

HALLO

GREVEN · ALTENBERGE ·
NORDWALDE ·
RECKENFELD · SAERBECK ·
GIMBTE

Jeden Samstag · kostenlos
Samstag, 29. April 2023
Ausgabe 18/2023
Verteilte Auflage 23 260

Smierfäst

Fünf Bands spielen
im Jugendcafé Kesselhaus.
| Lokales



Rezept der Woche

Die Pide-Schiffchen
gibt's mit zwei Füllungen.
| Essen & Trinken



Kurznotiert

Neuer Spielplatz wird eingeweiht

GREVEN. Am Samstag, 6. Mai, wird ab 11 Uhr der neue Kinderspielplatz an der Overmannstraße 60 mit einem kleinen Spielplatzfest eröffnet. In die Spielplatzplanung sind viele Wünsche eingeflossen, die die Familien in der Wüste in einer Umfrage hatten äußern können, heißt es in einer Pressemitteilung. Stadt Greven und Wöstenverein laden nun gemeinsam zur Einweihung ein, der Wöstenverein wird auch mit einem Verkaufsstand für Kaffee und Kuchen vertreten sein.

Badesaison startet am 13. Mai

SAERBECK. Die Gemeinde informiert darüber, dass am Samstag, 13. Mai, die Freibadsaison eröffnet wird. Das Freibad ist täglich von 9 bis 20 Uhr geöffnet. Die Badeaufsicht wird wie in den Vorjahren wieder vom Wasser + Freizeit Verein Münster sichergestellt. Die Saison endet voraussichtlich am 3. September.

Spielnachmittag der Kolpingsfamilie

GREVEN. Der Spielnachmittag der Kolpingsfamilie Greven findet wieder am Mittwoch, 3. Mai, im „Haus der Begegnung“ an der Martinikirche statt. Beginn ist um 14.30 Uhr und Ende um 17 Uhr. Kommen kann jeder, der Lust am Spielen hat. Kaffee und Kuchen werden für 2,50 Euro pro Person angeboten. Für alle weiteren Getränke werden pro Getränk 1,50 Euro berechnet. Der Eintritt ist frei. Anmeldungen sind nicht erforderlich.



Proben laufen auf Hochtouren

Freilichtbühne Reckenfeld

Lokales

Foto: Archiv

SALLANDT

Nur vom Feinsten!

Münsterländer Spezialitäten



Alte Münsterländer Kornbrennerei & Liqueurdestillerie GmbH & Co.
48565 Steinfurt · Ruhenhof 11-13 · Tel. 02551 1371 · www.sallandt.de

DANKE!

Für über 70 Jahre Engagement und Vertrauen. Bitte helfen Sie uns auch weiterhin notleidene Kinder und Familien zu unterstützen.



2019/1

 **SOS KINDERDÖRFER**
WELTWEIT

sos-kinderdoerfer.de

Kontakt

Verteilung, Kleinanzeigen
0 25 71/93 68 40

Geschäftsanzeigen
0251/690 49 49
anzeigenannahme@
aschendorff-medien.de

Redaktion
redaktion.greven@
ag-muensterland.de

AGM | Anzeigenblattgruppe
Münsterland

www.ag-muensterland.de

Letzte Ausgabe Ihres Anzeigenblatts heute im Briefkasten

Liebe Leserin, lieber Leser

H eute halten Sie, liebe Leserinnen und Leser, die letzte Ausgabe Ihrer Hallo in der Hand. Vor dem Hintergrund der weltpolitischen Themen wie Corona-Pandemie, Ukraine-Krieg, Energiekrise, Inflation und der daraus resultierenden Folgen haben wir uns dazu entschieden, sämtliche Anzeigenblätter zum 1. Mai einzustellen. Das vergangene Jahr hat für unsere Branche noch nie dagewesene Kostensteigerungen mit sich gebracht. Fast dreifach höhere Papierkosten, deutlich gestiegene Energiekosten und der Anstieg des Mindestlohns um 22 Prozent entziehen den Anzeigenblättern, die sich ausschließlich aus Werbung finanzieren, die wirtschaftliche Basis. Dies betrifft alle Hallo- und Blickpunkt-Ausgaben, die Grenzland Wochenpost, den Stadtanzeiger Coesfeld/Dülmen, die Wir in Steinfurt, die Dreingau Zeitung sowie das Lengericher Wochenblatt. Künftig sind wir auch weiterhin mit unseren anderen Angeboten für Sie da: Neben der gedruckten Tageszeitung sind dies vor allem die vielfältigen digitalen Produkte wie das E-Paper, die Nachrichtenportale und Apps, Newsletter und Social-Media-Kanäle. Darin finden unsere Leserinnen und Leser alle relevanten Informationen aus der Nachbarschaft und der großen weiten Welt. Unsere Geschäftspartner können sich dort in einem hochwertigen Umfeld präsentieren. Danke, dass Sie uns bis hierhin begleitet haben. Unser gemeinsamer Weg endet jedoch nicht hier: Ihre Themen, Ihre Angebote, Ihre Nachrichten sind nach wie vor bei uns gut aufgehoben. Vielleicht vermissen Sie Ihr „Blättchen“ ja sogar ein bisschen. Wir – alle Kolleginnen und Kollegen, die immer gerne für Sie da waren – bedanken uns bei Ihnen, für das Interesse an unseren Produkten und für die gute Zusammenarbeit. Teilweise haben wir einander Jahrzehnte begleitet.

Auf Wiedersehen!
Ihr Team der
Anzeigenblattgruppe
Münsterland

BARANKAUF

von altem Schmuck, Zahngold, und allem anderen, was Gold, Silber oder Platin enthält.

GOLDANKAUF EMSDETEN

AM BRINK 1
NEBEN CAFÉ SCHRUNZ
BARGELD SOFORT!
Mo. – Fr. 11 – 17 Uhr
Tel. 0 25 72 - 1 52 46 53
goldankauf-juwelier-fischer.de

HÖRGERÄTE LAJER

BESSER HÖREN

Klosterstr. 2 · Ibbenbüren
Tel. 05451 999 57 80
www.hoergeraete-lajer.de

Vertrauen Sie Ihr Altgold einem Fachmann an!



Ihr alter Schmuck, Uhren, Zahngold wird von ausgebildeten Goldschmieden fachmännisch geprüft. Grammgenaue Abrechnung zu fairen Preisen.

GOLDSCHMIEDE HAUMER
Marktstraße 33 · Greven

HARDECK.

MARKEN WOCHEN.

Qualität, die sich lohnt.

JEDE WOCHE NEUE ANGEBOTE
02. – 29. MAI

Richtig sparen. Zum Beispiel bei hochwertigen Markenmöbeln von **MONDO**
SCHÖNE MÖBEL. SCHÖNER LEBEN.

Mehr auf  **HARDECK.DE**

48308 SENDEN · Bahnhofstraße 75

Gültigkeit 29.04. – 05.05.2023
1. Mai geschlossen!

Große Auswahl an Rhododendron und Azaleen!



an der alten Molkerei 11, 48341 Altenberge, Tel. 02505-93921-0
www.gartencenter-altenberge.de • info@gartencenter-altenberge.de • Sommeröffnungszeiten: Mo.-Fr. 8.30–18.30 • Sa. 8.30–17.00 • jeden So. 11.00–16.00

Großblumige Rhododendron

D 30–40 cm, weiß, rosa, rot oder lila blühend je **9,99 €**

Margeritenbüsche

gelb, rosa oder rot blühend je **8,99 €**

Zwergazaleen oder Rhododendron

verschiedene Farben je **6,99 €**

Dipladenia-Stämmchen

rot, weiß oder pink blühend je **14,99 €**

Freilichtbühne Reckenfeld bereitet neue Stücke für den Sommer vor

Pippis Abenteuer und Berlin-Wahnsinn

RECKENFELD. Wer den Aktivitäten der Freilichtbühne in den sozialen Medien folgt, hat mitbekommen: Die Proben für die neuen Stücke der Sommersaison laufen auf Hochtouren. Aktuell gab und gibts es sogar Ganztagsproben, in denen besonders intensiv an den neuen Stücken gearbeitet wird.

Die Kinder dürfen sich auf Pippilotta Viktualia Rollgardina Pfefferminz Efraimstochter Langstrumpf freuen. Nachdem „Pippi“ mit ihrem Affen „Herrn Nilsson“ und ihrem Pferd „Kleiner Onkel“ in ein leer stehendes Haus, die „Villa Kunterbunt“, einzieht, geht es im idyllischen Ort ordentlich drunter und drüber. Zusammen mit ihren Freunden Tommy und Annika erlebt Pippi viele lustige Abenteuer.

Das Stück feiert am 20. Mai Premiere, vorgesehen sind bis Ende August 18 Vorstellungen, darunter auch einige Schultermine am Vormittag.

Noch etwas mehr Vorbereitungszeit hat das Team, das „Linie 1“ auf die Bühne bringen wird. Die musikalische Revue feiert am 7. Juni Premiere, es folgen 15 weitere Ter-

mine, der letzte ist Anfang September eingeplant. „Linie 1“ erzählt die Geschichte der jungen Ausreißerin Sunnie, die eines Tages am Berliner Bahnhof Zoo strandet – zwischen Penner, Punks, Nachtschwärmern und Menschen auf dem Weg zur Arbeit, der ganz normale Großstadt-Wahnsinn. Die vom Land stammende Sunnie ist auf der Suche nach dem Rockstar Johnnie, der in Kreuzberg wohnen soll. Also nimmt die U-Bahn Linie 1 und lernt dabei die schillerndsten und abgedrehtesten Typen der Metropole kennen.

„Linie 1 ist nach der Dreigroschenoper das erfolgreichste Musical deutscher Sprache. Das Stück ist nicht nur eine Liebeserklärung an Berlin, es ist eine Liebeserklärung ans Leben“, heißt es in der Ankündigung der Freilichtbühne.

Für den schwungvollen Abschluss der Bühnensaison sorgt „Zickenzirkus“, jenes Stück, das bereits in der Vorsaison die Zuschauer begeisterte. Die vier Darstellerinnen werden ein Wochenende lang (7., 8. und 9. September) ihren alten Zirkuswagen auf einem Schrottplatz am Rande der

Stadt abstellen.

Ein Spielplan mit mehr Infos kann von der Homepage der Bühne www.reckenfeld-freilichtbuehne.de heruntergeladen werden.

Karten können telefonisch während der Öffnungszeiten der Geschäftsstelle unter 02575/1566 sowie online über die Homepage reserviert werden. Karten werden dann bis zur Bezahlung reserviert (maximal 14 Tage) und können in der Geschäftsstelle abgeholt und bezahlt werden. Bei kurzfristigen Reservierungen können Karten an der Tageskasse hinterlegt werden.

Beim „Tag der offenen Bühne“ (14. Mai, 11 bis 17 Uhr) präsentieren die Darstellerteams einige Ausschnitte aus den neuen Stücken, traditionell können Besucher auch einen Blick hinter die Kulissen werfen.



Das Team der Freilichtbühne Reckenfeld bereitet für die Sommersaison unter anderem das Kinderstück Pippi Langstrumpf vor. Foto: Annett Boy

-20%

-30%

-40%

-50%

Großer Lagerverkauf

Am Samstag, den 06.05.2023, von 10:00 bis 15:00 Uhr bei Ademax. Ausgewählte Outlet- und Lagerartikel, wie Stromerzeuger, Power Banks, Dachzelte, Baumaschinen und vieles mehr, bis zu 50% reduziert. Sie finden uns im Löchtesweg 13, in 48480 Spelle

ADEMAX
STROMAGGREGATE

ISOTEC-Balkonsanierung
Die ISOTEC-Balkonsanierung wandelt Problemzonen in Wohlfühl-oasen. Unser bewährtes System sorgt nicht nur für einen optimalen Feuchteschutz, sondern auch für eine ästhetische Optik mit aktuellen Designs und Farben.
ISOTEC Gehrmeier Abdichtungstechnik
Hansaring 142, 48268 Greven
02571 - 5 68 93 70
www.isotec.de/gehrmeier
ISOTEC
Wir machen Ihr Haus trocken

Die Smierfäst Spring Edition

Mit Ohrenstöpsel und Tanzschuhen

GREVEN. Am 29. April heißt es im Kesselhaus wieder Ohrenstöpsel rein und Tanzschuhe an, denn das Smierfäst lädt zur Spring Edition.

Fünf Bands aus den Genres Rock, Punk und Indie werden ab 18 Uhr das Jugendcafé zum Beben bringen. Das Smierfäst ist eine Konzertreihe, die hauptsächlich im Winter stattfindet. Nun laden die Veranstalter und Veranstalterinnen aber schon zum zweiten Mal zur Frühjars-Ausgabe nach Greven ein.

Den Abend eröffnen werden die Grevenener Newcomer „Mental Breakdown“, um das Publikum mit melodischen Klängen aus Punk und Hardcore aufzuwärmen. Die fünf Mitglieder sind erst seit wenigen Jahren im Umkreis unterwegs, haben sich aber

schon eine treue Fanbase er-spielt.

Anschließend werden die Gitarren an die Band „Chin Up“ übergeben. 2014 an der Kiosk-Ecke gegründet, bringen die Bonner einen süßen Mix aus Emo, Punk und Indie schon zum zweiten Mal mit auf die Grevenener Konzertreihe.

„Annie's Style“ heißt die nächste Band im Lineup. Obwohl niemand in der Band Annie heißt, bringen die Münsteraner und Münsteranerinnen ihren ganz eigenen Style aus Pop, Indie und Rock mit ins Kesselhaus, um nach ihrer Show die Bühne der Band „Red Ivy“, ebenfalls aus Münster, zu überlassen. Indie-Rock ist hier die Devise, welcher gekonnt in ein modernes Gewand gekleidet

wird. Es muss nicht immer alles nach den 90ern klingen! Als Abschluss des Abends werden die Kölner „The Deadnotes“ die Bühne und Herzen stürmen. Seit 2011 touren die drei Musiker unermüdlich durch Europa und haben die nächste UK-Tour schon angekündigt.

Ihre aktuelle Single „A Glade Inside The Vines“ zeigt, dass Indie-Punk mehr ist, als schrillmelodische Gitarrensounds und rumpelige Schlagzeugspuren. Gekonnt vermischt die Band eingängige, aber nie langweilige Rhythmen mit Melodien, die im Ohr bleiben und kein Shirt trocken lassen.

Einlass zum Smierfäst ist am heutigen Samstag, 29. April, ist um 18 Uhr im Jugendcafé Kesselhaus. Karten gibt es

noch im Vorverkauf unter www.snareset.de.



Red Ivy beim Smierfäst. Foto: Archiv

Früher absichern heißt länger entspannt sein.

SEHR GUT (0,8)
Berufsunfähigkeitsversicherung
Hörsaal: Lebensversicherung AG
In Text: 21 Berufsunfähigkeitsversicherungen
Ausgabe 02/2021
www.balaise.de

Mit unserer Berufsunfähigkeitsversicherung von Anfang an sicher sein:

- 100 % Testsieger-Rente bei 50 % Berufsunfähigkeit
- Zusatzabsicherungen bei Krankheit und Arbeitsunfähigkeit
- Flexible Erhöhung auf bis zu 4.000 EUR Monatsrente

Leyer & Leyer
Rathausstr. 21, 48268 Greven
T +49 25 71 992 21 62
fabienne.leyer@balaise-agentur.de
balaise

EDEKA

Schützenstr. 8-10, Greven
Kiwall & Schürmann

Grimmstr. 1, Greven
Schneider GmbH

KW18 - 02.05. - 06.05.2023

Harry Sandwich
verschiedene Sorten
750 g Beutel
Grundpreis 1 kg = 1,48

Sawell Mineralwasser
Laut und Leise
12x1 l PET-Flasche
Grundpreis 1 l = 0,29
zzgl. Pfand 4,50

2,99
Aktions-Preis
Italien Rucola der Trendsalat
125 g Schale
Grundpreis 1 kg = 7,92

1,11
Aktions-Preis

3,50
Aktions-Preis

0,99
Aktions-Preis

Irrtümer vorbehalten - Angebote solange der Vorrat reicht. L. STROETMANN Lebensmittel GmbH & Co. KG - Harkortstraße 30 - 48163 Münster

Matinee in der Kulturschmiede

Klassik trifft Unterhaltung

GREVEN. Seit vielen Jahren ist das Akkordeonorchester der Musikschule Greven/Emsdetten/Saerbeck eine feste Größe in der musikalischen Landschaft der Region und bekannt für seine vielseitigen Konzertprogramme mit Werken, die Menschen mit unterschiedlichsten Musikgeschmäckern begeistern können. Am morgigen Sonntag, 30. April, um 11 Uhr lädt das Ensemble zu einer Matinee in die Kulturschmiede im Kulturzentrum GBS ein. Unter dem Titel „Klassik trifft Unterhaltung“ haben die Akkordeonist*innen unter

der Leitung von Dragan Ribić ein sehr vielfältiges und abwechslungsreiches Programm zusammengestellt. Unter anderem erklingt ein eindrucksvolles Werk des argentinischen Komponisten Astor Piazzolla, der als Begründer des Tango nuevo gilt. Die Musiker*innen freuen sich über zahlreiche interessierte Zuhörer in der Kulturschmiede. Der Eintritt für das Konzert ist frei.



Das Akkordeonorchester der Musikschule

Foto: Archiv

Umfrage unter Jugendlichen hat spürbare Folgen

Programm des Kesselhauses ist da

GREVEN. Um das Kesselhaus nach der langen Veranstaltungs-Durststrecke wieder mit Leben zu füllen, wurde 2022 eine Umfrage durchgeführt, in der Jugendliche nach ihren Interessen gefragt wurden. Ziel war es, Angebote und Aktionen im Kesselhaus zu starten, die von den Jugendlichen gewünscht werden.

Auf deren Grundlage dessen finden seit April 2023 neue regelmäßige Angebote im Kesselhaus statt. Neben einem Brettspieleabend, welcher jeden zweiten und vierten Montag im Monat stattfindet und mit 15 bis 20 Jugendlichen und jungen Erwachsene

nen immer gut besucht ist, gibt es seit Februar 2023 jeden ersten Dienstag im Monat ein Improtheater Treff, bei dem sich Jugendliche ab 14 Jahren im Theaterspielen ausprobieren können.

Donnerstags ist wöchentlich die Planbar im Kesselhaus zu finden. Die Jugendlichen planen kleine und große Veranstaltungen, die sie selbst überlegen. Sie organisieren und planen alles selbst und werden lediglich bei Fragen und Bedarf unterstützt.

Politische Jugendbeteiligung kommt mit dem Projekt Flash im Kesselhaus auch nicht zu kurz. Bei dem Format „Crash“ werden immer wie-

der Gelegenheiten geboten, um als Jugendliche/r Wünsche und Themen an Grevens Politiker zu geben oder anders herum als PolitikerIn diese von den Jugendlichen zu erfragen.

Neben den regelmäßigen Angeboten finden auch einzelne Projekte ihren Platz im Kesselhaus.

Einen Überblick über die Aktionen und Veranstaltungen findet man im aktuellen Programmheft, das vierteljährlich rauskommt. Dieses ist online auf der Homepage der Abenteuerkiste www.abenteuerkiste.de oder als Heft an verschiedenen Stellen in der Stadt zu finden.

Greven-Geschenk zum Muttertag

Präsentkorb für das schöne Picknick

GREVEN. Greven Marketing will was für Mütter und die Eigenwerbung der Emsstadt tun. Die Tourismus-Werber vom Fritz-Pöcking-Platz packen auch in diesem Jahr wieder Picknick-Kisten zu verschiedenen Themen, prall gefüllt mit regionalen Spezialitäten.

Passend zum Muttertag im Mai wird die entsprechende Kiste liebevoll und dekorativ mit einer kleinen blühenden Topfblume, einem erfrischenden Getränk, einem Greven-Souvenir, Keksen oder Pralinen, einem Brotauf-

strich und einem Grubentuch sowie Infomaterial, auch zu Rad- und Wanderwegen der Umgebung bestückt.

Die Kiste kostet 38,50 Euro plus 10 Euro Kistenpfand, heißt es in einer Pressemitteilung von Greven Marketing.

Eine Vorbestellung bei Greven Marketing unter der 02571-1300 oder info@greven-marketing.de

bis zum 27. April ist erforderlich, damit das Muttertagsgeschenk ab dem 10. Mai abholbereit ist.



So sah der Muttertags-Präsentkorb im vergangenen Jahr aus. Foto: Greven Marketing

XXXLutz Küchen-tester gesucht!

Jetzt Termin sichern



0800/800 9119
xxxlutz.de/termin



Die ersten 75 Küchenkäufer- innen und -käufer erhalten ihre frei geplante Küche zum halben Preis!

In der Zeit bis mindestens 29.04.2023 suchen wir im Auftrag unserer Küchen herstellenden Unternehmen, an all unseren Standorten, für eine regionale Marktanalyse jeweils 75 Küchentesterinnen und -tester. Als Küchentesterin und -tester müssen Sie lediglich bis zwei Wochen nach der Lieferung Ihrer Küche einen knapp gehaltenen Fragebogen ausfüllen.

Bitte beachten Sie: Bei diesen sensationellen Preisvorteilen müssen wir die Aktion bis mindestens 29.04.2023 auf 75 Küchentesterinnen und -tester pro Standort beschränken, da derartige Nachlässe im täglichen Verkauf nicht möglich sind. Für alle Kundinnen und Kunden, die diesmal nicht zu den ausgewählten Küchentestenden gehören, halten wir aktuell weitere verlockende Angebote in allen unseren Abteilungen bereit. Wer Lust auf neue Wohnideen hat, profitiert jetzt bei uns von tollen Aktionen, ausgezeichnetem Service und besten Möbeln zu einmaligen Preisen.

Darüber hinaus lockt unser XXXLutz Restaurant mit frischen und kulinarischen Köstlichkeiten. Schauen Sie mit Ihrer Familie in Ihrem Möbelhaus vorbei.



Nur für Küchen- testerinnen & -tester!

Ihre **frei
geplante
Küche** zum

1/2 PREIS

Für Druckfehler keine Haftung. Die XXXLutz Möbelhäuser, Filialen der BDSK Handels GmbH & Co. KG, Mergentheimer Straße 59, 97084 Würzburg. S) Gültig bei Neuaufträgen. Ausgenommen: in dieser Werbung angebotene Ware, in der Ausstellung als „Bestpreis“, „Bester Preis“ und „Dauertiefpreis“ gekennzeichnete Artikel, E-Geräte, Spülen, Armaturen, Zubehör, Arbeitsplatten und Nischenrückwände sowie Gutscheinkauf. Keine weiteren Konditionen möglich. Keine Barauszahlung. Gültig bis mindestens 29.04.2023.

www.kreimers.de

**Sonntag* 14 – 18 Uhr
geöffnet!**

**Kreimer's
GartenPark**

Kreimer's GartenPark
Erlenstraße 2
48485 Neuenkirchen
Tel. 0 59 73 / 94 77 - 0

Öffnungszeiten: Mo – Sa 9 – 18 Uhr
So* 14 – 18 Uhr

* März bis Mai, außer an Feiertagen.
Verkauf nur im gesetzlich erlaubten Rahmen.

Eine-Welt-Laden verteilt Jahresgewinn

Einkaufen und Gutes tun



Hildegard Döpker, Heide Fechner, Barbara Volk, Pfarrer Anthony Adani, Pfarrer Michael Mombauer, Maria Ronning, Anneliese Bussmeier und Elke Fritzler (v.l.n.r.) bei der Spendenübergabe im Eine-Welt-Laden. Foto: Archiv

GREVEN. Pfarrer Anthony Adani freut sich. Denn er erhält vom Eine-Welt-Laden St. Martinus eine Spende für sein Schulprojekt im Süden von Nigeria. „Das Geld geht an die Schule in meiner Heimatgemeinde im Bistum Nsukka und wird vor Ort von Father Matthew Ezea, dem Leiter des Komitees für Social Justice and Development, verteilt – besonders wichtig ist momentan die mangelnde Wasserversorgung an den Schulen“, berichtet Adani, der seit 2018 in St. Martinus als Pfarrer tätig ist und hofft, im Herbst wieder einmal nach Nigeria reisen zu können. Dieses Schulprojekt in Nigeria wie auch die Zeltschulen

in syrischen Flüchtlingslagern im Libanon und Syrien sind neue Projekte, die vom Eine-Welt-Laden unterstützt werden. „Schon seit Jahren unterstützen wir jedoch verschiedene Organisationen bei ihren Projekten wie die Styler Missionare (behinderte Menschen auf den Philippinen), die Schwestern der göttlichen Vorsehung (Straßenkinder in Brasilien), Stern der Hoffnung (Aids-Hilfe Sao Paulo) und natürlich unsere Partnergemeinde St. Anne in Bongo/Ghana (Schulen, Kindergärten, Gesundheitseinrichtungen, Krankenversicherungen)“, zählt Hildegard Döpker, Sprecherin des Eine-Welt-Teams, auf. Für diese Spenden wird der Gewinn aus dem Geschäftsjahr 2022 genutzt. „Mit dem Verkauf fair gehandelter Ware setzen sich Eine-Welt-Läden für mehr Gerechtigkeit im Welthandel ein, wobei der Mensch im Mittelpunkt steht“, erklärt Elke Fritzler, die für den Einkauf im Laden zuständig ist. „Nur durch die Treue unserer Kunden können wir einen Gewinn erwirtschaften und spenden.“ In den Regalen findet sich eine große Auswahl an Kaf-

fees von Organica bis Getreidekaffee, Tees von Chai Power bis Ceylon Assam, Schokoladen von Zarte Orange Bitter bis Espresso Caramel, Keksen von Knusperchen bis Heidesand, getrockneten Mangos, kernigen Cashews sowie ein umfangreiches Wein-Sortiment und, und, und. Kurz: Die Auswahl ist groß und sie hat einen gemeinsamen Nenner: „Alles ist fair gehandelt und entspricht dem GEPA-Standard“, erläutert Fritzler. Ergänzt wird das Angebot durch Handarbeiten der Mitglieder wie selbst gestrickte Socken oder bestickte Tischläufer. „Aber ohne unser Team von ehrenamtlichen Helferinnen könnten wir unseren Verkauf nicht aufrechterhalten“, betont Döpker und bittet: „Wir suchen dringend zusätzliche Hilfe, denn sonst müssten wir vielleicht sogar unsere Öffnungszeiten einschränken.“ Neben Mitbegründerin Heide Fechner, die viele vom Ghana-Kreis kennen, sind auch drei aktive Helferinnen dabei und können gleich von ihrem Engagement berichten. Maria Ronning ist bestimmt schon mehr als 15 Jahre dabei: „Ich habe damals auf einer Südamerika-Reise gesehen, wie



Pfarrer Anthony Adani freut sich über die Spende für das Schulprojekt in seinem Heimatbistum Nsukka. Foto: Archiv

arm die Leute sind, und wollte hier vor Ort helfen können – und habe gleich eine nette Gemeinschaft gefunden.“ Auch Anneliese Bussmeier ist schon seit mehr als zehn Jahren dabei und organisiert normalerweise den Eine-Welt-Laden in St. Josef, oft gemeinsam mit Barbara Volk, und beide sind sich einig: „Es macht einfach Spaß in diesem Team und gleichzeitig kann man noch etwas Gutes tun.“ Auch Grevens neuer Pfarrer Michael Mombauer schaut beim Treffen an diesem Markttag noch vorbei und erweist sich sofort als kompetenter Gesprächspartner: „Aus meiner Zeit als Kaplan in Warendorf weiß ich, wie viel Arbeit in dem Aufbau eines Eine-Welt-Ladens steckt.“

Er hatte sich ein paar Minuten verspätet. Denn: „Ich bin ja noch neu in Greven und habe das Geschäft fast nicht gefunden, Sie liegen hier ja doch etwas versteckt!“ Und da hat er recht: Ein Aufsteller „#TimeForFairTea“ auf der Kirchstraße weist den Weg. Es geht durch die Einfahrt zwischen Tafel und Caritas vorbei an dem Schaufenster „Fair steht dir“. Und wenn man sich dann nach rechts wendet, hat man sein Ziel erreicht: Hier im Haus Elisabeth liegt der Eingang zum Eine-Welt-Laden, wo Kaffee, Tee, Schokolade und nette Gespräche auf einen warten.



EXCLUSIVE HAUSTÜREN

Aluminium-Haustüren für höchste Ansprüche

Beratung + Verkauf in unserem Türen-Studio:

R. Froning GmbH
Dieselweg 12 • 48493 Wettringen
0 25 57 – 98 54 08

Unsere Öffnungszeiten:
Montag – Freitag 8.00 – 12.00 Uhr
13.00 – 17.00 Uhr

www.exclusive-haustueren.de

INOTHERM

Gesundheit

ANZEIGE

Dieses Cannabis Öl begeistert Deutschland

Was steckt hinter dem Trend aus der Apotheke?

Die Kraft aus der Natur entdecken – darauf vertrauen mittlerweile immer mehr Menschen. So erfreut sich auch die Cannabispflanze großer Beliebtheit! Von der Qualitätsmarke Rubaxx gibt es ein wertvolles Cannabis Öl, das aus den Samen einer besonderen Cannabispflanze hergestellt wird (Apotheke, frei verkäuflich).

Cannabis (umgangssprachlich auch Hanf) ist in aller Munde. Auch in Deutschland steigt die Nachfrage nach Cannabisprodukten rasant an. Kein Wunder, denn Cannabis ist eine der bedeutendsten traditionellen Pflanzen. Schon seit tausenden von Jahren werden ihre Blüten vielseitig genutzt. Wissenschaftlern von Rubaxx ist es gelungen, aus den Samen einer speziellen Cannabispflanze ein wertvolles Öl zu gewinnen.

Mit Vitaminen für Muskeln und Immunsystem

Neben hochwertigem Cannabissamenöl enthält Rubaxx Cannabis Öl außerdem wertvolle Vitamine für Muskeln, Knochen und das Immunsystem. Vitamin D trägt zur



Erhaltung normaler Knochen und einer normalen Muskelfunktion bei. Zusätzlich trägt es zu einer normalen Funktion des Immunsystems bei. Ebenfalls in Rubaxx Cannabis Öl enthalten: Vitamin E. Es schützt die Zellen vor oxidativem Stress, d.h. es wirkt als Radikalfänger der Schädigung von Körperzellen entgegen.

Höchste Qualität in Tropfenform

Rubaxx Cannabis Öl ist für den täglichen Verzehr geeignet. Sowohl die Herstellung als auch die Abfüllung finden nach strengsten deutschen Qualitätsstandards statt. Weiterer Pluspunkt: Das Öl ist gut verträglich.

- ✓ Mit wertvollen Vitaminen für Muskeln und Immunsystem*
- ✓ Hergestellt in Deutschland
- ✓ Frei verkäuflich in der Apotheke

Für Ihre Apotheke:

Rubaxx Cannabis Öl
(PZN 15617485)

Rubaxx Cannabis
Hanf mit Vitamin D und E
400mg Hanfsamenöl

www.rubaxx-cannabis.de

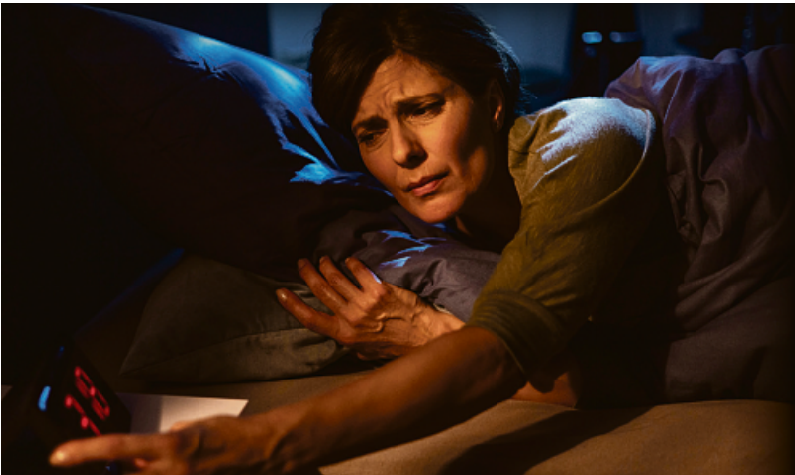
Thema: nervös bedingte Schlafstörungen

Mal wieder eine schlechte Nacht gehabt?

Mehr als die Hälfte der Deutschen hat aktuell Probleme beim Einschlafen und rund 70 % leiden unter Durchschlafproblemen. Keine gute Nachricht: Betroffene kämpfen mit anhaltender Müdigkeit oder Erschöpfung und sind am Tag gereizt und unkonzentriert. Vielen sieht man es auch an: Die Haut ist fahl, tiefe Augenringe zeichnen sich ab und viele sehen dadurch vielleicht sogar älter aus als sie sind. Langfristig können Probleme beim Ein- oder beim Durchschlafen unseren Körper sogar schwächen und ihn anfälliger für Krankheiten machen.

Entspannt durch die Nacht, erholt in den Tag

Experten zufolge ist es so, dass Betroffene oft denken, dass sie „nur“ schlecht schlafen können. Im Schlaflabor zeigt sich jedoch meist: Wer morgens gerädert aufwacht, hat nachts keine erholsame Tiefschlafphase gehabt. Wer also endlich wieder erholsam schlafen möchte, sollte laut Experten auf ein Schlafmittel setzen, das den natürlichen Schlafrhythmus nicht stört, die Tiefschlafphase bewahrt und das Durchschlafen fördert. Um nervös bedingte Schlafstörungen wirksam zu behandeln, sollte ein Schlafmittel daher nicht nur beim Ein-



schlafen helfen, sondern vor allem auch das Durchschlafen fördern.¹ Und genau das leistet Baldriparan – Stark für die Nacht.

Bewiesene Wirksamkeit ohne Gewöhnungseffekt

Seit über 65 Jahren empfehlen Experten das pflanzliche Arzneimittel Baldriparan – Stark für die Nacht. Denn die Wirksamkeit des Baldrians ist wissenschaftlich in Studien belegt.² Entscheidend dabei ist die Dosierung. Nur Schlafmittel, die ausreichend Baldrianwurzel-extrakt enthalten, können bei Schlafstörungen nachweislich helfen. Baldriparan enthält extra hoch dosierten Baldrianwurzel-extrakt. Besonders

wichtig dabei: Das Schlafmittel macht trotzdem nicht abhängig, es entsteht kein Gewöhnungseffekt und die Schlafqualität wird auf natürliche Weise verbessert.

Natürlich Durchschlafen, erholt in den Tag starten! Überzeugen auch Sie sich von Baldriparan – Stark für die Nacht.

Für Ihre Apotheke:

Baldriparan
Stark für die Nacht
(PZN 00499175)

Baldriparan
Stark für die Nacht
1 Dose als Präparat

www.baldriparan.de

*Vitamin D trägt zur Erhaltung normaler Knochen, einer normalen Muskelfunktion und einer normalen Funktion des Immunsystems bei. Vitamin E trägt dazu bei, die Zellen vor oxidativem Stress zu schützen.

¹bezogen auf die Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen • ²Dorn, M. (2000). Efficacy and tolerability of Baldrian versus oxazepam in non-organic and non-psychiatric insomniacs: a randomised, double-blind, clinical, comparative study. Research in complementary and natural classical medicine, 7(2), 79–84; Schulz, H., Stolz, C. & Müller, J. (1994). The effect of valerian extract on sleep polygraphy in poor sleepers: a pilot study. Pharmacopsychiatry, 27(4), 147–151. • Abbildung Betroffenen nachempfunden BALDRIPARAN STARK FÜR DIE NACHT. Wirkstoff: Trockenextrakt aus Baldrianwurzel. Zur Linderung von nervös bedingten Schlafstörungen. Enthält Sucrose (Zucker). www.baldriparan.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. • Pharma-SGB GmbH, 82166 Gräfelfing

JETZT ist Schluss!

Wir stellen unsere Prospektverteilung ein. Unsere Angebote können Sie ab jetzt ganz bequem wöchentlich per WhatsApp auf Ihr Smartphone und damit auch weiterhin nach Hause erhalten. Melden Sie sich einfach kostenlos an und bleiben Sie informiert! Die gedruckten Prospekte erhalten Sie alternativ auch weiterhin wie gewohnt vor Ort in den Märkten.

Seien Sie dabei! Unter den ersten 1.000 WhatsApp-Anmeldungen verlosen wir 50 mal 100 € - Einkaufsgutscheine.

Unsere Prospekte per WHATSAPP.



Wöchentlich aktuell!



Jetzt scannen und anmelden:



TEILNAHMEBEDINGUNGEN: Mitmachen darf jeder ab 18 Jahren, außer Mitarbeitende der beteiligten Firmen und deren Angehörige. Eine Barauszahlung des Preises ist nicht möglich. Die Gewinner/innen werden durch das Los ermittelt und schriftlich benachrichtigt. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.
DATENSCHUTZHINWEIS: Selbstverständlich werden Ihre Angaben absolut vertraulich und gemäß aller Datenschutzrichtlinien behandelt. Auf keinen Fall werden diese Informationen an Dritte weitergegeben. Verantwortlicher und Veranstalter ist L. Stroetmann Lebensmittel GmbH & Co. KG, Harkortstraße 30, 48163 Münster.



So 30. April MÜNSTER

KONZERT
Frank Muschalle Trio
feat. Stephan Holstein

11 Uhr
Kap.8 im Bürgerhaus Kinderhaus
Idenbrockplatz 8

Weitere Informationen unter
www.stadt-muenster.de/kap8

KONZERT
Güterbahnhof vs.
Rest der Welt

18.30 Uhr
Rare Guitar
Hafenstraße 64

Weitere Informationen unter
www.rareguitar.de

SONSTIGES
Modellbahn-, Auto-
und Spielzeugmarkt

11 bis 15 Uhr
Stadthalle Hiltrup
Westfalenstraße 197

Weitere Informationen unter
bv-messen.com

KREIS BORKEN

TANZ
Tanz in den Mai

20 Uhr
Rheder Ei
Rathausplatz 9, Rhede

Weitere Informationen unter
www.elektro-nelskamp.de

KREIS COESFELD

KONZERT

Parlar Cantando

19 Uhr
Burg Vischering
Berenbrock 1, Lüdinghausen

Weitere Informationen unter
burgvischering.de

KONZERT

Punk in den Mai

17 Uhr
Fabrik Coesfeld
Dreischkamp 26, Coesfeld

Weitere Informationen unter
www.fabrik-coesfeld.de

KREIS WARENDORF

SPORT

Tractor Pulling

11 Uhr
Füchtorf-Arena
Waterort 5, Füchtorf

Weitere Informationen unter
www.greenmonster.de

Mo 1. Mai MÜNSTER

THEATER

„Eingeschlossene
Gesellschaft“

18 Uhr
Wolfgang-Borchert-Theater
Am Mittelhafen 10

Weitere Infos und Termine unter
www.wolfgang-borchert-
theater.de

KINDER

„3-2-1 Liftoff!“

11 Uhr
Planetarium im LWL-Museum für
Naturkunde
Sentruper Straße 285

Weitere Informationen unter
www.lwl-naturkundemuseum-
muenster.de

KREIS BORKEN

FESTIVAL

35. Jazzfest Gronau

17 Uhr
Bürgerhalle
Spinnereistraße 20, Gronau

Weitere Infos und Termine unter
jazzfest.de

Di 2. Mai MÜNSTER

KONZERT

June Coco

20 Uhr
Pension Schmidt
Alter Steinweg 37

Weitere Informationen unter
www.pensionschmidt.se

KONZERT

Van Holzen

20 Uhr
Skaters Palace – Cafe
Hafenweg 126

Weitere Informationen unter
www.skaters-palace.de



Vor hoffentlich viel heimischem Publikum kämpft das Green-Monster-Team am morgigen Sonntag in Füchtorf um DM-Punkte.

Foto: dpa

Mi 3. Mai MÜNSTER

KONZERT

Die Verlierer

20.30 Uhr
Gleis 22
Hafenstraße 34

Weitere Informationen unter
www.gleis22.de

THEATER

„Geizige“

19.30 Uhr
Theater Münster, Großes Haus
Neubrückenstraße 63

Weitere Informationen unter
www.theater-muenster.com

Do 4. Mai MÜNSTER

KONZERT

Guitar Night 2023

20 Uhr
Hot Jazz Club
Hafenweg 26b

Weitere Informationen unter
www.hotjazzclub.de

KONZERT

Colors of Autumn

20 Uhr
Rare Guitar
Hafenstraße 64

Weitere Informationen unter
www.rareguitar.de

Fr 5. Mai MÜNSTER

KONZERT

The Riven (SWE)
+ Blacklight Beauty

20 Uhr
Rare Guitar
Hafenstraße 64

Weitere Informationen unter
www.rareguitar.de

Sa 6. Mai MÜNSTER

KONZERT

Spin My Fate

18.15 Uhr
Sputnikhalle
Am Hawerkamp 31

Weitere Informationen unter
www.sputnikhalle.de

Alle Angaben ohne Gewähr.

Die Rad-Saison 2023 ist gestartet!
Jetzt schnell sein und bis 45% Rabatt sichern!

MÜNSTERLANDS
GRÖßTE
FAHRRADWELT

Über 4500 E-Bikes

Über 2000 Kinderfahrräder

Über 60 S-Pedelecs

Über 70 Lastenräder

Über 150 Falt E-Bikes

Über 12.000 Fahrräder

Über 90 Transporträder



2-Rad Center Schröder

28" Simplex Nostalgie
Damen

3-Gang Nabenschaltung mit Rücktritt
Nabendynamo
Rücklicht mit Standlichtfunktion

UVP 559,95,-
375,-
33% sparen!

28" Ragos Hyde
Park Herrenrad

7-Gang Rücktrittbremsnabe
Shimano Nabendynamo

UVP 599,95,-
399,95
33% sparen!

26" Ragos Jugendrad

21 Gang Kettenschaltung
Alu V-Brakes vorne + hinten

UVP 579,-
379,-
34% sparen!

27,5" Saxxx
Everest 2.0 E-MTB

7-Gang Kettenschaltung, Rahmenhöhe: 19 Zoll
Li-Ionen Batterie 36V / 10,4Ah (374Wh)

UVP 1899,-
1150,-
40% sparen!

28" Ragos
Hollandia E-Bike

7-Gang Kettenschaltung
10,4Ah, 375Wh Akku

250 Watt
Frontmotor

UVP 1699,99,-
999,-
41% sparen!

28" Saxonette Advanced
Sport 7K E-Bike

Shimano Tourney 7-Gang Kettenschaltung
10,4Ah, 375Wh Akku
Alu V-Brakes vorne + hinten

UVP 1899,-
1299,-
32% sparen!

28" Hercules
Roberta R7 E-Bike

7-Gang Rücktrittbremsnabe
13,4Ah, 500Wh Akku

UVP 2699,-
2499,-

28" Gazelle Chamonix
T10 HMS E-Bike

Shimano Deore 10-Gang Schaltwerk
16,75 Ah, 630Wh Akku

3499,-

20" I:SY S8 E-Bike

8-Gang Nabenschaltung mit Freilauf
13,8Ah, 500Wh Akku

3799,-

29" Bulls Sonic EVO 1

10-Gang Kettenschaltung
Bosch Performance Line CX Smart Mittelmotor
20,1Ah, 750Wh Akku

UVP 4399,-
3899,-

28" Westland
Sportsline 10 CX E-Bike

Shimano 10-Gang Kettenschaltung
Bosch Performance Line CX Mittelmotor
13,4Ah, 500Wh Akku

UVP 4199,-
2999,-
29% sparen!

* vormontiert/ unmontiert

Mo-Fr: 10-19 Uhr · Sa: 10-18 Uhr

Staelskottenweg 75-77 · 48431 Rheine

05971 8991-0

www.FAHRRADGIGANT.de



Reiseträume

WEILKE

QualityBus.de

56 Kundenbewertungen für den Veranstalter

Gesamtbewertung 4.40 von 5.00

Weiterempfehlung 100 %

05.01.23

Komm, wir verreisen...!

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

Alle Preise pro Person in EUR. Einzelzimmer-Aufschläge auf Anfrage. Tagesfahrten: Preise pro Person in EUR.



€ 971,-
p. Person im DZ

DIE STEIERMARK – DAS GRÜNE HERZ ÖSTERREICHS

Sehr viele Leistungen inklusive!

✦ Fahrt im modernen Reisebus

✦ 6 x Ü/F im **familiengeführten Hotel Brücklwirt******

✦ 6 x Abendessen im Hotel (steirische Menüs)

✦ Begrüßungscocktail

✦ Freie Nutzung von Sauna und Infrarotkabine

✦ Stadtführung in Graz

✦ Fahrt mit der Zahnradbahn und Lift Schlossberg in Graz

✦ 1 x Steirische Jause

✦ Führung in einer Kürbiskern-Ölmühle

✦ Bibliotheksführung in Admont

✦ Führung im Obstgarten mit Schnapsverkostung

✦ Stadtrundgang in Murau

✦ Eintritt Benediktinerstift St. Lambrecht

Reisetermin:

28.08. – 03.09.2023

€ 69,-
pro Person

INSEL-ERLEBNIS BORKUM

✦ Fahrt im modernen Reisebus, ab/bis Münster / Greven / Emsdetten / Rheine

✦ Inkl. Fährüberfahrt u. Kurtaxe

Reisetermine:

20.05., 12.07., 13.07., 05.09., 03.10.2023

€ 961,-
pro Person im DZ

KÄRNTEN

Sehr viele Leistungen inklusive! Die schöne Sonnenseite Österreichs...

✦ Fahrt im modernen Reisebus

✦ 6 x Ü/F und 6 x Abendessen im **Hotel Gasthof Post*****, in Ossiach (100 m bis zum See)

✦ Stadtführung Klagenfurt

✦ Schifffahrt auf dem Wörthersee

✦ Ganztagesausflug Kärnten mit örtl. Reiseleitung

✦ Stadtführung Villach

✦ Eintritt und Führung Dom Gurk inkl. Kryptabesichtigung

✦ Eintritt und Führung Brauerei in Hirt inkl. Verkostung

✦ Eintritt Burg Hochosterwitz inkl. Liftnutzung

✦ Ortstaxe

Reisetermin:

26.06. – 02.07.2023

€ 599,-
p. Person im DZ

INSEL SYLT UND KAPPELN AN DER SCHLEI

✦ Fahrt im modernen Reisebüro

✦ WEILKE-Reisebegleitung

✦ 3 x Ü/F und 3 x Abendbuffet im bewährten **Hotel Niebüllner Hof*****

✦ Ganztagesausflug Schlei, Dampferfahrt inkl. Ausflug Insel Sylt, inkl. Inselrundfahrt

✦ Aufenthalt in Hamburg und in Bremen

✦ Örtliche Reiseleitung

Reisetermine:

08. – 11.06., 20. – 23.07., 17. – 20.08., 14. – 17.09.2023

Reisebüro **WEILKE**

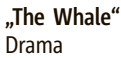
Information /Anmeldung / Buchung unter www.weilke-touristik.de oder telefonisch unter 02571 / 501-32 (MO.-FR. 09 – 17 Uhr & SA. 09 – 13 Uhr). Und in vielen guten Reisebüros.

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

Es gelten die aktuellen Reisebedingungen laut Hauptkatalog 2023 oder siehe unter www.weilke-touristik.de/agb (siehe auch: www.weilke-touristik.de/Datenschutz)

www.weilke-touristik.de

Ein überwältigendes Comeback



FAZIT: ★★★★★
Die Geschichte des Films «The Whale» ist eine Geschichte über Brendan Fraser. Sie endet mit seiner Oscar-Auszeichnung für die Hauptrolle in diesem Drama. Und sie startet mit einem Mann, der nach einer beispielhaften Karriere lange von der Kino-Leinwand verschwunden war und unter Depressionen litt. Mit «The Whale» ist dem 54-Jährigen ein überwältigendes Comeback gelungen.

Wer in den 90ern Kinofilme schaute, kam an Brendan Fraser eigentlich nicht vorbei. Dann verschwand er von der Leinwand, hatte private Probleme. Sein Comeback mit „The Whale“ ist eine Geschichte, wie Hollywood sie nicht besser hätte schreiben können.

Er spielt darin einen Mann namens Charlie, der wegen extremen Übergewichts gesundheitlich stark angeschlagen ist und sich nach Jahren der Stille seiner Tochter wieder annähern will. Die sehr emotionale Geschichte rührte schon bei ihrer Premiere auf dem Filmfestival in Venedig Menschen zu Tränen. Im März gewann Fraser dafür seinen ersten Oscar.

Er wurde für die Rolle mit einem gewaltigen Fat Suit ausgestattet. Charlie kann sich nur noch mit einem Wägelchen von seiner Couch wegbewegen. In Venedig sagte Fraser, er habe für diese Rolle lernen müssen, sich auf ganz neue Weise zu bewegen. Wenn er abends nach einem Drehtag seinen Fat Suit abgenommen habe, sei ihm schwindlig geworden (neben den überwiegend positiven Reaktionen auf seine Rolle gab es übrigens auch Stim-



Foto: dpa

die Zuschauer den Schmerz in Frasers signifikant wässrigen, großen blauen Augen ablesen können - ist es schwer, davon nicht berührt zu werden. Manche mögen das vielleicht etwas zu plakativ finden.

Doch Frasers Leistung sorgt dafür, dass jede Szene glaubhaft wird. Beeindruckend ist es zu beobachten, was in seinem Gesicht und seinem Körper passiert. Seine Gemütszustände wandeln sich manchmal in Sekunden. Ein Lachen wird zu einem erstickenen Glucksen, einem Hustenanfall, dann zu einer wütenden Entschlossenheit, wieder die Kontrolle über seinen Körper zu erlangen.

Dass Fraser für diese Performance den Oscar bekam, ist verdient. Vielleicht wollten manche Academy-Mitglieder damit neben seiner Leistung aber auch sein beispielloses Comeback belohnen. (dpa)

men, die kritisierten, dass ein dicker Körper in diesem Film so negativ dargestellt werde).

Charlie gibt Online-Kurse als Schreiblehrer. Seine Wohnung verlässt er eigentlich nie, und wir sehen, warum: Das Bewegen macht ihm Mühe, sein Atem rasselt dann, Schweißperlen stehen ihm auf der Stirn. In Momenten, in denen er sich dem Ende na-

he fühlt, rezitiert er aus einem Essay über „Moby Dick“, der ihn besonders berührt.

Manchmal kommt eine Freundin, Liz (Hong Chau), zu Besuch. Sie arbeitet als Krankenschwester und ermahnt

ihn, dass er bald sterbe, falls er nicht ins Krankenhaus gehe. Doch Charlie hat keine Krankenversicherung und

weigert sich. Angesichts seines drohenden Todes will er den abgebrochenen Kontakt zu seiner Tochter Ellie (Sadie Sink, bekannt aus „Stranger Things“) wieder aufnehmen. Natürlich ohne ihr den Grund dafür zu sagen.

Die beiden hatten seit Jahren keinen Kontakt, nachdem Charlie Ellies Mutter für einen Mann verlassen hatte.

Dieser Mann lebt nicht mehr. Ellie wiederum ist ein wütender Teenager ohne jegliches Verständnis für Charlies Situation.

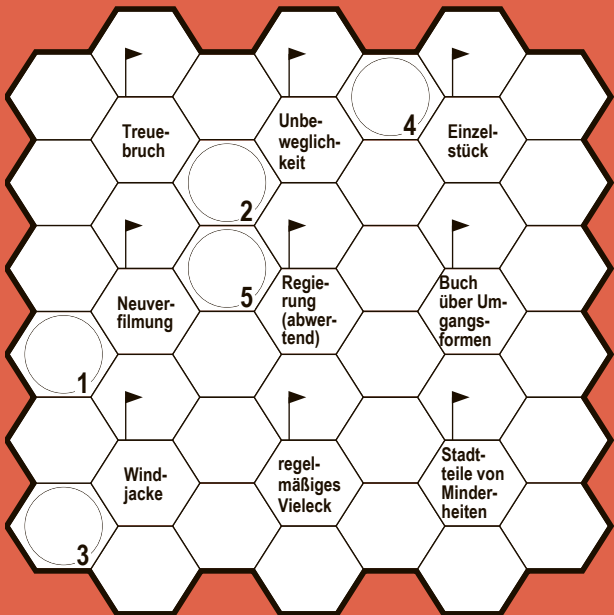
Man könnte sagen, „The Whale“ geht sehr offensiv mit Gefühlen um. Wenn Charlie mit belegter Stimme herauspresst, dass er wissen müsse, dass er „eine Sache im Leben richtig gemacht“ habe - und

RÄTSEL und DENKSPORT

PORT 22





Mit zwei unterschiedlichen Füllungen

Eine köstliche Idee

Food-Bloggerin Mareike Pucka entdeckte in der Tiefkühl-Abteilung die türkische Brotspezialität Pide und dachte sich: Diese gefüllten Schiffchen muss ich doch mal selbst backen. Eine köstliche Idee.

Gemacht hat Mareike Pucka dann zwei Sorten: Käse mit Kabanossi und Hack-Paprika. „So gut!“, ihr Urteil.

Zur Zubereitung:

★ Für den Hefeteig Mehl, Trockenhefe, Joghurt, Salz, Honig und Wasser in eine Rührschüssel geben und zu einem Teig kneten.

★ Aus der Schüssel auf die Arbeitsplatte geben und mit den Händen zu einer glatten Teigkugel kneten.

★ Teigkugel in eine Schüssel legen, mit etwas Öl bestreichen, mit einem feuchten Küchentuch abdecken und 120 Minuten bei Zimmertemperatur gehen lassen.

★ Für die Hackfleischfüllung etwas Öl in eine beschichtete Pfanne geben, erhitzen und Hack krümelig anbraten.

★ Spitzpaprika aufschneiden, putzen, zunächst in dün-

ne Streifen, dann in kleine Stücke schneiden. Zum Hack in die Pfanne geben und mitbraten.

★ Tomatenmark und Wasser dazugeben und die Masse köcheln lassen, bis alles schön sämig ist. Zur Seite stellen.

★ Backofen auf 200 Grad Ober-Unterhitze vorheizen und ein Blech mit Backpapier belegen.

★ Teig in 4 Teile teilen und jedes Teigstück oval/länglich ausrollen und 2 Pide mit der Hackfleischmasse belegen. Ränder einklappen und die Enden in die typische Schiffchenform bringen.

★ Auf die beiden anderen Teigfladen je ein TL Schmand streichen und mit je der Hälfte Käse und Kabanossi-Scheiben belegen und ebenfalls Ränder und Enden formen und festdrücken.

★ Ein Ei verquirlen und die Teigländer von allen vier Schiffchen damit bestreichen. Im vorgeheizten Backofen 15-18 Minuten goldbraun backen. Je nach Wunsch können die Schiffchen vorm Servieren mit Petersilie bestreut werden. (dpa)



Rezept der Woche

Pide-Schiffchen

Einkauf

Zutaten für 4 Pide-Stücke

- ★ Für den Hefeteig:
- ★ 300 g Mehl 405
- ★ 4 g Trockenhefe
- ★ 65 g Joghurt
- ★ 1 knapper TL Salz
- ★ 2 EL Olivenöl
- ★ 1 TL Honig
- ★ 125 ml lauwarmes Wasser
- ★ Für Käse-Kabanossi-Füllung:
- ★ 2 TL Schmand
- ★ 50 g Kabanossi in dünnen Scheiben
- ★ 70 g Mozzarella gerieben
- ★ Für Hack-Paprika-Füllung:
- ★ 200 g Hackfleisch Rind
- ★ 1 Spitzpaprika
- ★ 2 EL Tomatenmark
- ★ 50 ml Wasser
- ★ 1 EL gehackte Petersilie
- ★ Salz, Pfeffer
- ★ 1 Ei zum Bestreichen

Foto: dpa/Mareike Pucka

Medizin

ANZEIGE

Eingeschlafene Füße?

Häufig kein Gefühl in den Beinen?



So können Sie Ihre Nervengesundheit unterstützen

Unsere Nerven sind in erster Linie für die Signal- und Reizübertragung zuständig. Damit diese reibungslos abläuft, ist eine ausreichende Versorgung mit speziellen Mikro-Nährstoffen notwendig. Doch gerade Diabetiker scheiden häufig vermehrt Vitamin B1 aus, was zu verschiedenen Beschwerden des Nervensystems führen kann. Deshalb haben Wissenschaftler einen speziellen Mikro-Nährstoffkomplex entwickelt: Restaxil Komplex 26. Darin sind neben Vitamin B1 auch 25 weitere wichtige Vitamine und Mineralstoffe enthalten. Kupfer und Vitamin B12 fördern z.B. eine normale Funktion des Nervensystems. Calcium unterstützt zusätzlich eine normale Reizübertragung zwischen den Nervenzellen. Unser Tipp: 1-mal täglich ein Glas Restaxil Komplex 26 (Apotheke).

Für Ihre Apotheke:

Restaxil Komplex 26
(PZN 11024363)

www.restaxil.de

(Abbildung Betroffenen nachempfunden)

Thema: Rheumatische Schmerzen in Gelenken, Muskeln und Knochen

Gelenkschmerzen?

„Mein Leid wurde endlich gelindert!“ – eine Betroffene berichtet

Irmgard W. litt lange Zeit unter rheumatischen Schmerzen in den Kniegelenken. Die Schmerzen trübten ihre Lebensfreude und beeinträchtigten ihren Alltag. Doch dann entdeckte sie natürliche Arzneitropfen (Rubaxx, Apotheke), die ihr geholfen haben.

Wenn Schmerzen den Alltag bestimmen

Gelenkschmerzen können das Leben zur Qual machen und Betroffene in vielen Lebensbereichen einschränken. Auch Irmgard W. hat

einen langen Leidensweg hinter sich: „Fast 30 Jahre lang litt ich an Schmerzen im Knie. Ich bin von Arzt zu Arzt gerannt“, erzählt sie. „Ich bin so ein lebensbejahender Mensch. Aber die Schmerzen haben mich über die Jahre schon ganz schön fertiggemacht.“

Die Hoffnung: ein natürliches Arzneimittel aus der Apotheke

Doch dann entdeckte Irmgard W. ein natürliches Arzneimittel (Rubaxx, Apotheke), das ihr half: „Ich las in einer Zeitschrift

von Rubaxx. Mein Mann hat mir die Tropfen gleich besorgt.“ Und tatsächlich: Ihre Schmerzen wurden weniger! „Ich habe mich so gefreut. Mein Leid wurde endlich gelindert!“ Dieser Erfolg ist für uns keine Überraschung. Denn in Rubaxx ist ein spezieller Arzneistoff enthalten, der bei rheumatischen Schmerzen in Gelenken, Muskeln, Sehnen und Knochen wirksam helfen kann.

Natürlich wirksam, gut verträglich

Doch damit nicht genug: Der in Rubaxx enthaltene Arzneistoff wirkt nicht nur schmerzlindernd bei rheumatischen Schmerzen, sondern auch bei Folgen von Verletzungen und Überanstrengungen. Das Beste: Rubaxx ist dabei sanft zum Körper. Schwere Nebenwirkungen chemischer Schmerzmittel wie Herzbeschwerden oder Magengeschwüre sind nicht bekannt. Wechselwirkungen mit anderen Medikamenten ebenfalls nicht. Auch Irmgard W. bestätigt: „Nebenwirkungen habe ich von Rubaxx nicht. We-



der Kopfschmerzen noch Übelkeit. Ich vertrage das Arzneimittel sehr gut.“

Die Arzneitropfen Rubaxx sind rezeptfrei in jeder Apotheke erhältlich.

Fragen auch Sie bei Gelenkschmerzen in Ihrer Apotheke nach Rubaxx (rezeptfrei)!

Für Ihre Apotheke:

Rubaxx
(PZN 13588561)



www.rubaxx.de

Abbildungen Betroffenen nachempfunden, Name geändert.
RUBAXX, Wirkstoff: Rhus toxicodendron Dtl. 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 Gräfelfing

Kleinanzeigenmarkt

Samstag, 29. April 2023

Stellenangebote

DER HEIZKOSTENHAMMER LÄSST MICH KALT.

MACH'S WIE ICH UND TAUSENDE ANDERE: VERDIENE EINFACH GELD DAZU!

So geht's:
Dazuverdienen als
Zeitungszusteller
(m/w/d)
am frühen Morgen.

BEWIRB DICH JETZT



Tel.: 0251 690-664
www.die-nachtlichter.de
Aschendorff Logistik GmbH & Co. KG



Wir suchen Zusteller (m/w/d)
ab 18 Jahren für die Verteilung
der Tageszeitung in den frühen Morgenstunden in

- ALTENBERGE (inkl. Briefe)
- SAERBECK
- NORDWALDE

Ihr Stundenlohn: 14,40 – 15,00 Euro inkl. Nachtzuschlag. Minijob oder
Teilzeit sind möglich; in Altenberge mit eigenem Pkw auch Vollzeit.

Wir freuen uns auf Sie! Telefon (0251) 690-664,
zeitungsbotenbewerbung@aschendorff.de
www.dienachtlichter.de oder per WhatsApp: 0172 - 19 88 357



Wir suchen
Zeitungsboten (m/w/d)
ab 18 Jahren die Verteilung
der Tageszeitung nachts oder
in den frühen Morgenstunden in
GREVEN.

Wir freuen uns auf Sie!
Telefon (0251) 690-664
zeitungsbotenbewerbung@aschendorff.de
www.dienachtlichter.de

Impuls Fitness sucht ab sofort,
zuverl. Reinigungskraft (m/w/d) an
Werktagen von 7.30 bis 9 Uhr.
☎ 02571/918300.

L.H. Gartenhilfe auf 520 €-basis
gesucht. Info ☎ 02591/5075165.

Wir suchen eine hauswirtschaftliche
Kraft für unseren gehobenen
Privathaushalt in der Nähe von
48317 Binkerode, vorrangig für
die Pflege unserer Wäsche und
Reinigungsarbeiten. Die Wochen-
arbeitszeit beträgt ca. 25 - 30
Stunden an 5 Tagen/Woche. Bei
uns arbeiten Sie in einem klei-
nen, freundlichen Team, das wir
sehr wertschätzen. Wir freuen
uns über Ihre Bewerbung mit
Lichtbild unter: bewerbungen.
haushaltshilfe@gmail.com

Unsere Haushälterin benötigt Unter-
stützung, wir suchen eine tatkräf-
tige Hilfe im Haushalt. Freundli-
ches Arbeitsklima, gute Bezah-
lung, Arbeitszeit nach Vereinbar-
ung, zwei-dreimal pro Woche/ 3-4
Std. im Aussenbezirk von LH/
Senden. Wir freuen uns auf Ihre
Nachricht. Weitere INFO unter:
☎ 0172/9740066.

Repariere als ehem. Schlosser Fens-
ter und Türen. ☎ 0160/7277695

exam. Kranken-Altenpflegers.
gesucht; 1:1 Pflege in häusl.
Bereich bei Beamtung; jahrelange
stabile Versorgung (kein Arbeits-
tress - kein Pflegedienst); Voll-
oder Teilzeit, sozialversichert,
unbefristet; übertarifflich an TVÖD
angelehnte Vergütung; 48291
Telgte. ☎ 02504-4640.

Suche Putzstelle auf Lohnsteuerkarte
in Teilzeit. Putze zuverlässig Ihre
Büros, Praxen und Treppen.
☎ 0162/4262781.

Wir suchen eine Putzhilfe für unse-
ren 2 Pers.-Haushalt mit Dackel in
Grevén-Gimbte. Nähere Einzelhei-
ten unter ☎ 0171/7717369.

Stellengesuche

Altenpflegerin mit Herz und Erfah-
ren, sucht seriöse Stelle als 24 h
Senioren Betreuerin. ☎ 0156/
78684703.

Eine Person bietet an Treppe, Rampe
bauen, verputzen, verfugen Pflas-
terarbeit, Türe u. Fenster einbauen
usw. Fest Peis ☎ 0151/10061482.

Suche Arbeit, Gartenarbeit, Bäume
schneiden, Unkraut entfernen,
kleine Pflaster-, Fliesen- Putz- und
Spachtelarb. ☎ 0160/ 7520819.

Suche Arbeit, Gartenarbeit, Bäume
schneiden, Unkraut entfernen,
kleine Pflaster-, Fliesen- Putz- und
Spachtelarb. ☎ 01573/3598754.

Hecken-, Strauch-, Baumschnitt und
Rasen mähen. ☎ 0251/1491811
oder 0176/20436677.

Gelernter Maler sucht Arbeit.
☎ 0163/8673507.

Hausfrau hilft Hausfrau beim Fen-
ster putzen. ☎ 0179/4667731.

Haushalt & Geräte

Verkaufe Flachbildschirm-TV, 38",
Panasonic, Neukauf 09/22, noch
1,5 J. Garantie, 150 €. ☎ 02501/
9281885 (AB, rufe zurück)

Beema Projector in Focus €120 und
Verstärker Bradley Road Runner
100 W € 120. ☎ 02593/6269.

Hausgeräte gebraucht mit Garantie!
Firma Weiß - ☎ 02504/77174
Öko=logisch! Nachhaltig!

Möbel

Möbel guter Zustand! 2tür. Kleider-
schr. m. Spiegel, mittelbr. m. 2
Schubl., H198x8135xT58 cm, VB
80€. Kommode 3 Schubl., Mas-
sivh., mittelbr. H82x8110xT46 cm,
VB 60€. Kommode Sonoma-Eiche,
3tür., 2 Schubl. H112x8110xT35
cm VB 65€. Bett, mit Lattenr. u.
Zubeh. B180xL200xH55 cm VB
75€. ☎ 0157/58551814.

Luxus-Fernsehsessel, 5 motorig,
neue Oberklasse, viele Funktio-
nen, wie Aufstehh., Sitzhöhen-
verst., etc., 4 J., NP 3650€ für VB
950 €. ☎ 0171/9180027.

Holz-Klapptisch, 82x82 cm, 2 Klapp-
stühle, jeweils mit Kunstleder-In-
ley, € 75 VB. ☎ 0173/2867915.

Boxspringbett 1.40m b, neuwertig
VB 350€ ☎ 0151 46467064

Rund um den Garten

Erledige Heckenschnitt, Strauch-
schnitt, Vertikutieren, Baumbe-
schnitt und sonstige Gartenarbei-
ten. ☎ 0159/08121706.

Gärtner-sucht-Arbeit-Hochdruckrei-
nigung-Vertikutieren-Unkraut
usw. ☎ 0179 / 2675397.

Gärtner-sucht-Arbeit-Hochdruckrei-
nigung-Vertikutieren-Unkraut-
usw.-Tel.-0179-2675397

Hochbeet Kisten (Holz) sehr stabil zu
verk., L120 x B100 x H80 cm, je
75€, frei Haus. ☎ 0170/9627147.

Kaminholz Buche zu verkaufen,
frei Haus. ☎ 0151/72000215.

Fahrräder

SCHNÄPPCHEN H-E-Bike Kalkhoff
image 5B 625 Bosch, 5G, Carbon,
nur 1230 km gefahren, neu 3661 €
jetzt 2961 VB SMS an
0170 24 88133

E-Bike GAZELLE 10/21, 500 W,
Antiplatt Marathon, Spiegel,
Klapp-Fix. 1.500€ und 1.600€. ☎
0171/3014471.

Damen- u. Herrenfahrrad, 28", 8
Gang-Nabensch., sehr guter Zust.,
je 180€. ☎ 0172/9558437.

VW-Fahrradhalter AHK, für 2
Räder. 220 €. ☎ 02535/953603.

Musikinstrumente

Akkordeon Hohner Student VM 48
Bässe. ☎ 02593/6269.

Akkordeon oder Harmonika von
privat gesucht. ☎ 0176/80082154

Akkordeon oder Harmonika von
privat gesucht ☎ 0176/80082154.

Suche Akkordeon groß und klein,
☎ 0157/54267952.

Musik & Filme

Panasonic- u. eine Sony-Filmkamera
und Filme günstig abzugeben.
☎ 0251/247244.

Schallplatten 40 LP's, 50 Singl 50er-
80er J.. 100 €. ☎ 02593/6269.

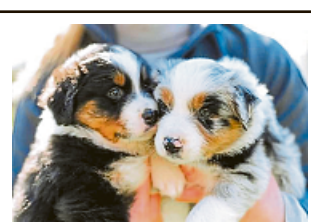
Reitsport

Suche Beistellpferd f. Stute, Freizeit
o. Turnier, biete große kosteng.
Pferdeboxen auf Bauernhof,
Reitpl., Weiden, Paddock, Sattelk.,
Waschpl. vorhanden. Super Aus-
reitgelände. ☎ 0179/7004474.

Sport & Camping

Tischtennisplatte 2x1,50m lang u.
1,30 m breit abzugeben. ☎ 02533/
1298.

Tiermarkt



Australian Shepherd Welpen (m
und w) in Schüttorf zu verkaufen.
Telefon : 01731589572

6 liebe Katzenkinder alle ca. 1 Jahr,
bunt gemischt, kastriert, tätowiert,
gechipt, entwurmt u. geimpft,
suchen seit fast 1 Jahr ein liebes
beständiges Zuhause. ☎ 0171/
7452631.

Wir suchen dringend für Fundkater
"Höppi", BKH, ca. 2-3J., entwurmt,
kastriert, gechipt u. geimpft, gern
Alleinhaltung o. mit Hund, ein lie-
bes beständiges Zuhause. ☎
0171/7452631.

Maine Coon, Fundkater, schwarz 1J.
gesund, jetzt kastriert, gechipt, ent-
wurmt u. geimpft, lieb, sehr ver-
schmust, sucht ein beständiges
Zuhause. ☎ 0171/7452631.

Beaglewelpen vom Bauernhof zu
verkaufen. Geb. am 21.03.2023.
☎ 01590/1067630.

Bekleidung

Damenbekleidung Gr. 40/42 günstig
abzugeben. ☎ 0151/67123957.

Computer

Notebook Acer Aspire D 255 Series,
€ 120. ☎ 02593/6269.

Flohmarkt & Haushaltsauflösung

Sonntag 07.05.: 20 Jahre Kult-Floh-
markt Hasilaus von 9-18 Uhr.
Homannstr. 38 - 48 in MS-Angelm-
odde. Tolles Sortiment & ein
Kuchenbuffet, daß keine süßen
Wünsche offen lässt! Wir freuen
uns auf Sie! Der Erlös daraus geht
zu 100% an die Katzenhilfe MS.

Sammler sucht Modellautos
und Eisenbahn. Alle Maßstäbe.
Auch große Sammlungen. Zahle
bar. ☎ 017656533570

Haushaltsauflösung, Möbel: Schlaf-
zimmer u. Wohnzimmer, Schreib-
tisch Eiche, Wäschetrockner, Bil-
der, Teppiche u.v.m. ☎ 0157/
39027285 ab 30.04.23

Eckdusch-Abtrennung m. zwei Pen-
deltüren (leichte Lackschäden),
8mm Sicherh.-Glas, 97x90cm, 190
€, tel. ☎ 0172/9558437.

Privater Garagenflohmarkt am
29.04.23, 9 - 16 Uhr. Haushalt,
Bücher, Bekleidung, Deko ect.
Quabbe 3 in Warendorf.

Wohnungsauflösung in MS-Mauritz-
viertel, gute Sachen zu verkaufen!
Nach Terminvereinbarung
☎ 01520/6812503.

Flohmarktartikel: Damenbeklei-
dung, Bücher, Geschirr, ☎ 0151/
67123957.

Haushaltsauflösung am 29.04. von
10-15 Uhr in Ahlen, Auf dem
Westkamp 44c bei Mühlbrod

Ca. 70m² Stahlgerüst preiswert zu
verkaufen. ☎ 0172/9307724.

Stofflagerräumung, 2-3€/m, Sa.
06.05., 10-15 Uhr, Jostesstr. 16, MS

Kaufgesuche

!Achtung Ankauf von Pelzen, Garde-
robe, Krokotaschen, Zinn, Tafelsil-
ber, Porzellan, Goldschmuck,
Zahngold, Münzen, auch Komplet-
t-Sammlungen, Gemälde, Kristall,
Kameras und Zubehör, Instru-
mente, Teppiche, Kleinnöbel,
Bücher, Uhren, Orden, 1. u. 2.
Weltkrieg, bitte alles anbieten,
auch Samstag und Sonntag
erreichbar, Herr Braun. ☎ 0163/
2334649.

Aufsitzmäher oder Rasentraktor
auch älter gesucht
☎ 015754989495

!!!Ankauf zahlt Höchstpreise!!! Ess-
/Kaffeeservice, Bestecke, Kristall,
Herren-/ Damenbekleidung jegl.
Art, Trachten, Pelze, Handtaschen,
Bilder, Teppiche, Möbel, Näh-/
Schreibmaschinen.. Münzen,
Zinn, Modeschmuck. Unser Team
freut sich auf Ihren Anruf. Firma
S.P. Angebote unverbindlich, kos-
tenlos Tel. 0163/2414715 Mo-So

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

Achtung seriöser Ankauf! Pelze,
Möbel, Handtasch., Damenbekl.,
Näh.- Schreibmasch. Römer, Zinn,
Schmuck, Porz., Münzen, Bleikris-
tall, ☎ 0178/2489706 Frau Kahl

Kaufe Trüdel, Antikes, Schallplat-
ten, Altes & Nettes aus Keller,
Dachboden, Hausverkauf o. Nach-
lass. ☎ 02572/89135 oder 0160/
99142888.

Suche Modelleisenbahnen, wie z.B.
Spur H0/Märklin, Spur Z/Märklin,
Spur N, Spur G. ☎ 02508/ 997892
oder 02508/993219.

Kaufe Modelleisenbahnen, ganze
Anlagen o. in Teilen, alle Spurwei-
ten. ☎ 02581 / 9283754.

Suche Trüdel: Hausrat, gute Klei-
dung, Schönes & Altes. Zahle 5€/
Kiste. ☎ 0175/3525676 (Olfen)

Entrümpelung zum Festpreis.
☎ 0152/54074274

Sammler sucht Schallplatten,Musik-
instrumente Trüdel 01711273179

Rund ums Fahrzeug

4 neuw. Sommerreifen, (ca 1600 km
gelaufen) Michelin 235/50/
R19 103V, Primacy 4 S1 für 180 €. ☎
02535/953603.

Sammlertreffpunkt

!Achtung, Achtung! Alte Weine, Spi-
rituosen und Champagner von
priv. gesucht, gute Bezahlung.
☎ 0163/8817111.

Briefmarken, ganze Bogen BRD
1976-90, komplett € 250.
☎ 02593/6269.

Suche Modelleisenbahn und Zube-
hör ☎ 0172/2371602 oder 0209/
270558.

Wohnungen Mietgesuch

Su. Wohnung ab 45m² in Hiltrup,
Geistviertel, Amelsbüren, bis ca.
WM €750; bin w., Nichtraucher,
54J. ☎ 0157/70222481.

ICH BIN
MANAGER
UND WAS IST DEIN TRAUMJOB?

karriere.ms
arbeiten im Münsterland

Das Stellenangebot
Ihrer Tageszeitung.

PEACE, LOVE AND MÜNSTER!

Jubiläumspreis

9 Hefte für 16,48 €

Verschenke MÜNSTER!- Liebe im Jubiläumsjahr der Friedensstadt an Deine Lieben und Dich selbst.

- Über 60 % sparen gegenüber Kioskpreis
- Gratis Lieferservice
- Jederzeit kündbar nach 9 Ausgaben
- Als Geschenk-Abo mit Gutschein zur Übergabe

Deine Prämie dazu: Magnet MÜNSTER! Peace

Jetzt lesen oder verschenken & Prämie sichern!
muenster-magazin.com/peace | Telefon 0251 690-4000 | abo@muenster-magazin.com

Horoskop vom 01. 05. 2023 bis 07. 05. 2023

WIDDER 	(21.03. - 20.04.) Träume sind Schäume? Oder doch nicht? In der Nacht kommen Sie einfach nicht zur Ruhe? Sie denken an die vergangenen Zeiten und diese lassen Sie einfach nicht mehr los? Gehen Sie der Sache auf den Grund und versuchen Sie eine Lösung dafür zu finden. Manchmal sind es nur Kleinigkeiten, die uns den Schlaf rauben. Los, lassen Sie sich nicht entmutigen und bleiben Sie weiterhin am Ball!
STIER 	(21.04. - 20.05.) Oje, wer viel Zeit hat, der macht sich auch einfach zu viele Gedanken. Sie kommen ins Grübeln und hinterfragen einfach alles. Machen Sie sich nur nicht selbst verrückt. Durch Ihr Verhalten wird eine Beziehung auf eine harte Probe gestellt. Hören Sie auf damit. Für Ihr Misstrauen gibt es gar keinen Grund. Fangen Sie mit Ihrer Zeit besser etwas Sinnvolles an und machen etwas für sich selbst.
ZWILLINGE 	(21.05. - 21.06.) Die Arbeit wirft Sie in dieser Woche völlig aus der Bahn. Ihnen will einfach nichts gelingen und das frustriert Sie. Gönnen Sie sich zuhause ein wenig Ruhe und entspannen Sie sich. Nehmen Sie ein Schaumbad oder machen Sie es sich auf der Couch gemütlich. Verabredungen sollten Sie besser auf das Wochenende verschieben. Lassen Sie Ihren Frust nicht an Ihren Freunden aus. Ruhig bleiben!
KREBS 	(22.06. - 22.07.) Wandern, joggen oder schwimmen? Überwinden Sie Ihren inneren Schweinehund und lernen Sie, dass Sport gar nicht so schlimm ist, wie Sie immer dachten. Es gibt auch für Sie die passende Sportart. Halten Sie Ihren Körper und Geist durch regelmäßige Bewegung fit. Probieren Sie sich in verschiedenen Bereichen aus. Kostenlose Probestunden werden überall angeboten. Nur Mut, werden Sie aktiv.
LÖWE 	(23.07. - 23.08.) Hey, Sie lassen sich die Butter doch sonst nicht vom Brot nehmen. Was ist denn jetzt passiert, dass Sie sich das gefallen lassen? Lassen Sie sich nicht vom Weg abbringen. Verfolgen Sie Ihr Ziel weiter. Wenn sich Ihnen jemand in den Weg stellt, dann zeigen Sie doch mal, was Sie draufhaben. Sie sind im Sternzeichen des Löwen geboren. Verhalten Sie sich auch so und bleiben Sie fair zu Ihrem Umfeld.
JUNGFRAU 	(24.08. - 23.09.) In Liebesangelegenheiten ist das Glück auf Ihrer Seite. Widerstand ist jetzt zwecklos. Ein Wassermann bringt Ihre Augen zum Leuchten. Leichtes Spiel haben Sie jetzt mit dem Steinbock und dem Widder. Testen Sie Ihre Liebeschancen. Nehmen Sie bei der Arbeit den Mund nicht zu voll. Sichern Sie nur ausgezeichnete Ergebnisse zu, wenn Sie diese auch erbringen können. Sie können alles schaffen!
WAAGE 	(24.09. - 23.10.) Wie sieht es mit einer beruflichen Neuorientierung aus? Sie lieben die Sicherheit und auch mit Ihren Kollegen kommen Sie super aus? Haben Sie schon mal darüber nachgedacht sich nebenberuflich selbstständig zu machen? Leben Sie Ihre Leidenschaft und machen diese zum Beruf. Sie werden voll in Ihrer Arbeit aufgehen. Zum Ausprobieren ist es nie zu spät. Also worauf warten Sie - los geht's!
SKORPION 	(24.10. - 22.11.) Das Singen macht Sie glücklich. Wenn Sie singen, fühlen Sie sich weniger allein und es erfüllt Sie vollkommen. Treten Sie doch der örtlichen Chorgemeinschaft bei oder teilen Sie beim Gesangstraining an Ihrer Technik. Wenn Sie glücklich sind, dann können Sie auch andere mit Ihrer Leidenschaft zur Musik berühren. Haben Sie keine Angst. Trauen Sie es sich zu, Sie können alles meistern!
SCHÜTZE 	(23.11. - 21.12.) Passen Sie jetzt genau auf und hören Sie gut hin. Auf der Karriereleiter wird gerade ein Platz frei und diesen sollten Sie sich unbedingt sichern. Überstunden hin oder her, wenn Sie etwas erreichen möchten, dann müssen Sie privat jetzt mal zurückstecken. Für Pausen ist jetzt keine Zeit und ausruhen können Sie sich später noch lange genug. Zeigen Sie sich selbst, was alles in Ihnen steckt.
STEINBOCK 	(22.12. - 20.01.) Ihr Partner sehnt sich nach Zweisamkeit. Gehen Sie auf diesen Wunsch ein. Planen Sie einen spontanen Kurzurlaub und überschütten Sie Ihren Liebespartnern mit den schönsten Komplimenten. Ihre Beziehung ist einfach wunderbar. Schweben Sie gemeinsam auf Wolke Sieben. Ihre Liebe ist für die Ewigkeit gemacht. Vielleicht ist es an der Zeit, den nächsten Schritt zu wagen? Nur Mut!
WASSERMANN 	(21.01. - 19.02.) Amor ist Ihnen dicht auf den Fersen. Er hat den Bogen schon gespannt und wartet nur auf die passende Gelegenheit. Schauen Sie doch mal, ob Sie Ihren Liebespartner nicht bereits kennen. Einige Dinge sind manchmal gar nicht so offensichtlich. Die Jungfrau könnte Ihr Herz im Sturm erobern. Lassen Sie Gefühle zu. Nehmen Sie sich nicht die Chance auf das ganz große Glück. Sie verdienen es sehr!
FISCHE 	(20.02. - 20.03.) Sie hatten Ihr Ziel schon immer klar vor Augen. Lassen Sie davon auch nicht ab und behalten es stets vor sich. Sie müssen aber nicht so ein Tempo vorlegen, um Ihr Vorhaben zu erreichen. Setzen Sie immer erst einen Fuß vor den anderen. So kommen Sie vielleicht etwas langsamer ans Ziel, aber Sie kommen nicht ins Stolpern. Vertrauen Sie auf sich und Ihr Vorhaben. Sie werden es schaffen.

TRÖDELMARKT
So., 30.4.23 in Lingen
TOOM-Baumarkt, Schillerstraße,
Besuchereintritt: 1,- €
Jeder kann mitmachen!
Info-Tel: 0172-5314101
www.renesmaerkte.de

30. April 11-15 Uhr
Modellbahn-auto- & Spielzeugmarkt
Münster, Stadthalle Hiltrup
Westfalenstr. 197 bv-messen.de

TRÖDELMARKT
Mo., 1.5.23 in Coesfeld,
Parkplatz E-Center, Borkener Str.
Jeder kann mitmachen!
Info-Tel: 0172-5314101
www.renesmaerkte.de

WIR MACHEN
IHRE WELT
BUNTER!
AGM | Anzeigenblattgruppe
Münsterland
www.ag-muensterland.de

AGM | Anzeigenblattgruppe
Münsterland

Verlag
AGM Produktions- und Vermarktungs GmbH
An der Hansalinie 1, 48163 Münster
Tel. 0251/690 99 40 50
Fax 0251/690 80 80 90
www.ag-muensterland.de

Anzeigenleitung
Marc Arne Schumann
An der Hansalinie 1, 48163 Münster
Tel. 0251/690 99 40 50
Fax 0251/690 80 80 90
info.agm@aschendorff-medien.de

Redaktionsleitung
Claudia Bakker
An der Hansalinie 1, 48163 Münster
Tel. 0251/690 99 40 50
Fax 0251/690 80 75 90
leitung.redaktion@ag-muensterland.de

Vertrieb
Aschendorff Direkt GmbH & Co. KG
An der Hansalinie 1, 48163 Münster
Tel. 0251/690 99 40 50

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

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

HALLO **BLICK PUNKT** **WOCHENPOST** **Dreingau Zeitung** **streiflichter** **Emskurier** **StadtAnzeiger**

Motorräder

Suche Vespa Piaggio Roller, Zustand egal. Einfach mal alles von der Marke anbieten. ☎ 0171/2098417, rufe zurück.

Reisemobile/Wohnwagen

Wohnwag. Dettheffs 390, älteres Mod., reisefertig, m. neuw. Vorzelt, kompl. neu Ausgestattet, wegen Krankheit zu verk. VB 3400€. ☎ 0171/7408338.

Privat sucht Wohnmobil. ☎ 0163/2211502.

Wohnmobil von priv. für priv. gesucht. ☎ 0177-9673461.

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

Reisemarkt

Urlaub an der "Müritz", TOP-FeWo, 2(+1) Pers., am Malchower See, Wassergrundst., Garten m. Pavillon., Grill., Angelsteg/-boot. ☎ 0172/7714144.

Cuxhaven-Duhnen-Doese-Sahlenburg FeWos 2-5 Pers., strandnah, ab sofort frei, ab 49 €. ☎ 02505/6080300.

Idyll. Ferienhaus direkt am Nordsee-deich, ruhig, günstig, Kurzmöglichkeit, Kinder willkommen, Hund erlaubt. ☎ 05601/86815.

St. Peter-Ording, 2 Zi.-FeWo, Toplage, Strandprom., 1. Reihe, gr. S/W-Balkon., o. Haustiere, NR. ☎ 04122/53764.

Harlesiel, Fewo am Yachthafen, Mai, Juni, Juli Termine frei. ☎ 05846/2485. www.nordsee-friese.de

Norderney, gefl. App's, Toplage, 1-4 Pers., Balkon, Terrasse o. Strandkorb. ☎ 0173/5363629.

Spanien Ampuriabrava, Ferienhaus, 4 Personen, vom 03.06.-24.06. u. ab 04.08.23 frei. ☎ 0179/4528298.

Sylt/Westerl. FeWo, 2 Pers., strandn., ab sofort frei. 0151/64071510.

Zingst, zentr., FeWo, k. Tiere, 8 Min. Strd., Flyer anford. 04209/919063.

Bekanntschaften

Partnerschaften

Detlef - 80Jahre 1,86m, Nichtraucher -gesund und munter,vorzeigbar. Für die Freizeitgestaltung,wie E-Bike oder das normale Fahrrad bzw. Auto würde ich gern mit einer netten und munteren Frau künftige Ausflüge zusammen erfahren. Vorzugsweise aus dem Gebiet "Warendorf-Telgte-Everswinkel" Bitte melden unter der neuen Whats App ☎ 0177-8914487.

Rosalinde, 72 J., bin eine einsame Witwe, die wunderbar haushalten u. kochen kann. Habe eine schöne frauliche Figur, fahre gerne Auto, mag die häusl. Gemütlichkeit u. gemeinsame Fernsehabeude. Das Alleinsein ist für mich unerträglich u. ich hoffe sehr, ein auch so einsamer Witwer ruft üb. pv an. ☎ 0152-24910120.

80, na und, kein Grund Trübsal zu blasen. Wer hat Lust das Leben mit Reisen (fahre selber Auto), nette Gespräche und vieles mehr zu verbringen. Von PV bitte ich Abstand zu nehmen. Über jede Zuschrift freue ich mich. ☎ 14512 ZGM, 48135 Münster

Hi, ich bin der Hans aus Ascheberg. Ich suche auf diesem Wege gerne eine feste Beziehung. Ich mag gemeinsame Spaziergänge und bin auch gerne mit dem Rad unterwegs. Würde mich freuen, von Dir zu lesen. ☎ 0176/34389608.

MS-Roxel, Richters Mühle 13A Linda: 0151-15973128

Sarah: 0152-18596359

Nur Hausbesuche ★ Maja kommt gerne zu dir! ☎ 0178-4615261

Hanna, 63, eine lebenswürdige, offene Frau mit angenehmer Wesensart, fröhlich, humorvoll, mit gutem Beruf, sucht lieben Mann. Eins u. Eine macht Zwei. Ich bin bereit für eine neue Liebe. Sie auch? PV Partnerservice, ab 10 Uhr. Tel. 0151-26238488

Liebe unbekannte Frau, würden Sie sich mit mir zum Kaffee treffen? Jan, 71/1.80, ein ehrlicher, zuverlässiger Mann, aktiv, Autof., sucht eine liebe Partnerin für gemeinsame Unternehmungen. PV Partnerservice, ab 10 Uhr. Tel. 0151-26238488

Empfehlungen/Dienstleistungen

Wir kaufen alle PKW
Geländewagen, Busse, mit hoher KM-LSTG, Unfall, Defekten oder fälligen TÜV, gegen Bat. Auch sonntags erreichbar
0172/5789301
05971/8083945

SINNTOUCH® WELLNESS & TANTRA
www.sinntouch.de
www.karma-energie-oase.de
Mobil 49(0)1755587131

10 Jahre Qualitäts-Umzüge! Festpreis u. kostenl. Beratung v. Ort. Transporte Zahn., Dieselweg 4, 59379 Selm. ☎ 02592/9776600. zahntransporte.de

Vermischte Anzeigen

AUKTIONSHAUS RHEINE. Wir versteigern für Sie Ihre Gemälde, Uhren, Schmuck, Silberwaren, Münzen, Porzellan, Sammlungen etc. Nach Terminvereinbarung: KOSTENLOSE BERATUNG! Auch GOLDANKAUF! Staufenstr. 73B, 49429 Rheine. ☎ 05971 - 871111 info@auktionshaus-rheine.de

Latein, Mathe, Englisch. Seriöser Unterricht bei Ihnen zuhause. ☎ 0176/40542599.

Pflege/Betreuung

"24h-Pflege" daheim durch poln. Pflegedienst! Bezahlbar u. professionell. ☎ 0209-879151. www.optimum-pro-senior.de



Mit Freunden unterwegs

AUF DEM JAKOBSWEG NACH SANTIAGO DE COMPOSTELA

PILGERREISE MIT WANDERUNGEN

3. JUNI BIS 13. JUNI 2023

☎ 02 51 265 50 0
www.emmaus-reisen.de

Foto: Mik Man / Fotolia



SIE ERREICHEN UNS PERSÖNLICH, MONTAGS BIS FREITAGS VON 10 BIS 16 UHR.

Instagram: [INSTAGRAM.COM/EMMAUSREISEN](https://www.instagram.com/emmausreisen)
Facebook: [FACEBOOK.COM/EMMAUSREISEN](https://www.facebook.com/emmausreisen)

Gestaltung:  Campanile.de

MÜNSTER!

DIE STARKEN SEITEN DER STADT

MAI-HEFT
JETZT IM HANDEL

ZUM
**JUBILÄUMS-
PREIS VON
3,75 €**



3,75 €
JUBILÄUMSPREIS
INKLUSIVE
GRATIS-POSTKARTE
zu den Fremdenmagazinen



DIE COUTURIÈRE
Aufgesetzt

JUBILÄUMSPROGRAMM

375 Jahre Westfälischer Frieden

IM PORTRÄT

Siggi Spiegelburg

STADTTIELSERIE

GELMER: Am Canal Grande

... und viele andere
starke Seiten der Stadt
**JUBILÄUMSPREIS
FÜR 3,75 €/HEFT**

oder direkt
ABONNIEREN ZUM VORTEILSPREIS
muenster-magazin.com/abo
Telefon 0251 690-4000
abo@muenster-magazin.com

Media-Park Steinfurt feiert 25. Geburtstag

Service, Service, Service – und immer an die Kunden denken



Was wäre ein Geburtstags- tag ohne Gäste, Ge- schenke, Gimmicks oder Giveaways? Von allem gibt es während der Geburtstags- wochen an der Goldstraße in Burgsteinfurt reichlich.

Der expert Media-Park Steinfurt wurde vor 25 Jahre eröffnet und das Team aus 100 Mitarbei- tern an mittlerweile vier Standor- ten freut sich auch heute auf die Kunden. Auch die Filialen in Greven, Emsdetten und Borg- horst feiern mit. Mit besonderen Angeboten und Stammkunden- aktionen gratulieren sie der gro- ßen Schwester an der Goldstra- ße zum Geburtstag.

Service aller Art ist das, was den Händler vor Ort vom Inter- net- oder Versandhandel unter- scheidet. „Wir erledigen alles aus einer Hand“, sind die bei- den Geschäftsinhaber Ansgar Balzer und Thomas Wagner stolz auf ihre Mannschaft.

Vom Telefonvertrag bis zur Installation von Satellitenschüs- sel oder Waschmaschine wird bei expert Media-Park alles kompetent und von Fachleuten zusammen mit dem Kunden beraten installiert oder repariert.

„Uns ist gute Ausbildung wichtig“, legen Wagner und Balzer wert auf Nachwuchsgewinnung. „Die Kunden vertrau- en uns und sollen sich mit allen Fragen zwischen Kaffeema- schine oder E-Scooter an uns



Bei expert Media-Park in Steinfurt wird mit vielen tollen Angeboten der 25. Geburtstag gefeiert.

wenden“, so die Steinfurter Ge- schäftsleute, die immer auf der Suche nach Auszubildenden für alle Media-Park-Standorte sind. Um die 100 neue Einzel- handelskaufleute, Servicetechniker und Bürokaufleute seien es in den vergangenen 25 Jah- ren schon geworden, blickt Bal- zer zurück.

Viel Aufwand hat das expert Media-Parkteam in den vergan- genen Wochen für die Kunden

betrieben. Besondere Angebo- te mit den Lieferanten ausge- handelt, unzählige Luftballons aufgeblasen, den Laden geschmückt, die Regale aufgefüllt und Stammkundenanschriften verschickt.

Gefeiert wird weiter: „Wir ha- ben noch weitere Aktionen und Angebote in petto“, verspricht Balzer, dass sich der Besuch in den expert Media-Parkfilialen auf jeden Fall lohnt.



WIR SAGEN DANKESCHÖN!

MIT HAMMER ANGEBOTEN ZUM GEBURTSTAG!

Hier:
Online Telekom-Katalog mit TOP-TK-ANGEBOTEN!
JETZT QR-CODE SCANNEN!

Hier:
Über 20 Seiten online mit HAMMER-ANGEBOTEN!
JETZT QR-CODE SCANNEN!

Steinfurt
Emsdetten
Greven

Mit den besten Empfehlungen

MEDIA-PARK www.media-park.de

48282 Emsdetten (Filiale) Media Park Steinfurt Wagner & Balzer OHG Hengelplatz 13 · Tel. 02572/9237298	48268 Greven (Filiale) Media Park Steinfurt Wagner & Balzer OHG Alte Münsterstr. 5 · Tel. 02571/2804	48565 Steinfurt (Hauptsitz) Media Park Steinfurt Wagner & Balzer OHG Goldstraße 4 · Tel.: 02551/2256	Borghorst Telekommunikations-Shop (Filiale) Media Park Steinfurt Wagner & Balzer OHG Gantenstr. 5 · 48565 Steinfurt Tel. 02552/637420
--	--	--	---

Öffnungszeiten: Mo-Fr: 9³⁰-13⁰⁰ und 14⁰⁰-18³⁰ Uhr · Sa: 9³⁰-18⁰⁰ Uhr