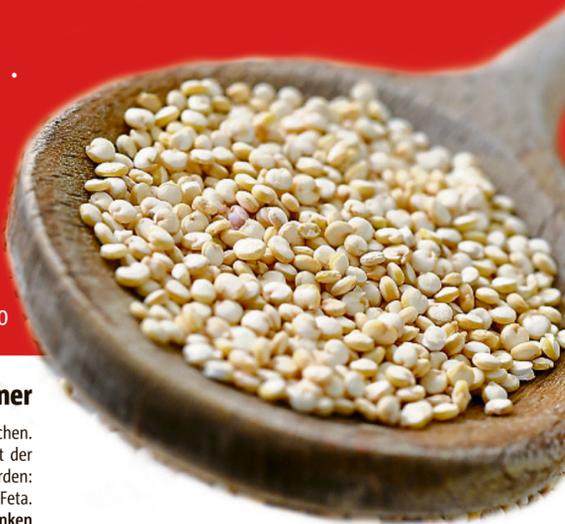


HALLO

TELGTE · WESTBEVERN ·
RAESTRUP · EVERSINKEL ·
ALVERSKIRCHEN ·
OSTBEVERN

Jeden Samstag · kostenlos
Samstag, 3. April 2021
Ausgabe 14/2021 · Verteilte Auflage: 13 570



Digitale Erleichterung

Ob Auto-Anmeldung oder Konto-Eröffnung: Mit einem E-Perso ist inzwischen eine ganze Menge möglich.

| Menschen & Medien



Trockener Boden

In den Gärten herrscht Trockenheit. Wie kann der Gärtner dem Klimawandel begegnen?

| Draußen



Kleine Körner

Quinoa lässt sich wie Reis kochen. Und kann dann zum Rezept der Woche weiterverarbeitet werden: einem Salat mit Feta.

| Essen & Trinken

Kurznotiert

Recyclinghof öffnet heute

OSTBEVERN. Am heutigen Samstag (3. April) hat der Recyclinghof – im Gegensatz zu vielen anderen Entsorgungseinrichtungen im Kreis Warendorf – seine Tore geöffnet. Von 8.30 bis 14 Uhr können die Ostbeverner ihre Gartenabfälle, Schrott und weitere Abfälle an der Westbeverner Straße loswerden.

Semesterstart der VHS verschoben

TELGTE. Die aktuell gültige Coronaschutzverordnung des Landes NRW untersagt den Volkshochschulen (VHS) auch weiterhin den Präsenzbetrieb bis zunächst zum 18. April, heißt es in einer Pressemitteilung. Wegen der aktuellen Entwicklung geht die VHS Warendorf, zu der die Telgte gehört, davon aus, dass auch ab dem 19. April kein Unterricht in Präsenz möglich sein wird. Die Volkshochschule hat daher beschlossen, den Start des Semesters nochmals zu verschieben. Die Kurse werden nunmehr ab dem 3. Mai (18. Kalenderwoche) starten.

Neue Termine vereinbaren

TELGTE. Die Stadtverwaltung weist darauf hin, dass der Dienstleistungssamstag des Bürgerbüros aufgrund der Osterfeiertage von Samstag (3. April) auf Samstag (10. April) verschoben wird. Termine sollten im Vorfeld telefonisch vereinbart werden.

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

Erohe Ostern



Wir wünschen allen Lesern, Kunden und Boten erholsame Feiertage

Foto: dpa

Aktion des Lauffreiffs Telgte kommt gut an

Challenge hat USA erreicht

Die März-Challenge des TV-Friesen-Lauffreiffs hat alle Erwartungen der Organisatoren übertroffen: „Nach vier Wochen haben wir nach Zwischenstopps in den Partnerstädten Polanica-Zdrój und Stupino die chinesische Hafenstadt Shanghai erreicht“, berichten die Aktiven.

TELGTE. Nach der Überfahrt mit dem Schiff nach Los Angeles gehen die Läufer nun die letzten 1500 Kilometer bis Tomball an. „Das ist einfach der Wahnsinn. Das hätten wir uns nicht träumen lassen“, freut sich Lauffreiff-Abteilungsleiter Mirco Borgmann über die gute Resonanz.

Auch die Lauffreiffleiter Bet-

tina Worch und Franz-Josef Wewer sind von der Beteiligung aus den eigenen Reihen, aber auch vieler Telgter begeistert. „Wir haben ein starkes Team“, sagen sie nicht ohne Stolz. Die Challenge sei in Corona-Zeiten ein verbindendes Gemeinschaftserlebnis.

Da die Challenge kurz vor dem Ziel ist, gibt es fortan keinen Countdown mehr. Stattdessen sind auf der Homepage des Lauffreiffs nun die verbleibenden Kilometer bis zum Ziel angegeben. Zusammengerechnet ergibt die zurückgelegte Distanz eine Laufstrecke von 13 000 Kilometern.

Doch noch sind die Teilnehmer des virtuellen Laufs nicht im Ziel. „Läufer, Spaziergänger und Walker, begleitet



Große Resonanz für den virtuellen Lauf des Lauffreiffs Telgte. Foto: privat

uns“, sagen die drei Organisatoren. „Dann werden wir das Ziel Tomball vielleicht Ostern schon erreichen.“

Ganz gleich, ob Sonntags-spaziergang, Wanderung oder Laufrunde allein – wirklich jeder kann bei der virtuellen Lauf-Challenge mitmachen und seine Strecke unkompliziert über die Homepage melden – anonym oder mit Namensangabe. Nicht nur die Läuferin oder der Läufer mit den meisten Streckenkilometern wird prämiert, sondern auch der oder die mit den meisten abgegebenen Meldungen.

ziert über die Homepage melden – anonym oder mit Namensangabe. Nicht nur die Läuferin oder der Läufer mit den meisten Streckenkilometern wird prämiert, sondern auch der oder die mit den meisten abgegebenen Meldungen.

www.lauffreiff-telgte.de





Stauden (z. B. Blaukissen) Stück € **2.50**

Hortensien ab € **4.90**

Lavendel Stück ab € **2.50**

Kräuter und Gemüsepflanzen

Schnitt-Tulpen viele Sorten

Öffnungszeiten der Gärtnerei:
Montag – Freitag 9.00 – 18.00 Uhr
Samstag 8.00 – 16.00 Uhr
Ostersonntag von 10.00 – 15.00 Uhr
Ostermontag: geschlossen

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

ANGEBOTE gültig vom 06.04. bis zum 10.04.2021

WEIN DER WOCHE der Wein zum Spargel
Hothum Grauburgunder 0,75l-Flasche **6,49 €**
Probieren Sie den Wein am Freitag von 14.00 – 18.00 Uhr in unserem Markt

Bitburger Pils versch. Sorten 20x 0,5 l/24x 0,33 l zzgl. Pfand 3.10/3.42 € 1 Liter = 1.20/1.51 € **11.99**

Paderborner Pils versch. Sorten 20x 0,5 l/24x 0,33 l zzgl. Pfand 3.10/3.42 € 1 Liter = 0.70/0.88 € **6.99**

Gerri Limonaden versch. Sorten 12x 1,0 l zzgl. Pfand 3.30 € 1 Liter = 0.58 € **6.99**

Erdinger Weißbier versch. Sorten 20x 0,5 l zzgl. Pfd. 3.10 € 1 Liter = 1.50 € **14.99**

Gerolsteiner Mineralwasser versch. Sorten 12x 1,00 l PET zzgl. Pfd. 3.30 € 1 Liter = 0.50 € **3.99**

Salvus Mineralwasser versch. Sorten 12x 0,75 l zzgl. Pfd. 3.30 € 1 Liter = 0.44 € **5.99**

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

THIEMANN'S RASENHOF Telefon: 025 35/93 18 65
West II Nr. 3 · 48324 Sendenhorst-Albersloh
jochen@thiemann-rollrasen.de · www.thiemann-rollrasen.de

Rollrasen aus eigener Produktion

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



Hilft. Hilft weiter.

Wer sich selbst versorgen kann, führt ein Leben in Würde.
brot-fuer-die-welt.de/wasser
Mitglied der **act alliance**

Brot für die Welt
Würde für den Menschen.

WIR MACHEN IHRE WELT BUNTER!



AGM | Anzeigenblattgruppe Münsterland
www.ag-muensterland.de

Rätselspaß

Samstag, 3. April 2021

Hauptstadt von Mississippi	geächtet	Netzhaut des Auges	ein Raubvogel	Gabeldeichsel	Ungeheim d. griech. Mythologie	lateinisch: ich liebe	Fotografien	englisch, französisch: Alter	US-Filmstar, Angela ...	alte japan. Kaiserstadt	ägypt. Name von Helopolis	herzlich	Filmstar, ... Thurman	ein Palmenprodukt	endloses Gerede	Frauenname	ehem. japanische Münze	ein Blütenstand	Internet-Comic-Figur (Frosch)
starke Zweige		Regierung (abwertend)	einzigartig					Volkswirt					sich unterordnen						
englisches Flächenmaß	Rufname der Hayworth †		Theatertruppe	früherer Name Tokios		Nationalpark in Kenia	Spitzbube					Symbol für gute Laune	Fußballbegriff						Ort am Lago d'Idro
Abendständerchen					musikalisches Übungsstück	Speisenfolge			Affenart (...faktor)	französische Königsanrede			salopp, locker				Strom durch Maribor (Slowen.)	altes Volk in Nigeria	
griechischer Buchstabe		antike Stadt in der Westtürkei	stehendes Gewässer	Mensch mit gutem Appetit			Dachstuhl	immergrüner Strauch, Gewürz					Renn- oder Sportwagen	innerhalb (ugs.)					
deutsche Vorsilbe	Frage nach dem Werkzeug	Singvogel		Salz der Bromsäure	Klüngel		rückbezügliches Fürwort		deutsche Vorsilbe: schnell		Abfall beim Hobeln	gasförmiges chem. Element			Hauptstadt von Albanien	Abk.: ex officio			
Spinnenfaden			entsprechend	Schönlings (franz.)		Dänenkönig in der Edda		Gesellschaft für Musikrechte		Sieb			italienischer Alpenkurort	dreirädriges Taxi in Asien, Tuc ...			biblische Männergestalt	Laut der Enttäuschung	
Hängeschalen mit Pflanzen	üben, trainieren	befehlen, verfügen		Rufname des Sängers Cocker		Kanton der Schweiz	abwertend: Männer				Verwaltungsbereich	aus der Mode gekommen	falsch, gelogen	Hörspielhexe, ... Blocksberg			„heilig“ in portug. Städtenamen	Strom durch Sibirien	
unwirklich								Kieferart	Hauptstadt der Schweiz			Flächenmaß der Schweiz		mundartlich: Ameise	Buschgelände				
		Katzenlaut	zeitlich abstimmen (engl.)				Gerbstoff	Falschmeldungen im Internet				bayrisch: ruhig	Wasservogel					Fjord im Westen Norwegens	
altgriech. Philosophenschule	Teil des Gesichts	kleines Motorrad (Kw.)		Telefonate	dt. Tischtennisstar, ... Bohl				Ort an der franz. Riviera		ein Kohlenwasserstoff	griechischer Buchstabe				US-Schriftsteller † 1980	griechische Unheilsgöttin		
nicht viel			nur geistig vorhanden	Staat in Südeuropa		Lebensgefährtin Lennons (Yoko)		Rufname der Turner	Auftrag		Fremdwortteil: Licht		Ein-siedler	asiatischer ‚Schneemensch‘		Marinedienstgrad			
„heilig“ in span. Städtenamen	be-gründet					Fußballspielerposition	gehoben: Getränk			österr. Gruß	früherer österr. Adelstitel			Faltblatt (engl.)		weibl. Prinzip (chin. Philos.)			
afrikanische Kuhantilope		bestimmter Artikel (4. Fall)		byzantinische Prinzessin	Wappenblume			Skatbegriff	Holzraummaß			Ausruf des Erstauerns			bitter, verbittert		Naustart des Betriebssystems	jüdischer Kalendermonat	
								irische Sagen-gestalt	ostasiatisches Volk			Ruinenstätte am Nil		Kunststil					
irische Graf-schaft	Hauptstadt der Bahamas	Ver-mutung	gen-manipulierte Wesen		falls, dann	traditionelles portug. Lied		Alpenberg-massiv		schöne Frau der griech. Sage		Vorname des Autors Wallace				nord. Schicksalsgöttin			
Tier im Eismeer			italienische Insel	Fremdwortteil: halb		süd-amerikanischer Kuckuck			kleinste Teile der Wortbedeutung	Amtsprache in Indien		Rachen-entzündung			frühere deutsche Auto-marke				
		aus-schließlich	Beruf im Gesundheits-wesen			Tages-anbruch	Thema, Gegen-stand			weibl. Amts-bezeichnung	Schmier-stoff-abfall								
waage-rechte Segel-stange	Futteral		demoskop. Institut (Abk.)		Kinder-trom-pete	Gebäude-verzierung			Form-gestal-tung	pleite, bankrott								Azoren-Gipfel (... de Pico)	
Angehöriger einer islam. Sekte			Organe zur Stimm-bildung	Teil der Karpaten (Hohe ...)			weibliches Raub-tier	eh. Film-gesell-schaft (Abk.)				Beiname Odins	islam. Herr-scher-titel		Rund-funk-automatik (Abk.)				
			Wasser-sport-disziplin	ein Teil-stück			ge-stehen			europ. Welt-raumorg. (Abk.)		offenes Küsten-segel-schiff	Ein-treffen						
enge, tiefe Täler	Treue-bruch	größter Erdteil		Hauptstadt Kroatiens	Zeit-alter				Buch der Bibel	Land-haus in Spanien		ein Mineral	Fremdwortteil: mit						
unnötig lange Strecke	latein-amerikanischer Tanz	alt-röm. Einzel-wohn-haus	Hart-gummi (Kautschuk)	malen		Tom Jones-Hit (...'s a Lady')	US-Film-regisseur, Orson ...	land-wirtsch. Arbeit				dick-flüssig	Tennis-verband (Abk.)		englischer Graf	orientalische Rohr-flöte			
ungebo-renes Leben	Dampf, Qualm, Dunst	Gasthof		italienische Insel, Toskana						Land-haus in Spanien	große Dumm-heit	lang-beinige Mücken		James-Bond-Autor, ... Fleming †	span. Appetit-häpp-chen				
			Fremdwortteil: mit	Hauptstadt Österreichs	Qualitätsstufe (engl.)		ehem. schott. Königs-sitz	altind. Gelehrten-sprache		Wind-schatten-seite	Revue-theater in Paris	die Nase betref-fend	US-Bundes-staat	Fremdwortteil: drei		Papier-zusam-men-hefter			
Karpfen-fisch		ausgest. flugun-fähiger Vogel	veraltet: Witwe		Dom-stadt in Polen	Eis-kunst-lauf-sprung													
englisches Längenmaß	gelb-bräuner Uniform-stoff	Ziffer einer elektr. Anzeige		abge-legen	heftig, aber ange-messen				Autor von ‚Farm der Tiere‘	alt-römischer Grenz-wall			US-Filmstar (Wesley)	antikes Reich in Süd-arabien	Füllwort im Rede-fluss				
scharfe Kurve		gelände-gängiges Motorrad	offe-rieren	Ratgeber Karls des Großen	Vorname des österr. Malers Schiele		latein-sch: Kunst	englische Graf-schaft	fettig		Un-tiefe im Meer	Frucht-flüssig-keit							
Maß des elektr. Wider-stands	Miterfin-der des Tonfilms		Fluss in Bayern		ein dt. Fußball-trainer	Fluss durch Berlin			Ader im Gestein	Film-musik									
Be-rührung			Film mit John Travolta	alt-römische Silber-münze			Begleiter Don Quijotes, ... Pansa	griechischer Käse		ital., latein-sch: Straße	Schöf-fen-gericht im MA.	Scheren der Schafe		Meeres-fisch	Mutter der Nibe-lungen-könige				
span. Aus-sprache-zeichen	polynes-isches Segel-boot	US-Western-legende (Wyatt)	Strom der nord. Unter-welt		Urein-wohner Japans	Kinder-tages-stätte (Kw.)		dt. Farb-fernseh-system (Abk.)	türkische Lang-hals-laute	franz. Welt-geist-liche		Rufname von Filmstar Stallone	bestimmter Artikel (2. Fall)	englisch: Puit	Haupt-stadt Jemens				
Muschel-produkte			spanisch: zwei	Ret-tungs-wagen				1. Klasse des Gymna-siums			etwas nicht machen			japanischer Reiswein	babylonische Gottheit				
Ehren-titel für Hindus in Indien	Insel vor Dal-matien (Ese)	span. surreal. Maler † 1989		Arktis-vogel		reali-sierbar			int. Kfz-K. Schweiz				englisch: nach, zu						
Regie-rungs-sitz von Bolivien	ein-drucks-voll		germa-nische Gottheit	Dickicht, Gestrüpp						Ver-zierung (Kw.)		Fremdwortteil: mit, zu-sammen		Schlange im ‚Dschun-gelbuch‘					

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

Kurznotiert

AWG-Hof hat heute geschlossen

TELGTE. Der Recyclinghof der Abfallwirtschaftsgesellschaft im Gewerbegebiet Kiebitzpohl bleibt am Karfreitag (3. April) geschlossen. Darauf weist die Stadtverwaltung ausdrücklich hin.

Kreative Ideen gesucht

TELGTE. Der zweite Teil der Alltagsmenschen-Ausstellung konnte nicht stattfinden. Dabei war die Vorfreude groß. „Tourismus + Kultur“ hatte große Werbebanner drucken lassen, die den Besuch der Figuren ankündigten. Doch Corona machte einen Strich durch die Rechnung. Jetzt liegen die Bauzaunbanner zusammengerollt und ungenutzt im Keller. Was könnte man mit oder aus den großen Planen machen? Ideen können per Mail gesendet oder als Kommentar auf der Facebook-Seite oder auf Instagram unter die Postings geschrieben werden.

Tipps für pflegende Angehörige

TELGTE. Die meisten Pflegebedürftigen werden zu Hause gepflegt. Die AOK Nordwest unterstützt pflegende Angehörige in der Corona-Pandemie mit neuen Online-Pflegekursen, die das notwendige Grundwissen und elementare Techniken der häuslichen Pflege bequem zuhause vermitteln. Der kostenlose Online-Pflegekurs führt in 14 Kapiteln interaktiv durch die Grundlagen der Pflege. Würde der Kurs erfolgreich abgeschlossen, kann sich der Teilnehmer eine Bescheinigung herunterladen. Unter www.aok.de/nw/onlinepflegekurs ist eine Anmeldung zum Kurs möglich.

Keine Gottesdienste an Ostern

OSTBEVERN. Das Presbyterium der evangelischen Kirchengemeinde hat schweren Herzens beschlossen, an Ostern auf Präsenzgottesdienste zu verzichten. Ostersonntag werden aber die Kirchen in beiden Gemeindeteilen wie bisher zur eigenen Andacht oder einem stillen Gebet geöffnet sein, und zwar durchgehend von 9.30 bis 17 Uhr. Eine Osterkerze und ein schriftlicher Ostergruß können von dort mitgenommen werden. Auf der Homepage der Kirchengemeinde steht wie jeden Sonntag eine Hörandacht zur Verfügung. www.evkg-telgte.de

Imker Robert Esser freut sich über erfolgreiches Jahr 2020

Die Bienen fliegen wieder

Hobbyimker Robert Esser ist froh, dass seine sechs Bienenvölker im vergangenen Jahr fleißig Honig produziert haben. Der Ertrag war besser, als in den drei Jahren zuvor.



Hobbyimker Robert Esser kann stolz auf seine Bienenzucht sein. Sie umfasst 68 Völker und hat ihm auch schon Preise für gute Honigware eingebracht. Foto: Bernhard Niemann

„In anderen Gegenden liegt der Ausfall um einiges höher.“

Robert Esser



WESTBEVERN. „Sie sind gut über den Winter gekommen und fliegen bereits wieder“, sagt Imker Robert Esser und meint damit seine 68 Bienenvölker, die er an sechs Stellen in Westbevern und außerhalb postiert hat. Sechs Völker haben ihr Zuhause im Krink-Bienenhaus, das sich im hinteren Bereich des Dorfplatzes befindet, vier auf dem Rathausdach in Telgte. „Der Ertrag der Bienenvölker im Krink-Bienenhaus lag über dem Durchschnitt“, so der Hobbyimker. „Die vier auf dem Rathausdach in Telgte haben noch einen Tick mehr produziert“, fügt Esser an und bezieht das auf das Umfeld mit seinen vielen Blüten.

Die Honigernte 2020 war besser als in den drei Jahren zuvor – pro Volk bis zu 30 Prozent. Sonne, Regen kurze Flugzeiten, ein gutes Umfeld – dieser Mix hätte zu dem guten Ergebnis geführt. Die Verluste über den zurückliegenden, sehr kalten Winter beziffert Esser auf knapp unter zehn Prozent. „Das bewegt sich im normalen Rahmen. In anderen Gegenden liegt der Ausfall

um einiges höher.“ Keine Verluste im Völker-Bestand im Krink-Bienenhaus und auf dem Rathausdach – darüber freut sich der 61-jährige Westbeverner.

Da sich die ersten Blüten (Weidenkätzchen und Erlen) zeigen, wird es schon wieder lebendig in den Bienenstöcken. Robert Esser ist daher auch wieder regelmäßig auf Achse, um an den Standorten seiner Völker nach dem Rechten zu schauen. Alte Waben werden eingeschmolzen, der Wachs zu neuen Mittelwänden in den Rähmchen oder zur Erstellung von Kerzen verwendet. 700 bis 800 neue Rahmen und zehn neue Böcke für das Aufstellen der Bienenkästen hat Esser in Eigenarbeit in den Wintermonaten erstellt. „Es gibt immer etwas zu tun und das ist auch gut so“, bemerkt der Imker.

Regelmäßig stellt er sich mit seinen Naturerzeugnissen der Honigbewertung beim Landesverband westfälischer Imker und der Landwirtschaftskammer Nordrhein-Westfalen – mit Erfolg. Er wurde schon mehrfach

mit Gold ausgezeichnet, zuletzt für seinen Lindenhonig im Jahre 2019. Zwei Mal Silber gab es für die Sorten Frühtracht und den Rapshonig im vergangenen Jahr. „Bei der Honigbewertung werden stets strenge Maßstäbe angelegt. Bereits ein kleines Bläschen, eine Leimspur oder ein Fingerabdruck führen zu Punktabzügen“, kennt der Imker die Feinheiten. Für 2021 wünscht sich Esser einen Ertrag wie im letzten Jahr von seinen Völkern. Bienenköniginnen züchtet er selbst.

Der gelernte Zimmermann

kam übrigens eher zufällig zum Hobby. Ein Züchter bat ihn, Kisten für dessen Völker zu bauen. Als Gegenleistung bot er ihm zwei Völker an. Robert Esser, bis dato absoluter Laie, überlegte kurz, stimmte aber zu, nachdem ihm der Fachmann Unterstützung anbot. Esser besuchte Kurse bei der Landwirtschaftskammer, las in Fachliteratur und tauschte sich regelmäßig mit Hobbykollegen aus.

Was die Entwicklung im Hobbyimker-Bereich angeht, sieht der Vorsitzende des Imkervereins Telgte eine leichte

Zunahme. Wobei die Imker zum großen Teil weniger Völker halten. Auch die Zahl der Frauen, die Imkerin werden wollen, habe sich leicht gesteigert.

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



Jeden Tag besonders – einfach ALDI.

WIR HABEN WIEDER GEÖFFNET!

JETZT TERMIN VEREINBAREN!

WIR GESTALTEN IHREN EINKAUF SO SICHER UND ENTSPANNT WIE MÖGLICH!

- Tragen von FFP2- oder OP-Masken
- Abstand von 1,5m | 50m² pro Person
- Hygienespender an Eingängen
- Spuckschutz und Hygienespray
- Kontaktloses Bezahlen
- Kontaktlose Nachverfolgung mit der luca-app
- Unsere Mitarbeiter werden regelmäßig getestet

02581 9369-0

info@die-kueche-luchtefeld.de

Click & Meet!



Weitere Infos und Online-Terminbuchung unter: www.die-kueche-luchtefeld.de

DIE KÜCHE LUCHTEFELD

Die Küche Luchtefeld GmbH & Co. KG
August-Wessing-Damm 82 - 48231 Warendorf
Neue Öffnungszeiten: Mo.: geschlossen,
Di.-Fr.: 9-18 Uhr, Sa.: 9-14 Uhr

Kindern ein neues Zuhause geben

Wellenbrecher e.V. sucht pädagogische Lebensgemeinschaften

Wellenbrecher e.V. ist als gemeinnütziger freier Jugendhilfeträger bundesweit tätig. Viele junge Menschen werden schon früh durch belastende Erlebnisse im familiären Umfeld bzw. durch prekäre Lebensverhältnisse geprägt. Für sie bietet Wellenbrecher e.V. eine intensive individuelle Begleitung an, die ihnen ermöglichen soll, ihren Platz in der Gesellschaft zu finden.

Andrea Tontrup aus dem Regionalbüro Münsterland-Ost begleitet sogenannte Pädagogische Lebensgemeinschaften (Paare oder Alleinerziehende), in denen Kinder oder Jugendliche ein neues Zuhause finden. Anders als bei Pflegefamilien ist hier mindestens eine Person ausgebildete/r PädagogIn. Als Kooperationspartner von Wellenbrecher können sie von der Vergütung für die Betreuung zuhause auch gut und sicher leben und werden von Wellenbrecher fachlich begleitet. Natürlich stellt die Integration eines Kindes in den eigenen Haushalt eine Herausforderung für alle Beteiligten dar. Gleichzeitig bietet sich jedoch die Chance, Lebensziele neu zu definieren und nachhaltige Impulse für die Entwicklung eines jungen Menschen zu setzen. Lebensgemeinschaften mit Tieren sind dabei besonders förderlich, ebenso auch oft die Einbeziehung handwerklicher und künstlerischer Fähigkeiten. Aktuell sucht der Verein engagierte Fachkräfte, die über ein hohes Maß an Kreativität und Empathie verfügen und auf diese Art und Weise eigene Ideen umsetzen möchten. Diese Menschen können mit einem Träger zusammenarbeiten, der seit fast 30 Jahren berufliche Heimat für jene geworden ist, die professionelles Tun mit sozialem Engagement und Herzblut verbinden.



Interessierte

...wenden sich bitte an Wellenbrecher e.V.
Regionalbüro Münsterland-Ost
Wilhelmstr. 39, 59269 Beckum
Telefon (02521) 29929-0
info.BE@wellenbrecher.de

-ANZEIGE-

Gutes Öl gehört zur ausgewogenen Ernährung

Knackiger Genuss

„Fünf am Tag“: Das ist die Faustformel für eine ausgewogene Ernährung. So viele Portionen frisches Gemüse und Obst sollten im Idealfall täglich auf dem Speiseplan stehen.

Für kulinarische Abwechslung ist dabei gesorgt, denn knackige Zutaten lassen sich zu immer wieder neuen Salatrezepten variieren – abhängig davon, welches Gemüse saisonal gerade frisch zu bekommen ist. Ein unverzichtbarer Begleiter ist dabei stets ein gutes Öl. Schließlich gehören auch Fette, entsprechend dosiert, zu den Grundnährstoffen, die der Körper benötigt. Sie runden außerdem den Geschmack ab und machen bei vielen Gemüsearten wie Möhren erst die wertvollen Vitamine zugänglich.

Doch was zeichnet ein hochwertiges Öl aus? Ernährungsberater empfehlen, tierische Fette mit ihrem hohen Anteil an gesättigten Fettsäuren möglichst durch pflanzliche Öle zu ersetzen. Sie zeichnen sich durch ihre ungesättigten Fettsäuren aus.

Gute Öle runden den frischen Salatgenuss ab. Schnell und einfach zubereitet ist etwa ein Quinoasalat:

☆ Quino nach Packungsanweisung mit Öl und Wasser zubereiten. Auskühlen lassen.

☆ Gemüse putzen. Gurke, Paprika und Feta in kleine Würfel, Frühlingszwiebel in

Ringe schneiden.

☆ Essig und Balanceöl unter die Quinoapfanne rühren und mit Pfeffer würzen.

☆ Gemüse und zum Schluss den Feta untermischen.

☆ Salat bis zum Servieren in den Kühlschrank stellen.

☆ Beim Servieren nach Bedarf nochmals mit etwas Essig, Salz und Pfeffer abschmecken. (djd-k)



Rezept der Woche

Quinoasalat mit Feta

Einkauf

Zutaten für zwei Portionen

- ★ 150 g Quinoa
- ★ 1 EL Öl zum Braten
- ★ 400 ml Wasser
- ★ 150 g Feta
- ★ je eine halbe gelbe und rote Paprikaschote
- ★ Hälfte einer Salatgurke
- ★ 1 Frühlingszwiebel
- ★ 2–3 EL Essig
- ★ 1 EL Olivenöl
- ★ Salz und Pfeffer (aus der Mühle)

Foto: djd-k/Egle



Kombiniert mit Äpfeln, Fenchel oder Honig ist Chicorée weniger bitter im Geschmack. Foto: dpa/Monique Wüstenhagen

Fertiges Veggie-Hack im Test

Ganz schön salzig

Wer auf Spaghetti Vegane statt Bolognese steht oder ein Chili sin Carne einem Chili con Carne vorzieht, kommt um vegetarisches Hack nicht herum. Da sind die fertig gewürzten Packungen aus Erbsenprotein, Tofu und Co. aus dem Handel praktisch und zeitsparend. Aber auch von guter Qualität? Die Zeitschrift „Öko-Test“ (Ausgabe 3/2021) wollte es genau wissen und hat 20 Veggie-Hacks unter die Lupe genommen.

Bis auf zwei Ausrutscher gibt es rein geschmacklich nichts zu meckern. Soja, Getreide, Pilze oder Tofu sorgen für unterschiedliche Geschmacksnoten und sind je nach Wahl mal bissfest, elastisch, knusprig oder saftig. Doch ein Testurteil „sehr gut“ sucht man vergeblich. Das liegt an mal mehr oder mal weniger gefundenem Mineralöl und vor allem an zu viel Salz.

In gut der Hälfte der Produkte fanden die Tester Salzgehalte von mehr als 1,1 Gramm pro 100 Gramm. In Finnland würden solche Fertiggerichte einen Warnhinweis tragen, schreibt die Zeitschrift.

Bei den vier mit „gut“ bewerteten Produkten liegt Bio



Wer Chili sin Carne zubereiten möchte, greift auf vegetarisches Hack zurück. Foto: dpa/Klaus-Dietmar Gabbert

vorn. Es handelt sich um: Beryn Premium Seitan Veggie Hack, vegan (5 Euro/200 g), Like Meat Like Hack aus Soja, vegan (3,32 Euro/200 g), Lord of Tofu - Tofu Hack, vegan (3,01 Euro/200 g) und Real Quality Bio-Tofu Hack, vegan (2,21 Euro/200 g). Die Preise beziehen sich auf den November 2020, wo eine geringere

Mehrwertsteuer erhoben wurde.

Vier Produkte schneiden noch „befriedigend“, fünf „ausreichend“ ab. Für sieben Produkte hagelt es mangelhafte oder ungenügende Urteile. Zur Abwertung führen vor allem nach „Öko-Test“-Kriterien gemessene Mineralölbestandteile. „Öko-

Test“ hält es für möglich, dass Spuren davon aus dem Produktionsprozess oder der Verpackung stammen könnten. (dpa)

Erst zum Schluss ans Essen

Sie ist eine Wurzel, die für ihr pikant-scharfes, aber auch leicht süßliches Aroma geschätzt wird. Wenn sie einem doch nur nicht Tränen in die Augen treibt und für eine triefende Nase sorgen würde. Denn das passiert meist, wenn man eine frische Meerrettichwurzel schält oder raspelt. Das liegt am Senfö, das für den scharfen Geschmack und Geruch des geriebenen Meerrettichs verantwortlich ist, erklärt die Verbraucherzentrale Bayern.

Allerdings verflüchtigt sich die Schärfe auch schnell wieder. Deshalb sollte man sich diesen Umstand zunutze machen und die Wurzel erst kurz vor dem Verzehr reiben und den Speisen erst am Ende der Garzeit hinzufügen. Die frische Wurzel hält sich im Kühlschrank etwa vier Wochen.

Meerrettich enthält relativ viel Vitamin C, B-Vitamine und Mineralstoffe und zudem wertvolle Flavonoide. Diese gehören zur Gruppe der sekundären Pflanzenstoffe und können die Abwehrkräfte stärken. Mit seinen ätherischen Ölen stärkt Meerrettich das Immunsystem und löst den Schleim bei Erkältungskrankheiten. (dpa)

So schmeckt Chicorée nicht bitter

Auf die Kombi kommt's an

Seine Blätter sehen aus wie Schiffchen, stecken voller Vitamine und fördern die Verdauung. Dennoch ist Chicorée nicht jedermanns Sache. Viel zu bitter! So denken viele und ziehen schon bei dem Gedanken daran eine saure Miene.

Doch richtig kombiniert ist das Gemüse ein gar nicht so bitteres Geschmackserlebnis, erklärt die „Ernährungs-Umschau“ (Ausgabe 2/2021). In Streifen geschnitten diene der Chicorée als Zutat im Salat. Besonders, wenn das leicht herbe, nussige Gemüse mit kontrastierenden Geschmackskomponenten wie Mandarinen, Äpfeln, Fenchel

oder Avocado kombiniert wird.

Auch gebraten schmecke das Gemüse, etwa mit einer Honig-Balsamico-Vinaigrette oder als Kartoffel-Chicorée-Gratin. Dabei verliere es etwas von seiner Bitternote. Die Schiffchen-Form der Blätter lädt darüber hinaus zu Füllungen und zum Dippen ein.

Chicorée wird aus der Zichorie-Rübe gezogen – und das ganzjährig. Unmittelbar nach der Ernte kommt sie ins Kühlager. Aus ihrer Wurzel treiben dann in absoluter Dunkelheit die Chicorée-Sprosslinge aus. (dpa)



Die Oberfläche unserer Augen ist ein komplexes und sensibles System. Foto: dpa

Auge: Komplexes System

Ist das Augenlid erkrankt, zieht das oft die Hornhaut in Mitleidenschaft. Sie kann sich zum Beispiel verformen. Eine mögliche Folge davon ist, dass man unschärfer sieht. Darauf weist der Berufsverband der Augenärzte Deutschlands hin.

Die Augenoberfläche sei ein sensibles und komplexes System. Lider, Bindehaut, Tränenfilm und Hornhaut beeinflussen sich gegenseitig – erkrankt einer der Bestandteile, hat das Folgen für die anderen.

Besonders häufig seien krankhafte Veränderungen an der Hornhaut in Folge von Lid-erkrankungen zu beobachten. Ursächlich dafür können zum Beispiel Fehlstellungen des Lids sein, wodurch es zu einer Austrocknung kommt, die zu Schäden an der Hornhaut führt. Je nach Art der Lidfehlstellung kommen konservative Therapien oder eine Operation in Frage. Ist dieses Problem gelöst, kann die Hornhaut abheilen.

Auch Allergien wie ein Heuschnupfen könnten zu Entzündungen der Bindehaut und der Lider führen und Hornhaut-Schäden auslösen – bis hin zu Geschwüren und Narben. (dpa)

„Wir können es an- und ausschalten, so oft wir wollen.“

Beata Koriath, Bewusstseinstainerin, zum neurogenen Zittern



Eine Frage der Übungstechnik: Mit speziellen Übungen und lässt sich das neurogene Zittern auslösen. Dazu bringt man den Körper in eine bestimmte Stellung, in der er zu vibrieren und zu zittern beginnt. Fotos: Simone Schneider/TRIAS Verlag/dpa



Neurogenes Zittern lässt sich mit Übungen auslösen

Stress einfach abschütteln

Ein Zittern durch den Körper strömen lassen und schon lassen Stress und Anspannung nach. Das klingt erstaunlich. Doch genau das verspricht das neurogene Zittern – was steckt hinter diesem Ansatz?

Es ist eine Antwort auf körperliche Überspannung, die wir unbewusst unterdrücken“, sagt Beata Koriath aus Köln. Sie ist Atemtherapeutin, Bewusstseinstainerin und Autorin des Buchs „Goodbye Stress“.

Sie erklärt das neurogene Zittern genauer: „Dahinter steckt die Idee, dass wir eigentlich alle zittern würden – wenn wir es nur zulassen.“

Tiere machen das. Kleine Kinder zittern auch noch, wenn sie Druck empfinden, Angst haben oder Ekel spüren“, sagt Koriath. „Aber wir Erwachsenen lassen das nicht zu.“

Zittern als ein Zeichen von Entspannung

Denn das Zittern werde oft als Zeichen für Schwäche empfunden oder als Hinweis auf eine Krankheit gedeutet. Deshalb unterdrücken es viele Menschen ganz bewusst.

Dabei ist Zittern nichts Schlimmes. Es sei auch ein Zeichen für Entspannung, sagt Koriath. „Wenn es ausbleibt, bekommt der Körper

nicht mehr das Signal, dass die angespannte Situation vorbei ist. Das heißt, die Entspannung kann nicht einsetzen.“ Dabei handle es sich beim Zittern um eine angeborene Fähigkeit, von der wir alle profitieren könnten.

Es geht dabei nicht nur darum, das Zittern zuzulassen, wenn es natürlicherweise den Körper erfassen würde: „Wir können es an- und ausschalten, so oft wir wollen“, sagt Koriath. Auf diese Weise sei es möglich, das Zittern nachträglich zu spüren und so Verspannungen und Blockaden zu lösen, die beispielsweise durch belastende Situationen entstanden sind.

Auch wenn es schon in alten, spirituellen Heilungsritualen praktiziert wurde: Be-

kannt gemacht wurde die Idee des neurogenen Zitterns durch den Traumatherapeut David Berzeli, der verschiedene Übungen entwickelt hat, mit denen sich ein Zittern bewusst auslösen lässt: Sie werden TRE abgekürzt, nach den englischen Wörtern „Tension & Trauma Releasing Exercises“. Übersetzt heißt das in etwa: Übungen, die Spannung und Traumata abbauen.

Bei Interesse am besten einmal ausprobieren

Wie genau es abläuft und sich anfühlt, das neurogene Zittern mit speziellen Übungen auszulösen, probiert man

bei Interesse am besten selbst aus. Anleitungen gibt es etwa in Form von Videos im Internet oder in Fachbüchern.

Vereinfacht gesagt läuft es so ab: Man bringt den Körper in eine Stellung, in der er zu vibrieren und zu zittern beginnt. Kommt ein Zittern auf und lässt man es zu, kann man die Position auch verlassen und einfach weiterzittern. Sobald man es verinnerlicht hat, kann man das Zittern bei Bedarf auch hervorrufen, ohne eine solche Position einzunehmen – oder man macht immer wieder die speziellen Übungen.

„Wer es zum ersten Mal macht, erlebt zum Teil eher ruckartige Bewegungen an völlig unerwarteten Körperstellen“, beschreibt Hildegard

Nibel, Co-Autorin des Buchs „Neurogenes Zittern - Stress und Spannungen lösen“. „Meistens harmonisiert sich das aber, wird regelmäßiger und feiner.“

Wendet man die Technik des neurogenen Zitterns regelmäßig an, soll sie bei Rückenschmerzen und Verspannungen ebenso helfen können wie bei Kopfweh, Zähneknirschen, Prüfungsangst oder Bluthochdruck.

Es soll zudem zu mehr Beweglichkeit und Entspannung, verbesserter Körperwahrnehmung, vertieftem Atem, erhöhter Leistungsfähigkeit und emotionaler Ausgeglichenheit führen. (dpa)

Angebote gültig bis zum 10.04.2021 | Di. KW 14

REWE Dein Markt

Indien/Südafrika
Tafeltrauben hell kernlos
Sorte: siehe
Kennzeichnung
Klasse I
1 kg = 2,22

1,11
je 500 g Schale

Frankreich/Italien
Feldsalat
Klasse I, 100 g = -,66

-,99
je 150 g Schale

14% gespart
11,99
je Kasten

Greinersteiner
16 x 0,5 Liter, 1 l = 1,50
zzgl. 2,78 Pfand
20 x 0,33 Liter, 1 l = 1,82
zzgl. 3,10 Pfand

16% gespart
4,99
je Kasten

Germeta Mineralwasser
verschiedene Sorten
12 x 1 Liter, 1 l = -,42
zzgl. 4,50 Pfand

Mövenpick Der Himmlische
1 kg = 7,18

4,4% gespart
3,59
je 500 g Pckg.

1€ Rabatt
beim Kauf von
10 Beuteln

55% gespart
-,44
je Beutel

Knorr Fix Bolognese Typisch Italienisch
42 g Beutel
100 g = 1,05
oder Natürlich Lecker Linsen Bolognese
44 g Beutel
100 g = 1,-

KNALLER!
50% gespart
-,29

Müller Joghurt mit der Ecke
verschiedene Sorten
150 g Becher, 100 g = -,19

nur Dienstag unser Super-Tagesangebot

An unserer Bedienungstheke:
REWE Fleischwurst
mit oder ohne Knoblauch
1 kg = 5,50

2,75

je 500 g Ring

Alle Angebote erhältlich in folgenden Märkten:
www.rewe-dortmund.de (qrco.de/wk-m1-2)

Wann sollte ich auf Sommerwischwasser umstellen?

Weg mit den Schlieren

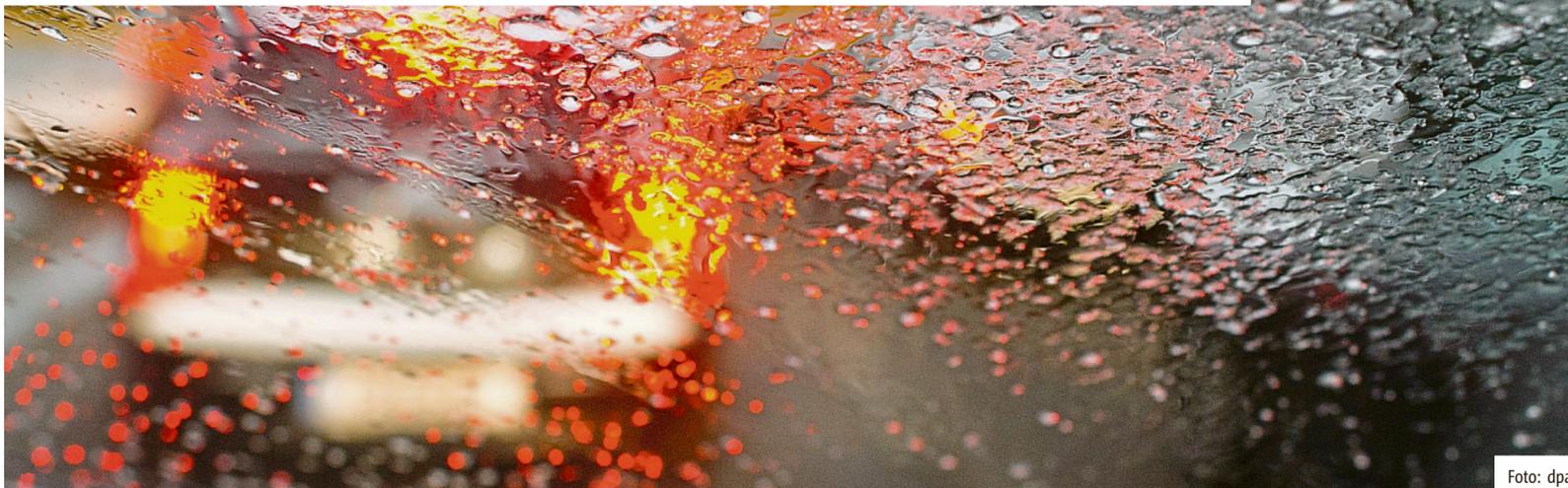


Foto: dpa

Preiswerter Durchblick

Wischer selber schneiden

Mit speziellen Nachschneide-Geräten lassen sich abgenutzte Gummis von Scheibenwischern nachschneiden. Das berichtet die Zeitschrift Auto Straßenverkehr (6/21). Solche Cutter sind demnach ab etwa zehn Euro im Handel verfügbar.

Es gibt unterschiedliche Systeme. Bei einem zum Beispiel wird die Gummileiste mit einer Führungsschiene in das Cuttergehäuse eingeführt. Mit leichtem Druck entlang des Wischers schneidet dann das innenliegende scharfe Messer einen ganz dünnen Gummistreifen ab. Das kann man pro Wischerleiste zweimal machen, so die Zeitschrift. Wer dennoch neue Wischer braucht, bekommt sie zwar bereits für um die zehn Euro. Allerdings verschleifen billige Scheibenwischer den Angaben zufolge schneller und entsprechend häufiger muss Ersatz her. Lieber in hochwertige Teile investieren, lautet daher der Rat. (dpa)

Wer sicher unterwegs sein möchte, sollte darauf achten, dass die Scheibenwaschanlage des Fahrzeugs einwandfrei funktioniert.

Aus meteorologischer Sicht hat der Frühling zwar schon am 1. März begonnen, dennoch sind bis nach Ostern noch einstellige Außentemperaturen und nachts sogar Minusgrade möglich. Doch die Tage werden peu à peu wärmer – und damit stellt sich auch die Frage nach der richtigen Scheibenwischerflüssigkeit.

„Empfehlenswert sind spezielle Sommerscheibenreini-

ger, die dem typischen, eisenhaltigen Sommerschmutz effektiv zu Leibe rücken“, sagt Thilo Kunst vom Labor für Umwelt- und Produktanalytik der Expertenorganisation Dekra. Hintergrund: Winterscheibenreiniger enthalten in der Regel Ethanol und Glykol und sind in erster Linie auf Frost- und Vereisungsschutz ausgelegt.

„Wer im Sommer weiterhin mit dem Wintermittel unterwegs ist, muss damit rechnen, dass gerade Insektenre-

te schlechter beseitigt werden und der Schmutz auf der Scheibe leicht verschmiert“, so der Fachmann für Autochemie. Bei Dunkelheit oder tiefstehender Sonne kann dann Gegenlicht zu Lichtstreuung auf der Windschutzscheibe führen und die Sicht des Fahrers beeinträchtigen.

Umstellen sollte man aber erst, wenn die Temperaturen nicht mehr unter den Gefrierpunkt fallen. Denn Sommerscheibenreiniger enthalten keinen Gefrierschutz und

können bei Frost einfrieren. Das führt zu einem Versagen der Scheibenreinigungsanlage. Im schlimmsten Fall können beim Gefrieren des Wassers Schäden an Tank, Leitungen und Düsen entstehen. „Wer auf Nummer sicher gehen will, verwendet in der Übergangszeit Ganzjahresprodukte mit geringem Frostschutz“, so Kunst.

Da Sommerscheibenreiniger als Basis meist nur Wasser und keine weiteren Lösemittel enthalten, gibt es Kon-

zentrate, die bis zu einem Verhältnis von 1 zu 100 mit Wasser verdünnt werden können. Aus 250 Milliliter Konzentrat lassen sich so 25 Liter Reiniger herstellen. Das spart Geld und Verpackung. (dpa)



Hin, zurück, hin, zurück: Wer ein Auto zum Pendeln braucht, überlegt vor dem Kauf besser genau, welchen Antrieb und welche Komfortausstattung es haben sollte. Foto: dpa

Darauf sollten Pendler beim Autokauf achten

Antrieb und Komfort

Sie brauchen ein neues Pendlerauto? Der ADAC gibt Tipps, auf was beim Antrieb und den individuellen Anforderungen wie Ausstattung, Komfort und Größenbedarf zu achten ist. Wer lange Strecken und Jahreslaufleistungen ab 20 000 Kilometer hat, sei mit einem Diesel passend bedient, so der Autoclub. Das sei meist auch der günstigste Antrieb. Auf kürzeren Strecken sind dann Autos mit Benziner oder Hybride eine gute Wahl. Wer auf seiner Pendelstrecke oder im direkten Umfeld eine Erdgas-tankstelle hat, kann das als sehr kostengünstige Alternative in Erwägung ziehen.

„**Als Faustformel sollte das E-Auto die mindestens doppelte Reichweite der einfachen Strecke haben.**“

Experten vom ADAC

„

Bei Elektroautos muss die Länge der Strecke mit der jeweiligen Reichweite des E-Autos und der Ladeinfrastruktur harmonisieren. Als Faustformel sollte das E-Auto die mindestens doppelte Reichweite der einfachen Strecke haben. Sie sind besonders dann eine gute Wahl, wenn man zuhause etwa an einer Wandladestation, unterwegs an der Strecke oder am Arbeitsplatz Energie zapfen kann. Das gilt auch für Plug-in-Hybride, die noch zusätzlich einen Verbrenner an Bord haben. Allerdings lohnen diese sich nur für kürzere Pendelstrecken, die zum größten Teil elektrisch gefah-

ren werden, so der ADAC. Bei längeren Strecken steige der Verbrauch stark an.

Eine Automatik ist vor allem für Strecken mit viel Stadtverkehr bequem. Auch sollte man auf genügend Platz in der ersten Reihe achten, um nicht eingeeignet sitzen zu müssen. Modernes Infotainment bietet nicht nur Unterhaltung, sondern auch meist aktuelle Staudaten. (dpa)

Die meisten Unfälle passieren im April

Achtung Wildwechsel

Der Frühling ist da. Besonders Autofahrer sollten jetzt noch mehr aufpassen als sonst. In keinem Monat im Jahr passieren mehr Wildunfälle als im April – dicht gefolgt vom Mai. Das hat eine Auswertung des Deutschen Jagdverbandes (DJV) ergeben.

Besonders gefährlich ist dabei die Zeit von 6 und 8 Uhr. Ab Juni gehen die Zahlen dann wieder deutlich zurück. Rehe machen die Hälfte der gemel-

deten Wildunfälle (49 Prozent) aus. Ihr Energiebedarf steigt nach dem Winter stark an, so dass sie mehrfach täglich auf Nahrungssuche gehen, auch die Reviersuche macht die Tiere aktiv.

Nach der Umstellung auf Sommerzeit am letzten März-Sonntag fällt der Berufsverkehr für einige Wochen wieder in die Zeit der Dämmerung. Genau dann sind viele Wildtiere unterwegs. Besonders gefährlich sind Routen,

die durch den Wald oder entlang unübersichtlicher Wald- und Feldränder führen.

Zeigen sich Tiere am Straßenrand, drosselt man kontrolliert das Tempo, blendet die Scheinwerfer ab und hupt. Das kann die Tiere verschrecken. Lässt sich ein Aufprall nicht verhindern: Bremspedal treten und Lenkrad festhalten. Aber niemals unkontrollierte Ausweichmanöver starten, da sie das Unfallrisiko weiter erhöhen. (dpa)

Auto-Innenraum richtig reinigen

Alkoholfreie Zone

Im Fahrzeug-Innenraum sollten Autobesitzer keine alkoholhaltigen Reiniger benutzen. Darauf weist der Automobilclub von Deutschland (AvD) hin. Denn Kunststoffe und Plexiglas, aber auch die Softlacke auf den Oberflächen können dadurch matt und rissig werden.

Für Glasflächen besser geeignet sind alkoholfreie Fensterreiniger. Weitere Oberflächen im Innenraum, wie die Mittelkonsole oder Türleisten, lassen sich am besten mit einem in warmem Seifenwasser angefeuchteten Mikrofasertuch abwischen.

Anschließend Polster absaugen und Matten ausklopfen. Matten können auch mit Wasser und Schaumreinigern bearbeitet werden, sollten aber zuvor an einer unauffälligen Stelle auf Farbechtheit geprüft werden. Zudem muss die Möglichkeit bestehen, sie mehrere Stunden außerhalb des Autos trocknen



Wer seine Autoscheiben sauber kriegen will, verwendet am besten alkoholfreie Fensterreiniger. Foto: Christin Klose/dpa

zu lassen, damit sie keine Feuchtigkeit abgeben.

Für Lederpolster oder Lenkräder empfiehlt der AvD sparsam aufgetragene Lederpflege. Riecht es nach der Reinigung immer noch streng im Auto, hilft eine Schale frisch gemahlener Kaffee, den Ge-

ruch zu beseitigen. Diese einfach über Nacht ins Auto stellen. (dpa)

Wie ein Gartenprofi mit Trockenheit umgeht

Klimawandel im Garten

Gartendesigner Peter Janke hat zwar ein 14 000 Quadratmeter umfassendes Grundstück, aber er hat die gleichen Probleme wie Besitzer eines kleinen Gartens.

Das Das Klima in Deutschland hat sich bereits verändert – und er kämpft immer öfter mit fehlendem Regen und anderen Wetterextremen. Darüber schreibt er in seinem neuen Buch.

Herr Janke, Ihr Garten hat sich Ihren Aussagen zufolge in den vergangenen 15 Jahren eklatant verändert. Was ist denn passiert?

Peter Janke: Ich habe diesen Garten vor 15 Jahren angefangen. Dieses Grundstück habe ich ausgesucht, weil es eine Besonderheit in den Bodengefügen hat. Ich habe auf verhältnismäßig kleiner Fläche unterschiedlichste Böden: Wir haben auf der einen Seite eine trockene Sandbank, auf der anderen eine sprudelnde Quelle mit der Möglichkeit, Teiche zu speisen. Ungefähr in den letzten zehn Jahren hat eine Entwicklung begonnen, die sich in den letzten drei, vier Jahren ganz, ganz eklatant herausgebildet hat – nämlich, dass auf einmal der feuchte Teil unseres Gartens gar nicht mehr so feucht ist.

Ist die Trockenheit das größte Problem für unsere Gärten?

Janke: Das Schwierigste ist eine zunehmende Unberechenbarkeit des Wetters. Also ein ständiges Hin- und Her-



Im Jahr 2019 veränderte der Gartendesigner Peter Janke in seinem Garten die Bepflanzung – weg vom Rasen, der im Sommer vertrocknete, hin zu trockenheitsverträglichen Pflanzen und Sandmulch. Foto: dpa

schwanken zwischen Wetterextremen. Und dazu zählt auch, dass einige regionale Gesetzmäßigkeiten komplett ausgehebelt wurden. Ein Beispiel: Wir sind hier im Westen sehr regenbegünstigt. Doch in den letzten fünf Jahren zogen die großen Regengebiete regelmäßig an uns vorbei. In den vergangenen zwei Jahren hatten wir gerade mal etwas über die Hälfte der üblichen Regenmenge. In anderen Bereichen Deutschlands hat man hingegen mehr Hochwasser. Dazu kommen Tem-

peraturextreme – 40 Grad im Sommer zum Beispiel.

Müssen Gartenpflanzen künftig viel stärker nach regionalen Aspekten ausgewählt werden?

Janke: Davon gehe ich stark aus. Nun ist Deutschland immer schon zu groß, um ein Patentrezept für alle Gärten zu haben. Das hat auch was mit den Böden zu tun – in der Pfalz können Sie sich nicht vorstellen, was für ein Sandkasten in Brandenburg ist. Aber die Notwendigkeit zur

Differenzierung, auch regional, wird absolut steigen.

Nun könnten Sie die Trockenheit im Sommer ja mit zum Beispiel einer Rasenbewässerung lösen. Das wollen Sie aber nicht. Warum?

In der Natur gibt es auch keine Bewässerungssysteme. Und in Mitteleuropa gibt es keine Wüsten. Also muss es doch Gewächse geben, die für unsere Standorte ohne Bewässerung geeignet sind. Und wenn es für so eine

Pflanze im Sommer doch zu trocken wird, dann wächst sie mit ihren Wurzeln tiefer in den Boden, wo im Normalfall mehr Feuchtigkeit ist. Gibt es ein Bewässerungssystem, das stetig von oben ein bisschen Wasser gibt, dann wächst die Pflanze aber mit den Wurzeln dorthin nach oben. Wenn ich dann an auch nur an einem Tag Probleme mit der Bewässerung habe, und es ist heiß und windig, sind meine von oben mit Wasser verwöhnten Gewächse dem Tode geweiht.

Sind Sie denn optimistisch, dass das private Gärtnern in Zukunft noch einfach ist?

Janke: Ja, es ist immer einfach, einen tollen Garten zu gestalten, wenn man sich diese winzige Mühe macht, zu gucken, welche Pflanze was kann. Kann die gut in meiner Region, in meinem Boden, bei meinen Windverhältnissen gedeihen? Und es gibt so viele Pflanzen! (dpa)

Bei Wind und Wetter

Deutschland ist mit Blick auf das Thermometer eine Region für Übergangstage. Während dieser Zeit kann es ein tägliches Wechselspiel zwischen bitterkalt und angenehm mild sein – und daran sollte die Hautpflege angepasst werden.

Das Portal Haut.de nennt acht Grad plus als eine Temperaturgrenze. Darunter empfehle es sich, zu einer fetthaltigeren Creme zu greifen. Denn diese schützt die Haut an kalten Tagen vor dem vor dem Austrocknen und damit vor schädlichen Umwelteinflüssen wie Kälte und großen Schwankungen von Temperatur und Luftfeuchtigkeit, so die Experten.

Da bei Temperaturen von unter acht Grad die Talgdrüsen nicht mehr richtig arbeiten, erhält die Haut weniger Hautfett oder bei extremer Kälte gar keines mehr. Dieses ist aber der Hauptbestandteil des natürlichen Schutzmantels der Haut.

Daher gilt grundsätzlich der Rat: Bei kalten Temperaturen sollte eine Tagespflege mehr Fett enthalten als im Sommer. Haut.de empfiehlt fettreiche Cremes auf Wasser-in-Öl-Basis sowie kosmetische Hautöle oder lipidhaltige Cremes auf Öl-in-Wasser-Basis. Man erkennt fettreiche Cremes auch daran, dass sie fester und zäher sind als wasserreiche, die im Vergleich milchig und leicht wirken. (dpa)

Wenn Eichhörnchen auf dem Balkon nisten

Kobel im Blumenkasten

Eichhörnchen bauen Nester normalerweise ziemlich weit oben im Baum. Da in Städten geeignete Gehölze oft fehlen, machen sie es sich manchmal aber auch auf höher gelegenen Balkonen bequem.

„Die geschickten Nagetiere können an Hauswänden rauf- und runterklettern, so dass ein Kobel im Blumenkasten oder zwischen dem Kissenstapel im Grunde eine gute Lösung sein kann“, erklärt Tanya Lenn von der Aktion Tier.

Das ist aber gar nicht so einfach, wenn man als Bewohner selbst den Balkon auch noch nutzen möchte. Stammt das Nest von einem trächtigen Muttertier oder befinden sich sogar schon Junge darin, dann zieht die ganze Eichhörnchen-Familie nach ungefähr sechs Wochen aus. Während dieser Zeit sollte es auf dem Balkon möglichst ruhig zugehen. Wird der Kobel dann ganz sicher nicht mehr genutzt, kann er entfernt und der Balkonkasten hergerichtet werden.

Handelt es sich bei dem Kobel allerdings um ein norma-



Mit einem Wattebausch in der Schnauze kehrt ein Eichhörnchen auf „seinen“ Balkon zurück. Foto: dpa

les Schlaf- und Ruheneist, könnte sich auch ein längeres Miteinander anbahnen. „Das Zusammenleben klappt am besten, wenn der Mensch sein Balkonhörnchen als großes Glück betrachtet und bereit ist, Rücksicht zu nehmen“, sagt Ursula Bauer von der Aktion Tier. Ist das Tier etwa auf Nahrungssuche, kann

man nach Herzenslust werkeln und lärmen. Hält es sich dagegen im Kobel auf, sollte es ungestört schlafen können. (dpa)

Kauf eines Mountainbikes

Auf Sicherheit achten

Die Deutschen haben große Lust auf Fahrradfahren. Der Allgemeine Deutsche Fahrrad-Club (ADFC) bestätigt, dass in der Bundesrepublik noch nie so viele Räder in einem Jahr gekauft wurden wie 2020. Soll es besonders sportlich zugehen, sind speziell Mountainbikes gute Begleiter für eine aktive Freizeitgestaltung. Worauf man beim Kauf achten sollte.

Gerade bei Bikes, mit denen man auch auf etwas ungewegsamem Pfaden fährt, ist Sicherheit die oberste Priorität. Um die Angaben der verschiedenen Hersteller richtig einzuordnen, helfen offizielle Sicherheitsnormen. Die europäische Richtlinie DIN EN 4210-1:2015-1 etwa gibt die sicherheitstechnischen Anforderungen an Fahrräder vor. Handgriffe und Sättel sollten zudem nach der DIN EN 713:2019-08 geprüft sein. Mountainbike-Fahrer fragen beim Kauf am besten nach, ob ihr Wunschrad diese Normen erfüllt. Verschiedene Prüfsiegel werden unter anderem verliehen von dem unabhängigen Prüfinstitut SGS. Zudem hilft ein Blick auf die Produktionsverfahren der Hersteller.

Star-Trademarks etwa setzt bei seinen selbst entwickelten Bikestar-Rädern darauf, alle Produkte über die gesetzlich vorgeschriebenen Normen hinaus mit einem eigentlich noch nie so viele Räder in einem Jahr gekauft wurden wie 2020. Soll es besonders sportlich zugehen, sind speziell Mountainbikes gute Begleiter für eine aktive Freizeitgestaltung. Worauf man beim Kauf achten sollte.

Weiterhin profitiert jeder Mountainbiker von einem geringen Gewicht seines Rads. Vollgefederte Aluminiumrahmen sind leicht zu handhaben und sorgen für ein angenehmes Fahrgefühl. Weitere Qualitätsmerkmale bestehen darin, dass ein Rad eine zum Fahrstil passende Ergonomie aufweist, die verwendeten Materialien auf Chemikalien geprüft sind und sorgfältig verarbeitet wurden. Nicht zuletzt sollte auch darauf geachtet werden, dass am Rad nirgendwo Kleinteile überstehen, an denen die Fahrer beispielsweise mit der Hose hängen bleiben können. (djd)

Was brauchen eigentlich...

...Bienen?

Für ihre Ernährung benötigen die meisten Insekten Nektar und Pollen, die sie in den Blüten von Pflanzen finden. Nektar ist eine zuckerhaltige Flüssigkeit, die zu dem Aroma-, Mineral- und andere wichtige Inhaltsstoffe liefert. Pollen sind unter anderem aufgrund ihrer Eiweiße, freien Aminosäuren und Vitamine wichtig und werden von Bienen in den Zellen ihres Stocks als Bienenbrot angelegt. Dieses versorgt in erster Linie die Ammenbienen, die sich um die Larven und auch die Königin kümmern. Im Frühling und Frühsommer finden die Insekten in der Regel eine große Menge an reichhaltigen Blütenpflanzen, zu anderen Zeiten hingegen wird es für sie schwer, ausreichend Nahrung zu finden. Daher ist es wichtig,

dass Gärten so angelegt werden, dass sie vom Frühling bis in den Herbst viel zu bieten haben. Hier ist das Gespräch mit einem Landschaftsgärtner zu empfehlen.

Dieser kennt sich mit den verschiedenen Blühzeiträumen der Pflanzenarten aus und weiß, wie sich ein Garten natürlich und trotzdem mit einer ansprechenden Grundstruktur gestalten lässt. (BGL)



Kleinanzeigenmarkt

Samstag, 3. April 2021

Stellenangebote

Für unser Seniorenzentrum Haus Simeon suchen wir zum nächstmöglichen Termin

einen **LKW-Fahrer für den Essenstransport**

(g Wochenstunden, Einsatz jede dritte Woche von Montag bis Sonntag, m/w/d)

Ihre Aufgabe ist der Transport von Essen mit einem 7,5t LKW. Führerscheinklasse C1 ist erforderlich.

Haben wir Sie neugierig gemacht? Dann freuen wir uns auf Ihre Bewerbung. Gerne stehen wir Ihnen telefonisch für Fragen zur Verfügung.



Diakonie Münster - Stationäre Seniorendienste GmbH
Haus Simeon
Herrn Harke
Am Berg Fidel 70 · 48153 Münster
Tel. 0251-7888-0
l.harke@diakonie-muenster.de

Wir sind ein mittelständisches Unternehmen mit eigener Fertigung im Bereich Förder- und Aufbereitungstechnik.

Um unserem stetigen Wachstum gerecht zu werden, suchen wir zur Verstärkung unseres Teams zum nächstmöglichen Termin einen

Industrielackierer m/w/d

Wir erwarten selbstständiges Arbeiten, Teamfähigkeit und Berufserfahrung.

Bitte bewerben Sie sich telefonisch oder per E-Mail.

Konrad Pumpe GmbH

Michael Wessel
Schörmelweg 24 · 48324 Sendenhorst
Telefon 02526 / 93290
E-Mail: bewerbung@pumpegbh.de
www.pumpegbh.de



Wir suchen zu sofort oder einem

späteren Zeitpunkt eine(n)

Zahnmedizinische(n) Fachangestellte(n)

für die Behandlungssassistenten in Teil- und Vollzeit

und für die Anmeldung/Empfang (keine Abrechnung)

in Teil- und Vollzeit

Bewerbungen bitte an praxis.ham@pumpen.de oder

Zahnarztpraxis Dr. C. Wackerbeck-Müller · Dr. M. Müller
Heessener Markt 2 · 59073 Hamm · Tel. 02381-36811



Wir suchen

Zusteller (m/w/d)

ab 18 Jahren für die Zustellung der Tageszeitung in

- ASCHBERG und DAVENSBURG (inkl. Briefe)

- EVERSINKEL und TELGTE

- DRENSTEINFURT

- VORHELM

Eckpunkte:

- in der Nacht oder den frühen Morgenstunden

- von Montag bis Samstag

- für die Zustellung in Telgte ist ein eigener Pkw erforderlich.

Wir freuen uns auf Sie!

Tel.: (02 51) 690-664 · zeitungsbewerbung@aschendorff.de

www.dienachtlichter.de



Die Aschendorff Direkt

sucht für samstags

Zusteller (m/w/d)

ab 13 Jahren für die Verteilung der Dreingau-Zeitung auf

Minijob-Basis in ASCHBERG.

Wir freuen uns auf Dich!

Telefon: 0251/690-664 (Mo. - Fr. 8-17 Uhr)

oder E-Mail: zustellerbewerbung@aschendorff.de

www.extramacher.de



Phoenix

Personalservice

0251 481 638 - 0

www.phoenix-ps.de

Wir stellen ein (m/w/d):

✓ Bürokauffrau

✓ Maler und Lackierer

✓ Tischler

✓ Produktionsmitarbeiter

✓ Lager-/ Versandmitarbeiter

www.phoenix-ps.de

Job@phoenix-ps.de

Das Backhaus Frede braucht Verstärkung. Für unsere Filiale in Wolbeck/Rinkerode suchen wir eine Bäckerfachverkäuferin in Voll- u. Teilzeit. ☎ 02506/3029961(0)

Verkauf m/w/d für Fleischerei gesucht. Quereinsteiger willkommen. Interesse oder Fragen? Einfach melden unter 02532/5375 oder info@landfleischerei-reckermann.de

Das Backhaus Frede braucht Verstärkung. Für unsere Filiale in Wolbeck/Rinkerode suchen wir eine Bäckerfachverkäuferin in Voll- u. Teilzeit. ☎ 02506/3029961(0)

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

Metzger/Fleischer m/w/d in Ostbevern gesucht. Handwerksbetrieb. Bei Interesse oder Fragen einfach melden unter 02532/5375 oder info@landfleischerei-reckermann.de

Altenpflegehelferin mit Herz und Erfahrung sucht seriöse Anstellung als 24 Std. Senioren Betreuerin / Haushaltshilfe. 015 129 836 923

Biete Gartenarbeit/Grundreinigung für Garten an sowie Gestaltung nach Ihren Wünschen Handynr.: ☎ 0163/6270139

Frührentner führt Fugarbeiten professionell aus, auch mit Gerüst. ☎ 02541 / 6972 tagsüber AB oder 0171 / 1674355

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

Putzstelle auf Lohnsteuerkarte gesucht. Putzstelle gesucht. ☎ 0162/4262781

Uebernehme Heckenschnitt, Strauchschnitt, Vertikutieren und sonstige Gartenarbeiten ☎ 015908121706

Erfahrener Maler sucht Arbeit. ☎ 0163/6248398

Suche jede Art von Gartenarbeit. ☎ 01577/0979257.

Suche Nebenbeschäftigung als Gartenhilfe. ☎ 01577/8642839.

Grundstücke

Rinkerode: Familie sucht Haus-/Grundstück, auch Erbpacht, zahlen guten Preis, Vermittlungsprovision bei Kauf. ☎ 0251-29793167

Verkauf Häuser

Schöner Winkelbungalow zw. Ostenfelde und Oelde im Aussenbereich zu verkaufen. ☎ 01522/6876577 immo.brundieck@web.de

karriere.ms Das Stellenangebot Ihrer Tageszeitung.

BLICK PUNKT

Für die Samstagsverteilung suchen wir

Zusteller (m/w/d)

ab 13 Jahren aus WARENDORF und MÜSSINGEN.

Wir freuen uns auf Sie.

Telefon (0251) 690-664

zustellerbewerbung@aschendorff.de

www.extramacher.de

Koch/Köchin gesucht! Sie kochen gern und schätzen den Kontakt mit Menschen? Sie sind ausgebildeter Koch, Ökotrophologe oder Hauswirtschaftler (m/w/d)? Dann freuen wir uns auf Ihre Bewerbung für die (Lehr)Küche der Fachklinik Release in Ascheberg-Herbren, als Urlaubs- und Krankheitsvertretung auf 450€ Basis. Bewerbungen bitte an Fachklinik Release, Merschstr. 49 in 59387 Ascheberg oder per Mail an formann@netzwerk-suchhilfe.org

Wir möchten helfen und suchen zuverlässige Haushaltshilfen zur Versorgung von Senioren und Familien wegen steigender Auftragslage. Gern aus Drensteinfurt, Sendenhorst, Ascheberg und Senden. Wir bieten flexible Arbeitszeiten von Montag bis Freitag. Losemann Haushaltshilfe Filiale Ascheberg ☎ 02593/90 03 075

Hauswirtschaftlerin/Haushalterin (m/w/d) gesucht: Für die Betreuung unseres privaten Haushaltes in der Nähe von 48317 Rinkerode suchen wir eine freundliche und zuverlässige Hauswirtschaftlerin in Festanstellung. Wir freuen uns auf Ihre Bewerbungen mit Lichtbild unter 11896 ZGM, 48135 Münster.

Pflasterer/Garten- und Landschaftsbauer (m/w/d) gesucht. Ihr Profil: Pünktlich, zuverlässig und Führerschein Klasse BE. Setzen Sie sich gerne mit uns unter ☎ 0151/61057866 oder KriegPflasterungen@web.de in Verbindung! KriegPflasterungen GmbH & Co. KG Anton-Aulke-Weg 6 48346 Ostbevern.

Reinigungskraft (deutschsprachig) für Treppenhäuser (3 Parteien) und Waschkeller in MS-Hiltrup Musikviertel gesucht. 1 x im Monat für ca. 1,5 Stunden für 27,-€ pro Reinigung. Arbeitszeit frei wählbar. ☎ 01520 / 8669496 (abends ab 19.00 Uhr)

Verstärkung gesucht! Familienbetrieb sucht Hilfe bei der Pflege und Reinigung von Wohn- und Geschäftsräumen für ca. 15 Std./Woche in Sassenberg und Warendorf. Gern telefonisch u. ☎ 02583-4304, Mo-Fr. v. 8:00-16:00 Uhr.

Wir suchen eine selbständig arbeitende Putzhilfe für Zweipersonenhaushalt - mit kleinem Hund und Katze - in Ahlen für 2-3 Stunden in zweiwöchentlichem Rhythmus. Gern auch Anmeldung als Minijob. ☎ 0176/78398431

Verkauf m/w/d für Fleischerei gesucht. Quereinsteiger willkommen. Interesse oder Fragen? Einfach melden unter 02532/5375 oder info@landfleischerei-reckermann.de

Das Backhaus Frede braucht Verstärkung. Für unsere Filiale in Wolbeck/Rinkerode suchen wir eine Bäckerfachverkäuferin in Voll- u. Teilzeit. ☎ 02506/3029961(0).

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

Metzger/Fleischer m/w/d in Ostbevern gesucht. Handwerksbetrieb. Bei Interesse oder Fragen einfach melden unter 02532/5375 oder info@landfleischerei-reckermann.de

Stellengesuche

Altenpflegehelferin mit Herz und Erfahrung sucht seriöse Anstellung als 24 Std. Senioren Betreuerin / Haushaltshilfe. 015 129 836 923

Biete Gartenarbeit/Grundreinigung für Garten an sowie Gestaltung nach Ihren Wünschen Handynr.: ☎ 0163/6270139

Frührentner führt Fugarbeiten professionell aus, auch mit Gerüst. ☎ 02541 / 6972 tagsüber AB oder 0171 / 1674355

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

Putzstelle auf Lohnsteuerkarte gesucht. Putzstelle gesucht. ☎ 0162/4262781

Uebernehme Heckenschnitt, Strauchschnitt, Vertikutieren und sonstige Gartenarbeiten ☎ 015908121706

Erfahrener Maler sucht Arbeit. ☎ 0163/6248398

Suche jede Art von Gartenarbeit. ☎ 01577/0979257.

Suche Nebenbeschäftigung als Gartenhilfe. ☎ 01577/8642839.

Grundstücke

Rinkerode: Familie sucht Haus-/Grundstück, auch Erbpacht, zahlen guten Preis, Vermittlungsprovision bei Kauf. ☎ 0251-29793167

Verkauf Häuser

Schöner Winkelbungalow zw. Ostenfelde und Oelde im Aussenbereich zu verkaufen. ☎ 01522/6876577 immo.brundieck@web.de

Großer Obstverkauf!

Äpfel aus dem alten Land, knackig und saftig, wie frisch gepflückt - gute Haltbarkeit

Elstar, Hol. Cox, Jonagold, Braeburn, Roter Boskoop 5 kg 11,50 €, 10 kg 19,50 €

Rubinette 5 kg 12,50 €, 10 kg 24,50 € - Äpfel für Allergiker geeignet!

Wellant 5 kg 14,50 €, 10 kg 24,50 €, **Topaz** 5 kg 13,50 €, 10 kg 26,50 €

Sp. Bonaparte, kernlos, vollsaftig, zuckersüß 1 K. 28,50 €, 1/2 K. 14,50 €

Sp. Rulota Clementinen, kernlos, vollsaftig, zuckersüß 1 K. 90-120 Stk. 29,50 €, 1/2 K. 15,50 €

Maroc Clementinen kernlos, vollsaftig, zuckersüß, gute Haltbarkeit 1 K. 26,50 €, 1/2 K. 14,50 €

sowie Pampelmusen und preiswerte Dicke Abate Birnen

Der Obstwagen kommt am Mittwoch!

Verkauf Mittwoch, 07. April 2021

08.30 Greven Parkplatz Rathaus/Busbahnhof 11.30 Telgte Parkplatz Planwiese

09.00 Gimble Parkplatz Altddeutsche Schänke

09.40 Vadrup Bahnhof

10.00 Westbevern Friedhof

11.00 Ostbevern Schwimmbad Beverbad

WWW.OBSTKRUSE.DE

Ankauf Häuser

Mehrfamilienhaus als Kapitalanlage gesucht. 0178/3299808

Häuser Mietgesuche

Akademikerfamilie mit 3 Kindern, sicherem Einkommen, NR und ohne Haustiere, sucht Haus, DHH oder Wohnung zur Miete (ab 100 m², mind. 4 Zimmer), in Saerbeck und Umgebung. ☎ 0163/1881403.

Wohnungen Vermietung

Everswinkel, 2 Zi., KoNi, Duschbad, 43 m² + AR, DG-Wg, im 2.5 Fam-Haus, gute Wohnlage, Nähe Ortskern, von privat z. 1.6.21 oder später zu vermieten, KM 280 € + NK, ☎ 02582/347 o. 0157/31923466.

helle, freundliche Whg., 3,5 Zi., 87 m², EG, im 2 Fam.-Haus, stadtnah, an älteres Ehepaar, ab sofort zu verm., KM 390€ + NK, ☎ 02382/3830 o. ☎ 0151/68183845.

Wohnungen Mietgesuch

Telgte: Ich möchte mich absehbar vergrößern und suche +/-70 qm² mit zusätzl. Raum/Garage in ruhiger Lage, gerne auf einem (ehem.) Hof. Kein MFH. Gesichertes Einkommen vorhanden. Freue mich über Zuschriften unter wohntelgte@web.de

Diplom-Sozialpädagogin in festem Arbeitsverhältnis sucht 2 Zi.-Whg. in Münster / Coesfeld, max. 800 € WM, ab 55 m², gerne mit Balkon, zum 01.06./01.07.2021. ☎ 0177/5251324.

Zuverlässige Mieterin sucht zentral gelegene 2-3 Zimmer-Wohnung in Lienen, ca. 60 m² mit Einbauküche & Balkon, EG/1.OG. Einzug ab Mai vor August. ☎ 01520/2066487

Gewerbliche Objekte Vermietung

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

Reisemobile/Wohnwagen

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

Reisemarkt

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

Haushalt & Geräte

Wegen Umzug habe ich folgende Sachen abzugeben: 1 Teppich 2 x 3, 1 Kühlschrank 150 ltr., 1 6-armiger Leuchter m. Kerzenbimben, 1 Wandlampe, 1 beleuchteten Globus. ☎ 0163/3936298

Intakter, wenig gebrauchter Rollstuhl, 65 cm breit, für 75 € zu verkaufen, Toilettenstuhl dazu für 25 €. ☎ 02591/3849

Rund um den Garten

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

Holzkohle-Rundgrill "Rösle", auch f. indirektes grillen geeignet, m. reichlich Zubehör, NP 200€, f. VB 80€ in MS zu verkaufen. ☎ 0251/788629, gerne a. auf AB sprechen.

Fahrräder

E-bike/Elektrofahrrad auch def. UNL LAPTOP mit Win10 gesucht. ☎ 0176-42715642

Neues Dach! Z.B. ab 100 m² Eindeckung mit hochwertigen Dachsteinen, Abriss, Lattung, Dämmung, ab 4.990 € Preisnachlaß für kurze Zeit. graudach.gmbh@gmx.de ☎ 0231/9525440

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

Barrierefreie Dusche. Wir ändern ihre vorhandene Duschwanne in einer Barrierefreie Dusche um. Firma Schrodt ☎ 05923-9791983

RENOTEAM bieten Tapete+Anstrich/ Laminat+Fliesen/Rigips+Putz+Umzüge+Elektro. ☎ 0157/5486107

Waschen, Kühl-, Spül, geb., Garant., Hausgeräte Weiß. ☎ 02504/77174.

Vermischte Anzeigen

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

Geburtsdag, orig. Zeitung von jed. Tag, Jahrgangs-Weine v. jed. Jahr 1900 - 2020, HISTORIA, www.historia.net, ☎ 0761/79027900

AGM Anzeigenblattgruppe Münsterland

Verlag AGM Anzeigenblattgruppe Münsterland GmbH An der Hansalinie 1, 48163 Münster Tel. 0251/690994050 Fax 0251/690808090 www.agm-muensterland.de

Anzeigenleitung Marc Arne Schümann An der Hansalinie 1, 48163 Münster Tel. 0251/690994050 Fax 0251/690808090 info.agm@aschendorff-medien.de

Redaktionsleitung Claudia Bakker An der Hansalinie 1, 48163 Münster Tel. 0251/690994050 Fax 0251/690807590 leitung.redaktion@agm-muensterland.de

Vertrieb Aschendorff Direkt GmbH & Co. KG An der Hansalinie 1, 48163 Münster Tel. 0251/690994050

Druck Aschendorff Druckzentrum GmbH & Co. KG An der Hansalinie 1, 48163 Münster

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

HALLO **BLICK PUNKT** **Wochenpost** Dreingau Zeitung **Emulancier**

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. 02526-931845 | Herr Bauer: Tel. 02526-931844

Horoskop vom 05. 04. 2021 bis 11. 04. 2021

WIDDER (21.03.-20.04.)

Ihr Umfeld dürfte überraschen sein, wenn Sie Ihnen bestimmte Neuigkeiten mitteilen, obwohl Sie damit auch einige Bedingungen verknüpfen. Allerdings werden Sie nicht so viele Zugeständnisse bekommen, wie Sie sich gewünscht hatten, denn jeder verfolgt mit diesem Schritt auch die ganz eigenen Ziele. Ihre eigene Haltung wird Ihnen aber zusätzliche Sympathiepunkte einbringen, mit denen sich gut leben lässt.

STIER (21.04.-20.05.)

Sie fühlen sich innerlich etwas erschöpft, doch haben Sie das erreicht, was Sie sich vorgenommen hatten. Vielleicht bleibt Ihnen aber noch so viel Energie, um einen weiteren Schritt zu planen, der sich von selbst entwickeln könnte, während Sie sich erholen. Versuchen Sie einmal alles aus Ihrem Kopf zu verbannen, was Sie in letzter Zeit bewegt hat, damit dann Platz geschaffen wird für neue Ideen. Gut so!

ZWILLINGE (21.05.-21.06.)

Sehen Sie Ihr Leben wie eine kleine Baustelle, in dem es immer wieder Überraschungen, aber auch kleine Erfolge zu feiern gibt. Versuchen Sie die nächsten Schritte wie ein „Handwerker“ zu planen, bei dem erst die Arbeit und dann das Vergnügen kommen. Damit erhalten Sie auch einen klaren Blick auf die wichtigen Dinge und lassen sich nicht von anderen Situationen ablenken. Sie können zufrieden sein!

KREBS (22.06.-22.07.)

An menschlicher Unterstützung mangelt es nicht. Also, worauf warten Sie noch? Die Konkurrenz wird nicht länger die Hände in den Schoß legen und abwarten, was Sie sich alles noch überlegen. Starten Sie jetzt oder erklären das ganze Objekt für beendet. Nur dann behalten Sie auch Ihre Glaubwürdigkeit und können in nächster Zeit auf Hilfe hoffen. Sehen Sie einige Dinge etwas lockerer, dann gelingt mehr!

LÖWE (23.07.-23.08.)

Kosten Sie die Gunst der Stunde voll aus, denn nichts und niemand kann Ihnen in die Quere kommen! Sie haben tolle Ideen, sind zuverlässig und fleißig, also die besten Voraussetzungen, um etwas Neues zu starten. Trotzdem treten Sie oftmals auf der Stelle, denn Sie überlegen zu lange, anstatt auch mal spontan zu sein. Nehmen Sie sich eine andere Person zum Vorbild, machen aber nicht alles nach!

JUNGFRAU (24.08.-23.09.)

Sie haben alles gut vorbereitet, doch gibt es bereits zu Anfang einige Hindernisse, die Ihnen im Weg liegen. Richten Sie Ihren Blick nach vorn und zeigen, dass Sie auch für eine bestimmte Sache kämpfen können. Es geht aufwärts, wenn auch vielleicht nur in kleinen Schritten, doch auch diese sollten Sie genießen. Zweifel sind nicht angebracht, denn es geht jetzt nur darum, die eigene Position zu sichern.

WAAGE (24.09.-23.10.)

Zeigen Sie ruhig Ihre Krallen, wenn jemand versucht, sich Ihnen in den Weg zu stellen. Sie haben sich auf das große Glücksgefühl. Vielleicht können Sie es auch nicht glauben, dass Sie sich alles doch recht problemlos zusammgefügt hat und keine weiteren Schwierigkeiten aufgetreten sind. Versuchen Sie den Stress abzustreifen, der sich in Ihnen aufgebaut hat, dann kommen auch die anderen Gefühle zurück.

„
Echte Schnäppchen sind im Augenblick kaum zu finden, vielmehr werden immer wieder ziemlich grottlige Fahrzeuge zu überhöhten Preisen angeboten.“

Constantin Hack, Wohnmobil-Experte beim Auto Club Europa

„



Offen für neue Perspektiven: Der VW „Bulli“-Transporter (hier: Typ T3) mit großer Heckklappe und seitlicher Schiebetür ist mittlerweile eine klassische Grundlage für den Umbau zum Camper.

Foto: dpa

Auf Bauteile aus dem Fachhandel setzen

Projekt: Camper selber bauen

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 grottlige 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 Berücksichtigung 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 Behördenfahrzeuge 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.

Innenausbau schwierig bis unmöglich

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 Defi-

nition 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 aus-

gesetzt 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.

Ausbau mit Abstrichen in Sachen Komfort

„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 Sanitär-ausstattung 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 zehn bis 20 000 Euro in die Basis und noch einmal fünf bis 10 000 Euro in den Ausbau investieren.“ (dpa)

Nacht im Wohnmobil auf öffentlichem Parkplatz kann verboten sein

Nicht zum Wohnen missbrauchen

Wohnmobilmfahrer dürfen ihre Fahrzeuge auf öffentlichen Parkplätzen abstellen - und unter bestimmten Voraussetzungen sogar dort übernachten. Wer einen Parkplatz jedoch als Stellplatz zum Wohnen missbraucht, muss mit Bußgeldern rechnen, die nicht nur auf dem Straßenverkehrsrecht basieren müssen. Das

lässt sich aus einem Urteil des Schleswig-Holsteinischen Oberlandesgerichts (OLG) ableiten, auf das die Arbeitsgemeinschaft Verkehrsrecht des Deutschen Anwaltvereins (DAV) hinweist (Az.: 1 Ss-OWi 183/19).

Im konkreten Fall war eine Frau im Wohnmobil nach Sankt Peter-Ording an der Nordsee gefahren, um dort mehrere Tage zu bleiben. Sie

stellte ihr Fahrzeug auf einem regulären Pkw-Parkplatz ab und übernachtete dort auch. Von einem Gericht wurde ihr deswegen eine Geldbuße von 100 Euro wegen eines Verstoßes gegen das Landesnaturgesetz auferlegt.

Dieses Urteil wurde vom OLG bestätigt. Die Richter stellten klar, dass die Übernachtung im Wohnmobil in diesem Fall nicht einer Wie-

derherstellung der Fahrtauglichkeit gedient habe. Denn die Frau hatte ihre Fahrt nicht etwa unterbrochen, sondern war bereits an ihrem Zielort angekommen. Dieses Verhalten stelle eine unerlaubte Sondernutzung dar: Im ruhenden Verkehr sei das Wohnmobil-Abstellen als solches nach der Landesvorschrift zwar nicht verboten, wohl aber das gleichzeitige

Benutzen zu Wohnzwecken. Die Verkehrsrechtsanwälte raten daher dazu, sich immer genau zu erkundigen, wo man mit seinem Wohnmobil übernachten darf und dabei auch die Vorschriften des jeweiligen Bundeslandes zu beachten. (dpa)

Beitrag nur bei Meldepflicht

Für einen Wohnwagen oder Camper wird in der Regel kein Rundfunkbeitrag fällig. Das gilt zumindest, wenn das Campingmobil nicht dauerhaft auf einem Campingplatz abgestellt wird. Denn erst wenn Verbraucher melderechtlich auf dem Campingplatz erfasst sind, sind sie auch für das Wohnmobil beitragspflichtig, erklärt die Verbraucherzentrale Bayern. Wer den Rundfunkbeitrag irrtümlich zahlt, sollte beim Beitragsservice eine Abmeldung beantragen. Für Personen, die auf einem Dauercampingplatz gemeldet sind und bereits den Rundfunkbeitrag für ihre Hauptwohnung bezahlen, kommt auch ein Antrag auf Befreiung ihrer Nebenwohnung in Betracht, erklärt die Verbraucherschützer. Der Wohnwagen gilt in diesem Fall als Nebenwohnung. Der Antrag auf Befreiung kann auf der Website des Beitragsservice gestellt werden. (dpa)