

HALLO MÜNSTER

Jeden Samstag · kostenlos
Samstag, 26. Juni 2021
Ausgabe 26/2021 · Verteilte Auflage: 110 930

Vorsicht, Falle!

Für mehr Spielspaß oder um weiterspielen zu können, müssen bei vielen Apps In-Game-Käufe getätigt werden. | Menschen & Medien

Gut heilbar

Wer Angst vor Krankheiten hat, muss sich von seinem Umfeld teilweise einiges anhören. | Fit & gesund

Eiskalte Erfrischung

Aus Wassermelonen lässt sich für warme Tage Erfrischendes zaubern, wie unserer Rezept der Woche zeigt. | Essen & Trinken

Kurznotiert

Keine Maskenpflicht am Bahnhof mehr

MÜNSTER. Aufgrund der anhaltend guten Inzidenzwerte und entsprechend der Landesvorgaben hat die Stadt Münster nun Anfang der Woche die Maskenpflicht im Bahnhofsumfeld aufgehoben. Diese wurde Ende Oktober 2020 dort wie auch in weiten Teilen der münsterschen Innenstadt per Allgemeinverfügung eingeführt.

Neuer Kita-Navigator startet

MÜNSTER. Der aktuelle Kita-Navigator für die Vergabe von Kita-Plätzen wird in Kürze ersetzt. Am 5. Juli gehen gleich zwei neue Navigatoren an den Start: ein Kita-Navigator und ein separater Kindertagespflege-Navigator. Allen Nutzern werden ab dem 5. Juli Informationen für die ersten Schritte und zur allgemeinen Handhabung der neuen Navigatoren auf den Internetseiten zur Verfügung gestellt: <https://muenster.kita-navigator.org>. Bei Fragen können sich Eltern telefonisch oder per E-Mail an das Amt für Kinder, Jugendliche und Familien wenden: ☎ 0251/4 92-58 77, kita-navigator@stadt-muenster.de.

Kontakt

Verteilung, Kleinanzeigen
0251/690-99 40 50

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

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

AGM Anzeigenblattgruppe Münsterland
www.ag-muensterland.de

Mehr als lauter Bäume

Neue Ausstellung „Alleskönner Wald“ | Seite 3

Dreharbeiten für den 40. Münster-„Tatort“ Leiche im Wald und Blackout

Die Dreharbeiten für den inzwischen 40. Münster-„Tatort“ sind angelaufen.

MÜNSTER. Absperrungen, kriminalpolizeiliche Ermittlungen: Im Boniburger Wald wurde eine Leiche gefunden. Bei dem Toten handelt es sich um Kommissar Thiels ehemaliger Chef bei der Hamburger Mordkommission. Zaungäste verfolgten am Mittwoch die Ermittlungen bei Dreharbeiten für den 40. Münster-„Tatort“. Die Folge mit dem Titel „Des Teufels langer Atem“ soll in der ersten Jahreshälfte 2022 ausgestrahlt werden.

Dieses Mal wird es nicht nur spannend, sondern auch komisch, verrät der WDR. Denn Thiel, alias Axel Prahl, wacht nach einem kompletten Blackout in einem Hotelzimmer auf und weiß nicht, wie er dort hingekommen ist – schon gar nicht, was vorher passiert ist. Jedenfalls tau-

chen plötzlich Rechtsmediziner Prof. Boerne (Jan Josef Liefers) und ein großer Plüsch-Koala an Thiels Bettkante auf. Boerne ist fasziniert von der Amnesie Thiels und begleitet den Kommissar anschließend bei der Spurensuche.

China Restaurant Gourmet-Wald

Neu für unsere Gäste: ab 01.07. großes Mittagsbuffet · Abends großes Buffet und mongolischer Grill

Großes Mittagsbuffet Di.–Do. von 12.00–14.30 Uhr (außer an Feiertagen) p. P. 8,50 €	Mongolischer Grill, Sushi & chin. Buffet Fr. & Sa. von 12.00–14.30 Uhr (außer an Feiertagen) p. P. 9,90 €	Mongolischer Grill, Sushi & chin. Buffet Di.–Do. von 18.00–22.00 Uhr p. P. 13,90 € Fr.–So. & Feiertage 18.00–22.00 Uhr p. P. 14,90 € auch Sonn-Feiertage (mittags) p. P. 14,90 €	Happy Hour Buffet Sonntag von 14.30–17.00 Uhr (außer an Feiertagen) p. P. 11,90 €
Buffet & Grill inkl. alkoholfreie Getränke p. P. 21,50 € Di.–So. 18.00–22.00 Uhr auch an Sonn- & Feiertagen (mittags)			

Öffnungszeiten: Di.–Sa. 11.30–15.00 u. 17.30–22.30 Uhr · Sonn- u. Feiertage 11.30–22.30 Uhr · Montag Ruhetag · Sprakeler Str. 403 · 48159 Münster · www.gourmet-wald.de

Ankauf von versilbertem Besteck 90/100

Großes Trauringstudio

GOLDANKAUF

Zahngold & Altgold (auch mit Zähnen)

Wir zahlen absolut faire Preise! Überzeugen Sie sich selbst!

Bargeld sofort!

JUWELIER JOSEF

Königsstraße 37-38
Münster · Tel. 0251/47433

Batteriewechsel + Goldschmiede- und Uhrmacher-Reparaturen aller Art

Ankauf von versilbertem Besteck 90/100

WWW.GOLD24DIRECT.DE

GOLDANKAUF

ZAHNGOLD - ALTGOLD - SILBER - ANTIKSCHMUCK
(auch mit Zähnen)

ROLEX BREITLING Cartier IWC Chopard PIAGET

BARGELD SOFORT!

JC

JUWELIER
Inh. Josef Christ

Salzstraße 36
48143 Münster
Mo. - Sa. von 10.00 - 18.00

Tel.: 0251 85700008
Mob.: 0173 8856897

WWW.JC-TRAURINGE.DE

Lavendel ab € **2.50**

Dipladenia € **12.90**

GEMÜSEPFLANZEN MEDITERRANE PFLANZEN

Öffnungszeiten der Gärtnerei:
GROSSE Stauden Montag – Freitag 9.00–19.00 Uhr
Samstag 8.00–16.00 Uhr
Sonntag 10.00–13.00 Uhr

GÄRTNEREI KEMKER

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

BESTE PREISE – VERGLEICHEN SIE!

Montag – Samstag 10–18 Uhr
und nach Vereinbarung · vor Ort Termin möglich

Wir kaufen Ihr:

Zahngold* + Altgold

Schmuck + Zinn + Silber
*auch mit Zähnen

sofort Barauszahlung!

Juwelier Fischer

AEGIDIIMARKT 7
(ggü. Café Extrablatt/LWL Museum) · Tel. 0251-3957 4793
goldankauf-juwelier-fischer.de

...jetzt ist die beste Zeit zum Rosenpflanzen

Highlights für Ihren Sommergarten

GartenCenter Altenberge
...alles im grünen Bereich
an der alten Molkerei 11, 48341 Altenberge, Tel. 02505-93921-0
www.gartencenter-altenberge.de · info@gartencenter-altenberge.de

Angebote gültig v. 26.06.–04.07.2021

Sämlingsdahlien verschiedene Farben, schöner Sommerblüher Im 17er Topf je 5,99 €	Allium „Millenium“ winterharte Staude, reichblütig Im 17er Topf je 5,99 € Im 23er Topf je 12,99 €
Gartenhibiscus verschiedene Farben Im 17er Topf je 7,99 €	

Öffnungszeiten aktuell: Mo–Fr 8.30–18.30 · Sa 8.30–17.00 · jeden So 11.00–16.00

ROTTHAUS

NUTZFABRZEUG SERVICE

Tel. 02582 991058-0
Grothues 34 | 48351 Everswinkel

info@rotthaus-nutzfahrzeugservice.de | www.rotthaus-nutzfahrzeugservice.de

Kurz notiert

Zeugnistelefon in Zeiten von Corona

MÜNSTER. Ein anstrengendes Schuljahr unter Corona-Bedingungen geht zu Ende und nun steht die Zeugnisvergabe vor der Tür. Gerade in diesen belastenden Zeiten rechnet das Team der Schulpsychologischen Beratungsstelle mit einem erhöhten Unterstützungsbedarf von Eltern mit Fragen zum Thema Zeugnisse und Leistungen. Raum für solche Fragen bietet das Zeugnistelefon. Das Zeugnistelefon der Schulpsychologischen Beratungsstelle steht an folgenden Tagen zur Verfügung: am Donnerstag und Freitag (1.+2. Juli) sowie am 5. Juli (Montag) jeweils von 8 bis 16 Uhr. Zu erreichen sind die Fachkräfte unter ☎ 0251/4 92 40 81. www.schulpsychologie.muenster.de

Umleitung für Nachtbusse am Bült

WOLBECK. In den Nächten auf Dienstag und Mittwoch (29. + 30. Juli) werden die Linien N81, N82, N85 sowie R64 und R72/R73 jeweils ab 21 Uhr im Bereich Bült umgeleitet. Nicht angefahren werden die Haltestelle Bült (von allen Linien), Eisenbahnstraße (Linien N81, N85 und R72/R73 stadtauswärts, R64), Theater Münster, Lot-haringerstraße, Standesamt, Neubrückentor, Maximilianstraße, Kanalstraße und Pumpenhaus (auf dem Lublinring) (alle N82) sowie Münzstraße (R64, R72/R73), Kapuzinerstraße, Steinfurter Straße und Tibusstraße (alle R72/R73 stadteinwärts).

www.stadtwerke-muenster.de

Tier der Woche

Hagrid ist ein etwa siebenjähriger, absolut freundlicher und liebenswerter Schäferhund-Mischlingsrüde und kam aus Rumänien ins Tierheim Münster. Manchmal sieht er ein wenig verschlafen aus. Er hat noch nicht viel kennengelernt. Vermutlich durch einen Unfall in Rumänien hat Hagrid einen Beckenschiefstand, benötigt deswegen aber keine Schmerzmittel und hat keinerlei Beeinträchtigungen dadurch. Auch das Laufen an der Leine lernt er erst jetzt. Mit Artgenossen ist Hagrid gut verträglich. Infos beim Tierheim des Tierschutzvereins Münster, Dienstag 71, ☎ 0251/32 62 80.



Jubel-Empfang nach dem Endspiel

Völlig überraschend stand der SC Preußen Münster am 30. Juni 1951 im Endspiel um die Deutsche Fußballmeisterschaft im Berliner Olympiastadion. Unglücklich unterlagen die Preußen-Kicker dem 1. FC Kaiserslautern mit 1:2. Trotz der Niederlage bereiteten die Münsteraner der „Adler-Elf“ bei ihrer Rückkehr einen begeisterten Empfang. Nur schrittweise konnte sich der festlich geschmückte Wagen mit den Spielern den Weg durch die Menschenmassen auf den Straßen bahnen. Die Fotografie kann im Großformat im Schaufenster des Stadtmuseums an der Salzstraße betrachtet werden. Foto: Stadtmuseum Münster, Sammlung Hänscheid



Umfrage zu Jugendlichen in der Pandemie

MÜNSTER. Welche Folgen die Pandemie bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen hat, wird nur langsam deutlich. Was jetzt schon gesichert ist: Experten sehen eine deutliche Zunahme von Angsterkrankungen und Depression. Eine Studie der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie, -psychotherapie und -psychosomatik am Universitätsklinikum Münster (UKM) will erfassen, welche Faktoren manche Jugendliche besser durch die Krise kommen ließ als andere. Die Klinik sucht dazu aktuell Teilnehmer für die Online-Befragung „COWELL“. Ziel der Studie ist es zu untersuchen, wie sich die Coronavirus-Pandemie auf das Erleben und Verhalten von Jugendlichen und jungen Erwachsene zwischen 14 und 21 Jahren auswirkt. An der Befragung teilnehmen können Jugendliche und junge Erwachsene von 14 bis 21 Jahren unter <https://kjp.ukmuenster.de/index.php/974355?lang=de>. Die Befragung dauert rund 35 Minuten und erfolgt anonymisiert – Rückschlüsse über die Teilnehmer sind nicht möglich, teilt das UKM mit.

Das Picasso-Museum bietet Kreativkurse an

Kunst in den Ferien

Das Picasso-Museum bietet in den Sommerferien verschiedene Kreativkurse für Kinder und Jugendliche an.

MÜNSTER. Jeden Montagmorgen findet in den Ferien ein digitales Atelier zu Hause am Computer statt (für Kinder ab vier Jahren). Kunstvermittler Max Dörbecker kommt von 10 bis 11 Uhr virtuell zu den Kindern an den Frühstückstisch, um gemein-

sam die neue Ferienwoche zu starten. Er bringt viele Ideen für eigene Kunstwerke mit, die zusammen vor dem Computer umgesetzt werden.

In der Woche ab dem 6. Juli können Kinder und Jugendliche täglich im Museum kreativ werden. Der Workshop „Kreativ in unserer Stadt“ führt sie durch das Picasso-Museum und hinaus auf den Picassoplatz. Dort werden Abdrücke von Steinplatten,

Hauswänden und Gulli-Deckeln gestaltet und anschließend im Atelier zu Collagen in 3D-Optik umgearbeitet. Der Kurs dauert jeweils zweieinhalb Stunden und findet täglich vom 6. Juli (Dienstag) bis zum 9. Juli (Freitag) statt. Alle Ferientermine und Themen stehen auf der Museumwebseite. Dort erfolgt auch die Anmeldung über den Online-Ticketshop.

Vom 10. bis 13. August finden

weitere Ferienworkshops im Picasso-Museum statt. Nach einem Rundgang durch die aktuelle Ausstellung „Die Galerie der Straße – Plakatkunst von Picasso zu Pollock“ werden im Museumsatelier eigene Plakate gestaltet.

www.picassomuseum.de

RÄTSEL und DENKSPORT

vernunftbetont	ABEGG INNU	DGI IRW		OTU	AAEL LNZ			AEL	NTU	ACEEH HIIRR		AKNR	ELO	EGI LNO		EORS	DEENN
↳								französische Nationalfahne	↳								
lästige Marotte		Flugsandhügel	↳					AEE NUV		ausgesucht, exquisit				6			
↳					AEG NOR		Gesuche	↳			7					BEE IST	
Schlafgesang		EINOS		grüner Farbton	↳				niederl. Adelsprädikat				ILSTZ		deutsche Vorsilbe		
↳										EPPS		durch Los ermitteln					
Gestellsockel			Schlange im 'Dschungelbuch'	↳			AST		hebräischer Buchstabe						KRU		AAL
↳				AF		Klage-ruf	↳					KZ		Naumburger Domfigur			
			hinterer Teil des Fußes	↳					italienische Gaststätte		5					3	
Wortteil: einheitlich			Heilkundiger	↳				Getöse, Klamauk			4						

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

1 0 6 = 9 1 4 6 + 3 + 9 5 5

3 4 8 = 4 7 1 +

2 0 7 + 2 2 3 = 4 3 0

FLIPPER

W I R T S C H A F T L I C H E S L E B E N

W I R T S C H A F T L I C H E S L E B E N

Vorliebe, Schwäche

„Italien“ in der Landessprache

Reservebestand

Dusche

geradlinig

italienischer Adria-Badeort

Ahnherr aller griech. Götter

zum Verzehr geeignet

kleine Mahlzeit

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

- ADAMO
- BOGEN
- DATIV
- DREI
- FAIR
- FLAKON
- IDOL
- IRLAND
- JONAS
- JOSEF
- LIKOER
- MOTOR
- NEIGE
- OFEN
- PFAHL
- PFAND
- PINK
- SPERRE
- UNION
- VERBOT

Im Naturkundemuseum



Welt der Wälder

Ein Rückepferd ist das Highlight der neuen Ausstellung. Als Waldbewohner sind Tiere wie der Fuchs, aber auch Kleinstlebewesen im Boden zu entdecken. Fotos: LWL/Christoph Steinweg

Der Wald ist Lebensraum, Arbeitsplatz und Zufluchtsort. Nun können Besucher einen Wald-Spaziergang durch die neue Sonderausstellung „Alleskönner Wald“ im Naturkundemuseum unternehmen.

MÜNSTER. Auf 560 Quadratmetern Ausstellungsfläche taucht das Publikum in eine Welt der Wälder mit über 400 Exponaten ein, begegnet seltenen und bekannten Waldbewohnern und erhält Antworten auf Fragen rund um die „grüne Lunge“.

Vor einigen Tausend Jahren war Deutschland überwiegend bewaldet. Die Menschen haben jedoch bereits in der Jungsteinzeit angefangen, die Wälder zu roden und Ackerbau und Viehzucht zu betreiben. Derzeit steht Wald noch auf zirka 30 Prozent der Fläche Deutschlands mit geschätzt neun Milliarden Bäumen. Den größten Anteil daran haben heute Fichten-

Monokulturen. Das Museum des Landschaftsverbandes Westfalen-Lippe (LWL) will in seiner Ausstellung das Thema Wald den Museumsgästen zum Sehen, Riechen, Hören, Anfassen und Fühlen näherbringen, mit Medienstationen, Erlebnisräumen, Tast- und Mitmach-Stationen, einer begehbaren Bodenkammer und einer riesigen Wandmalerei.

Neben originalen Exponaten bietet die Sonderausstellung kindgerechte Mitmachstationen. Aber auch Erwachsene sollen durch eher weniger bekanntes Waldwissen ins Staunen und zum Nachdenken kommen. Auch der Außenbereich des Museums

sei Teil der Ausstellung. Hier könnten Museumsbesucher verschiedene Klanginstallationen ausprobieren.

Die Ausstellung dauert bis zum 25. September. Tagestickets sind sowohl an der Tageskasse vor Ort als auch über das Online-Buchungssystem erhältlich. Eine Testvorlage ist nicht nötig, heißt es auf der Homepage des Museums.

www.alleskoenner-wald.lwl.org



Ein halbes Jahrhundert gibt es jetzt die Kita St. Ursula. Das wird entsprechend gefeiert. Foto: Kita St. Ursula

Kita St. Ursula feiert 50. Geburtstag

ROXEL. Am 1. Juli 1971 war es so weit. Der zweite Kindergarten in der katholischen Kirchengemeinde St. Pantaleon in Roxel wurde eröffnet. Bei der Suche nach einem Namen wurde man schnell fündig: Bei der Renovierung der Pantaleonkirche im Jahr 1967 wurden unter anderem Reliquien der heiligen Ursula gefunden. Da Ursula außerdem die Schutzpatronin der Erzieherinnen ist, entschied die Pfarrei sich für den Namen: Kindergarten St. Ursula.

Heute besuchen 75 Kinder im Alter von ein bis sechs Jahren die Käfer-, Mäuse-, Bären- und Spatzengruppe. Die Kinder und Erzieherinnen freuen sich, um den 1. Juli (Mittwoch) herum das Jubiläum der Kita St. Ursula zu feiern. Das Team möchte im Rahmen einer Festwoche für die Kinder eine Menge anbieten, schließlich ist ein 50-jähriger Geburtstag ein großer Grund zum Feiern.

www.kirche-mswest.de/kita-st-ursula

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

Jeden Tag besonders – einfach ALDI.



Hochwertige Esstischsofas

Sensa
sensa-ausstellungsstuecke.eu

Lieblingsplätze verschenken!

Jedes Esstischsofa wird in Handarbeit mit Ihrem individuellen Wunschstoff bezogen, sodass Ihr neuer Lieblingsplatz zu einem Unikat wird. Neben der größten Stoffauswahl im Münsterland finden Sie in unserem Outlet auch noch einige stark reduzierte Ausstellungsstücke und Accessoires.

Sensa Einrichtungen und Stoff-Outlet:
Harkortstr. 5, 48163 MS
Mo - Fr 10 - 18 Uhr / Sa 10 - 17 Uhr

sensa-ausstellungsstuecke.eu
ohrenessel.eu | esstischsofa.eu

Schirmbar

Sie planen ein besonderes Event?

Dann ist unsere Schirmbar genau das Richtige für Sie. Ob für Geburtstage, Hochzeiten oder gewerbliche Veranstaltungen – mit dieser Location bieten Sie Ihren Gästen etwas Außergewöhnliches.

Außerdem vermieten wir Partyzelte, eine Fotobox, einen Hot Tub und weiteres Veranstaltungszubehör.

Weitere Informationen finden Sie unter www.schirmbar-muensterland.de

STRIER REISEN Ibbenbüren - ☎ 05451 91020 www.strier.de

Jetzt erst recht Entdecken - Erleben - Genießen

- Urlaub am Meer
- spannende Tagesausflüge
- Erlebnisse in den Bergen
- Rad- und Wanderreisen
- Kurzurlaube

Der Reisekatalog für jeden Geschmack

„Wer früher bucht - der freut sich länger!“

JETZT anfordern

Hammer zuhause
Farben, Tapeten, Bodenbeläge und mehr!

ALLES MUSS RAUS!

Lagerräumung

SSV

bis zu 70%

sparen

Gleich vorbeikommen oder online bestellen!

Hier finden Sie Informationen zum Hammer Fachmarkt in Ihrer Nähe.
www.hammer-zuhause.de

48157 Münster ☎
An der Kleimannbrücke 1

48231 Warendorf ☎
August-Wessing-Damm 82-84

Kurz notiert

Playmobil-Quiz im Stadtmuseum

MÜNSTER. Ein Quiz führt während der Sommerferien auf eine Entdeckungsreise durch die große Ausstellung „Stadtgeschichte(n) Münster – Playmobil-Sammlung Oliver Schaffer“ im Stadtmuseum. Wo verstecken sich die Figuren stadtbekannter Personen in der Ausstellung? Woraus ließ Missionar Liudger sein Kloster erbauen? Es gibt nicht nur viel über die Geschichte Münsters zu erfahren, auch tolle Preise zu gewinnen. Kinder von sechs bis 13 Jahren können am Quiz teilnehmen. Die Aktion läuft vom 29. Juni bis 17. August. Das Quizblatt gibt es im Stadtmuseum. Bei mehreren richtigen Einsendungen entscheidet das Los.

Schnuppertag beim Jugendrotkreuz

MÜNSTER. Mit einem neuen Team aus motivierten Gruppenleitungen startet das Jugendrotkreuz Münster in den Sommer. Um das Jugendrotkreuz kennenzulernen zu können, findet am 17. Juli (Samstag) ein Schnuppertag beim DRK an der Zumsandstraße 25-27 statt. Ab den Sommerferien bietet das Jugendrotkreuz dann regelmäßig jeweils eine Gruppe für Kinder und eine für Jugendliche an. Am Schnuppertag wird es von 10 bis 12 Uhr ein Programm für Kinder zwischen neun und zwölf Jahren geben, von 14 bis 16 Uhr das Programm für Jugendliche ab 13 Jahren. Anmeldung bis zum 2. Juli an: jrk@drk-muenster.de.

Elternabend für künftige Erstklässler

MÜNSTER. Die Schulpsychologische Beratungsstelle bietet am Mittwoch (30. Juni, 20 Uhr) einen digitalen Elternabend zum Thema „Erfolgreich starten – Den Übergang von der Kindertagesstätte in die Grundschule gestalten“ an. Interessierte Eltern können sich unter folgender E-Mail-Adresse anmelden: schulpsy@stadt-muenster.de. Die Teilnahme ist kostenlos.

Klimabewegung und Klimarettung

MÜNSTER. „Jetzt oder nie: Kann die Klimabewegung das Klima noch retten?“ fragen am Dienstag (29. Juni, 19.30 Uhr) die Journalistinnen Charlotte Haunhorst und Nadja Schlüter in einer Online-Diskussion der Reihe vhs Wissen live. Millionen Schülerinnen und Schüler haben gestreikt, haben demonstriert, dann kam die Pandemie. Die aber nichts daran ändert, dass der CO₂-Ausstoß radikal gesenkt werden muss. Was tun? Künftig wieder streiken statt in die Schule zu gehen, wenn die Pandemie halbwegs vorüber ist? Oder zu härteren Maßnahmen greifen wie „Extinction Rebellion“? Oder frustriert aufgeben, weil Politik, Wirtschaft und Gesellschaft zu langsam reagieren? Die Anmeldung zur Veranstaltung (Kursnr. 102350) ist bis zum 28. Juni unter www.vhs.muenster.de möglich. Der Zoom-Link wird zugeschickt.



Auftakt am 4. Juli zum „Roten Hund“: Die Compagnie Nik aus München spielt das Stück „1 vor dem anderen“ nach Motiven des Märchens „Das hässliche Entlein“ von Hans Christian Andersen. Foto: Severin Vogl

Kindertheaterreihe „Roter Hund“ an drei Sonntagen

Theater mit Picknick

In diesem Sommer ist an der Eulenburg vieles in Bewegung: Die Kindertheaterreihe „Roter Hund“ ist zu Gast.

MÜNSTER. Das städtische Kulturamt präsentiert an drei Sonntagen auf dem alten Zoogelände hinter der Westfälischen Schule für Musik die beliebte Kinder- und Familien-theaterreihe „Roter Hund“. Diesmal gelten laut städtischer Pressemitteilung

besondere Regeln: So ist die Zuschauerzahl pro Vorstellung auf maximal 160 begrenzt. Markierte Picknick-Rasenflächen sorgen für ausreichend Abstand. Maximal sechs Personen dürfen auf einer selbst mitgebrachten Decke Platz nehmen. Alternativ können wenige Einzelplätze gebucht werden. Einlass gibt es nur mit einem Ticket, das man kostenfrei online buchen kann.

Den märchenhaften Auftakt der Theaterreihe macht am 4. Juli das Stück „1 vor dem anderen“ der Compagnie Nik aus München. Es erzählt von der Suche nach dem Miteinander und einem S(ch)atz für uns alle. Am 11. Juli treten „Les Petits Délices“ aus Belgien mit einer ungewöhnlichen Begegnung zwischen Traum und Wirklichkeit auf, am 18. Juli ist die preisgekrönte Show „Schachmatt“ der

Gruppe „elabö“ zu sehen.

Bei Regen fallen die Veranstaltungen aus. Die Vorstellungen sind um 11 und 16 Uhr. Kostenlose Tickets gibt es unter www.localticketing.de.

Infoabende zur Veloroute

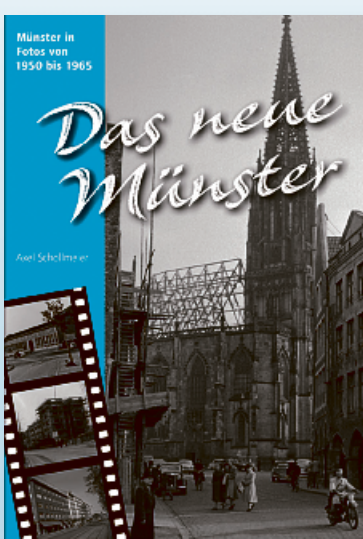
MÜNSTER. Die Veloroute nach Altenberge wird vom Neutor über die Wilhelmstraße, weiter über den Orléans-Ring und den Horstmarer Landweg nach Altenberge geführt. Um dem hohen Radverkehrsanteil auf diesen Abschnitten mehr Raum zu geben, sollen die Wilhelmstraße sowie ein Teilstück des Horstmarer Landwegs (zwischen Corrensstraße und Orléans-Ring) zu Fahrradstraßen umgestaltet werden. Um die Bürgerschaft in diesen Prozess einzubinden, werden zwei Informationsveranstaltungen durchgeführt. Die Veranstaltung zur Wilhelmstraße findet am 28. Juni, die zum Horstmarer Landweg am 30. Juni statt. Beide Veranstaltungen werden unter Einhaltung der Corona-Schutzverordnung in der Mensa am Ring (Coesfelder Kreuz) durchgeführt. Beginn ist um 18 Uhr. Aufgrund der begrenzten Teilnehmerzahl ist zwingend eine Anmeldung im Amt für Mobilität und Tiefbau erforderlich unter ☎ 0251/4 92-72 72 oder per E-Mail an fahrradbuero@stadt-muenster.de.

www.stadt-muenster.de/verkehrsplanung/mit-dem-rad/fahrradstrassen

Münsterische Geschichte im Bild



Axel Schollmeier | Bernd Thier
Münster auf alten Postkarten
Vom Domplatz zum Prinzipalmarkt
herausgegeben vom Stadtmuseum Münster
144 Seiten | umfangreich bebildert | geb.
ISBN 978-3-402-24649-8
17,80 EUR



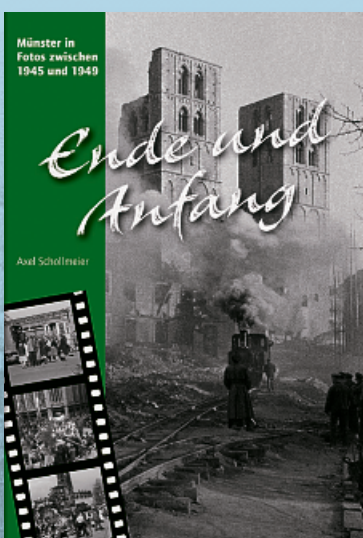
Axel Schollmeier
Das neue Münster
Münster in Fotos von 1950 bis 1965
herausgegeben vom Stadtmuseum Münster
168 Seiten | umfangreich bebildert | geb.
ISBN 978-3-402-13195-4
16,80 EUR



Axel Schollmeier
Das neue Münster I Band II
Münster in Fotos von 1965 bis 1975
herausgegeben vom Stadtmuseum Münster
168 Seiten | umfangreich bebildert | geb.
ISBN 978-3-402-13269-2
16,80 EUR



Axel Schollmeier
Das untergegangene Münster
Münster in Fotos zwischen 1940 bis 1945
herausgegeben vom Stadtmuseum Münster
160 Seiten | umfangreich bebildert | geb.
ISBN 978-3-402-13078-0
16,80 EUR



Axel Schollmeier
Ende und Anfang
Münster in Fotos zwischen 1945 und 1949
herausgegeben vom Stadtmuseum Münster
168 Seiten | umfangreich bebildert | geb.
ISBN 978-3-402-13095-7
16,80 EUR



Axel Schollmeier
Der Prinzipalmarkt in Münster
Fotos 1857 bis 1958
herausgegeben vom Stadtmuseum Münster
104 Seiten | umfangreich bebildert | geb.
ISBN 978-3-402-12873-2
12,80 EUR



Für Bücherwürmer

Spannend:
„Die Karte“

Er gehört zu deinem Training wie die Schuhe und der Soundtrack: Dein Fitness-Tracker, der deine Laufstrecke online teilt. Jeder weiß, wo du warst – und wieder sein wirst. Doch damit inspirierst du jemanden zu einem ganz besonderen Kunstwerk, den du besser nicht auf dich aufmerksam gemacht hättest. Er trackt deine Initialen in eine digitale Karte. Sein Zeichen, dass du die Nächste sein wirst. Lauf, so schnell du kannst – es wird dir nichts nützen. Er erwartet dich.



Rowohlt Taschenbuch, 384 Seiten
12 Euro

FAZIT: ★★★★★

Für Couchpotatoes

Star Trek Into
Darkness

„Kirk“, Chris Pine, und „Spock“, Zachary Quinto, bekommen es mit Benedict Cumberbatch („Sherlock Holmes“) zu tun: Nach einem Anschlag auf das Waffenlabor der Sternenflotte in London mit mehreren Toten wird der Oberste Rat zu einer Sitzung einberufen. Auch Kirk, Spock und Admiral Pike nehmen daran teil. Gerade als der Admiral den Namen des Attentäters John Harrison verkündet, greift dieser das Gebäude an. Harrison kann fliehen, doch die Crew der Enterprise macht Jagd auf ihn.



Science-Fiction, USA 2013
mit Chris Pine
Sa., 20.15 Uhr, Pro 7

FAZIT: ★★★★★

In-App-Käufe des Nachwuchses vermeiden

Teure Kostenfalle

Viele Kinder lieben es, auf dem Smartphone oder Tablet zu spielen. Für mehr Spielspaß oder um überhaupt weiterspielen zu können, müssen bei vielen Apps In-Game-Käufe getätigt werden. Passen Eltern nicht auf, kann das schnell viel Geld kosten.

Deswegen schaltet man für Kinder diese Option am besten aus, rät die Verbraucherzentrale Berlin. Denn die Hürde beim Auslösen von In-App-Käufen ist oft niedrig, manchmal reichen ein paar Klicks. Pro Einkauf gibt es zwar eine Auftragsbestätigung per Mail. Die wird aber häufig erst spät entdeckt wird oder landet gleich im Spam-Ordner. So können viele kleine Beträge sich schnell zu einer großen Summe addieren.

Um die In-Game-Käufe zu deaktivieren, wird für Android-Geräte der Play Store geöffnet und über das Drei-Punkte-Icon der Menüpunkt „Einstellungen“ ausgewählt. Dann unter „Nutzersteuerung“ auf „Authentifizierung für Käufe erforderlich“ gehen und auf folgende Option tippen: „Für alle Käufe bei Google Play auf diesem Gerät“.

Bei iPhone oder iPad wird zuerst in den Einstellungen die „Bildschirmzeit“ aktiviert. Danach der Reihe nach auf „Bildschirmzeit“, „Beschränkungen“ und „Käufe im iTunes & App Store“ gehen. Dort „In-App-Käufe“ anklicken und „Nicht erlauben“ festlegen. Zusätzlich empfehlen die



Verbraucherschützer Prepaid-Karten mit vordefinierter Aufladung zu nutzen und Passwort-Sperren einzurichten. Außerdem kann eine PIN im Telefon oder eine Drittanbietersperre beim Telekommunikationsanbieter eingerichtet werden. Diese Sperre ver-

hindert auch Einkäufe über die Telefonrechnung. Aber auch bei bereits entstandenen Kosten kann noch eine Erstattung erreicht werden. „Minderjährige sind bis zum siebten Lebensjahr geschäftsunfähig und bis zum 18. Lebensjahr beschränkt ge-

schäftsfähig“, so die Verbraucherzentrale. Bei fehlender elterlicher Zustimmung sind die Kaufverträge somit unwirksam. Ist die Rechnung schon ins Haus geflattert oder wurde abgebucht, sollten man so zügig wie möglich widersprechen. (dpa)

Medizin

ANZEIGE

Thema: Rheumatische Schmerzen in Gelenken, Muskeln, Knochen

Wenn der Schmerz jede Bewegung zur Qual macht

Diese Nr. 1* Arzneitropfen begeistern Betroffene

Eine Nation leidet – etwa 90 % der Deutschen klagen über Gelenkschmerzen. Doch ein spezielles Arzneimittel aus Deutschland bekämpft Schmerzen wirksam und schonend zugleich: Rubaxx Tropfen (Apotheke, rezeptfrei).

Millionen Deutsche leiden immer wieder unter Gelenkschmerzen. Vor allem Knie, Hüfte oder Schultern bereiten vielen Probleme. Forscher suchten deshalb nach einer Behandlung, die Gelenkschmerzen ebenso wirksam wie schonend bekämpft. Mit Erfolg! Ein spezieller Wirkstoff aus einer Arzneipflanze aus Nord- und Südamerika, erfüllt diese Kriterien: Er wirkt schmerzlindernd bei rheumatischen Schmerzen in Muskeln und Gelenken und ist dabei gut verträglich. Sogar bei Folgen von Verletzungen und Überanstrengung verschafft er Linderung.

Wirkung ohne Umwege, individuell dosierbar
Deutsche Wissenschaftler bereiteten den Wirkstoff in einer flüssigen Darreichungsform auf (Rubaxx Tropfen). Er wird somit direkt über die Schleimhäute aufgenommen und kann seine schmerzlindernde Wirkung ohne Umwege entfalten. Tabletten dagegen müssen zunächst im Magen zersetzt werden



„Ich hatte starke Probleme beim Laufen. Nachdem ich Rubaxx nahm, sind die Schmerzen nach zwei Wochen komplett verschwunden!“
(Gertrud H.)

und finden erst nach einem langen Weg über den Verdauungstrakt ins Blut. Ein weiterer Vorteil der Tropfen: Betroffene können Rubaxx je nach Stärke und Verlaufsform ihrer Schmerzen individuell dosieren.

Großes Plus: gute Verträglichkeit
Was viele Anwender zudem schätzen: Die Arzneitropfen sind gut verträglich und schlagen nicht auf den Magen. Schwere Nebenwirkungen chemischer Schmerzmittel wie Herzbeschwerden oder Magengeschwüre sind bei Rubaxx nicht bekannt. Wechselwirkungen mit anderen Arzneimitteln ebenfalls nicht.

Fazit: Nicht umsonst sind Rubaxx (rezeptfrei) die meistverkauften Arzneitropfen in Deutschland!* Fragen auch Sie in Ihrer Apotheke nach Rubaxx Arzneitropfen.

Gelenkschmerzen?

Stark gegen den Schmerz. Sanft zum Körper.



Für Ihre Apotheke: RubaXX (PZN 13588555)



www.rubaxx.de

Spezielle Mikro-Nährstoffe zur Unterstützung des Nervensystems



Die Hauptaufgabe unserer Nerven ist die Signal- und Reizübertragung. Hierfür ist die fettreiche Schutzschicht (Myelinscheide) um die Nervenfasern wichtig. Ein Bestandteil dieser Schutzschicht ist Cholin, das zu einem normalen Fettstoffwechsel beiträgt – essenziell für die Aufrechterhaltung der Struktur und Funktion der Myelinscheide. Wissenschaftler haben einen Mikro-Nährstoffkomplex namens Restaxil Komplex 26 entwickelt, der Cholin enthält. Darüber hinaus sind in Restaxil Komplex 26 viele weitere Mineralstoffe und Vitamine enthalten, wie z.B. Thiamin, Vitamin B12 und Kupfer für eine normale Funktion des Nervensystems. Calcium unterstützt zusätzlich eine normale Reizübertragung zwischen den Nervenzellen. Unser Tipp: Täglich ein Glas Restaxil Komplex 26 (Apotheke) mit speziellen Mikro-Nährstoffen zur Unterstützung des Nervensystems.



*Rubaxx Arzneitropfen bei rheumatischen Schmerzen; Absatz nach Packungen, Quelle: Insight Health, MAT 04/21 • Abbildung Betroffenen nachempfunden, Name geändert
RUBAXX. Wirkstoff: Rhus toxicodendron Dil. D6. Homöopathisches Arzneimittel bei rheumatischen Schmerzen in Knochen, Knochenhaut, Gelenken, Sehnen und Muskeln und Folgen von Verletzungen und Überanstrengungen. www.rubaxx.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. • PharmaSGP GmbH, 82166 Grafelfing

Ich bin dann mal weg

Radtouristen küren ihre Lieblingsregionen Dritter Platz fürs Münsterland

Die aktuelle Umfrage des Allgemeinen Deutschen Fahrrad-Club (ADFC) zeigt: Das Münsterland punktet nach wie vor beim Thema Fahrrad. Ein Großteil der Radtouristen hat die Region auf Platz drei der Radreiseanalyse gewählt. Damit verteidigt das Münsterland seine Platzierung aus dem letzten Jahr. „Es spricht für sich, dass das Münsterland seit so langer Zeit immer auf den ersten Plätzen vertreten ist“, sagt Michael Kösters, Generalbevollmächtigter und Tourismusexperte beim Münsterland e.V. „Denn in der Top Ten des ADFC gab es in diesem Jahr viel Bewegung: Neue Regionen sind eingestiegen, andere weiter nach unten gerutscht. Das Münsterland steht konstant auf dem Treppchen.“ Grund sei das gute Angebot für Radtouristinnen und Radtouristen, so Kösters. „Auf 4500 Kilometern Fahrradweg finden



Dass so einige Schlösser die Radrouten der Region säumen, das macht für viele Radtouristen den Reiz des Münsterlandes aus. Der Lohn – erneut ein dritter Platz im Ranking. Foto: Münsterland e.V. /Matthias Duschner

Gruppen, Einzelreisende, Familien oder Paare passende Routen für einen Ausflug, eine Tagestour oder eine längere Radreise. Dazu kommen malerische Landschaften, wunderschöne Picknickplätze, Schlösser, Burgen und leckere regionale Produkte.“

Gerade in Corona-Zeiten ist das Kernthema Fahrrad ein Vorteil für die Region. „Fahrradfahren hat seit dem letzten Jahr einen richtigen Boom erlebt, allerdings nicht nur bei uns, sondern bundesweit“, so Kösters. Die Anzahl der Tagesaus-

flüge per Rad stieg 2020 um 40 Prozent. Die Urlauberinnen und Urlauber im Münsterland kämen auch gerade wegen der Natur und Landschaft, sagt Kösters. „Ein Fahrradrurlaub ist die perfekte Verbindung von Aktivität und Erholung. Außerdem ist das Angebot autark, individuell und an der frischen Luft. Alles Dinge, die in Corona-Zeiten nochmals deutlich an Bedeutung gewonnen haben.“ Die Platzierung bei der Radreiseanalyse sieht Kösters auch als Auftrag: „Klar, beim Thema Fahrrad wollen wir auch die Nummer 1 werden und uns insofern weiter verbessern. Dies bedarf jedoch einer dauerhaften Anstrengung und hoher Investitionen.“

Ein Schritt in diese Richtung sei zum Beispiel die Aufwertung der 100 Schlösser Route im Rahmen des umfassenden Förderprojekts „Schlösser- und Burgenre-gion Münsterland“.

Ahaus bietet Geschichte und Geschichten Macht Lust auf mehr!

Nicht nur das Schloss Ahaus ist einen Besuch wert. Wer Ahaus einen Besuch abstattet, versteht, warum es als die deutsche Digitalstadt gilt. Zum Beispiel beim spannenden Cityrundgang mit dem eigenen Smartphone, bei dem man Ahaus ganz bequem zu Fuß erkunden und Freizeitangebote durch die Digitalisierung völlig neu er-

leben kann. Der Wochenmarkt ist in der Region berühmt und macht die Innenstadt zum bunten Freiluft-Einkaufszentrum. Aber nicht nur die Stadt selbst hat viel Sehenswertes zu bieten, auch ihre fünf quirligen Ortsteile sind immer einen Ausflug wert. Ein Merkmal der Region ist die unmittelbare Nähe zu den niederländischen Nachbarn.

So ist man bei einer Wanderung durch das Naturschutzgebiet „Witte Venn“ im Ortsteil Alstätte ruck zuck in den Niederlanden. Wohl nirgends sonst im Münsterland gibt es so viele Naturschutzgebiete wie an der Grenze zu den Niederlanden. Vor langer Zeit war das „Witte Venn“ bei Ahaus eine bekannte Schmugglerregion. Kaffee, Schnaps aber auch lebende Tiere wurden über die deutsch-niederländische Grenze gebracht. Übrigens: Auch heute noch können einem hier freilaufende Hochlandrinder über den Weg laufen.

Tipp

Passend zu dem neuen Knotenpunktsystem im Kreis Borken gibt es bei Ahaus Marketing & Touristik kostenlos TOP 3 Routentipps als praktische Lenkeranhänger.

Das kostenlose NWL-Kundenmagazin für Fahrgäste in Westfalen-Lippe

Ob Ausflugstipps für das Fernweh, spannende Interviews mit Prominenten, unterhaltende Lifestyle-Geschichten, hilfreiche Ratgeberartikel und News rund um Bus & Bahn – die EXTRAZEIT bietet Inhalte für jeden Geschmack.

Zum Mitnehmen in Nahverkehrszügen und touristischen Einrichtungen in Westfalen-Lippe.

www.nwl-info.de

Nahverkehr Westfalen-Lippe

Erlebnishof Löbke

Alstedder Straße 148 • 49479 Ibbenbüren • info@loebke.com • 05451 505830-0

ERLEBEN GENUSS EINKAUFEN

HOF-CAFÉ & RESTAURANT

- > saisonale Hof-Küche
- > versch. Buffets zum Frühstück, Mittag & Abend
- > hausgemachte Kuchen, Torten & Waffeln

HOF-SPIELPARK

- > Tarzanschwinger
- > riesen Hüpfkissen
- > Tiergehege
- > Wasserspielfeld
- > NEU - Go-Kart-Bahn
- > und viele weitere Spielmöglichkeiten

HOF-LADEN

- > frisches Obst & Gemüse auch aus eigenem Anbau
- > eingemachte Spezialitäten
- > Präsenstservice
- > Brot, Brötchen, Kuchen & Torten aus der Hof-Backstube

ERLEBNISHOF

- > Kräutergarten & Bauerngarten
- > Alpaka Angebote
- > saisonale Ausstellungen & Veranstaltungen

Montgolfiade vom 3. bis 5. September Glück ab und gut Land!



Die 50. Montgolfiade startet vom 3. bis 5. September 2021 in und um Münster. Die Jubiläumsausgabe kann, anders als in den letzten Jahren, leider nicht als Publikumsveranstaltung stattfinden. Das beliebte Event wird aber per Live-Stream übertragen. Veranstalter ist wie immer der Freiballonsport-Verein Münster und Münsterland. Die Westfalen Gruppe, von Anfang an Hauptsponsor und Schirmherr der Montgolfiade, unterstützt die Aktivitäten des FSV: „Schön, dass die Jubiläums-Montgolfiade mit modifiziertem Konzept stattfinden kann“, so Dr. Thomas Perkmann, Vorstandsvorsitzender der Westfalen Gruppe. „Wir freuen uns auf eine gute Zusammenarbeit mit allen Beteiligten und auf begeisterte Livestream-Zuschauer bei hof-

fentlich tollem Ballonwetter!“ „Durch die Pandemie ist eine Publikumsveranstaltung in der Größenordnung der Montgolfiade derzeit nicht durchführbar“, erläutert Ben Völker, Hauptgeschäftsführer des Freiballonsport-Verein Münster und Münsterland sowie Veranstaltungsleiter der Montgolfiade. „Deshalb arbeiten wir dieses Jahr mit wechselnden Startplätzen.“

Diese werden nicht bekanntgegeben, um Menschenansammlungen zu vermeiden. Die Plätze werden vor jeder Fahrt so gewählt, dass eine Fahrt über Münster stattfinden kann. Die Startphase, das Ballonglühen am Samstag und weitere Berichte sind live über die Facebook-Seite des Vereins zu sehen.

Die Ballonstarts sind für Freitagabend, Samstagmorgen und -abend sowie für Sonntagabend vorgesehen. Das Highlight bildet am Samstagabend das große Ballonglühen im Takt zur Musik. Beim „Night-Glow“ werden die Ballone aufgerüstet, starten aber nicht.

Zum Takt der Musik werden die Brenner gezündet und erstrahlen wechselweise wie riesige Glühbirnen auf einem der Startplätze. „Auch wenn in diesem Jahr keine Publikumsveranstaltung machbar ist, freue ich mich sehr auf das Jubiläum. Wir werden neue Wege gehen, und das öffnet ein Tor zu einer noch besseren Montgolfiade 2022 – dann wieder mit Publikum“, sagt Völker.



Farbenfroh werden sie wieder sein, die Montgolfiade-Ballons. Foto: Matthias Ahlke

Fahrten laufen wieder planmäßig Mit der Solaaris über den Aasee

Es ist der Hingucker auf dem Aasee. Das Solar-schiff Solaaris muss nicht länger im Trockendock bleiben, sondern kann planmäßig wieder auslaufen. Täglich bringt das Schiff Besucher zum Allwetterzoo, zum LWL-Naturkundemuseum und zum Mühlenhof.

Wer eine Rundfahrt bucht, kann seine Fahrt an jeder beliebigen Haltestelle unterbrechen und so das ganze touristische Angebot ausschöpfen. Natürlich können mit dem Ticket für die Solaaris auch wieder die Busse der Stadtwerke Münster kos-

tenfrei genutzt werden. Tickets gibt es im CityShop der Stadtwerke, bei Mobie am Bahnhof und am Hafenplatz. Die Tickets ermöglichen es bereits, mit dem Bus zum Schiffsanleger zu fahren.

Die Solaaris nimmt wieder Fahrt auf. Foto: Jürgen Grimmelt / gri



DEIN TIERISCHER URLAUBSTAG IM ZOO

Buche jetzt das Ticket für dein Zooabenteuer online unter:

ALLWETTERZOO.DE



Komm, wir verreisen...!

Städtereisen, Kurzreisen, Schnäppchenreisen, Busrundreisen, Flugreisen, Tagesfahrten...



AUF DER ROMANTISCHEN STRASSE

Sie wohnen in Komforthotels. Sehr viele Leistungen inklusive!

- ✧ Fahrt im modernen Reisebus
- ✧ 2 x Ü/HP im **Hotel Bundschu******, Bad Mergentheim
- ✧ 2 x Ü/F im **Dorint Hotel******, Augsburg
- ✧ 1 x Abendessen im Hotel
- ✧ 1 x Abendessen in einem Augsburger Wirtshaus
- ✧ Stadtführung Bad Mergentheim
- ✧ Ganztagesausflug Romantische Straße mit örtl. Reiseleitung
- ✧ Stadtführung Rothenburg
- ✧ Stadtführung Dinkelsbühl
- ✧ Stadtführung Augsburg
- ✧ Eintritt und Führung Fuggerei Augsburg
- ✧ Eintritt Goldener Saal im Rathaus Augsburg
- ✧ Stadtführung Donauwörth

Reisetermine:

11.08. – 15.08., 08.09. – 12.09.2021



SCHWARZWALD UND ELSASS

- ✧ Fahrt im modernen Reisebus
- ✧ 3 x ÜF **Hotel Renchtalblick**
- ✧ 3 x Abendessen im Hotel (**sehr gute Küchel!**)
- ✧ Rundfahrt Schwarzwald Panoramastraße
- ✧ Stadtführung in Freiburg
- ✧ Stadtführung in Straßburg
- ✧ Örtliche Reiseleitung

Reisetermine: 22. – 25.07., 02. – 05.09.2021



WUNDERSCHÖNES DRESDEN

First-Class-Hotel!

- ✧ Fahrt im modernen Reisebus
- ✧ WEILKE-Reisebegleitung
- ✧ Frühstücksimbiss auf der Hinreise
- ✧ 3 x Ü/F **Hotel Dorint******
- ✧ Stadtrundfahrt
- ✧ Altstadttrundgang

Reisetermine: 26. – 29.08., 09. – 12.09., 21. – 24.10.2021



ALTMÜHLTAL UND HALLERTAUE

Top Wellnesshotel! Kein Einzelzimmer-Zuschlag!

- ✧ Fahrt im modernen Reisebus
- ✧ 3 x Ü/HP im **Top-Hotel The Monarch******, Bad Gögging
- ✧ kostenfreie Nutzung von Freibad, Hallenbad und Sauna im Hotel
- ✧ Ganztägige Rundfahrten: Altmühltal und Hallertau, mit örtlicher Reiseleitung
- ✧ Brauereiführung inkl. 2 Biere und Brezeln
- ✧ Eintritt Hopfenmuseum

Reisetermine: 12.08. – 15.08. 2021

Reisebüro **WEILKE**

Information /Anmeldung / Buchung unter www.weilke-touristik.de/komm oder telefonisch unter 02571 / 501-30 und -31 (MO-FR. 09 – 17 Uhr).

Reiseveranstalter: Kraftverkehr Münsterland C. Weilke GmbH & Co. KG, D 48268 Greven, Hansaring 26.

Es gelten die aktuellen Reisebedingungen laut Hauptkatalog 2021 oder siehe unter www.weilke-touristik.de/agb (siehe auch: www.weilke-touristik.de/Datenschutz)

www.weilke-touristik.de

Ihre Apotheken – bleiben Sie gesund

Apothekerkammer
 Westfalen-Lippe

NOTDIENSTBEREITE APOTHEKEN für Münster

Ein Service Ihrer
 HALLO

1. bis 31. Juli 2021, 9.00 Uhr bis 9.00 Uhr

Donnerstag, 1. Juli 2021
 Bonifatius-Apotheke, Nordstr. 31, 48149 Münster, 0251/201010
 Apotheke im Auen/Viertel, Dieckmannstr. 118, 48161 Münster, 0251/8712581

Freitag, 2. Juli 2021
 Hansa Apotheke, Wolbecker Str. 65, 48155 Münster, 0251/64498
 Sebastian-Apotheke, Sebastianstr. 1, 48161 Münster, 02533/4789

Samstag, 3. Juli 2021
 Kiepenkerl Apotheke, Bergstr. 10, 48143 Münster, 0251/46963
 Rosen-Apotheke, Marktallee 37, 48165 Münster, 02501/4388

Sonntag, 4. Juli 2021
 Kreuz-Apotheke, Kanalstr. 2, 48147 Münster, 0251/2303513
 Askulap-Apotheke, Albersloher Weg 455, 48167 Münster, 0251/61286
 Kiepenkerl Apotheke Meesenstiege, Meesenstiege 54 a, 48165 Münster, 02501/921577

Montag, 5. Juli 2021
 Partus Hit-Apotheke, Geringhoffstraße 44, 48163 Münster, 0251 973088 08
 Vital-Apotheke oHG, Dieckmannstr. 200, 48161 Münster, 0251/8725006

Dienstag, 6. Juli 2021
 Fortuna-Apotheke, Warendorfer Str. 97-101, 48145 Münster, 0251/36647
 Kirch-Apotheke, Westfalenstr. 132, 48165 Münster, 02501/7686

Mittwoch, 7. Juli 2021
 easy-Apotheke Fried.-Ebert-Str, Friedrich-Ebert-Straße 143, 48153 Münster, 0251/9713260
 Paulus-Apotheke, Idenbrockplatz 22, 48159 Münster, 0251/212436

Donnerstag, 8. Juli 2021
 Löwen-Apotheke, Rothenburg 50, 48143 Münster, 0251/44824
 Park-Apotheke, Mondstr. 81, 48155 Münster, 0251/381237

Freitag, 9. Juli 2021
 Engel-Apotheke, Warendorfer Str. 3, 48145 Münster, 0251/987620
 Apotheke am Clemenshospital, Düesbergweg 128, 48153 Münster, 0251/3900180

Samstag, 10. Juli 2021
 Burg-Apotheke, Burgstr. 31, 48151 Münster, 0251/524276
 Davert-Apotheke, Auf der Woort 1, 48163 Münster, 02501/5407

Sonntag, 11. Juli 2021
 Felix-Apotheke, Berliner Platz 21 - 23, 48143 Münster, 0251/49091820
 Partus Markt-Apotheke, Hamannplatz 22, 48157 Münster, 0251/247538
 Kristiansand Apotheke im Zentrum Kinderhaus, Kristiansandstraße 143 a, 48159 Münster, 0251/92778844

Montag, 12. Juli 2021
 Ludgeri-Apotheke, Windthorststr. 65, 48143 Münster, 0251/44456
 Dreilinden-Apotheke, Sprakeler Str. 35, 48159 Münster, 0251/216678

Dienstag, 13. Juli 2021
 Christophorus-Apotheke, Windthorststr. 12, 48143 Münster, 0251/57840
 Heide-Apotheke, Giltruper Str. 29, 48157 Münster, 0251/9325880

Mittwoch, 14. Juli 2021
 Regenbogen-Apotheke, Wolbecker Str. 21, 48155 Münster, 0251/666309
 Brunnen Apotheke, Dülmener Straße 9, 48163 Münster, 02536/3445920

Donnerstag, 15. Juli 2021
 Königs-Apotheke, Königsstr. 22/23, 48143 Münster, 0251/42670
 Nikolaus-Apotheke, Hiltruper Str. 2a, 48167 Münster, 02506/2730

Freitag, 16. Juli 2021
 easyApotheke Windthorststraße, Windthorststr. 16 + 18, 48143 Münster, 0251/43362
 Bären-Apotheke in Albachten, Dülmener Str. 31 - 33, 48163 Münster, 02536/1006

Samstag, 17. Juli 2021
 Turm-Apotheke, Am Kreuztor 6, 48147 Münster, 0251/298200
 Osttor-Apotheke, Osttor 74, 48165 Münster, 02501/3259

Sonntag, 18. Juli 2021
 klara apotheke im FranziskusCarré, Hohenzollernring 70, 48145 Münster, 0251/1330533
 West-Apotheke, Sentruper Höhe 29, 48149 Münster, 0251/981360
 Clemens-Apotheke, Marktallee 8-10, 48165 Münster, 02501/4032

Montag, 19. Juli 2021
 Hohenzollern Apotheke Im Marktauf oHG, Lodenheide 5, 48155 Münster, 0251/60933240
 Carré-Apotheke, Marktallee 19, 48165 Münster, 02501-9234123

Dienstag, 20. Juli 2021
 germania-DIE APOTHEKE, An der Germania Brauerei 3, 48159 Münster, 0251/1332280
 allesgut Apotheke am Kulturbahnhof, Bergiusstr. 1 a, 48165 Münster, 02501-9232876

Mittwoch, 21. Juli 2021
 Ludgeri-Apotheke am Erbrostenhof, Salzstraße 37, 48143 Münster, 0251/9811622
 Forum-Apotheke, Nienberger Kirchplatz 4, 48161 Münster, 02533/935140

Donnerstag, 22. Juli 2021
 Stern-Apotheke, Ludgeristr. 66, 48143 Münster, 0251/44910
 Hohenzollern Apotheke am Pantaleonplatz oHG, Pantaleonplatz 3, 48161 Münster, 02534/6465455

Freitag, 23. Juli 2021
 Neutor-Apotheke, Lazarettstr. 9, 48149 Münster, 0251/293223
 Werse-Apotheke, Handorfer Str. 19, 48157 Münster, 0251/329367

Samstag, 24. Juli 2021
 Engel-Apotheke, Warendorfer Str. 3, 48145 Münster, 0251/987620
 Apotheke am Paulushof, Dingbängerweg 31, 48163 Münster, 0251/32265877

Sonntag, 25. Juli 2021
 Pluggendorf-Apotheke, Schamhorststr. 46, 48151 Münster, 0251/527766
 Hubertus-Apotheke, Wolbecker Str. 139, 48155 Münster, 0251/64340
 Kirch-Apotheke, Westfalenstr. 132, 48165 Münster, 02501/7686

Montag, 26. Juli 2021
 Thomas-Apotheke, Hoher Heckenweg 92a, 48147 Münster, 0251/233614
 Annen-Apotheke, Dingbänger Weg 69, 48163 Münster, 0251/717380

Dienstag, 27. Juli 2021
 Franziskus-Apotheke, Warendorfer Str. 185, 48145 Münster, 0251/375767
 Gievenbecker Markt-Apotheke oHG, Amheimweg 9, 48161 Münster, 0251/8715288

Mittwoch, 28. Juli 2021
 Erpho-Apotheke, Warendorfer Str. 149, 48145 Münster, 0251/392112
 Mariannen-Apotheke, Bodelschwinghstr. 12, 48165 Münster, 02501/2320

Donnerstag, 29. Juli 2021
 Phoenix-Apotheke, Von-Witzleben-Str. 20, 48151 Münster, 0251/775121
 Coerde-Apotheke, Hamannplatz 11, 48157 Münster, 0251/247171

Freitag, 30. Juli 2021
 easy-Apotheke Fried.-Ebert-Str, Friedrich-Ebert-Straße 143, 48153 Münster, 0251/9713260
 Apotheke Am Burlloh, Am Burlloh 93, 48159 Münster, 0251/921331

Samstag, 31. Juli 2021
 Jahreszeiten-Apotheke, Catharina-Müller-Str. 2, 48149 Münster, 0251/2705027
 Margareten-Apotheke, Wolbecker Straße 226, 48155 Münster, 0251/39779699



Temperaturen jenseits der 30-Grad-Marke sorgen besonders bei älteren Personen für gesundheitliche Probleme.

Foto: dpa

Apotheker geben Tipps (nicht nur) für Senioren

Gesund durch die Sommerhitze

Besonders für ältere Menschen sind hohe Tagestemperaturen jenseits der 30 Grad-Marke und tropische Nächte ohne Abkühlung eine große Herausforderung: „Sie schwitzen weniger und später, die Leistungsfähigkeit des Herzkreislauf-Systems nimmt ab – genauso wie das Durstgefühl“, erklärt Angelika Plassmann, Sprecherin der Münsteraner Apothekerschaft. „Durch chronische Erkrankungen sind Senioren bei Hitze außerdem zusätzlich gefährdet. Es drohen Sonnenstich, geschwollene Beine, Hitzekrampf und Hitzschlag.“ Hier gilt es, rechtzeitig Warnsignale zu erkennen und idealerweise präventiv Gegenmaßnahmen zu ergreifen, bevor die Signale auftreten. Denn: „Ein Hitzschlag kann lebensbedrohlich sein.“

■ **Warnsignale erkennen:** Erschöpfungsgefühl, Kopf- und Muskelschmerzen, Kurzatmigkeit und Verwirrtheit können jedes für sich typische Warnzeichen sein. „Auch Übelkeit, Schwindel, starke Blässe oder Rötung sollte man beobachten, wenn sie direkt oder auch zeitversetzt nach einem Aufenthalt in der Hitze auftreten“, betont Plassmann. „Das gilt auch bei Fieber, Appetitlosigkeit oder Verstopfung.“ Als Erste-Hilfe-Maßnahmen sollten die Betroffenen schnell aus der Hitze oder der direkten Sonneneinstrahlung. Zudem können Kopf, Nacken, Hände und Füße mit feuchten, nicht zu kalten Tüchern gekühlt werden. „Natürlich sollte man auch Wasser oder Saftschorlen anbieten“, so Plassmann.

»Angehörige sollten die Senioren regelmäßig daran erinnern, genug zu trinken – auch durch wiederholte Anrufe.«

Angelika Plassmann, Sprecherin der Apothekerschaft in Münster

■ **Hitzschlag vorbeugen:** Eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr ist auch das A und O bei der Prävention: „Angehörige sollten die Senioren regelmäßig daran erinnern, genug zu trinken – auch durch wiederholte Anrufe. Denn wenn das Durstgefühl im Alter nachlässt, wird der Griff zum Wasserglas schlichtweg oft vergessen.“ Flüssigkeitsmangel bringt außerdem nicht nur den Kreislauf durcheinander: „Wird zu wenig getrunken, verändert sich auch die Wirkung der eingenommen Arzneimittel. Gerade für ältere Patientinnen und Patienten, die häufig drei, vier oder mehr unterschiedliche Arzneimittel einnehmen, ist das fatal“, warnt Apothekerin Plassmann.

■ **Hitze setzt auch Arzneimitteln zu:** Die Sommerhitze kann nicht nur für die Patientinnen und Patienten, sondern auch für die Arzneimittel selbst problematisch sein. Unterschiedliche Arzneiformen und -stoffe haben andere Lagerungsbedingungen. Beispielsweise dürfen Zäpfchen und Augentropfen in vielen Fällen nicht über 25 Grad gelagert werden. „Da das Schlafzimmer meist der kühlsste Ort der Wohnung ist, werden Arzneimittel meist hier aufbewahrt“, sagt Plassmann. „Reicht das nicht aus, wandern diese Medikamente idealerweise für die Dauer der Hitzewelle in den Kühlschrank.“ Wer sich nicht sicher ist, wie temperaturempfindlich seine Arzneimittel sind, kann sich an seine Apotheke vor Ort wenden. „Das pharmazeutische

Personal weiß genau, was wie aufbewahrt werden muss.“

■ **Wohnung kühl halten:** Natürlich sollte auch die Wohnung so gut wie möglich gekühlt und gelüftet werden, „doch wenn es nachts 28 Grad warm ist, ist

das natürlich ein schwieriges Unterfangen“. Daher ist es umso wichtiger, eine kühlere Phase, beispielsweise nach einem heftigen Gewitter, direkt fürs Lüften zu nutzen. (AKWL)



Apothekerin Angelika Plassmann, Sprecherin der Apothekerschaft in Münster, fordert dazu auf, bei hohen Temperaturen genügend zu trinken.
 Foto: AKWL/Michael C. Möller

20%

auf einen Artikel Ihrer Wahl

* Gültig Juli 2021
 (1 x pro Person, ausgenommen: rezeptpflichtige Arzneimittel, Zuzahlungen, Bücher, Artikel aus dem aktuellen Flyer)

Kosmas-Apotheke oHG
 Inh. Dr. J. Schwieger & M. Dömer
 Clemens-August-Platz 12 · 48167 Münster · Tel. 61 52 70



#unverzichtbar
 Modernste Logistik & optimale Prozesse.

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

☛ Meine Apotheken in Münster.

EINFACH UNVERZICHTBAR.

www.einfach-unverzichtbar.de

Doppeltes Bußgeld bei vorsätzlichem Verhalten

Bitte mehr Abstand



Ausreichend Sicherheitsabstand ist entscheidend, um bei Gefahr noch rechtzeitig vor dem Vordermann stoppen zu können. Foto: dpa / Fabian Sommer

Bei einem Einscheren oder Abbremsen des Vordermanns kann eine Unterschreitung des Mindestabstands als fahrlässig bewertet werden.

Gibt es dagegen keine solche Situation, kann das Unterschreiten auch als Vorsatz gewertet werden. Das zeigt laut ADAC ein Urteil des Amtsgericht Landstuhl (Az.: 2 OWi 4211 Js 1233/21). In dem Fall ging es um einen Mann, der mit seinem Auto auf der Autobahn fuhr. Eine Abstandsmessung ergab nach dem üblichen Toleranzabzug, dass er bei 131 km/h

weniger als drei Zehntel des halben Tachowerts Abstand zum Vordermann hielt. Der Fahrer erhielt einen Bußgeldbescheid über 530 Euro sowie einen Monat Fahrverbot. Da die Behörden dem Mann vorsätzliches Verhalten vorwarfen, war das Bußgeld doppelt so hoch wie üblich. Dagegen legte der Mann Einspruch ein – und nachdem er Einsicht in die Messakte hatte, bemängelte er die gemessene Strecke als zu kurz. Im

Messbereich habe sich sein Abstand zum Vorausfahrenden nur ganz kurz verringert und sei dann wieder größer geworden. Daher sei ihm kein Vorsatz zu unterstellen. Das Argument zog vor Gericht aber nicht. Nach dessen Ansicht reichte es für den Vorwurf des Vorsatzes aus, dass der Abstand zu irgendeinem Zeitpunkt unterschritten war. Denn es habe keine außergewöhnliche Situation durch Abbremsen oder Ein-

scheren des Vordermannes gegeben. In einem Zeitraum von mehr als zwei Sekunden hatte der Mann zu wenig Abstand. Er hätte diesen ohne Probleme durch leichtes Abbremsen vergrößern können, was er aber nicht tat. Das wertete das Gericht nicht mehr als Fahrlässigkeit, sondern ging davon aus, dass der Mann sich der Unterschreitung bewusst war oder diese zumindest billigte.

Der ADAC weist darauf hin, dass es dem Gericht hier darauf ankam, dass der Mann früher hätte reagieren müssen. Allerdings gebe es in Deutschland auch Gerichte, die eine gewisse Dauer der Unterschreitung voraussetzen, was im Gesetz allerdings nicht ausdrücklich vorgesehen sei. (dpa)

Kurznotiert

Winterschutzfolie auch bei Sonne

Möglichst im Schatten parken – das gilt an heißen Sommertagen. Doch wer das nicht kann, sollte einen Sonnenschutz auf die Windschutzscheibe legen. So kann sich der Innenraum nicht ganz so stark aufheizen. Dazu kann sich laut ADAC auch eine Winterthermoschutzfolie als Abdeckung eignen. Wer länger parken will, sollte bei der Suche nach einem schattigen Platz die Veränderung des Sonnenstands im Laufe des Tages bedenken. (dpa)

Neuwagen vorsichtig einfahren

Bei einem Neuwagen verzichten Autofahrer in der ersten Zeit besser auf volle Belastung: Sie sollten etwa die ersten 1000 Kilometer nicht mit Vollgas fahren. Trotz moderner Produktionsmethoden sind die Zylinderoberflächen noch nicht eben und müssen sich noch glätten. Auch die Bremsen brauchen am Anfang etwas Zeit. Erst wenn sich Beläge und Scheiben aufeinander einspielen konnten, verzögern sie optimal. (dpa)

Gesundheit

ANZEIGE

Sexuelle Unlust

Neuer Schwung für Ihr Sexleben!

Viele Paare haben dank Deseo wieder ein erfülltes Sexleben!

Rezeptfreies Arzneimittel hilft bei sexueller Schwäche wirksam

Stress, Alltagstrott und Erfolgsdruck wirken sich oft auf das sexuelle Verlangen aus. Negative Folge: Das Sexualleben bleibt häufig auf der Strecke und die Beziehung leidet. Dabei müssen Sie sexuelle Unlust nicht in Kauf nehmen. Denn: mit Deseo (rezeptfrei) gibt es wirksame Hilfe aus der Apotheke!

Natürliches Aphrodisiakum für neuen Schwung

Um die Leidenschaft und das sexuelle Verlangen zu steigern, enthält Deseo den natürlichen Arzneistoff *Turnera diffusa*, der seit Langem als Kräftigungsmittel verwendet wird. Laut Arzneimittelbild setzt dieser im Urogenitalsystem an und wird hauptsächlich bei sexueller Schwäche ange-

wendet. Dabei ist Deseo gut verträglich.

Sich wieder spontan der Lust hingeben

Da die Tropfen regelmäßig und unabhängig vom Geschlechtsakt eingenommen werden, kann die so wichtige Spontaneität und Leidenschaft erhalten bleiben. Nebenwirkungen oder Wechselwirkungen mit anderen Arzneimitteln sind nicht bekannt. Weiterer Vorteil: Zudem sind die Arzneitropfen Deseo rezeptfrei in jeder Apotheke oder online erhältlich. Der unangenehme Arztbesuch kann dadurch erspart bleiben.

Bringen Sie mit Deseo wieder neuen Schwung in Ihr Liebesleben und steigern Sie Ihr sexuelles Verlangen!

Deseo – Ihr Aphrodisiakum für mehr Lust statt Frust!

- Fördert die sexuelle Lust
- Wirksam und gut verträglich
- Wirkt unabhängig vom Einnahmezeitpunkt

Für Ihre Apotheke: **Deseo** (PZN 04884881)

Rezeptfrei

www.deseo.net

Aus der Apotheke:

Cannabis Gel mit 600 mg CBD

Cannabis ist eine der ältesten traditionellen Pflanzen. Schon seit Tausenden von Jahren werden ihre Blüten vielseitig genutzt. Heute gilt Cannabis als zukunftsweisende Pflanze, die in der modernen Forschung in verschiedensten Bereichen zum Einsatz kommt. Insbesondere der nicht berauschende Inhaltsstoff CBD (Cannabidiol) begeistert Wissenschaftler und Verbraucher gleichermaßen.

Reines CBD, aufwendig isoliert

Auch Experten der Qualitätsmarke Rubaxx haben sich intensiv mit Cannabis beschäftigt. So ist es ihnen gelungen, eine spezielle Cannabispflanze der Sorte *sativa* L. mit hohem CBD-Gehalt zu finden. Aus

ihr wird mittels eines komplexen CO₂-Verfahrens reines CBD isoliert und aufwendig in Rubaxx Cannabis CBD Gel aufbereitet. Neben ~600 mg CBD enthält das Gel zudem Menthol und Minzöl. Diese wirken nicht nur kühlend, sondern unterstützen auch beanspruchte Muskelpartien.

Geprüfte Qualität von der Pflanze bis zum Produkt

Die Herstellung des Gels findet unter höchsten deutschen Qualitäts- und Sicherheitsstandards statt. Das Gel wurde speziell für die tägliche Anwendung entwickelt und ist dermatologisch getestet. Verbraucher können das CBD Gel je nach Bedarf mehrmals täglich auf die Haut auftragen.

→ Einzigartig – mit ~600 mg CBD

→ Geprüfte Qualität aus Deutschland

→ In der Apotheke erhältlich

Für Ihre Apotheke:

Rubaxx Cannabis CBD Gel

(PZN 16330053)

www.rubaxx-cannabis.de

Abbildung Betroffenen nachempfunden
Deseo, Wirkstoff: *Turnera diffusa* Dil. D4. Deseo wird angewendet entsprechend dem homöopathischen Arzneimittelbild. Dazu gehört: Sexuelle Schwäche. www.deseo.net • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing • Die Einnahme von Arzneimitteln über längere Zeit sollte nach ärztlichem Rat erfolgen.

Rubaxx Cannabis CBD Gel ist ein Kosmetikum und enthält ca. 600 mg CBD, kein THC. • Abbildung Betroffenen nachempfunden

Kleinanzeigenmarkt

Samstag, 26. Juni 2021

Stellenangebote



**Du bist Weltmeister darin,
5-mal hintereinander dasselbe Buch zu lesen?**
Du liebst es Sandkuchen zu essen?
Du siehst die Welt gern aus Kinderaugen?
Dann bist du bei uns genau richtig!

Wir sind eine kleine zweigruppige Einrichtung, mit 35 wunderbaren Kindern im Alter von 0,4 Jahren bis zum Schuleintritt.

Wir suchen ab sofort, für unsere abenteuerlustige und lebhaft Elterninitiative in Greven, als Mutterschutz-/Elternzeitvertretung, eine*n

liebevolle*n, fröhliche*n und offene*n Erzieher*in
Teilzeit/Vollzeit (30-39 Stunden möglich)

Wir wünschen uns von Dir:

- Liebe und Spaß an der Arbeit mit Kindern
- Identifikation mit der Pädagogik nach Maria Montessori
- Kreativität, Engagement und Professionalität für unsere altersgemischte Gruppe
- Wertschätzung an der Individualität der Kinder
- Mitreißende Begeisterungsfähigkeit
- Offenheit und Toleranz für „Land und Leute“
- Empathie
- Teamfähigkeit

Wir bieten Dir:

- Zwei kleine Gruppen mit einem entspannten Arbeitsklima
- Zeit für die Kinder, um ihren Bedürfnissen wirklich gerecht zu werden
- eine anspruchsvolle Tätigkeit mit vielen eigenen Gestaltungsmöglichkeiten
- eine familiäre Atmosphäre
- ein engagiertes, fröhliches und buntes Team
- regelmäßiges, professionelles Teamcoaching
- ganz wunderbare und individuelle Kinder und Familien
- die Möglichkeit auf eine unbefristete Stelle

Bewerbungen bitte bis zum 15. 07. 2021

- vorzugsweise per Mail an: **Elterninitiative Bambini e.V. Montessori-Kindertagesstätte Greven**
- vorstand@kitabambini.de**
- z.Hd. Frau Overfeld, Frau Müller
- Finkenstr. 13 · 48268 Greven
- 02571-9577090

Minijob als Bote

HALLO

Für die Verteilung der **HALLO am Samstag** suchen wir Dich (m/w/d, ab 13 Jahren) als **ZUSTELLER** in **MAURITZ**, im **KREUZVIERTEL** oder in **RUMPHORST**.

Auch als Ferienjob möglich!
Melde Dich bei der Aschendorff Direkt, wir freuen uns auf Dich!

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



WIR SUCHEN
2 Taxifahrer (m/w/d)
in Vollzeit für die Tagschicht

TAXIUNTERNEHMEN RAINER NEE
Rudolf-Diesel-Str. 9
59348 Lüdinghausen
(02591) 6006
www.taxi-nee.de

MITARBEITER*IN GESUCHT! Wir suchen für unsere Feinkostgeschäfte im Zentrum von Münster eine Fachkraft mit Kenntnissen im Frischbereich (Handhabung, Lagerung, Qualitätskontrolle). Sie sind neu in der Branche, bringen aber ein großes Interesse an leckerem Essen und Trinken mit! Dann arbeiten wir Sie gerne ein! Freuen Sie sich auf eine interessante und abwechslungsreiche Tätigkeit mit netten Kollegen. Ihre Bewerbung bitte an Judith Helmrich info@butterhandlung-holstein.de www.butterhandlung-holstein.de

Handwerker oder Techniker (d/m/w) Für unseren Hausmeister/Hausmeister in einem modernen Bürogebäude am Hafen von Münster (dock14) suchen wir eine Urlaubs- und Krankheitsvertretung. Ruf uns gerne unter ☎ 0251/399660 an oder sende Deine Bewerbung per E-Mail an bewerbung@cronos.de

Wir suchen für das Herz-Jesu Krankenhaus in Hiltrup zuverlässige, deutschsprachige Mitarbeiter/innen für die Reinigung der Stationen und im OP-Bereich, in Teilzeit. Arb.-Z. nach Vereinbarung. Bitte melden Sie sich ab Montag zw. 8.00 - 11.30 Uhr bei unserer Frau Gruhn unter der ☎ 02501-177670.

Wir suchen für ein neues Holstein Konzept Mitarbeiter (m, w, d) für Service und Verkauf. Haben Sie Interesse an gutem Essen und Trinken und an einer abwechslungsreichen Tätigkeit in Teilzeit oder Vollzeit? Dann schicken Sie uns Ihre Bewerbung bitte per Mail an Judith Helmrich info@butterhandlung-holstein.de

Wir suchen für die Fachklinik Hornheide in Handorf zuverlässige, deutschsprachige Mitarbeiter/innen für die Reinigung mit St.-Karte. Arb.-Z. nach Vereinbarung. Bitte melden Sie sich ab Montag zw. 8.00-13.00 Uhr bei unserer Frau Guimarães unter ☎ 0251/32878626.

Fahrer (m/w/d) aus der näheren Umgebung zur Personenbeförderung zum Stüt Tilbeck in Havixbeck werkt. von 7.30-8.30 Uhr u. 16.30-17.30 Uhr auf Mini-Job-Basis/Teilzeit gesucht. Fahrzeug kann mitgenommen werden. Auto Bruns, ☎ 02864/2154 u. 9518110

Aushilfen gesucht! Für Bestäubungsarbeiten, während der Maisblüte, suchen wir Aushilfen für ca. 2-3 Wochen im Juli. RAGT 2n Saebeck, ☎ 02574/938015

Suche Putzfrau 1x/Woche 2-3 Std. (Sentruper Höhe), gerne mit kompletten Covid-Impfschutz, da Hausbewohner Risikopatient. 0251/82894.

Wir suchen für die Raphaelsklinik in Münster zuverlässige, deutschsprachige Mitarbeiter/innen für die Reinigung mit St.-Karte. Arb.-Zeit nach Vereinbarung. Bitte melden Sie sich zw. 8.00 - 12.00 Uhr bei unserer Frau Schulte unter ☎ 0251 - 50074241

Zum Ausbau unseres Teams suchen wir ab sofort Produktionsmitarbeiter (m/w/d) in Vollzeit für unseren neuen Standort in Altenberge. Wir freuen uns auf Sie. Wäscherei Sicking GmbH, ☎ 02505 9396720 (Frau Drees) o. per E-Mail: info@waescherei-sicking.de

Nachaktiv? Brief und mehr sucht in Münster Mitarbeiter (m/w/d) in Vollzeit für die Sortierung in der Nacht. Wir freuen uns auf Ihre Bewerbung auf www.briefundmehr.de oder per E-Mail an kontakt@briefundmehr.de

Borghorst, Fürstenstr. 30: 1 x monatl. Reinigung eines Treppenhauses u. Kellerflurs, ca. 5 Std., Anfangslohn 12 € Netto/Std., ☎02504/1574 o. 0173/6617155 (o. melden bei Frau Rudi, EG, links)

Freundl. Haushaltshilfe für unsere Eltern in Roxel gesucht, ca. 20 Std./Wo., sozialversicherungspflichtig, gute Deutschkenntnisse erwünscht, NR. eMail: zweibirken@online.de

Kommissionierer (m/w/d) in Altenberge gesucht. 2-Schicht, Stundenlohn 11,50€ und ein unbefristeter Arbeitsvertrag, pd Personaldienst 0251-41847-60, bewerbung-ms@personaldienst.de

Wir suchen für unsere Spielhallen in MS, Telgte u. WAF nette freundl., flexible Servicekräfte (m/w/d) in VZ/TZ o. Aushilfe, gerne auch rüstigen Rentner. ☎ 0176/22824925.

Suche zuverl. Hilfe im Privath. f. Putzarbeiten u. leichte Gartenarbeiten in Herbern. 14-täg. ca. 3 Std. ☎ 02599/8109866.

Wir suchen sozialver. Reinigungskräfte in Münster. Melden unter: Fr. Grimpe 0174/6999982 Faber Gebäudereinigung Datteln

Stellengesuche

Altenpflegerin mit Herz und Erfahrung sucht seriöse Stelle als 24 Std. Senioren - Betreuerin ☎ 0156 /78 696 393

Übernahme Heckenschnitt, Strauchschnitt, Baumschnitt und Rasen mähen. ☎ 0251/1491811 oder 0176/20436677

Erfahrener Malermeister, sauber, schnell und zuverlässig sucht Nebenjob. 01575/4126353

Erfahrener Maler sucht Arbeit, ☎ 0163/6248398

Mercedes gesucht! Auch älteres Modell oder Cabriot. Gerne alles anbieten. ☎ 0178/1513151

Sonstige Fahrzeuge

0173/2302267 ATC Autoankauf - Kaufe alle PKW's, Busse, TÜV/KM egal, auch Unfall/Motorschäden, auch per WhatsApp

Reisemobile/Wohnwagen

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

Nutzfahrzeuge/Anhänger

Minibagger Kubota U27-4, Bj. 2014, 2186 Std., Gewicht: 2700 kg, 4 Löfel, VB: 10.500 € ☎ 0174/8986937

Grundstücke

5-köpfige Familie sucht Hofstelle idealerweise mit Acker- und Grünland. Angebote unter: ☎ 0151/51879189

Verkauf Häuser

Dülmen: Renovierungsbedürftige Doppelhaushälfte mit Eigengrundstück zu 193.000 € zu verk. Zuschriften unter ☎ 12262 ZGM, 48135 Münster.

Ankauf Häuser

Suche Mehrparteienhaus von privat. ☎ 0157/50350356

Wohnungen Vermietung

Drensteinfurt, 2 ZKB, 55 m², 2. OG, Südbalk., Pkw-Stellpl., ab 01.10.2021 frei, 380 € + NK. ☎ 02508/8472, 9-18 Uhr.

MS, südl. Stadtrand, v. privat, 3 ZKB, beheizter Wintergarten, ca. 115 m² + Dachterrasse 65 m², m. Blick auf schönem Ziergarten, m. altem Baumbestand, Bad mit Fenster, kompl. neu, gr. Dusche, abgesehl. Etage, keine Maklercourtage, Kautio 2 MM, Whg. ist bezugsfertig. Kontakt täglich v. 11-19 Uhr, ☎ 0251/7890020 (Eigentümer), zeitnahe Einzelperson-Besichtigung nach Absprache, uns ist an einem langfristigen Mieter gelegen, Kinder u. Haustiere kein Hinderungsgrund.

Drensteinfurt-Mitte, 3 ZKBB, 83 m², 1. OG, TG-Platz, KM 600 + NK, ab 01.09. frei, ☎ 02508/1348 od. 07728/35337

Wohnungen Mietgesuch

Rentnerin, 66 J., alleinstehend, NR, keine Haustiere sucht in Greven eine 2-3 Zi.-Whg., E-Mail: pendel74@web.de oder ☎ 0163/8743845.

Zimmer Vermietung

3 Frauen 60+ suchen 1 Mißbewohnerin für eine WG (gegr. März 21). Wir wohnen in einem 2-Familienhaus mit gr. Garten zw. Versmold u. Fichtorf, Freude an Gartenarbeit wäre schön, Wohn-u. Schlafzi. sep., ☎ 0170/4461663

Immobilienmarkt Sonstiges

Aktionspreis 2.195 € - Carport aus F1 Ta Konstruktionsholz in massiver Bauweise. Abmaß z.B. 4,00 x 8,00 m Trapezblech Eindeckung, Zinkrinne Montage und andere Maße auf Anfrage. Recker Holzcenter ☎ 05459/7823 www.reckerholzcenter.de

Haushalt & Geräte

Neuwertige Duschtür mit Seitenwand zu verk. wg. Umbau.(in WAF) Maße: für Dusche 0,90 x 0,90 VB 200 €. ☎ 0151/70854264.

Möbel

Esszimmertisch im Landhausstil, Platte Eiche hell, Tischbeine schwarz, 1,80 x 0,90 m, mit Ansetzplatten erweiterbar auf 2,30 / 2,80 m, Bilder gerne per Mail, VB 180 €, 02502 - 1674

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

Sitzgruppe um 1880, 6 Stühle, 1 Tisch (1,28x78) ausziehbar auf 2,40, Eiche, geringe Gebrauchsspuren, VB 450 €, Tel. 0151/59851934

Verk. modernen 5-türigen Kleiderschranks (Buche, B 2,30 m, T 0,60 m, H 2 m, Spiegel) w. Umzug. Preis 150 €, ☎ 02508/9978833

Kinderbett fast neu 70 x 140, Ikea, 30 €, Matratze 20 €, Wickelunterlage 5 €, ☎ 0251/619423

Rund um den Garten

Gartenhilfe mit Erfahrung in Greven für gelegentl. Gartenarbeit gesucht. ☎ 02571/952339 o. 2587 (AB)

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

Fahrräder

Damenfahrrad 28er, sehr gepfll., tiefer Einstieg, NP 598 € jetzt für 220 € zu verkaufen. ☎ 0251/619423

Schwarzes Original Gazelle Nostalgie A-Touren Damenrad, RH 57 cm, 1-A-Zustand, VB 340 €. ☎ 0172/7886289 MS-Handorf

2x Hercules Damenfahrrad 28, guter Zustand, je 75 € ☎ 02501/924930

Musikinstrumente

Klavier, schwarz, selected by Steinway, wenig gespielt, neu gestimmt, sehr schöne Optik, ☎ 0170/8432126.

Sport & Camping

Kettler Home-Trainer Golf (Rad) VB 80 € zu verk. ☎ 0176/50516338 ab 18 Uhr

Schlauchboot, weiß, L 3,50 m, VIB, m. Luftboden u. 10 PS Motor, neuw., zu verk. ☎ 0171/3003333

Sportschuhe kauft Luftgewehr, LuPi, Armbrust + Vorderl. ☎ 01525-5895651

Tiermarkt

Suche Partner zur Zucht von Tauben oder Gärten mit oder ohne Taubenschlag zu mieten in MS od. Greven. ☎ 0176/20829674

Labrador-Welpen, 2 weibl., 4 männl., ab 01.08. zu verk. ☎ 05426/2192

Vermittlungshilfe für Hunde in Not www.hundepfoten-steinfurt.de Oder ☎ 016096392299

Wir übernehmen Garten-, Pflaster u. Minibagger-Arbeiten, Neuanlagen usw., m. Abtransport, sämtl. Maschinen vorh., T.0171/1922353.

Gras zum Selberschneiden abzugeben, ca. 1-2 ha. ☎ 0251/2639658.

Gärtner-räumt-ihren-Garten-auf Hochdruckreinigung, Hecken-schnitt usw. ☎ 0179 2675397

Flohmarkt & Haushaltsauflösung

Flohmarkt im Garten - 27.6., 10 - 14 Uhr, MS-Coerdestr. 56a; es ist von allem da, alles muss raus!

Haushaltsauflösung MS-Mauritz (kein Schmuck) ☎ 0175/3453875.

Haushaltsauflösung in MS-Rumphorst am 26.06. ab 10 Uhr. Coronabedingt nur nach Terminabsprache unter ☎ 01522/4816974.

Horoskop vom 28. 06. 2021 bis 04. 07. 2021

WIDDER	(21.03.-20.04.)
	Nutzen Sie die kommende Chance und reden offen über ein brisantes Thema! Auch wenn einige Menschen lieber die Ohren verschließen würden, sollten Sie hart aber herzlich bleiben. Nur dann kann der alte Streit begraben werden und alle können sich wieder in die Augen sehen. Nachdem der Ballast abgeworfen wurde, fällt manches leichter und auch der Weg ist wieder klar vorgezeichnet. Kopf hoch!
STIER	(21.04.-20.05.)
	Auch wenn Sie sich innerlich jedem Konflikt gewachsen fühlen, hüten Sie sich vor allzu großen Höhenflügen. Die Ansichten aus Ihrem Umfeld dürfen Sie tolerieren, sollten aber einem Kompromiss nicht zu früh zustimmen. Warten Sie also ruhig ab, bis sich die Wogen wieder etwas geglättet haben und legen dann Ihre Vorschläge auf den Tisch, gemeinsam sollte dann entschieden werden. Nur Mut!
ZWILLINGE	(21.05.-21.06.)
	Auch wenn jemand gerne aus einer Mücke einen Elefanten machen möchte, sollten Sie versuchen, das Thema wieder auf eine normale Ebene zu lenken. Nur dann wird es Ihnen auch gelingen, einem Streit und damit auch einem Rückschlag aus dem Weg zu gehen. Auch wenn Ihnen die weitere Entwicklung nicht gefällt, sollten Sie es erst mal auf sich beruhen lassen. Kommt Zeit, kommt Rat, das kennen Sie ja!
KREBS	(22.06.-22.07.)
	Gerade in dieser Zeit ist Ihr Improvisationstalent gefragt, denn man möchte, dass Sie Ihre Leistungen unter Beweis stellen. Auch wenn es Ihnen nicht so gut gefällt, machen Sie einfach bei dieser Art von Spiel mit und tun Ihrem Umfeld damit einen großen Gefallen. Danach dürfen Sie dann wieder Ihre Forderungen stellen, die auch angenommen werden müssen. Bleiben Sie aber äußerlich gelassen!
LÖWE	(23.07.-23.08.)
	Sie haben lange auf diesen Erfolg hingearbeitet, nur so richtig zufrieden sind Sie damit noch nicht. Ein bestimmter Punkt lässt Sie noch an Ihrer Entscheidung zweifeln und regt zum Nachdenken an. Bevor Sie sich über einzelne Dinge klar sind, könnte aber zu viel Zeit vergehen. Deshalb sollten Sie mit einer gewissen Unterstützung einfach aus dem Bauch heraus handeln und dabei auch ein Risiko eingehen.
JUNGFRAU	(24.08.-23.09.)
	Wenn sich Geben und Nehmen das Gleichgewicht halten, dann ist alles in Ordnung! Sobald aber eines dieser Dinge in eine bestimmte Schiefecke gerät, kommen Ihnen schon die ersten Zweifel. Doch damit ist noch keine Lösung für das Problem gefunden, denn Sie sind auf eine gewisse Mithilfe angewiesen. Lassen Sie sich also gut beraten, bevor Ihnen die ersten Fehler unterlaufen. Das wird Ihnen helfen!
WAAGE	(24.09.-23.10.)
	Sie haben absolut nichts gegen eine Konkurrenz, nur sollte alles fair ablaufen. Doch gerade bei diesem Thema könnte es brenzlich werden, denn hier treffen zwei Welten aufeinander. Schneiden Sie sich also nicht ins eigene Fleisch, wenn Sie zu offen Ihre Meinung verkünden. Warten Sie ab, was die andere Seite zu bieten hat und machen dann einen Gegenvorschlag. Man könnte sich in der Mitte treffen.
SKORPION	(24.10.-22.11.)
	Jeder Weg ist mit gewissen Hindernissen und Problemen verbunden, auf die auch Sie achten müssen. Trotzdem sollten Sie voller Optimismus auf Ihr Ziel zusteuern und sich nicht von Kleinigkeiten aufhalten lassen. Wenn diese Situation jedoch mit noch mehr Arbeit verbunden ist, sollten Ihnen die ersten Zweifel kommen. Sie haben diese Aktion als zusätzlichen Ausgleich betrachtet und nicht als Stress.
SCHÜTZE	(23.11.-21.12.)
	Sie finden kaum noch Zeit für sich und Ihre persönlichen Interessen. Diese Phase sollte Sie zum Nachdenken zwingen, was Sie jetzt und in der Zukunft anders machen könnten, um sich aus dieser Situation zu befreien. Steuern Sie also rechtzeitig dagegen an, bevor Sie sich in irgendwelche Pläne verrannt haben, die nur noch eine zusätzliche Belastung bedeuten würden. Sorgen Sie für mehr Ruhe!
STEINBOCK	(22.12.-20.01.)
	Tappen Sie nicht in eine Falle, die Ihnen die absolute Harmonie verspricht! Diese Zusage sollten Sie als Scherz ansehen, denn niemand kann Ihnen solche Dinge garantieren. Schauen Sie also genau hin, wenn Sie nach Partnern suchen, die Ihnen auf dem kommenden Weg behilflich sein könnten. Ein guter Freund unterstützt Sie im Hintergrund und wird nicht versuchen, Sie von der Spitze zu verdrängen.
WASSERMANN	(21.01.-19.02.)
	Sie können Kritik vertragen, wenn diese Hand und Fuß hat. Sollte man aber versuchen, Sie von Ihren Plänen abzubringen, dürfen Sie gerne zeigen, dass Sie für ein bestimmtes Ziel auch kämpfen würden. Aus einem gewissen Pflichtgefühl heraus, übernehmen Sie zu viele Aufgaben. Doch Sie werden bald bemerken, dass Ihnen diese Dinge über den Kopf wachsen. Stoppen Sie diese ganze Aktion. Nur Mut!
FISCHE	(20.02.-20.03.)
	Sie bemühen sich schon lange, auf einen Zug aufzuspringen, der Sie in eine bestimmte Richtung bringen soll. Doch ist das Tempo höher, als Sie es erwartet hatten, und Sie könnten den Mut verlieren. Nehmen Sie also die Unterstützung an, die man Ihnen für dieses Vorhaben angeboten hat. Damit werden dann auch wieder Ihre Ideen aktiviert und es kann einen neuen Aufschwung geben. Weiter so!

Mach die NACHT zum Tag

Werde eines unserer
**NACHT
Lichter**

**Früh aufstehen lohnt sich!
Jetzt bewerben!**

Nachtlichter gesucht!

Holen Sie sich die Freiheit, die Stille der frühen Stunde bei der Arbeit zu genießen. Bewerben Sie sich heute.

Wir suchen

zuverlässige Zusteller (m/w/d) der Tageszeitung und Urlaubsvertretungen

Für alle, die bei sich um die Ecke arbeiten wollen.
Für alle, die mindestens 18 Jahre alt sind.

Zustellung der Tageszeitung:
Mo.-Sa. ab 18 Jahre, nachts / frühmorgens

Melden Sie sich unverbindlich bei der
Aschendorff Logistik GmbH & Co. KG
unter **0251 690-664** oder
nachtlichter@aschendorff.de

Aschendorff
Logistik

Rätselspaß

Samstag, 26. Juni 2021

Wagen ohne eigenen Motor	erd-farben	mitunter, manchmal	dünkelhafter Mensch	Ozeane	kräftig, muskulos	Bewohnerin der Hptst. Italiens	Figur bei Heinar Kipphardt	dt. Komponist † (von ...)	Simpsons'-Figur, ... Flanders	Eingang (franz.)	englisch, französisch: Alter	Papa-gelen Neuseelands	kandierte Fruchtschale	rumän. Frischkäse	langer Spieß	griechischer Buchstabe	ein Erdzeitalter
direkt	antikes Kriegsschiff	allerdings, andererseits			erster Schachzug	Verheiratete					Bestechung					ein Hanseat	Abk.: Kaution
Materialverlust am Reifen		4	weibliches Raubtier	Kapuzenmantel der Beduinen	Zwerg		Vorname von Sänger Stewart	Maßeinheit der Atomphysik	Schild des Zeus	kaufm.: zum Nennwert	Mutter Samuels (A.T.)		Teil des Mittelmeers			ungar. Sopranistin (Valerie)	
Bett' in der Kindersprache	ein Farbton			ungenau, verschwommen	6	griechisches Gebirge	französisches Kugelspiel				Innenhof altrömischer Häuser	Fremdwortteil: Luft	edle Pferderasse	Verordnung		Maßeinheit f. Strumpfhosen	Uferstraße (franz.)
Fahrzeug					griechisches Wortteil: innen	orient. Reisfleischgericht			Gewaltherrscher	ab-suchen						Markierung auf See	Stadt bei Raab (Ungarn)
mundartlich: Ameisen			nach innen	Volk der Westfinnen			Einzelstück	Pfeil in einem Würfelspiel			Kfz- Abgasentgifter (Kw.)		Symbol des Judentums		Schönling (franz.)		
		französisches Pop-Duo, ... Punk	mongolischer Nomade			Schiffstau	Teil des Arms				Jugendlicher (Kw.)	Balearen-Insel					
Flächenmaß der Schweiz	Wortteil für 'dritte Potenz'	Trennungsstrich		US-Bundesstaat	vollständiges Blenen-volk		griechischer Buchstabe			altröm. Komödiendichter	Berliner Flughafen				Vorfeld einer Festung	italienisch: ja	Software-nutzer (engl.)
Familienverband		9	Zierpflanze	rostfördernd				Blechblas-instrument	Radioemp-fänger (engl.)			veraltet: Zunft		indianische Sprachfamilie		italienisch: zwei	ein Mainzel-männchen
Reifeprüfling	nigerian. Universitäts-stadt	Zeit-alter			'heilig' in span. Städtenamen	Oper von Verdi	Vorname des Autors Rushdie	indian. Stam-mes-zeichen		falsch, gelogen	französischer Autor † (Yvan)						
									Meeres-säuge-tier	Bürger eines König-reichs						Wichtig-tuerei	
Zaren-erlass	'James-Bond'-Autor, ... Fleming †		Katzen-laut	Vorname d. Ebner-Eschen-bach	chemisches Element			ehem. niederl. Gulden	Berg-hütten-wirt		zentral-afrikan. Pygmä-enstamm	röm. Adels-ge-schlecht	Haus-halts-gerät	feine ägypt. Baum-woile	Mast-baum-befesti-gung		ein In-dustrie-verband (Abk.)
tropischer Laub-baum	dickbau-chiges Hanse-schiff	kreti-scher Sagen-könig	7		Frucht-ge-tränke	Titel-figur Erich Kästners	2	Spaß			Cocktail mit viel Zitrone	'Killer-wale'			irische Sagen-ge-stalt	Initialen Rüh-manns	
				straff	russ. Physiker und Dis-sident			5	Novelle von Theodor Storm	Italien. Mode-label, 'Paul & ...'				Bundes-land in der Schweiz	König von Saudi-Arabien		
		briti-scher Politiker † 1967	antikes Reich in Süd-arabien		Frage-wort (4. Fall)		Narr	Lärm				Dom-stadt in Polen	kleiner Tropen-vogel		11		
Fremd-wortteil: mit	An-sporn				zeitliche Abstim-mung	ägypti-sche Millio-nenstadt			Sport-gewichts-klasse	Fremd-wortteil: Milliarde		französischer unbest. Artikel		deutsche Schau-spielerin (Iris)	englisch: tun, machen	Fakul-tätsvor-steher (Mz.)	veraltet: Krieg
kleine Schiffs-kabine		Raum-maß für Schiffe (Abk.)		Beifahrer, Teilhaber	Futurale	italie-nische Insel, Toskana	wild lärmend spielen		franzö-sisches Departement	in Flam-men stehend	Fels, Schiefer		Halb-affe, Lemur	Heil-gehilfe im MA.			
Wortteil: Hun-dertstel	Staat in Ost-europa	raum-sparend ver-packen	englisch: Lächeln		sich an-strengen	Aufsehen erregend		10		Pensio-nen an Auto-bahnen	Rhein-Zufluss (Wein)				heilig		
Ostsee-insel				Haut-krankheit bei Haus-tieren	Akku-sativ von ich		englisch: eins		franzö-sischer Polizist	Kurort in Südtirol		eigentlicher Name Voltaires		'heilig' in portug. Städtenamen			
	13	Roman v. Defoe 'Robinson ...'	Märchen-figur					hohe Erdauf-schüt-tungen	Zu-schnitt (franz.)			ge-fiederte Tiere	geneigte Berg-seite				
Fremd-wortteil: vor	italie-nischer Maler † 1517			US-Horrorfilm (Riesen-hai)	Krän-kung, Affront	deut-scher Schrift-steller			Oper von Thomas		Quadrate						erotisch-attractiv
laut verkünden					Fernseh-gerät (ugs.)	US-Bundes-staat			österr.: Kellner (ugs.)	Denk-schrift (Kw.)			Winkel-maß		brasilianische Fußball-legende	englisch: Schuss-waffe	
Bruder von Romulus		viskose Ge-mische	in den Adels-stand heben	arabi-sche Land-schaft	Chromo-somen-erb-anlagen			ent-gelten, hono-rieren	Autor von 'Die Glocke'			Kerbtier-schaden	Hotel-diener				
						zeitliches Spiel-verbot f. Sportler	Kloster auf Mallorca		ehem. Bundes-polizei (Abk.)		Stadt in Kroatien	drei europ. Staaten (Kw.)					
englischer Gasthof	US-Schau-spieler (Nick)	Erfinder des Funk-alpha-bets		Schulter-tücher	aben-teuer-lustige Kinder				unor-dentlicher Mensch	Neustart des Be-triebs-systems				kleines Fischer-boot	griechi-scher Buch-stabe		
Anfängerin		Folter, Qual	ein Ver-kehrs-zeichen		3	englischer Artikel		Kraftfahr-erorgani-sation (Abk.)	Tycoon, Magnat			Miss-günstiger	lateinisch: Gesetz		poetisch: Märchen	rechter Neben-fluss der Rhône	
letzter Tag des Monats	Soßen	dennoch				Über-nach-tungs-stätten	Hoch-gebirge in Süd-amerika			ugs.: Schuhe	westl. Militä-r-bündnis (Abk.)		Filmstar, ... Thur-man		wörtliche Beleg-stellen		
				Rufname des Sängers Cocker	altrömi-scher Kaiser	Kinder-figur der Spyri		Getreide-blüten (Mz.)	gesamt. Segel-werk am Schiff		dt. Mode-designe-rin, ... Sander	Gewichts-klasse (Sport)	türkischer Würden-träger	hartes Kamm-garn	Buddhis-mus-richtung		
kalte Steppe Sibiriens		eh. Film-gesell-schaft (Abk.)	ein Balte	Aus-le-gung, Deutung	Sohn des Posei-don			kochen	Jäger-rucksack	8							Wind-schatten-seite
						Oratorium von Handel	trennen		Stevie Wonder-Lied, 'Isn't ... Lovely'		quitt	Strom zur Nordsee			Teil des Motors	Abk.: seiner-zeit	
nicht diese	Ver-fasser v. Spott-schriften	dt. Recht-schreib-buch			skan-dina-vischer Staat	Fremd-wortteil: halb				kalter Wind in Südfrank-reich	Tuch-macher		Meeres-fisch	Zier-gefaß			
Vorname Maffays			ein Baum-woll-gewebe	Süß-wasser-fische													
		ausge-mergel-tes Pferd	Dünge-mittel		Fluss zum Dollart		Zeichen vor Bahn-über-gängen	Milch-wirt			US-Re-gisseur (Robert)	tragen-der Bauteil					
Vorname von Ex-Radprofi Ullrich	ind. Fürstin-entitel					alt-griech. Fabel-dichter	Staat in West-afrika			Ab-schieds-gruß	Comedy-Serie, 'Alles ...'		Ultraschall-Gitarist, Midge ...		ehem. dt. Profi-boxer (Sven)	Spiel-karten	
Ausruf der Bejahung		Schwei-gen der Lämmer'-Produzent		Stadt im Norden Ugandas	balkon-artiger Vorbau			bayeri-sche Porzel-lanstadt	Wett-kämpfer (Mz.)				eine Sprach-Software	Körper-aus-strah-lung			
			ostasia-tisches Laub-holz	US-Drama-tiker † (Edward)			westdt. Sende-anstalt (Abk.)	bayrisch: ruhig		Gestalt der Edda		deutsche Girlgroup, Tic Tac ...	Weih-nachts-mann (engl.)				
früherer österr. Adels-titel	chinesi-sche Flöte	Fremd-wortteil: über, oberhalb		Abk.: Haupt-schalter	Textil-betrieb					Initialen der Turner	lauter Ausruf	dt. Adels-haus (Thurn und ...)			kleines Längen-maß (Abk.)		
Staat in Vorder-asien				böser Mensch		12	Jubel-welle im Stadion (La ...)		Trink-alkohol				Hüne				
Segel-boot-fahrt		beliebtes Kör-per-training						Nadel-baum					Unter-nehmen (Mz.)				

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----

Hypochondrie ist eine psychische Störung

Angst in den Griff kriegen

„Alles Einbildung“, „Simulant“ oder schlichtweg „Hypochonder“, diese Begriffe bekommen sie an den Kopf geworfen. Wer Angst vor Krankheiten hat, muss sich von seinem Umfeld teilweise einiges anhören.

Dabei gehört zur Wahrheit: Zwar haben Betroffene die gefürchteten Erkrankungen in der Regel nicht, gesund sind sie trotzdem oft nicht.

Bei Hypochondrie, die heutzutage meist als Krankheitsangststörung bezeichnet wird, handelt es sich um eine psychische Störung, die den Alltag stark beeinträchtigt. Der Begriff Hypochonder werde inzwischen fast als Schimpfwort verwendet, erklärt Timo Slotta, Psychologischer Psychotherapeut an der Spezialambulanz für Krankheitsangst an der Universität zu Köln.

Um von seinem Umfeld als „Hypochonder“ bezeichnet zu werden, reicht es meist schon, Sorgen oder Beschwerden zu äußern, die bei einer medizinischen Untersuchung dann nicht bestätigt werden.

Für die tatsächliche Diagnose bedarf es etwas mehr: „Betroffene beschäftigen sich exzessiv damit, eine schlimme Erkrankung zu haben“, sagt Slotta. „Meist geht es um Erkrankungen, die einen über Monate oder Jahre hinweg sterben lassen können.“

Sie gehen häufig zum Arzt, grübeln, lesen viel zu dem Thema und betreiben sogenanntes Bodychecking. Das bedeutet, sie scannen zum



„ist da etwas?“. Menschen mit Krankheitsangst checken ihren Körper häufig auf mögliche Auffälligkeiten ab.

Foto: dpa

Beispiel ihre Haut nach verdächtigen Flecken, Tasten sich so lange ab, bis es schmerzt, machen Gleichgewichtsprüfungen, oder messen oft ihren Blutdruck oder den Sauerstoffgehalt im Blut.

Sich ab und an vor bestimmten Symptomen erschrecken, ist dabei nicht das Problem, wie Slotta betont. Krankhaft wird es dann, wenn man es unbedingt abklären muss und der Alltag beeinträchtigt ist.

„Betroffene entwickeln ein

Vermeidungsverhalten: Sie gehen nicht mehr zum Sport oder zur Arbeit“, sagt Sabine Köhler. Sie ist Vorsitzende des Berufsverbandes Deutscher Nervenärzte (BVDN) und arbeitet als Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie in Jena. Hinzu kommt der zeitliche Aspekt: Für eine Diagnose müssen Betroffene mindestens ein halbes Jahr der Überzeugung sein, eine schwere Erkrankung zu haben. „Die Patienten weigern sich, die Diagnosefreiheit zu

akzeptieren und schieben immer neue Untersuchungen an.“

Warum manche Menschen eine derartige Angststörung entwickeln, ist noch nicht vollständig erforscht. Aber es gibt verschiedene Theorien. Womöglich spielen genetische Einflüsse eine Rolle. Gleiches gilt für den Erziehungsstil und frühe Erfahrungen mit Krankheiten. Auch eine unsichere Bindung zu den Eltern im ersten Lebensjahr kann zur Entstehung einer Krankheitsangststörung führen.

Oft seien Menschen betroffen, in deren Umfeld sich schwere Erkrankungen häufig entwickeln, sagt Timo Slotta. Auch bestimmte Denkstile spielen eine Rolle: Menschen mit Krankheitsangststörung befürchten häufig, durch ihre Gedanken oder ihr Verhalten die Entstehung von Krankheiten zu provozieren.

Zwar gibt es für die Diagnose festgelegte Kriterien. Sie zu stellen, ist aber nicht so ein-

Muskeln am Rumpf stärken

Um während und nach der Joggingrunde keine Rückenschmerzen zu riskieren, sollten Läuferinnen und Läufer ihre Rumpfmuskeln stärken. Sie stützen den Rücken und sorgen für die nötige Stabilität, erklärt die Aktion Gesunder Rücken (AGR).

Ursache für Kreuzbeschwerden durchs Laufen sei häufig eine Verlagerung ins Hohlkreuz. Dabei kippe das Becken nach vorne und die untere Wirbelsäule werde ungewohnt stark gewölbt. Verspannungen und Schmerzen seien vorprogrammiert. Vor allem unerfahrene Joggerinnen und Jogger haben laut der AGR damit zu kämpfen.

Umso wichtiger ist es, die Muskeln in der Körpermitte zu trainieren. Dafür ist zum Beispiel der Unterarmstütz eine gute Übung.

Neueinsteiger sollten es auf den ersten Laufrunden generell etwas langsamer angehen lassen, damit sich Muskeln, Sehnen und Bänder an die neue Belastung gewöhnen. Es empfiehlt sich, anfangs abwechselnd zu laufen und zu gehen und die Länge der Laufpassagen Stück für Stück zu steigern. (dpa)

Schrank schlägt Badezimmer

Als Aufbewahrungsort für Arzneimittel schlägt der Kleiderschrank im Schlafzimmer das Badezimmer. Denn in feucht-warmen Räumen wie dem Badezimmer oder in der Küche nehmen Medikamente leicht Schaden, erklärt die Landesapothekerkammer Hessen. Besser geeignet sind Räume mit konstanter Temperatur. Neben dem Schlafzimmer sei auch der Flur oft eine gute Wahl. Arzneimittel sollten generell an einem kühlen und trockenen Ort aufbewahrt und vor direkter Sonneneinstrahlung geschützt sein. Manche gehören in den Kühlschrank. Leben kleine Kinder im Haushalt, liegen die Medikamente idealerweise in einem abschließbaren Kasten oder zumindest in den oberen Regalfächern eines Schrankes. (dpa)

ter Huurne
HOLLANDMARKT

Alle Angebote auf
www.terhuurne.nl



terhuurnehollandmarkt
Angebote gültig vom 23.06.2021 bis zum 06.07.2021.
Satz- und Druckfehler vorbehalten

Alsteedseweg 64,
Grenzübergang Buurse-Alstätte
Bis gleich!

Käse Bierknacker
5 St. **3.99**

Rostbratwurst
5 St. **2.99**
Grilltipp!

Remia Soßen
4 Sorten **3 Stück! 1.99**

Eduscho Gala
3 Sorten 1000g / Bohnen **5.99**

Dallmayr Classic
500g / Vakuum **2.49**

Dallmayr Prodomo
500g / Vakuum **3.29**

FISCHABTEILUNG
Neuer Fang
Holländische Matjes!
Garnelen in Schale* 4 stuks! 4.99
Thunfischsteaks* 1000g! 8.99
*Das Foto zeigt die aufgetauten Produkte. Verkauf aus dem Tiefkühlfach excl. Garnitur.

Kellogg's
XXL Corn Flakes 1000g! 1.99

Kellogg's Corn Flakes 1000g! 1.99

Kroketten
Kalb o. Garnelen 300/480g **1.49**

Gouda Pikant 1000g! 4.99

Wassermelone 1000g! 0.69

Bananen 1000g! 0.99

BRÜTEN SIE NICHT LÄNGER IN DER SOMMERHITZE!

Ein heißer Sommer folgt auf den nächsten und extreme Hitzeperioden machen uns zu schaffen. Nicht nur der gesunde Schlaf leidet stark unter der Hitze, auch unsere Konzentrationsfähigkeit schwindet, sobald auch die Temperaturen höher klettern. Sowohl auf der Arbeit als auch Zuhause sehen wir uns daher nach einer Abkühlung. Doch Ventilatoren bringen leider nur wenig Linderung, da sie die Luft lediglich bewegen und die Wärme umverteilen. Für eine effektive Raumkühlung kommt man an einer Klimaanlage nicht vorbei. Doch wie aufwändig ist es, diese nachträglich einzubauen?

Kann man eine Klimaanlage nachträglich einbauen?

Selbstverständlich! In Deutschland werden heute die wenigsten Objekt im Voraus so geplant, dass eine Klimaanlage installiert werden kann. Dennoch lässt sich in fast allen Räumen problemlos ein Klimasystem verwirklichen, sagt Herr Annegarn Geschäftsführer der Annegarn GmbH. Wir helfen unseren Kunden die optimalen Temperaturen in ihren Räumlichkeiten zu verwirklichen. Wenn Sie nur einen Raum kühlen möchten, bietet sich eine Splitanlage an, bei mehreren Räumen greift man am besten zu einem Multisplitanlage. „Split“ bedeutet bei Klimaanlage, dass das System aus zwei Teilen besteht, einem Innengerät und einem Außengerät. Das Innengerät wird im Innenraum montiert, das Außengerät wird an der Außenwand, auf dem Dach, Terrasse oder auch einem Balkon montiert. Die beiden Module sind mittels Kältemittelleitungen, Stromkabel und ggfs. Kondenswasserleitungen verbunden. Wenn Sie mehrere Räumlichkeiten installieren wollen, so funktioniert dies nach dem selben Prinzip. Bei einer Multisplit-Klimaanlage können bis zu fünf Innengeräten an nur ein Außengerät angeschlossen werden.

Herr Annegarn bietet seinen Kunden für jedes Objekt das passende Gerät und Hersteller. Für die meisten Haus- oder Wohnungsbesitzer ist der Gedanke eine bauliche Veränderung abschreckend. Tatsächlich hält sich der notwendige Aufwand für die Installation allerdings in Grenzen. Erfahrende Fachkräfte von der Firma Annegarn erledigen den Einbau der Klimageräte, je nach Größe der Anlage und Anzahl der zu installierenden Module, meist binnen weniger Stunden. Für die Leitungen, die Innengeräte und Außeneinheit miteinander verbinden, muss ein 5 bis 7 cm großen Loch in die Außenwand gebohrt werden und auch die Halterung für die Innengeräte werden durch Bohren an der Innenwand befestigt. Ausgebildete Kältetechniker führen diese Arbeit sorgfältig, fachgerecht und rasch durch. Sie bringen außerdem das nötige Zubehör wie auch Werkzeug und Materialien für die Montage mit zum Einsatzort.

Kältetechnik
Klimatechnik
Getränketechnik

ANNEGARN

SHOWROOM
Klimatechnik & Wärmepumpen

Jetzt neu in Münster
An der Kleimannbrücke 101



**0163/3290707**

**0251/329075**

**info@annegarn.de**

**www.annegarn.de**

Eiskalte Idee mit Wassermelone

Perfekte Erfrischung

Wenn die Temperaturen in die Höhe klettern, sind leckere Durstlöscher gefragt. Ganz oben steht da die Wassermelone. Doch die ist nicht nur pur erfrischend. Da sind mehr eiskalte Ideen gefragt.

Wenn sie zu 90 Prozent aus Wasser bestehen, sind sie die idealen Durstlöscher – am besten eiskalt: Bevor Wassermelonen „geschlachtet“ werden, halten sie sich im Ganzen ein bis zwei Wochen bei Zimmertemperatur. Doch sobald die Wassermelone angeschnitten ist, gehört sie mit Klarsichtfolie bedeckt in den Kühlschrank und sollte innerhalb von zwei bis drei Tagen verzehrt werden, rät das Magazin Salon (Ausgabe Sommer 2021) und hält ungewöhnliche Zubereitungstipps parat.

Eines davon ist das Melonensorbet, und dies wird wie folgt zubereitet:

☆ Für das Sorbet lässt man 80 g Zucker mit 100 ml Wasser in einem Topf aufkochen und

abkühlen.

☆ 1 Kilo Wassermelone würfeln und mit dem hergestellten Zuckersirup sowie 70 ml Limettensaft pürieren und durch ein feines Sieb streichen.

☆ Masse in der Eismaschine gefrieren lassen.

Wer keine Eismaschine hat, kann natürlich auch einfach nur Melonenfleisch pürieren, in einem Becher samt Stiel einfrieren – und fertig ist das Meloneneis am Stiel.

Noch Melone übrig? Dann hier ein schnelles Rezept für eine libanesische Wassermelonensuppe: 800 g Fruchtfleisch grob zerkleinern und die Kerne entfernen. 300 g Salatgurke und eine Orange schälen, ebenfalls grob zerkleinern und mit einer halben Handvoll Minzblätter in einem Standmixer fein pürieren, mit Salz und Ahornsirup abschmecken und eisgekühlt servieren. (dpa)

Einkauf

Zutaten für sechs Portionen

- ★ 80 g Zucker
- ★ 100 ml Wasser
- ★ 1 Kilo Wassermelone
- ★ 70 ml Limettensaft

Rezept der Woche

Melonensorbet

Foto: dpa/Klaus-Dietmar Gabbert

DW
DELLENENTFERNUNG
WEYERHÄUSER

10 % RABATT
auf Dellenentfernung bei
Vorlage dieser Anzeige
(nur einmal pro Kunde)

!NEUERÖFFNUNG!

Beseitigung von

- **Parkplatzdellen**
- **Hagelschäden**
- **Sturmschäden**

Trauttmansdorffstraße 95
48153 Münster
Telefon 0179 • 58 67 203
info@dellenentfernung-dw.de

www.dellenentfernung-dw.de

Zutaten genau studieren

Manche Grillsaucen enthalten Alkohol

Unter der Vielzahl der im Handel erhältlichen Grillsaucen gibt es auch welche, denen Alkohol zugesetzt ist, beispielsweise Whisky. Das wird allerdings unterschied-

lich gut auf der Verpackung kenntlich gemacht, ergab ein Marktcheck der Verbraucherzentrale Bremen. Meist handele es sich nur um geringe Mengen Alkohol, so-

braucherschützer auf der Verpackung deren Gehalt in Volumenprozent nicht auf-führen muss. Doch für Kin-der, Schwangere und alle, die auf Alkohol verzichten möch-ten, seien diese Saucen trotz-

dem nicht geeignet, so die Verbraucherschützer. „Nicht immer war der Hinweis nämlich auf der Vorderseite der Verpackung zu finden, und wir mussten erst die Zu-tatenlisten lesen“, erklärt Ve-

rena Buffy, Ernährungsex-pertin der Verbraucherzent-rale Bremen. (dpa)

Angebote gültig bis zum 03.07.2021 | Mo. KW 26

REWE
Dein Markt



Italien/Spanien/
Griechenland
Nektarinen
gelb- oder
weißfleischig
Klasse I

1,49
je 1 kg Schale



Spanien/Marokko
Cherry Romatomen
Klasse I, 1 kg = 2,76

-69
je 250 g Schale

www.rewe-dortmund.de/marktsuche
www.facebook.com/REWE.DORTMUND



33% gespart
3,99
je Kasten

Sinziger Mineralwasser
verschiedene Sorten
12 x 1 Liter, 1 l = -,33
zzgl. 3,30 Pfand



13,79
je Kasten

Veltins Pilleken
verschiedene Sorten
24 x 0,33 Liter, 1 l = 1,74
zzgl. 3,42 Pfand



37% gespart
1,11
je Packung

Iglo Würz-Spinat
tiefgefroren, 500 g Packung, 1 kg = 2,22
oder Rahm-Spinat
tiefgefroren, 750 g Packung, 1 kg = 1,48



25% gespart
1,49
je 160 g Pckg.

Leerdammer Scheiben
verschiedene
Sorten
100 g = -,93



KNALLER!
46% gespart
=95

Lätta Original
500 g Becher
1 kg = 1,90



8,22
je 1 kg

Frische Rinderrouladen
aus der Keule
zart und saftig



-20
je 100 g

Frische Hähnchenschenkel
mit Rückenstück
HKL A

nur Montag
unser Super-Tagesangebot

An unserer Bedienungstheke:
REWE Hausmarke Bockwurst
100 g = -,50

2 Stück

je 2 Stück à 100 g

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

