas auf und motivieren damit auch Ihre Mitmenschen, sich mehr am allgemeinen Geschehen zu beteiligen. Egal was auch passiert, Sie schauen immer positiv durch Ihre rosarote Brille und glauben auch an das, was Sie leisten können. Die Lust auf Experimente könnte gerade in dieser Phase noch ansteigen und damit auch wieder für neuen Wirbel sorgen. Nur zu!

FISCHE (20.02.-20.03.)

Sie sollten endlich den Ballast abwerfen, der Sie in Ihren Entscheidungen behindert, denn ein klarer Gedanke ist damit nicht mehr möglich. Ändern Sie gleichzeitig auch andere Dinge in Ihrem Leben, denn jetzt ist eine gute Gelegenheit, sich von diesen Vorgaben zu befreien. Sie wollen Freude und Spaß und sollten das auch ganz offen zeigen. Nur so können Sie sich aus diesem Kreis befreien und durchatmen!

Gewerbliche Objekte Vermietung

130 m² Lagerfläche in Albersloh zu vermieten, ☎ 0151/19636950.

Halle zu vermieten, Ascheberg, 250 m², pro m² 4 €, ☎ 0172/5303802.

Gewerbliche Objekte Mietgesuch

Junge Imkerei sucht günstige Räumlichkeiten zur Lagerung und Aufbereitung von Materialien im Kreis Warendorf. ☎ 01520/4690837

BMW

Suche BMW, gerne ältere Modelle. Auch mit Mängeln, diskrete Abwicklung! 0163/4865601.

Mercedes

A 150 Automatik, Bj. 2007, aus 1. Hd., durchgehend scheckheftgepflegt, Garagenwagen, Avantgardausstattung, 126 km, TÜV/ASU/Reifen neu, das Auto ist technisch und optisch 1A gepflegt, KP 4850 €, ☎ 0175/3314610.

Opel

Opel Corsa B, 45 PS, 5-türig, 2 J. TÜV, Preis 950 € ☎ 0151/50985768

Smart

Smart For Two Coupe, FB weiß, Bj. 04/15, 45.000 KM, Scheckheft gepflegt, gute Ausstattung, TÜV 04/22, 6.250 €, ☎ 0172/2684348.

Sonstige Fahrzeuge

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

Suche Motorrad, Chopper, Tourer, Olimer, ab 500 cm³, auch ohne TÜV, bis ca. 1.000 €! ☎ 0170/7502460

Suche Vespa Piaggio Roller in jedem Zustand, einfach mal anbieten. 0171-2098417 rufe zur.

Reisemobile/Wohnwagen

Familie sucht Wohnmobil oder Wohnwagen. ☎ 0170/1564007.

Vermiete Wohnwagen auf der Insel Fehmarn. Info ☎ 0171/4767710

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

Antiquitäten & Kunst

Zahlreiche Fleischwölfe Fa. Alexander, alle blank poliert und aufgearbeitet, Gr. 5-20, teils mit div. Zubehör, Stück 10 €, nur komplett. ☎ 02536/343773.

Löse große sehr alte Puppensammlung auf. ☎ 02536/343773.

Wer rechnet unseren Krankenkassenbeitrag aus? ☎ 02536/343773.

Haushalt & Geräte

Ganzkörperbräuner Philips, zusammenklappbar, Zeitschaltuhr, B. 1,85 x T. 0,75, neuwertig., VS. ☎ 02501/70636.

Ultraschallreiniger (wie neu) für Brillen, Schmuck, Münzen usw. 30 €. ☎ 0172/3122226

Möbel

Fernsehessel, 5 motorig, neue Oberklasse, viele Funktionen, wie Aufstehhilfe, Sitzhöhenverstellung, etc. 4 Jahre NP 3650 für 950 € VB ☎ 0171/9180027.

Fernsehessel, 5 motorig, neue Oberklasse, viele Funktionen, wie Aufstehhilfe, Sitzhöhenverstellung, etc. 4 Jahre NP 3650 für 950 € VB ☎ 0171/9180027.

Eckssofa, echt Leder, beige, 290 x 213, kurze Seite rechts, Höhe 89 cm, Sitzhöhe 45 cm, Sitztiefe 55 cm, 650 €, ☎ 02599/889

3-Sitzer Couch, Mikrofaser, hell, mit Sessel und Hocker, VB 100 €, ☎ 02501/3583.

Rolf Benz 322, Leder schwarz, gut erh., 3 Sitzer, 2,5 Sitzer, 1 Sessel zu verk. 1200 € ☎ 0176/20026085

Rund um den Garten

RUND UM DEN BAUM STRAUCH U. HECKENSCHNITT Fachbetrieb Oliver Krampe www.derbaumlaeuffer.de ☎ 02599/740314

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

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

Musikinstrumente

Klavier, schwarz, Top Zustand, wenig gespielt, neugestimmt, schöner romantischer Klang. ☎ 0160/2007301.

Tiermarkt

Zeit zu verschenken! Wir, Tobias (10 J.), Annika (12) und Andrea (45 J.) lieben Hunde. In Einen und Müsingarten bieten wir Ihnen folgendes an: Spaziergänge mit Ihrem Hund, spielen auf der Wiese, Aufpassen bei Ihnen Zuhause. Über einen Anruf würden wir uns freuen: ☎ 02584/4130247

Bürotechnik

Drucker HP Deskjet 3050A All-in-One J611 Series und 2 Patr. Blac+TriColour zus. 40 €. ☎ 0172/3122226

TV & Empfangstechnik

Philips Flachbildfernseher 32 Zoll, PFL 7562 D/10, FB, Bedienungs-anl. vorh., WLAN fähig, VB 200 €, 0172/8240495.

Dienstleistungen

Die geplante Neueröffnung von Trag-Bar, ehem. K. Kinderland, Kirchplatz 8, in Beelen, ist bis auf weiteres verschoben. Aber der Hermes Shop und die Wäscherei Annahme sind ab 01.02. zu den gewohnten Öffnungszeiten wieder geöffnet.

Flohmarkt & Haushaltsauflösung

Sammlung, ca. 200 Mini-Trucks sowie ca. 150 CD's (versch. Musikrichtungen) zu verkaufen. ☎ 0173/3190990

Gewerblicher Bedarf

Tresor mit Zahlenkombination, B: 42, H: 46, T: 46 cm, zu verk. ☎ 0174/1484886

Kaufgesuche

Achtung! Suche Näh- u. Schreibmaschinen, m. Briefmarken, Bleikristall, Bücher, Lampen, Bilder, Teppiche, Möbel, Puppen, Porzellan, Zinn, Musikinstr., Schallpl., H/D-garderobe, Münzen, Uhren, Silber aller Art und Schmuck, Herr Ernst, ☎ 0152/58519556.

Achtung! Kaufe Pelze, Abendgarderobe, Orientteppiche, Silberbesteck, Ölgemälde, Antikes, Porzellan, Musikinstrumente, Münzen, Briefmarken, Militaria u. Zinn. Tel. 0176/22095460

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 Privat sucht: Möbel, Pelze, Taschen, Teppiche, Puppen, Porzellan, Tafelsilber, Münzen, Bernsteinschmuck, Näh- u. Schreibmaschinen. ☎ 01573/5872967 Schulz

Meier kauft: Porzellan, Schreib- u. Nähmaschine, Bücher, Gobelin, Fotoapp., Schmuck, Garderobe, LPS, Münzen, Pelze. ☎ 0163/4674370

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

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

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

Suche Modelleisenbahnen, z.B. Märklin: H0, Spur Z, Spur 1. ☎ 02508/997892 od. - 993219.

Hochw. Gläser u. alter Schmuck aus Nachl. ges. ☎ 0178/4594550

Sammler sucht deutsche und Weltmünzen. ☎ 0251/862809.

Wir übernehmen Garten-, Pfaster u. Miniagger-Arbeiten, Neuanlagen usw., m. Abtransport, sämtl. Maschinen vorh.. ☎ 0171/1922353.

Sammlertreffpunkt

Kaufe Briefmarken und Münzen auch größere Sammlungen. ☎ 0176/61199002

Ca. 120 Schallplatten für 80 € zu verkaufen. ☎ 02509/8108.

Empfehlungen/Dienstleistungen

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

Ab sofort: Medizinische Maskenpflicht

Wir führen FFP2 und medizinische Masken in großen Mengen, geprüft und CE-konform.

Sonderaktion

10 x med. OP-Masken
4 x FFP2-Masken

3,- €
5,- €

Abholung:
Schnäppchenmarkt
Bahnhofstraße 23
48346 Ostbevern

Abholung:
Landkaufhaus
Am Magnusplatz 23
48351 Everswinkel

Sonderkonditionen für Gewerbetreibende auf Anfrage.

Anfragen an Hr. Webers, Tel. 0172 452 7032 oder E-mail: marcelwebers@gmx.net

Verkauf Mo.-Sa. von 10.00 - 13.00 Uhr

Deine Impfung schützt auch andere

Gerade zurzeit ist es unerlässlich, aufeinander zu achten und sich gegenseitig zu schützen. Ein regelmäßiges Prüfen des Impfpasses ist daher wichtig. Impfungen können nicht nur einen selbst, sondern auch andere vor Infektionskrankheiten, wie z. B. Keuchhusten, bewahren. Keuchhusten ist eine hochansteckende Infektionskrankheit, die durch das Bakterium Bordetella pertussis ausgelöst und durch Tröpfcheninfektion übertragen wird. Statistisch gesehen steckt jeder Infizierte in der Regel fünf weitere Personen an. Nach einer Ansteckung dauert es ein bis zwei Wochen, bis Symptome wie Schnupfen, trockener Husten oder Fieber auftreten. Etwa zwei Wochen später folgt meist ein stakkatoartiger Husten, der in der Regel erst nach sechs Wochen langsam abnimmt.

Anders als vermutet, ist Keuchhusten bei Weitem keine reine Kinderkrankheit. Sie betrifft vielmehr zu einem Großteil auch Erwachsene. 2019 wurden ca. 6000 Keuchhustenfälle bei Erwachsenen gemeldet, fast jeder Fünfte ist über 60 Jahre alt. Die Dunkelziffer wird um 10- bis 100-fach höher angenommen. Besonders bei älteren Erwachsenen kann Keuchhusten zu schweren Symptomen sowie Folgeschäden führen.

Wer sich und sein Umfeld schützen möchte, lässt sich von seinem Arzt zu Vorsorge und Schutzimpfungen beraten. Mehr Informationen finden Sie auf www.impfen.de - eine Initiative von GlaxoSmithKline.



Foto: Gina Sanders/fotolia.com

NP-DE-PTX-ADVR-200041

Baumstumpffernung

www.rj-agrar-service.de
☎ 01 71 / 6 90 56 19

Handwerkerteam bietet komplette Renovierung: Klemmpner/Trockenbau/Verputz/Bodenbelag/Anstrich/Tapete 24h: ☎ 0178/8613134

Wir sind umgezogen! Wasch & Spülmasch., Kühl & Gefrier & Gewerbegebr., ab € 35, Garantie, Fa. Weiß. ☎ 02504/77174.

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

Bekanntschaffen

Partnerschaften

Karin, 72 J., verwitwet, bin genauso nett wie ich aussehe, mit meinem Auto flexibel u. weil ich keine Kinder habe, bin ich an nichts u. niemandem gebunden. Doch die Einsamkeit bedrückt mich. Wünsch mir nichts schmerzlicher als e. lieben Mann, zu dem ich kommen kann. Ihr Anruf üb. pv ist unser Glück. ☎ 0176-43646934

Ich, Luise, 78 J., seit kurzem verwitwet, suche üb. pv e. lieben, guten Witwer (Alter egal) hier aus der Region. Ich bin gepflegt, habe eine sehr schöne schlanke, frauliche Figur, mag die gemütliche Häuslichkeit, die Natur, bin lebensfroh, fleißig u. zärtl. und eine gute, sichere Autofahrerin. Wir könnten getrennt oder auch zusammen wohnen. ☎ 0160 - 97541357

Carola, 61 J., bin hübsch anzusehen, romant. u. zärtlich, eher häuslich u. liebe die Natur. Wir können ja nicht ausgehen, wie soll ich Dich finden? Ruf üb. pv an, damit wir die Einsamkeit nicht länger ertragen müssen. Ich fahre gerne Auto u. könnte Dich kurzfristig besuchen, damit wir alles besprechen können. ☎ 0152-24910120

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

Attraktive Cornelia, 69 J., mit toller Figur u. schöner Oberweite, bin anspruchsvoll, herzlich u. zärtl., bin leider schon verwitwet lebe ganz allein in meiner Wohnung, ich fahre gern Auto u. liebe es den Haushalt zu führen. Bitte melden Sie sich heute noch üb. pv, wir könnten getrennt o. auch zusammen wohnen. Sie dürfen auch älter sein. ☎ 0157 - 75069425

Margit, 67 J., hübsche Witwe, bin aufgeschlossen u. in meiner Art ganz angenehm. Sehne mich nach e. Lieben Gefährten, mit dem ich wieder alles teilen kann. Wenn Sie ein ehrl., ordentl. Mann bis 80 J. sind, dann sind Sie in mein Herz eingeladen. Melden Sie sich üb. pv u. geben Sie unserem Glück eine Chance. ☎ 0176-45986085

Angelika 64 J., bin Witwe, schön u. jung geblieben, ohne Anhang, bin gerne Frau u. sehne mich nach Liebe u. Zärtlichkeit, ich mag alte Schlager u. gemütliche Fernsehbende, ich suche e. guten, anständigen Mann, den ich gerne umsorger u. verwöhnen möchte, auch bis 80 J. pv ☎ 0151 - 20593017

Hannelore 74 J., mit toller Figur u. gepfl. Außerem, ich bin unkompliziert, zärtl. u. natürlich. Mir fehlt ein Partner hier aus der Gegend den ich nochmal so richtig liebhaben kann. Sind Sie jung im Geist u. warm im Herzen? Dann würde ich mich über einen Anruf sehr freuen. pv ☎ 0170 - 7950816

Veranstaltungen

Schachfreund im Raum Lengerich gesucht. ☎ 05481/9003021

WIR MACHEN IHRE WELT BUNTER!

AGM Anzeigenblattgruppe Münsterland
www.agm-muensterland.de



Wer mit dem Wohnmobil auf Reisen geht, sollte auf das zulässige Gesamtgewicht seines Fahrzeugs achten.

Foto: dpa

Was Anfänger wissen müssen

Lust auf Camping?

Zunächst einmal gilt es, zu überprüfen, ob die Führerscheinklasse überhaupt das Führen des gewünschten Wohnmobils erlaubt", sagt Bernd Stürmer. Wer nur Fahrzeuge bis 3,5 Tonnen bewegen darf, der müsse sich darüber im Klaren sein, dass Ferien mit einer vierköpfigen Familie im Wohnmobil dann kaum möglich seien. „Das Leergewicht eines Campers mit vernünftiger Ausstattung liegt bereits bei rund 3,2 Tonnen“, sagt der Fachreferent für Fahrzeugtechnik und Fahrzeugprüfung beim TÜV Nord. „Es bleiben also lediglich 300 Kilo für die Reisenden, für Kleidung, Nahrung, Camping-Utensilien und vielleicht sogar noch Fahrräder. Mehr als zwei Personen sind dann kaum machbar.“

★ **Einmal um die ganze Welt – aber bitte nicht sofort:** Ist der passende Camper oder ein entsprechender Wohnanhänger schließlich gefunden, sollte man allerdings nicht den Fehler machen, umgehend auf große Tour zu gehen. „Erst einmal gilt es, sich in aller Ruhe mit den – im Vergleich zu einem Pkw – deutlich veränderten Ausmaßen und Fahreigenschaften vertraut zu machen“, sagt Jürgen Bosset als Sicherheitstrainer für Caravan-Kurse beim Auto Club Europa (ACE). Praxis können neben Trainingskursen wie etwa auch vom ADAC oder einigen Herstellern angeboten, auch Fahrschulen vermitteln. Ansonsten kann man auch auf einem Verkehrsübungsplatz oder einem großen Parkplatz ein Gefühl fürs Fahrzeug bekommen, so Jost Krüger vom Caravaning

Zwar sind die Grenzen aktuell noch geöffnet. Doch manch einer zieht in Coronazeiten vielleicht eine privatere Atmosphäre im Campingmobil oder Wohnwagen vor. Caravaning-Anfänger sollten allerdings dringend eine Reihe von Dingen beachten.

Industrie Verband (CIVD).

★ **Wo lauern die Gefahren für Gespann und Co.?:** „Viele Wohnmobile basieren auf Nutzfahrzeugen, und ein Nutzfahrzeug hat nun mal eine völlig andere Fahrdynamik als ein Pkw“, sagt Stürmer. Deshalb gelte es, den Fahrstil stets anzupassen, etwa bei der Kurvengeschwindigkeit oder beim Bremsen. Auch der Wind hat mehr Angriffsfläche. „Kritisch werden kann es auf Brücken, in Waldgebieten oder beim Überholen von Lkw“, warnt Bosset, der Fahrer müsse hier ganz besonders auf Seitenwind gefasst sein.

Gefürchtet selbst bei erfahrenen Gespann-Fahrern sind das Aufschaukeln und das Schlingern des Wohnanhängers. Beides kann im schlimmsten Fall dazu füh-

ren, dass das Gespann in voller Fahrt kippt – mit meist fatalen Folgen. „Kommt es zum Aufschaukeln, gibt es nur eine einzige Lösung“, sagt Stürmer. „Nur ein beherrzter Tritt auf die Bremse, um sofort Geschwindigkeit abzubauen, hilft dann noch.“ Alles andere, etwa, dass man im Gegenteil sogar Gas geben solle, sei definitiv falsch.

★ **Richtig laden und sicher reisen:** Ebenfalls unbedingt sicherheitsrelevant und leicht umzusetzen, da sind sich die drei Experten einig, ist die Art und Weise, wie Wohnmobil und Wohnwagen beladen werden. „Durch das richtige Beladen lässt sich die Straßensituation positiv beeinflussen“, sagt Stürmer. „Und richtiges Beladen ist das Beladen, das den Schwerpunkt des Fahrzeugs so tief wie möglich hält.“

Bossets Einmaleins des Caravaning-Beladens sieht deshalb aus wie folgt: „In die oberen Regale, die aus Platzgründen in Wohnmobilen zahlreich verbaut sind, gehören möglichst leichte Gegenstände, etwa Wäsche, während man Geschirr oder Küchenmaschinen besser weiter unten verstaut.“ Krüger empfiehlt, das Gepäck gleichmäßig auf der gesamten Fahrzeugfläche zu verteilen. Eine Ausnahme gebe es allerdings, so der Caravaning-Experte: „Auf der Antriebsachse darf etwas mehr Gewicht lasten, denn das verbessert die Traktion.“ (dpa)

Mobil einfach mieten

Wer sich ein kleineres Wohnmobil mieten will, kann es in der Regel noch mit seinem Autoführerschein fahren. Denn bei Fahrzeugen unter 3,5 Tonnen reicht die Klasse B. Für Fahrzeuge bis 7,5 Tonnen müssen Fahrer die Klasse C1 vorweisen können, erklärt der ADAC Hessen-Thüringen. Wer einen vor 1999 ausgestellten Führerschein hat, darf beide Klassen fahren.

Was die Miete für so ein Freizeitmobil kostet, hängt vom Typ, dem Zeitraum der Reise und davon ab, wie lange man mieten möchte. Die Auswahl reicht vom einfachen Kastenwagen bis zum Luxus-Tempel auf vier Rädern – manchmal sind es sogar sechs.

Als Faustformel nennt der Autoclub etwa 120 Euro am Tag für einen kleinen Camper mit vier Schlafplätzen. Dazu kommen die Kosten für eine Übernachtung auf dem Campingplatz, die für zwei Erwachsene und zwei Kinder mit ab etwa 30 Euro zu Buche schlagen. Einfache Stellplätze zum Übernachten seien günstiger und ab etwa zehn Euro pro Übernachtung zu haben.

Für den Abholtermin des Miet-Wohnmobils sollte man sich ausreichend Zeit nehmen. Kunden sollten etwa eine halbe bis eine Stunde für eine gründliche Übergabe und Einweisung einplanen, rät der ADAC. Es gilt, sich etwa mit der Gasanlage, der Küche und den sanitären Anlagen vertraut zu machen. Ein penibler Rundgang kann eventuell vorhandene Schäden zu Tage fördern. Diese sollte man sich im Übergabeprotokoll bestätigen lassen. Besonders Neulinge machen sich zudem besser vor der Tour mit den Dimensionen der größeren Gefährte und dem vom Pkw abweichenden Fahrverhalten vertraut. (dpa)

Worauf man beim Zeltkauf achten sollte

Wasserdicht und stabil

Größe, Gewicht, Platzbedarf: Je nachdem, wohin genau die Reise geht, muss ein Zelt unterschiedliche Eigenschaften haben. Camper sollten sich vor dem Kauf eines Zeltes dazu Gedanken machen, rät Michael Rann vom TÜV Süd. Für einen Familienausflug an den See brauchen Urlauber eher ein geräumiges Campingzelt. Für eine Trekkingtour durch die Berge sollte es hingegen leicht und handlich sein und sich schnell auf- und abbauen lassen.

Natürlich muss ein Zelt stabil und wetterfest sein – also

biegsame Stangen haben, die bei einem Sturm nicht brechen. Zudem sollte es mindestens vier Punkte geben, an denen man das Innen- und Außenzelt mit Heringen im Boden befestigen kann, raten die TÜV-Experten.

Damit Camper auch bei starkem Regen trocken bleiben, können sie sich an einer DIN-Norm orientieren. Demnach gilt ein Zelt mit einer Wassersäule von 1300 Millimetern als wasserdicht. Rann rät aber dazu, lieber ein Zelt mit einer Wassersäule von 3000 Millimetern zu wählen. Die Außenwände des Zelt-

bodens sollte mindestens 15 Zentimeter hoch sein und in die Zeltwand hineinragen, damit kein Wasser hineinlaufen kann. Die Nähte sollten zudem doppelt genäht und versiegelt sein – Camper können sie zusätzlich regelmäßig imprägnieren. Reißverschlüsse sollten zweiläufig sein und in beide Richtungen funktionieren.

Außerdem rät der TÜV-Experte dazu, ein doppelwandiges Zelt zu wählen, da die Kombination aus Innen- und Außenzelt mehr Schutz gegen Nässe bietet. Damit die Luft gut zirkulieren kann, sollte es

einen Abstand zwischen Innen- und Außenzelt geben.

Damit es bei warmen Temperaturen im Inneren nicht zu stickig wird, braucht ein Zelt mindestens zwei Lüftungsoptionen. Für ein gutes Raumklima sorgt zudem ein Innenzelt aus Baumwollgemisch. Gegen Mücken und andere Insekten helfen wiederum Mosquito-Gaze vor den Öffnungen. (dpa)



Genug Platz für die Familie? Wer mit einem Zelt auf Reisen gehen möchte, sollte sich vor dem Kauf ausführlich über den geplanten Einsatzzweck Gedanken machen. Foto: dpa