

Begleitet von Ratsvertreter Matthias Nienhoff im Gespräch über Kinder- und Jugendförderung auf Gut Königsmühle

## NRW-Ministerin Ina Brandes besucht help and hope Stiftung



Zu Gast auf Gut Königsmühle: Ina Brandes, Ministerin für Kultur und Wissenschaft des Landes Nordrhein-Westfalen (2.v.l.), und Matthias Nienhoff aus dem Rat der Stadt Dortmund (rechts) mit (v.l.n.r.) Gerhard Gotthard, Sandra Heller und Nathalie Varga von der help and hope Stiftung. Foto: help and hope Stiftung / Stephan Schütze

**Dortmund.** Ina Brandes, Ministerin für Kultur und Wissenschaft des Landes Nordrhein-Westfalen und Mitglied des hiesigen Landtags, war am Mittwoch (30.04.) zu Gast bei der help and hope Stiftung. Gemeinsam mit Matthias Nienhoff aus dem Rat der Stadt Dortmund informierte sie sich über die Stiftungsarbeit und besichtigte das Gelände rund um Gut Königsmühle.

Ina Brandes war Anfang des Jahres mit der help and hope Stiftung in Kontakt getreten. Damals ging es um ein Förderprogramm für gemeinnützige

Organisationen. Jetzt schaute die Ministerin persönlich bei der Stiftung in ihrer Geburtsstadt Dortmund vorbei, um sich ein Bild von der Stiftungsarbeit und von Gut Königsmühle zu machen.

Auch der Dortmunder Ratsvertreter Matthias Nienhoff setzt sich für die Belange der help and hope Stiftung ein und begleitete die Ministerin.

Sandra Heller, Vorstandsvorsitzende der help and hope Stiftung, Gerhard Gotthard, ehrenamtlicher Vorstand, sowie Nathalie Varga, pädagogische Leitung, nahmen die Gäste in

Empfang und berichteten voller Leidenschaft von den Entwicklungen und Plänen auf Gut Königsmühle. Im Gespräch ging es auch um den Neubau eines Kinder- und Jugendgästehauses und dessen Finanzierung.

„Unsere Stiftung arbeitet spendenfinanziert“, so Sandra Heller im Gespräch mit der Ministerin. „Daher freuen wir uns sehr über jede Form der Unterstützung für unsere Arbeit.“ Brandes und Nienhoff zeigten sich begeistert vom Einsatz der Stiftung für Kinder, Jugendliche und Familien und den angeregten, konstruktiven Austausch.

**Rolf kauft alle Wohnwagen/ Wohnmobile, auch mit Mängeln. Auch Sa./So.**  
☎ 02 21/2 76 96 12  
oder 01 77/5 08 82 42

**Trödelmarkt**  
Sonntag, 18. Mai 2025 in Soest, Kaufland, Senator-Schwartz-Ring  
Jeder kann mitmachen!  
[www.renesmaerkte.de](http://www.renesmaerkte.de)  
Mobil 0172/5314101

**Münzen-Briefmarken**  
Wir kaufen seit 40 Jahren Sammlungen und Nachlässe zu hohen Preisen  
Fachbetrieb Dipl. Kfm. M. Grewe  
Tel. 02 31 / 75 63 30

**Wir liefern & reparieren:**  
Waschautomaten, Elektroherde, Geschirrspüler, Kühl- und Gefriergeräte, Lampen und vieles mehr ...  
**Elektro Figgemeier OHG**  
Westrickweg 1/Ecke Ennigerloher Str.  
59302 Oelde · Telefon 0 25 22/70 77

**Heizöltankdemontage**  
schnell, sauber, preiswert  
**Blienert GmbH**  
Tel. 0 25 88 / 9 19 49 31  
[blienertgmbh@outlook.de](mailto:blienertgmbh@outlook.de)

**Goldbörse Thiel**  
Bar-Ankauf von Gold, Schmuck, Silber, Zahngold  
Seit 35 Jahren vertrauensvoller Edelmetall-Handel  
Preisvergleich bringt bares Geld!  
Bäckerstr. 14a, Lünen  
Telefon 0 23 06/2 39 09

GOLDANKAUF | SCHMUCK | TRAUINGE | REPARATUR

*Juwelier Schulte*

**GOLDANKAUF**  
SERIÖS | FAIR | KOMPETENT

Markt 6 · 59368 Werne · 02389/9286651  
[www.goldankaufwerne.de](http://www.goldankaufwerne.de) · [www.trauringe-werne.de](http://www.trauringe-werne.de)

**STRESS** vor dem **Kindergeburtstag?**

Einfach Torte bei [deineTorte.de](http://deineTorte.de) bestellen

Zum Wunschtermin geliefert!

Hier geht's direkt zu Deiner Traumtorte!

[deineTorte.de](http://deineTorte.de)  
Exklusive Torten bestellen

**GOLDANKAUF** Seit 2009 in Werne & Selm

**BARREN UND MÜNZEN**  
**ANLAGEGOLD JETZT KAUFEN!**  
ERFAHREN, KOMPETENT, ZUVERLÄSSIG, SERIÖS  
[www.ihr-goldankauf.de](http://www.ihr-goldankauf.de) · [info@ihr-goldankauf.de](mailto:info@ihr-goldankauf.de)

WIR RICHTEN UNS AN TAGESAKTUELLEN BÖRSEORIENTIERTEN PREISEN BEIM AN- UND VERKAUF.

**RUFEN SIE UNS AN:**  
**0 23 89 / 5 39 61 71** BEWERTUNG ABWICKLUNG - SICHER & SERIÖS

GOLDANKAUF WERNE · Bült 1 · 59368 Werne · Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 9.30 - 18.00 Uhr, Sa. 9.30 - 13.30 Uhr  
GOLDANKAUF SELM · Kreisstr. 30a · 59379 Selm · Öffnungszeiten: Mo. - Fr. 9.30 - 16.30 Uhr, Sa. 9.30 - 13.30 Uhr

[meyersgartenmoebel.de](http://meyersgartenmoebel.de)

**MEYER'S GARTENMÖBEL**

**Sonntags Schautag 13 - 16 Uhr**  
(keine Beratung und kein Verkauf)

Münster - An der Kleimannbrücke 49 - 0251 7478800

Ihr Berater für **Ahlen** und das Münsterland

„Unsere Kompetenz und langjährige Erfahrung sind Ihre Garantie für eine erfolgreiche Vermarktung“

**Ronald Zent**  
Bankkaufmann (IHK) / Immobilienberater

**HOMANN IMMOBILIEN**

HOMANN IMMOBILIEN Münster GmbH  
Servatiplatz 7 · 48143 Münster  
02 51 4 18 48-15 · [r.zent@homann-immobilien.de](mailto:r.zent@homann-immobilien.de)

Ihre Immobilie verdient Kompetenz!

**IMMER ÜBER 400 NEU- UND GEBRAUCHTFAHRZEUGE AUF LAGER**

**CARPOINT**

☎ 02521 - 825 89 45

**Inzahlungnahme - Finanzierung - Leasing**

Neubeckumer Straße 76 · 59269 Beckum

Theater nach Astrid Lindgren

# Ronja Räubertochter



„Ronja, dein Kinderleben beginnt großartig“, so begrüßt Lovis ihre kleine Tochter, als in der Nacht ihrer Geburt ein Blitz in die Mattisburg einschlägt und diese in zwei Teile teilt. Ronja liebt das Leben unter den wilden Räufern auf der Burg ihres Vaters Mattis, genauso fasziniert ist sie aber auch vom dichten Mattiswald, den sie mit all seinen geheimnisvollen Ge-

fahren erkundet. Eines Tages begegnet sie dabei Birk, dem Sohn von Mattis Erzfeind, dem Räuberhauptmann Borka, der mit seiner Bande heimlich in den leeren Teil der Burg eingezogen ist. Schnell verbindet die beiden Kinder eine tiefe Freundschaft. Als Mattis davon erfährt, kommt es zum erbitterten Streit der beiden Häuptlinge und Ronja muss

sich entscheiden, auf welcher Seite sie steht ...

von Astrid Lindgren;  
**Bühnenfassung: Barbara Hass; Aufführungsrechte unterliegen beim Bühnenverlag Weitendorf, Hamburg**  
**Regie & Organisation: Kevin Wahlbrinck, Silvia Rüschoff, Karen Peters, Katja Pott, Michel Quante und Hendrik Becker**

Beratungsangebot der VHS in Kooperation mit der Bundesagentur für Arbeit

## Berufsberatung im Erwerbsleben in Ahlen

**Ahlen.** Am Donnerstag, 22. Mai 2025, von 15 bis 18 Uhr, findet an der VHS Ahlen, im Alten Rathaus, die Berufsberatung im Erwerbsleben in Kooperation mit der Bundesagentur für Arbeit statt. Die Beratungssprechstunde vom Berufsberater Jan Petersen richtet sich an alle Personen, die sich beruflich verändern möchten oder sogar müssen. Die Teilnehmenden erhalten eine intensive Beratung und Hilfestellungen für den ersten Schritt zur

beruflichen Neuorientierung. Die gebührenfreie Beratung erfolgt in Einzelgesprächen und ist jeweils um 15 Uhr, 16 Uhr oder 17 Uhr möglich. Es handelt sich um ein Beratungsangebot der Orientierungsberatung für Erwachsene - Berufsberatung im Erwerbsleben der Bundesagentur für Arbeit. Um vorherige Anmeldung per E-Mail oder Telefon mit Angabe der gewünschten Uhrzeit wird gebeten: 02382 59-436 oder vhs@stadt.ahlen.de.



Gemeinsames Kaffeetrinken und Kuchenessen für Seniorinnen und Senioren

# Frühlingsstimmung beim Kaffeeklatsch der Stadt Bergkamen

**Bergkamen.** Am 04. Mai fand der Kaffeeklatsch im Elisabeth Haus statt. Mit Musik, Tanz und selbstgebackenem Kuchen erlebten über 100 Seniorinnen und Senioren am vergangenen Sonntag einen heiteren Nachmittag beim städtischen Kaffeeklatsch im Elisabeth-Haus an der Parkstraße. Für beste Unterhaltung sorgte erneut das Musikduo Andy & Lucia, das mit viel Schwung und Charme für ausgelassene Stimmung sorgte. Neben dem musikalischen Programm erfreuten sich die Gäste wie immer besonders an den zahlreichen Torten und der selbstgestalteten Dekoration. „Die liebevolle Dekoration und fantastischen Torten sind jedes Mal eine wahre Freude“, sagte eine Besucherin zum Abschluss der Veranstaltung. Die herzliche Atmosphäre sei, so die Meinung vieler Gäste, vor allem dem engagierten Einsatz

der zahlreichen Ehrenamtlichen zu verdanken. Einige Teilnehmerinnen und Teilnehmer ließen sich sogar von der Musik mitreißen und wagten ein Tänzchen auf der Tanzfläche. Der nächste Kaffeeklatsch findet am Sonntag, 01. Juni 2025, von 14:30 bis etwa 17:00 Uhr erneut im Elisabeth-Haus (Parkstraße 2a, 59192 Bergkamen) statt – mit einem besonderen Gast aus dem Rathaus. Für die kommenden Termine werden noch Kuchenpenden sowie ehrenamtliche Helferinnen und Helfer gesucht. Die Teilnahme ist kostenfrei, eine Anmeldung jedoch erforderlich. Weitere Informationen und Anmeldung bei Magdalena Müller, Stadt Bergkamen, Seniorenarbeit, unter Tel. 02307 / 965-433 (vormittags, montags bis freitags) oder per E-Mail an kaffeeklatsch@bergkamen.de.



## Impressum

Herausgeber:  
ZeitPunkt Verlag UG (haftungsbeschränkt)  
Das Lippe Journal erscheint 14 täglich und wird kostenlos an Haushalte und Betriebe verteilt.

„Falls Sie das Lippe Journal nicht mehr erhalten möchten, bitten wir Sie, einen Werbeverbotsaufkleber mit dem Zusatzhinweis 'Keine kostenlosen Zeitungen' an Ihrem Briefkasten anzubringen. Weitere Informationen finden Sie auf dem Verbraucherportal [www.werbung-im-briefkasten.de](http://www.werbung-im-briefkasten.de)“

Redaktion:  
Wolfgang Kunze (wnk) (ViSdP)  
Anzeigenleitung:  
Wolfgang Kunze (ViSdP).  
Es gilt die Anzeigenpreisliste Nr. 6  
Anzeigen und Beilagen mit politischen Aussageinhalten stellen allein die Meinung der dort erkennbaren Auftraggeber dar.  
Verlag und Geschäftsstelle:  
ZeitPunkt Verlag UG (haftungsbeschränkt),  
Gf: Wolfgang Kunze  
Römerstraße 18, 59075 Hamm  
Zugleich Anschrift für alle Verantwortlichen.  
Tel.: 0 23 81/37 163 13, Fax: 0 23 81/37 154 37  
Druck: R.B.D. Rheinisch-Bergische Druckerei GmbH  
Zülpicher Straße 10  
40549 Düsseldorf  
Satz: Eigensatz  
Vertrieb: Eigenvertrieb  
Vertriebsleitung: Wolfgang Kunze  
Für unverlangt eingeschickte Manuskripte, Fotos u.ä. übernehmen wir keine Gewähr.

Gesucht werden Helferinnen und Helfer

## 23. Hafenfest 2025



Fischerstechen

**Bergkamen.** Auch in diesem Jahr sucht die Stadt Bergkamen wieder Helferinnen und Helfer für das 23. Hafenfest im Westfälischen Sportbootzentrum – Marina Rünthe. Das Hafenfest wird vom 13. bis 15. Juni stattfinden. Einsatzgebiete sind beispielsweise die Fahrradwache oder das Kassieren der Fährfahrten.

Falls bei Ihnen Interesse an einer Helfer-Tätigkeit besteht, würden wir Sie bitten, sich beim Stadtmarketing Bergkamen, Herrn Karsten Rockel, zu melden.

Das traditionelle Fischerstechen beim Hafenfest geht am 14. Juni 2025 bereits in seine 16. Runde – ein echtes Highlight, das für jede Menge Spaß, spannende Manöver und packende Zweikämpfe sorgt. Dieses Event bietet nicht nur den teilnehmenden Mannschaften, sondern auch den Zuschauerinnen und Zuschauern jede Menge Unterhaltung. Im letzten Jahr traten acht Teams an, doch natürlich ist eine Erweiterung des Teilnehmer-

feldes jederzeit möglich.

Dieses Jahr starten die Teams wieder in einer Gruppenphase, was für noch mehr Spannung und Spaß sorgt. Jedes Team besteht aus zwei Ruderern und einem Fischerstecher. Boote, Lanzen, Schwimmwesten und weiteres Zubehör werden kostenlos bereitgestellt. Die Teams werden rechtzeitig vor dem Wettkampf eingewiesen und haben außerdem die Gelegenheit, sich am Vortag bei einigen Probelaufen auf das Event vorzubereiten. Der eigentliche Wettkampf findet dann am Samstag, 14. Juni, nachmittags, ganz zentral im Hafenbecken an der Promenade.

Bei Interesse an einer Helfer-Tätigkeit oder Fragen zum Fischerstechen wenden Sie sich an das Stadtmarketing Bergkamen, Herrn Karsten Rockel.

Anmeldeformular und Teilnahmebedingungen für das Fischerstechen sind auf der Homepage der Stadt Bergkamen zu finden.

Osttangente:

## Asphaltarbeiten im ersten Bauabschnitt gestartet

**Ahlen.** Seit Montag laufen auf dem ersten Bauabschnitt der Osttangente die noch notwendigen Asphaltarbeiten. Damit ist ein Ende des ersten Abschnitts absehbar: Wenn alles jetzt nahtlos ineinandergreift, sollte der erste Bauabschnitt bis Ende Juni fertig gestellt sein.

„Im Anschluss an die Asphaltarbeiten muss dann noch u.a. das Bankett, also der Teil der unmittelbar neben der Fahrbahn oder dem befestigten Seitenstreifen liegt, eingebaut werden“, erklärt Mathias Wehmeyer, Gruppenlei-

ter Bau- und Unterhaltung bei den Ahlener Umweltbetrieben (AUB). Außerdem werden die Schutzplanken geschlagen, die Verkehrszeichen gesetzt und die Fahrbahnmarkierungen aufgebracht.

Währenddessen laufen die Arbeiten am zweiten Abschnitt. Der Mutterboden für den gut 1,2 Kilometer langen Abschnitt ist abgetragen, der Boden wird auf der Strecke vom Kreisverkehr an der Zeche bis zum neuen Kreisverkehr „Alte Beckumer Straße“ aufbereitet.

Damit liegen die Arbeiten an der

Osttangente wieder im Zeitplan. Dadurch, dass die Abschnitte in erster Linie voneinander unabhängig ausgeführt werden können, ist die Verzögerung des ersten Abschnitts kein Problem für den gesamten Baurahmen.

Aktuell wird bereits der dritte Abschnitt geplant. Der soll die Osttangente dann bis zur Beckumer Straße weiterführen und damit die Ostumgehung der Stadt komplettieren. Das Gesamtprojekt mit den drei Bauabschnitten wird voraussichtlich 35 Millionen Euro kosten.



Seit Montag laufen auf dem ersten Bauabschnitt der Osttangente die noch notwendigen Asphaltarbeiten.

## RUHR.TOPCARD-Frühjahrsaktion 2025

**Bergkamen.** Seit dem 1. April 2024 ist das Kulturreferat der Stadt Bergkamen offizielle Vorverkaufsstelle der RUHR.TOPCARD. Interessierte Bürgerinnen und Bürger können die beliebte Freizeitkarte im Stadtfenster (Rathausplatz 4) erwerben. Die RUHR.TOPCARD 2025 bietet zahlreiche Freizeitmöglichkeiten in der Region und ist für Erwachsene zum Preis von 69 Euro und für Kinder der Jahrgänge 2011 bis 2020 für 43 Euro erhältlich. Ein besonderes Highlight ist die diesjährige Frühjahrsaktion vom 5. bis 31. Mai 2025: Wer die Karte in diesem Zeitraum erwirbt, erhält einmalig kostenfreien Eintritt in einem von drei Freizeitparks.

**Zur Auswahl stehen:**

Movie Park Germany (Besuch vom 05.05. bis 13.07.2025)

Fort Fun Abenteuerland (Besuch vom 05.05. bis 13.07.2025)

Kernie's Familienpark (Besuch vom 05.05. bis 26.06.2025)

Die RUHR.TOPCARD beinhaltet insgesamt über 90 Attraktionen in den Regionen Ruhrgebiet, Sauerland und Niederrhein – darunter Zoos, Erlebnisbäder, Museen, Fahrten mit historischen Eisenbahnen oder Personenschiffen und vieles mehr.

Mit der Karte können Eintrittsgelder in Höhe von über 800 Euro eingespart werden. Das Kulturreferat lädt alle Freizeit- und Erlebnisbegeisterten ein, die vielfältigen Angebote der RUHR.TOPCARD zu entdecken und sich rechtzeitig ihre Karte zu sichern. Weitere Informationen unter: <https://www.ruhrtopcard.de/> Kulturreferat Bergkamen 02307/ 965 464

## Immobilien

### Tag der offenen Baustelle im Wohnquartier Waldsiedlung in Weddinghofen

Samstag | 10. Mai 2025 | 10:00 - 16:00 Uhr  
Grimberg, Bergkamen-Weddinghofen



**WidW**

**Das erwartet Sie:**

- Baugrundstücke von 300 - 700 m<sup>2</sup>
- Einzel-, Doppel- oder Reihenhäuser möglich
- Keine Bauträgerbindung
- Gute Anbindung & grüne Lage
- Fernwärme & Glasfaser optional verfügbar
- Bauträger & Hausanbieter sind vor Ort und stehen für Ihre Fragen gerne zur Verfügung
- Für das leibliche Wohl ist gesorgt

**Kontakt: Marco Nerger,  
E-Mail: marco.nerger@rag-montan-immobilien.de,  
Telefon: 0172-17 99 62 2**

# Mystischer Folk und Balladen aus dem Land der Feen und Vulkane

**Bergkamen.** Nein, es sind keine Feenzu hören– man könnte es aber meinen, denn Umbra lädt am Montag, den 12.05.2025 um 20.00 Uhr im Trauzimmer Marina Rünthe zum Träumen ein. Zwischen spirituellen, weltlich mittelalterlichen Melodien und traditionellen Liedern bezaubern die vier Isländerinnen gekonnt jedes Publikum. Für diese Veranstaltung sind noch Eintrittskarten an der Abendkasse erhältlich. Die Abendkasse ist für Kurzent-schlossene ab 19.00 Uhr geöffnet.

## Klangkosmos Weltmusik

Mo. 12.05.2024 / 20.00 Uhr / Ticket 8,00 €

Umbra (Island)

Mystischer Folk und Balladen aus dem Land der Feen und Vulkane  
Tickets und weitere Infos unter: [tickets.bergkamen.de](https://tickets.bergkamen.de) oder 02307/965-464

## Wichtiger Hinweis:

Diese Veranstaltung wird gefördert durch das Kultursekretariat NRW Gütersloh und dem Ministerium für Kultur und Wissenschaft des Landes Nordrhein-Westfalen.



Umbra

Kreativer Sommerworkshop im Zeichen der Römer

## Kinderferienaktion Drususcamp

**Bergkamen.** Vom 14. bis zum 16. Juli 2025, jeweils von 10 bis 15 Uhr, bietet das Stadtmuseum Bergkamen in Kooperation mit dem Verein der Freunde und Förderer des Stadtmuseums Bergkamen e. V. das Drususcamp für Kinder und Jugendliche an. In

den diesjährigen Sommerferien laden wir Kinder zu einer spannenden Entdeckungsreise in die römische Antike ein.

Die Ferienaktion bietet eine kreative und lehrreiche Möglichkeit, die römische Kultur spielerisch zu erleben und selbst handwerk-

lich tätig zu werden. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer erhalten dabei spannende Einblicke in den Alltag der römischen Antike und gestalten eigene Werkstücke. Neben handwerklichen Aktivitäten bauen die Kinder unter anderem einen römischen Hausaltar

und lernen römische Bräuche spielerisch kennen.

Der Workshop wird von erfahrenen Museumspädagogen/innen der Gruppe Ars Replika durchgeführt. Das Programm ist für interessierte Kinder zwischen 8 und 12 Jahren. Die Kosten be-

tragen 40 € (Geschwisterkinder 35 €). Anmeldungen nimmt das Stadtmuseum per Mail, [l.gulka-hoell@stadtmuseum-bergkamen.de](mailto:l.gulka-hoell@stadtmuseum-bergkamen.de), entgegen.

Die Teilnehmerzahl ist begrenzt – wir empfehlen eine frühzeitige Anmeldung!

Negative Trendwende auf dem Ausbildungsmarkt:

## Steigendes Interesse bei jungen Menschen trifft auf deutlich reduziertes Stellenangebot



Thomas Keyen, Geschäftsführer der Agentur für Arbeit Hamm.

**Kreis Unna.** Für das neue Ausbildungsjahr haben sich im Kreis Unna bisher 2.059 ausbildungsinteressierte Jugendliche gemeldet (8,0 Prozent mehr im Vergleich zum Vorjahr), während 1.784 Ausbildungsstellen von den Unternehmen zur Verfügung gestellt wurden (-17,8 Prozent verglichen mit dem Vorjahr).

Aktuell suchen noch 1.189 junge Männer und Frauen einen Ausbildungsplatz. Ihnen stehen derzeit 1.130 unbesetzte Ausbildungsstellen zur Verfügung und damit statistisch 0,9 Stellen pro Bewerber.

Die Chancen für junge Menschen im Kreis haben sich damit im Vergleich zum Vorjahr verschlechtert.

„Während sich der Ausbildungsmarkt in den letzten Jahren zunehmend zu einem Bewerbermarkt gewandelt hat, stellen wir in diesem Jahr eine deutliche Trendwende auf Arbeitgeberseite fest, die sich in einer erheblichen Reduzierung des Stellenangebots äußert“,

beschreibt Thomas Keyen, Geschäftsführer der Agentur für Arbeit Hamm, die Entwicklung seit Oktober 2024. „In Zeiten politischer Unsicherheiten, konjunktureller Einbrüche und steigender Energiepreise fällt es Betrieben verständlicherweise schwer, Wetten für die Zukunft abzuschließen.“

Ein Ausbildungsverhältnis ist aber genau das, denn es bindet für drei Jahre – ein Zeitraum, der für viele Unternehmen derzeit schwer zu überblicken ist“, so Keyen.

Auf der anderen Seite bewertet der Arbeitsmarktexperte das wieder steigende Interesse auf Seiten der Jugendlichen als erfreulich: „Die gemeinschaftlichen Bemühungen der letzten Jahre, das Image der dualen Berufsausbildung zu steigern, haben gefruchtet und dazu geführt, dass heute wesentlich mehr junge Frauen und Männer den Wert einer Ausbildung erkannt haben.“

Eine Ausbildung schafft Perspektiven und gibt Stabilität –

Werte, die bei der heutigen Generation wieder hoch im Kurs stehen.“

Für Thomas Keyen steht fest, dass es ohne Ausbildung nicht geht: „Auszubilden ist kein Luxus, auf den wir in schweren Zeiten verzichten können. Denn während die geopolitischen Unwägbarkeiten nur eventuell einen negativen Einfluss auf den eigenen Betrieb nehmen, besiegelt ein Fachkräftemangel definitiv das Aus. Insofern ist es auch und gerade während Krisen alternativlos, neue Kräfte heranzuziehen, um den Fortbetrieb des Unternehmens zu sichern.“

Um gerade leistungsstarke und motivierte junge Menschen für das eigene Unternehmen zu gewinnen, sei es wichtig, frühzeitig die eigenen Stellenangebote sichtbar zu machen. Keyen: „Gut organisierte Bewerberinnen und Bewerber nehmen ihre Zukunftsplanung jetzt in die Hand und stehen dann später häufig nicht mehr zur Verfügung.“

# Die freie KFZ-Meisterwerkstatt Blankenhagen



vl.: Wolfgang Schönfeld, Trockeneisstrahler; Jan Voss, Werkstattmeister

**Wir sind ein KFZ- Meisterbetrieb, der alle Reparaturen und Dienstleistungen rund um das Automobil anbietet.**

**Hier schraubt der Meister noch selbst!**

**Wir bieten in unserem Hause an:**

- Achsvermessung und Einstellarbeiten,
- Inspektionen und Reparaturen nach Herstellervorgabe an allen Fabrikaten.
- Motor- und Getriebe-reparaturen.
- Young- und Oldtimer Service

- Karosserie- und Lackierarbeiten. (gegebenenfalls durch Partnerbetriebe)
- Vermittlung für HU, AU und Eintragungen sowie H- Zulassungen.
- Reifenvertrieb und Montage.
- Anhängerreparaturen und Service.

Zusätzlich verfügen wir in unserem Hause über die Möglichkeit, Fahrzeuge und Gerätschaften bis zu einer Länge von 5,80 m mit

Trockeneis zu strahlen und zu reinigen. Dabei werden besonders materialschonend z.B. alter Unterbodenschmutz, Straßendreck und andere Dinge problemlos entfernt.

Losser Rost wird dadurch ebenfalls entfernt, sodass im Anschluss eine eventuell erforderliche Restauration erfolgen kann oder Korrosionsschäden besser und sauberer abgearbeitet werden können.

Darüber hinaus bieten wir die Hohlraumkonservierung aller Rahmen und Unterbodenteile wie auch eine Versiegelung mit Owa-

**FREIE KFZ-MEISTERWERKSTATT**

- INSPEKTION/FEHLERDIAGNOSE
- OLDTIMER & YOUNGTIMER-SERVICE
- RAD & REIFEN-SERVICE
- TROCKENEISSTRAHLEN
- ALLE FABRIKATE
- AUCH UNFALL-INSTANDSETZUNG

**TEL. 02383-957696**

Siemensstr. 10 · 59199 Bönen

**BLANKENHAGEN SERVICE DIENSTE**

trol an. Diese besondere Versiegelung zeichnet sich dadurch aus, dass sie transparent ist. Owatrol ist auch problemlos überlackierbar.

Des Weiteren können wir Achs und Fahrwerksteile, sowie natür-

lich auch Rahmen mit einer speziellen, auf Wachs basierenden schwarzen Beschichtung versehen, die besonders widerstandsfähig ist.

Auch Strukturabdichtungen können wir aufbringen.



Wolfgang Schönfeld, Trockeneisstrahler

**BORGENDORF**  
DIE FAHRSCHULE

Module LKW & Bus  
24.05.25  
31.05.25

33449 Langenberg  
Hauptstraße 52  
0177 - 754 3 754  
borgdorf@t-online.de  
www.fahrschule-borgdorf.de

**Rose Taxi & Mietwagen Kurierdienst**

**0 23 81 - 44 02 30**

**44 26 07**

**9-Sitzer rund um die Uhr**

**Alsenstraße 19 • 59067 Hamm**

JETZT  
WOHNMOBIL  
MIETEN!

Vermietung

Schlosserstraße 16, Olfen Tel.02595/ 3848904 [www.bb-wohnmobile.de](http://www.bb-wohnmobile.de)

**Wohnmobile, LKW und Transporter**

Wir kaufen  
Wohnmobile + Wohnwagen

03944 - 36160

www.wm-aw.de

WOHNMOBIL-CENTER

Am Wasserturm

**! Achtung !** Kaufe alle PKW's und LKW's, Diesel u. Benziner, auch mit allen Schäden, TÜV, KM egal.  
**Tel. 01578/8835399**

H. MEYER GM BH

Verkauf von Oldtimerteilen für Mercedes-Benz-Fahrzeuge

Speziell für 190 SL fast alles auf Lager, auch für W113 viele Teile auf Lager bzw. kurzfristige Beschaffung möglich

Söterner Str. 12 · 55767 Meckenbach  
Tel. 0 67 82/4 08 33 · Fax 0 67 82/4 09 33

# AfD erzielt Teilerfolg gegen Verfassungsschutz

**Berlin.** Zu der Mitteilung des Bundesamtes für Verfassungsschutz, die Hochstufung der Alternative für Deutschland als „gesichert rechtsextrem“ zurückzunehmen, erklären die AfD-Bundessprecher Tino Chrupalla und Alice Weidel:

„Wir wehren uns mit allen juristischen Mitteln gegen die Hochstufung durch das Bundesamt für Verfassungsschutz.

Und das Bundesamt hat bis zu der eigentlichen gerichtlichen Entscheidung eine entsprechende Stillhalteusage abgegeben, die Alternative für Deutschland nicht weiter als ‚gesichert rechtsextrem‘ zu bezeichnen. Das ist ein erster wichtiger Schritt hin zu unserer eigentlichen Entlastung und damit dem Vorwurf des Rechtsextremismus zu begegnen.“



Tino Chrupalla und Alice Weidel

# Finanzministerium unter SPD-Chef Klingbeil auf sozialistischen Abwegen



Kay Gottschalk

**Berlin.** Zur Ernennung von SPD-Chef Lars Klingbeil zum Bundesfinanzminister teilt der finanzpolitische Sprecher der AfD-Fraktion im Deutschen Bundestag, Kay Gottschalk, mit: „Die Ernennung von SPD-Chef Lars Klingbeil zum Bundesfinanzminister ist ein haushaltspolitischer Offenbarungseid. Fachliche Qualifikation wird erneut parteipolitischer Taktik geopfert. Und das ausgerechnet im zentralen Ressort der Bundesrepublik. Klingbeil steht für Umverteilung, Schuldenpolitik und ideologisierte Ausgaben. Ein Ministerium wie das der Finanzen darf

kein Experimentierfeld für einen SPD-Parteichef ohne jede haushaltspolitische Erfahrung sein. Die Union macht sich mit dieser Entscheidung zum Steigbügelhalter einer linken Ausgabenpolitik, die Deutschland bereits in den vergangenen Jahren massiv geschadet hat. Bereits nach der Bundestagswahl wurden im alten, abgewählten Parlament von SPD und CDU milliardenschwere Schuldenpakete durchgedrückt, weil klar war, dass diese im neuen Bundestag keine Mehrheit mehr hätten. Haushaltsdisziplin, generationengerechte Finanzpolitik und

die Einhaltung der Schuldenbremse sind unter dieser Personalie nicht zu erwarten. Statt Entlastung drohen neue Steuererhöhungen, weitere Sondervermögen und ein wachsender Schuldenberg.

Die AfD-Bundestagsfraktion wird dem auf sozialistischen Abwegen geführten Finanzministerium entschlossen entgegenzutreten. Im Parlament, in den Ausschüssen und in der öffentlichen Debatte. Schluss mit Umverteilung auf Pump! Es braucht eine Politik der Vernunft, die unsere Leistungsträger endlich wieder an erster Stelle setzt.“

# 8. Mai ist Tag des Innehaltens und der bleibenden Mahnung

**Berlin.** Zum 80. Jahrestag des Endes des Zweiten Weltkrieges in Europa teilen die Vorsitzenden der AfD-Fraktion im Deutschen Bundestag, Alice Weidel und Tino Chrupalla, mit:

„Der 8. Mai ist ein Tag des Innehaltens und der bleibenden

Mahnung, den Frieden wertzuschätzen und zu wahren. Er markiert das Ende der nationalsozialistischen Terrorherrschaft, ihrer Verbrechen und des mörderischen Zweiten Weltkriegs, der Tod, Vernichtung und unermessliches Leid über Abermillionen

Menschen gebracht hat. Und er gemahnt uns daran, dass Millionen Deutsche in den Jahren nach dem Kriegsende in Europa Vertreibungen und Internierungen, Vergewaltigungen und Zwangsverschleppungen zum Opfer gefallen sind. Theodor Heuss,

der erste Präsident der Bundesrepublik Deutschland, hat die Ambivalenz dieses historischen Wendepunkts für uns Deutsche in die Worte gefasst, wir seien ‚erlöst und vernichtet in einem gewesen‘. Der 8. Mai sollte daher nicht gedenkpolitisch miss-

braucht werden für einseitige und oberflächliche Geschichtsklitterung, gleichviel von welcher Seite. Er ist vielmehr bleibender Anlass, uns der gesamten Dimension unserer Geschichte bewusst zu werden und uns dieser auch zu stellen.“

# Bärbel Bas als Arbeitsministerin bedeutet Verwaltung des Stillstands

**Berlin.** Mit Bärbel Bas übernimmt eine langjährige SPD-Funktionärin das Bundesministerium für Arbeit und Soziales. Die frühere Bundestagspräsidentin folgt auf Hubertus Heil, der nach sieben Jahren im Amt ein sozialpolitisches Trümmerfeld hinterlässt: Fast drei Millionen Arbeitslose, rekordverdächtige Ausgaben von jährlich über 47 Milliarden Euro für das Bürgergeld – und eine Bundesagentur für Arbeit, die sich eher selbst verwaltet, als effektiv zu vermitteln.

Dazu erklärt der arbeits- und sozialpolitische Sprecher der AfD-Fraktion im Deutschen Bundestag, René Springer: „Die Ernennung von Bärbel Bas zur Bundesarbeitsministerin steht nicht für Aufbruch, sondern für die Fortsetzung des sozialdemokratischen Stillstands. Bas verkörpert die typische SPD-Karrierefunktionärin: bürokratiegeprägt, linientreu und ohne Gestaltungswillen. Sie steht für einen Sozialstaat, der nicht motiviert, sondern entmutigt. Ihre Politik setzt auf

mehr Bürokratie, mehr Kontrolle und vor allem auf mehr Rundumversorgung ohne Gegenleistung. Als Vertreterin des linken Flügels der SPD wird Frau Bas das Bürgergeld zu einem bedingungslosen Dauereinkommen für Migranten weiterentwickeln. Die längst überfällige Reform der Arbeitsvermittlung wird ausbleiben. Damit wird die Vermittlungsquote weiterhin bei nur beschämenden fünf Prozent liegen. Statt notwendige Veränderun-

gen vorzunehmen, werden weitere Milliarden über Milliarden in das marode System gepumpt – zu Lasten der hart arbeitenden Mitte. Das bedeutet höhere Abgaben und mehr Regulierung für alle. Deutschland braucht keine weitere Sozialtechnokratin – sondern endlich eine Politik, die Arbeit wieder wertschätzt und Leistung belohnt. Wer arbeiten kann, soll auch arbeiten. Und wer dauerhaft in diesem Land leben will, muss auch seinen Beitrag leisten.“



René Springer

Tipps für Familien: Mehr Freude und Abwechslung in den Alltag bringen

# Kleine Abenteuer bereichern das Leben



Kleine Abenteuer wie gemeinsames Kochen fördern die Kreativität und Selbstständigkeit von Kindern und bringen die Familie näher zusammen. Foto: djd/iglo/Alexander Babic

(DJD). Oft ist der Familienalltag hektisch und zwischen den Verpflichtungen fällt es vielen schwer, ihn aufzulockern. Dabei wünschen sich laut einer aktuellen YouGov-Umfrage 85 Prozent der Eltern in Deutschland jedoch mehr kleine Abenteuer und Abwechslung im täglichen Leben. Mehr als zwei Drittel der befragten Eltern - 71 Prozent - wünschen sich gemeinsame Erlebnisse für mehr Spaß mit der Familie und um wertvolle Erinnerungen zu schaffen.

Deutlich mehr als die Hälfte, nämlich 57 Prozent glauben, dass solche Aktivitäten die Entwicklung ihrer Kinder fördern und die Familie näher zusammenbringen. Da stimmt auch Kindheitspädagogin Jennifer Turbanska von @kompetente Kinder zu: „Kleine Abenteuer stärken nicht nur die Bindung zwischen Eltern und Kindern, sondern fördern auch die Kreativität und Selbstständigkeit der Kleinen“.

**Hindernisse im Alltag überwinden: „Auf ins Abenteuer!“**  
Aber warum wird der Wunsch nach mehr Abenteuern im Alltag

nicht öfter umgesetzt? Viele Eltern - 59 Prozent - nennen Mangel an Zeit als Grund, warum sie nicht häufiger kleine Abenteuer einbauen können. Anderen - 30 Prozent - fehlen Ideen und Inspiration, um neue und spannende Aktivitäten zu finden, die sie mit der Familie unternehmen können. Dabei kann es so einfach sein: „Um kleine Abenteuer in den Alltag zu integrieren, sollten Kinder mit einbezogen werden. Bei uns gibt es etwa den Bestimmungstag, an dem die Kinder entscheiden dürfen, was wir unternehmen“, so Jennifer Turbanska. Vom Kult-Kapitän Käpt'n iglo gibt es unter [www.iglo.de/auf-ins-abenteuer](http://www.iglo.de/auf-ins-abenteuer) zahlreiche Inspirationen für Familien, die für gemeinsame Erlebnisse und Abwechslung sorgen. Auf der Website gibt es zudem leckere Rezeptideen.

**Rezeptidee: „Mit Goldstücken gefüllte Schatztruhe“**  
Zutaten für 4 Personen

- 4 rote Paprikaschoten
- 2 EL Butter
- 75 g Gartenerbsen
- 1 Packung (450 g)

- Fischstäbchen
- 150 g Spirelli-Nudeln
- Salz
- 1 Beet Gartenkresse

**Zubereitung:**

Von den Paprikaschoten jeweils der Länge nach einen Deckel abschneiden. Paprikaschoten putzen und waschen. Unterseiten der Paprikaschoten flach abschneiden.

Die Paprikaabschnitte würfeln. Butter in einem Topf erhitzen. Paprikawürfel und Erbsen darin ca. 5 Minuten dünsten. Fischstäbchen im vorgeheizten Backofen nach Packungsanweisung zubereiten.

Nudeln in kochendem Salzwasser nach Packungsanweisung zubereiten. Nudeln abgießen, abtropfen lassen und unter die Paprika-Erbsenmischung heben. Fischstäbchen aus dem Ofen nehmen und in kleine Stücke teilen. Kresse vom Beet schneiden. Nudel-Mischung in die Paprikaunterseiten füllen. Paprika auf Tellern anrichten. Fischstäbchenstücke auf die Paprika verteilen. Paprikadeckel anlegen und mit Kresse bestreuen.

# Stilvolle Symbiose aus Funktionalität und Ästhetik

(DJD). Hörgeräte können nicht nur ein wichtiges Hilfsmittel sein, das die Lebensqualität der Betroffenen verbessert: Sie können auch zum modischen Statement werden und das persönliche Stilbewusstsein unterstreichen. Als Otoplastiken bezeichnet man die Verbindungs-

stücke zwischen dem menschlichen Ohr und der Hörtechnik. Titan-Otoplastiken zeichnen sich neben Hygiene und Hautverträglichkeit dadurch aus, dass sie im Ohr angenehm und leicht zu tragen sind. Vom Anbieter Hörluchs gibt es nun die neue Kollektion „TITAN

FASHION“. Sie vereint modernes, elegantes Design mit individueller Note. Zirkonia-Edelsteine und mehrere Personalisierungsoptionen runden das modische Statement ab. Mehr Infos zu Titan-Otoplastiken und zur neuen Design-Kollektion: [www.hoerluchs.com](http://www.hoerluchs.com).

**Büro- + Koptertechnik GRÜNBERG**  
Meisterbetrieb • Service  
Bürobedarf • Büromaschinen  
Büromöbel • Kopierer • Faxtechnik  
Zubehörlager  
Klosterstraße 40a | 59227 Ahlen  
Tel. 02382/80 65 97 | Fax 80 65 04  
info@gbkt.de

• TV • Hausgeräte  
• Blitzkundendienst  
• Kabel- & Satellitenempfangstechnik  
**Radio Rose**  
Holzstr. 2 (Herringer Marktplatz) - ☎ 400 500

**WWW. DRUCK KISTE .NRW**  
Hartmeiers Druckkiste  
Werbe- und Geschenkartikel  
Alles neu macht der Mai  
Im Mai ist Muttertag und Vatertag  
Individuelles Fotogeschenk zum Fest?  
Schauen Sie bei [www.druckkiste.nrw](http://www.druckkiste.nrw)  
Ludger Hartmeier • Bergstr. 235 • 59229 Ahlen •  
hartmeier@druckkiste.nrw

**FRANK & FREI**  
Filmproduktion und mehr  
Tel.: 0 23 82-8535.27  
[www.frank-frei.de](http://www.frank-frei.de)  
info@frank-frei.de  
**Klassische Werbung**  
Industrie-Produkt-Imagefilme  
**Kinospots**  
Partner des CinemAhlen

**!!! Achtung! Ankauf von Pelzen!**  
**Sofort Bargeld von 100,- bis 10.000,- €**  
Garderobe, Krokotaschen, Zinn, Porzellan, Tafelsilber, Goldschmuck, Luxusuhren, Zahngold, Münzen, Briefmarken, Möbel, Bilder, Ferngläser, Teppiche, Bücher, HiFi-Anlagen, Militaria, Orden aus Weltkriegen, kostenlose und seriöse Abwicklung.  
(Mo.-So. 08.-20 Uhr) **Mfg Alexander Seidel 0163 - 2079565**

**Räumungsverkauf wegen Geschäftsaufgabe!**  
**50% RABATT auf Alles**  
Lösen Sie Ihre Gutscheine ein bis 21.6.2025  
(Gutscheine keine Barauszahlung; solange der Vorrat reicht; gültig bis 30.6.2025)  
Hohenhöveler Str. 26  
59075 Hamm Bock.-Hövel  
Tel. 02381 / 149 68 30  
elisja-dessous@web.de  
Öffnungszeiten:  
Mo., Di. Do., Fr., 10-13  
und 15-17.30 Uhr,  
Mi. Ruhetag, Sa. 10-13 Uhr  
**Elisja Dessous**  
Brafitting & BH-Beratung

Ihr Fachhandel für Natursteine in Lünen

+++Anzeige+++

# Willkommen bei NBL Natursteine Becker GmbH

**Wir bei NBL Natursteine Becker GmbH sind stolz darauf, Ihr zuverlässiger Partner für hochwertige Natursteine zu sein.**

Unser Fachhandel bietet Ihnen eine breite Palette an Natursteinprodukten, die ideal für die Gestaltung Ihrer Außenbereiche geeignet sind. Unsere Produkte zeichnen sich durch ihre hohe Qualität und Vielfalt aus und bieten Ihnen unzählige Möglichkeiten, Ihre Projekte umzusetzen.

**Unser Engagement**

Unsere Mission ist es, Natursteine erlebbar zu machen und Ihre Projekte mit Leben zu füllen. Geschäftsführer Peter Becker ist ein gelernter Straßen-, Tief- und Pflasterbauermeister. Schon in seiner Ausbildung hat er sich mit Leidenschaft und Engagement der Natursteinverlegung verschrieben. Bis zur Übernahme des traditionsreichen Natursteinhandels Böhme im Jahr 2012 war er erfolgreich als selbstständiger

Handwerksmeister im Pflasterbau tätig. Seit nun 12 Jahren führt er genau mit dieser Leidenschaft den Natursteinhandel mit dem Ziel, Ihnen die bestmöglichen Produkte und Dienstleistungen für Ihren Gartenraum zu ermöglichen.

**Unser Sortiment und unsere Ausstellung**

Unser Angebot umfasst eine Vielzahl von Natursteinen und ergänzenden Produkten:

• **Natursteinprodukte:**

Wir bieten Ihnen eine umfangreiche Auswahl an Bodenplatten, Blockstufen, Mauersteinen, Pflastersteinen, Palisaden und vielem mehr. Unsere Materialien umfassen Granite, Basalt, Porphyrt, verschiedene Sandsteine, Quarzite, Gneis, Grauwacke, Quarzsandstein, Marmor, Kalksteine, Lava, Travertin und Schiefer.

• **Feinsteinzeug-Bodenplatten:**

Ergänzend zu unseren Natursteinen bieten wir auch Feinsteinzeug-Bodenplatten an, die durch ihre Designvielfalt und Funktio-



nalität überzeugen und unser Sortiment sinnvoll ergänzen.

• **Dekorationsobjekte:**

Verschönern Sie Ihre Gärten, Balkone und anderen Außenbereiche mit unseren Deko-Objekten. Wir führen eine breite Palette an Wasserspielen, Monolithen, Ziersteinen, Bänken und Figuren aus Naturstein, Holz, Steinguss und Bronze.

• **Pflegeprodukte:**

Um die Langlebigkeit und Schönheit Ihrer Natursteinprojekte zu gewährleisten, bieten wir spezielle Reinigungs- und Pflegeprodukte sowie Fugenmörtelsysteme an.

**Ihr Besuch bei uns**

Wir laden Sie herzlich ein, uns in unserer etwa 800 m<sup>2</sup> großen Ausstellung zu besuchen und sich von der Vielfalt und Qualität unserer Produkte zu überzeugen. Jährlich gestalten wir

Teile unserer Ausstellung um, um Ihnen die neuesten Trends und Ideen im Bereich Naturstein zu

**NBL NATURSTEINE  
BECKER GMBH — LÜNEN**

**NATURSTEINE FÜR IHREN OUTDOOR-BEREICH**

Baustoffe aus Naturstein · Feinsteinzeug  
Deko-Objekte · Reinigungs- und Pflegeprodukte  
Fugenmörtelsystem

nbl-natursteine.de

info@nbl-natursteine.de · 02306 259252  
In den Telgen 8 · 44536 Lünen



zeigen. Egal ob Terrassen, Wege, Einfahrten, Stufen, Mauern oder Dekorationselemente – bei uns finden Sie immer neue Anregungen für Ihre Projekte. Unser kompetentes Team steht Ihnen jederzeit mit Rat und Tat zur Seite und hilft Ihnen gerne bei der Verwirklichung Ihrer Projekte. Auch die Verladung Ihrer Einkäufe übernehmen unsere Mitarbeiter gerne für Sie. Alternativ bieten wir gegen Aufpreis auch die Auslieferung unserer Waren an. Besuchen Sie uns auch online un-

ter nbl-natursteine.de oder direkt in unserem Fachhandel in Lünen. Wir freuen uns darauf, Sie bei NBL Natursteine Becker GmbH begrüßen zu dürfen und Sie bei Ihren Projekten zu unterstützen.

**Kontakt**

NBL Natursteine Becker GmbH  
In den Telgen 8  
44536 Lünen  
Telefon: 02306/259252  
E-Mail: info@nbl-natursteine.de  
Öffnungszeiten:  
Mo. - Fr.: 07.00 - 17.00 Uhr  
Sa.: 08.00 - 13.00 Uhr

## WC ist nicht gleich WC

(DJD). Bei der Einrichtung oder Modernisierung des Badezimmers spielt das WC oft eine untergeordnete Rolle: Im Fokus stehen Waschplatz, Dusche und Badmöbel.

Es lohnt sich aber, dem stillen Örtchen ebenfalls mehr Aufmerksamkeit zu widmen - schließlich nutzen wir es mehrmals täglich.

Denn zwischen den unterschiedlichen WC-Keramikern und der Technik dahinter gibt es große Unterschiede. Und deren Auswirkungen machen sich im regelmäßigen Gebrauch deutlich bemerkbar.

Wie steht es mit der Reinigungsfreundlichkeit? Wie viel

Wasser verbraucht eine Spülung? Muss ich nachspülen? Und sollen die anderen Mitbewohner und der Besuch wirklich den Spülvorgang deutlich hören?

**Einfach clever - WC-Planung mit System**

Neue Keramikformen bieten Lösungen für alltägliche Probleme – vor allem dann, wenn das WC und die Spültechnik dahinter optimal zusammenspielen. Beginnen wir mit der Keramik: Ein spülrandloses WC ist reinigungsfreundlicher und ästhetischer als ein herkömmliches Modell mit Spülrand, unter dem sich Schmutz ablagern kann.

Bei der Entscheidung für eine zusätzliche Spezialglasur wie KeraTect haften noch weniger Ablagerungen an der Keramik. Denn je glatter die Oberfläche der WC-Keramik ist, desto pflegeleichter. Innovative Drehstromspüler wie die WCs mit der TurboFlush-Spültechnik von Geberit versetzen das Wasser beim Spülvorgang in eine spiralförmige Bewegung. Diese Spültechnik sorgt für eine vollflächige dynamische Ausspülung. Und dank dieser kontrollierten kraftvollen Lenkung des Wasserstroms minimiert sich der Reinigungsaufwand.

Die gute Spülleistung in Zu-

sammenspiel mit dem Spülkasten wirkt sich dabei auch positiv auf den Wasserverbrauch aus. Während WCs in den 1970er Jahren noch Spülmengen von bis zu 14 Litern benötigten, genügen bei der genannten Spültechnik in Verbindung mit modernen Spülkästen bereits 4,5 bis 6 Liter.

**Angenehm leise WCs und Wellness mit Wasser**

Noch leiser wird das WC, wenn auch die Spültechnik auf die Keramik abgestimmt wird. Ein Drehstromspüler senkt die Wassergeräusche in der Keramik. Auch innerhalb eines Unterputzspülkastens lassen sich die Geräusche durch ein

modernes Füll- und Spülventil minimieren. Unter [www.geberit.de/wc-system](http://www.geberit.de/wc-system) gibt es dazu mehr Infos. Für den perfekt gestalteten WC-Platz fehlt jetzt nur noch die passende Betätigungsplatte.

Oberflächen aus Kunststoff, Glas, Metall, Stein in vielen Farben, mit runden oder eckigen Tasten oder gar berührungslös bieten die ideale Ergänzung für jeden Badstil. Und wer sich eine Extraportion Wellness gönnen möchte, der sollte einen Blick auf Dusch-WCs werfen, die den Po mit Wasser reinigen - auch die gibt es heute in unterschiedlichen Preis- und Komfortklassen.

Sonnenschutz für Terrasse und Balkon

# Für den Sommerurlaub zwischen durch



**Bonn.** Der Frühling ist da und der Sommer steht vor der Tür! Wer viel Zeit auf seinem Balkon oder seiner Terrasse verbringen möchte, sollte sich jetzt um den richtigen Sonnenschutz kümmern. Mit ein paar passenden Gartenmöbeln, gemütlichen Kissen und Decken sowie dekorativen Akzenten wird der eigene Platz an der Sonne zur Wohlfühlzone für zwischendurch. So dauert der Urlaub nicht nur ein paar Wochen im Jahr.

Guter Sonnenschutz sorgt nicht nur für eine angenehme Atmosphäre und das Gefühl von Urlaub und Geborgenheit, sondern schützt außerdem von Frühjahr bis Herbst vor Regen und Wind. „Bevor man sich für eine Neuanschaffung entscheidet, sollte man sich von einem Fachbetrieb beraten lassen. Viele Balkon- und Terrassenbesitzer ahnen nämlich nicht, welche Gestaltungsmöglichkeiten in ihrem Außenbe-

reich schlummern“, sagt Ingo Plück, Hauptgeschäftsführer des Bundesverbands Rollläden + Sonnenschutz e.V. (BVRs). Die Ausstellungsräume der dem BVRs angeschlossenen Fachbetriebe des Rollläden- und Sonnenschutztechniker-Handwerks (R+S-Fachbetriebe) vermitteln davon einen guten Eindruck.

#### Vielfalt und Auswahl

Die Auswahl an Sonnenschutzlösungen ist groß: von Markisen über Sonnensegel bis hin zu Terrassenüberdachungen. Praktisches Zubehör wie verstellbare Seitenteile bieten mehr Wind- und Sichtschutz. Heizstrahler und LED-Beleuchtung sorgen für zusätzliche Gemütlichkeit und eine stimmungsvolle Atmosphäre. Moderne Systeme reagieren sogar automatisch auf Wetteränderungen und passen sich selbstständig an. Außerdem gibt es eine breite Palette an Farben und Formen,

die den Einrichtungsstil und das Erscheinungsbild des Hauses hervorheben.

#### Urlaubsgefühle zuhause

Mit dem richtigen Sonnenschutz werden Balkon und Terrasse zum zweiten Wohnzimmer – ideal für ein entspanntes Schläfchen im Schatten, das Lesen eines guten Buches oder für gemütliche Treffen mit Familie und Freunden. „Hochwertiger Sonnenschutz von einem R+S-Fachbetrieb ist auf längere Sicht meist günstiger und in jedem Fall ressourcenschonender als der mehrfache Kauf billiger Produkte“, so der BVRs-Geschäftsführer. Mit ihnen bleibt der Urlaubseffekt viel länger erhalten als nur einen Sommer. Weitere Informationen gibt es auf dem Rollläden- und Sonnenschutzportal unter [www.rollladen-sonnenschutz.de](http://www.rollladen-sonnenschutz.de) oder beim Informationsbüro Rollläden + Sonnenschutz unter 0228 95210-500.



**NASSE WÄNDE?  
FEUCHTER KELLER?**

Ihr Spezialist zur Sanierung von Schimmel- und Feuchtigkeitsschäden an Gebäuden

Barowski-Böttcher GmbH

Werler Straße 207, 59063 Hamm

☎ 02381 - 487 60 20 oder 02303 - 23 4 22

[www.isotec.de/barowski](http://www.isotec.de/barowski)

**ISOTEC**  
IMMER BESSER.

**Heizung und Sanitär Handel** **Schittek**

Fachhandel für Heizungs- & Sanitärbedarf

Gewerbehof 17 · 59368 Werne · Tel. 02389 / 16 19  
[mswerne@web.de](mailto:mswerne@web.de)

**BS Markisen**  
Berkhoff Sonnenschutzsysteme

**Terrassendächer**  
Markisen, Lamellendächer, Plissees uvm.

01 79 / 97 88 92 0 • [www.bs-markisen.com](http://www.bs-markisen.com)

HAUSMEISTERSERVICE

**J. CRABUS**

GEL. FLIESENLEGER

Jens Crabus · Mobil: 0173 2791598 · E-Mail: [j.crabus@web.de](mailto:j.crabus@web.de)

**Baum / Gartendienst**  
führt aus:  
Rück / Heckenschnitt, Objektpflege,  
Pflastern, Zaunbau.  
☎ 0 25 92 - 22 81 476  
0177 / 33 44 554

Außenputz • Fassaden-Dämmputze  
Innenputz • Sanierungen  
Renovierungen • Trockenbau  
Stuckateurmeister führt fachgerecht aus

**Rainer Lensing**  
Stuck- und Putzgeschäft  
Tel. 0170-2774645 • Fax 02528-379518  
[www.lensing-stuckateur.de](http://www.lensing-stuckateur.de)

**GELERNTER GÄRTNER FÜHRT AUS:**

- Sämtl. Gartenarbeiten • Vertikutierarbeiten,
- Heckenschnitt • Baumschnitt
- Unkrautbeseitigung • Rasenpflege
- Terrassenreinigung • Pflasterreinigung
- Versiegelungen und Kunstharzverfugung

Tel. 0155/ 10 635 793

**KREUTZ**  
GARTEN- & REINIGUNGSSERVICE

**FILL-IT**  
Dämmtechnik GmbH

Spezialbetrieb für nachträgliche Wärmedämmung  
und Einblasverfahren

Damit die Wärme im Haus bleibt.

Einblas-Dämmsysteme z.B. mit Perlite für Außenwände, mit Steinwolle für  
Dachschrägen oder Zellulose für Geschossdecken.

**Wir haben auch für Ihr Haus die Lösung!**

FILL-IT Dämmtechnik GmbH  
Helleforthstraße 62 · 33758 Schloß Holte  
Tel. 05207/777878 • Fax: 05207/77785 • [info@fill-it.de](mailto:info@fill-it.de) • [www.fill-it.de](http://www.fill-it.de)

**Stein fresh**  
...mehr Freude an schönen Steinflächen!

**Pflastersteine und Terrassen nie wieder selbst reinigen!**  
Steinsanierung mit **BSV-Langzeitschutz**<sup>®</sup>  
Steinpflege Kreider Alter Hammweg 2a - 59269 Beckum

**10% Frühlingrabatt**

[info@steinfresh-kreider.de](mailto:info@steinfresh-kreider.de) Tel.: 0 25 21 - 8 792 232  
[www.steinfresh-kreider.de](http://www.steinfresh-kreider.de) Mobil: 0151-742 214 99



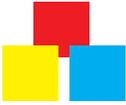
**GÄRTNERMEISTER**  
**Christian Droste**  
Gärtner mit Herz

**0176/23915628**  
Ostholt 1 • 59229 Ahlen/Dolberg  
[www-gaertnermeister-droste.de](http://www-gaertnermeister-droste.de)  
[info@gaertnermeister-droste.de](mailto:info@gaertnermeister-droste.de)

**Metallbau Brüggemann GmbH**  
Kruppstr. 23 • 59227 Ahlen  
Telefon 0 23 82 / 9 40 86 83  
[www.metallbau-brueggemann.de](http://www.metallbau-brueggemann.de)




**Mario Lishek**  
Malerbetrieb



- Senioren-Renovierservice
- Maler-, Lackier- und Tapezierarbeiten
- Bodenbeläge
- Fassadenanstrich

Östingstraße 32      Telefon 0 23 81 / 78 05 60  
59063 Hamm      Telefax 0 23 81 / 9 73 39 40  
[malerlishek@aol.com](mailto:malerlishek@aol.com)      Mobil 0147 / 8927772

**Eickholt**  
Zimmerei & Dachdeckerei



Das ganze Dach aus einer Hand

Werner Straße 29  
59387 Ascheberg-Herbern  
Tel.: 0 25 99/9 89 27 - Fax: 9 89 28

[info@zimmerei-eickholt.de](mailto:info@zimmerei-eickholt.de)  
[www.zimmerei-eickholt.de](http://www.zimmerei-eickholt.de)

**DIRK MEISTERBETRIEB**  
**TOMASZEWSKI**  
GmbH

Ihr professioneller Partner für Parkett und Bodenbeläge in Bergkamen und Umgebung.

**PARKETT • PVC-DESIGNBELÄGE**  
**KORK • LAMINAT • TEPPICHBÖDEN**

Lindenweg 19a • 59192 Bergkamen  
Telefon: 0 23 07 / 63 51 • Fax: 0 23 07 / 68 340  
[info@parkett-tomaszewski.de](mailto:info@parkett-tomaszewski.de) • [www.parkett-tomaszewski.de](http://www.parkett-tomaszewski.de)

So einfach gestaltet man sein Wohlfühl-Zuhause selbst

# Aufatmen in den eigenen vier Wänden



Gesundes, natürliches Wohlfühlklima zu Hause: Lehm, einer der ältesten Baustoffe der Welt, erlebt als Trockenbauplatte ein Comeback. Foto: djd/Naturbo/Tanner Werbung

(DJD). Während wir draußen Pollen, Feinstaub und Schadstoffen ausgeliefert sind, können wir uns in den eigenen vier Wänden ein echtes Wohlfühlklima schaffen. Lehm, einer der ältesten Baustoffe der Menschheit, ist ideal für einen wohngesunden Innenausbau und erlebt daher aus guten Gründen seit einigen Jahren ein Comeback. Das rein mineralische Naturmaterial speichert Wärme, gleicht Luftfeuchtigkeit aus und kann sogar unangenehme Gerüche binden. Anders als synthetische Baumaterialien wirkt Lehm wie ein natürlicher Filter, der das Raumklima spürbar verbessert. Besonders für Allergiker, Familien mit Kindern oder gesundheitsbewusste Menschen ist das ein entscheidender Vorteil.

**So einfach zu verarbeiten wie Gipskarton, aber mit ökologischen Pluspunkten**

Mit trockenen Lehmputzplatten von naturbo beispielsweise ist

ein Innenausbau genauso einfach umzusetzen wie mit herkömmlichem Gipskarton. Spezialwissen wie bei der nassen Verarbeitung von Lehmputz ist nicht mehr nötig. Ob als Wandverkleidung, Deckenelement oder mit einer Ausstattung für Wand- oder Decken-Flächenheizung: Die vorgefertigten Platten sind vielseitig einsetzbar und eignen sich sehr gut für DIY-Projekte. Auf [www.naturbo.de](http://www.naturbo.de) finden Interessierte detaillierte Anleitungen, wie sie Schritt für Schritt zu einem perfekten Ergebnis kommen – selbst als Anfänger. Und falls mal ein Patzer passiert: Lehm ist extrem fehlertolerant, das meiste lässt sich problemlos ausbessern.

**Schön und gesund wohnen ohne Kompromisse**

Früher war Lehmputz oft mit dem Image rustikaler Öko-Einrichtungen verbunden, doch heute bietet das Material moderne Ästhetik und vielfältige Gestaltungsmöglichkeiten. Die Oberflächen der

Lehm-Trockenbauplatten können mit Lehmstreichputz oder Lehmfarben vielseitig gestaltet werden, in minimalistischem Weiß, trendigen Erdtönen, mit zarten oder kräftigen Farben. Der Kreativität sind hier kaum Grenzen gesetzt. Und weil Lehm atmungsaktiv ist, wirken Räume nicht nur schöner, sondern fühlen sich auch natürlicher, frischer und gesünder an.

**Nachhaltig, gesund und zukunftssicher**

Für Menschen, die nach gesunden Alternativen zu konventionellen Baumaterialien suchen, bietet Lehm auf ganzer Linie überzeugende Argumente. Er ist frei von Schadstoffen und allergikerfreundlich. Lehm wird aus rein mineralischen, natürlichen Zutaten gewonnen und benötigt in der Herstellung wenig Energie. Wer heute auf Lehmputz-Trockenbauplatten setzt, investiert nicht nur in sein Wohlbefinden, sondern auch in eine umweltfreundliche Zukunft.

# Drei Jahrzehnte Bauherren-Schutzbund

(DJD). Der Traum vom eigenen Zuhause ist für viele Menschen eines der wichtigsten Projekte im Leben. Doch wer baut, kauft oder modernisiert, begegnet schnell Unsicherheiten und Risiken. Vor genau 30 Jahren haben engagierte Architekten, Bauingenieure und Rechtsanwälte deshalb

den Bauherren-Schutzbund e. V. (BSB) ins Leben gerufen. Was 1995 als regionale Initiative in Berlin begann, entwickelte sich schnell zu einer Bewegung, die ganz Deutschland erreichte. Heute ist der Bauherren-Schutzbund für viele Bauherren und Modernisierer ein wichtiger

Partner. Wer sich entscheidet, zu bauen, zu kaufen oder zu modernisieren, findet hier die nötige Sicherheit, Expertise und Erfahrung – von der Auswahl des richtigen Baupartners bis zum Projektabschluss.

Unter [www.bsb-ev.de](http://www.bsb-ev.de) gibt es dazu mehr Infos.

Lkw-Fahrer in der Speziallogistik: Wenn jeder Handgriff sitzen muss

# Kein Job für Grobmotoriker



Speziallogistiker unterwegs: Angefangen beim Verpacken und Beladen der wertvollen Gegenstände über die Fahrt mit dem Lkw bis zum Entladen und Auspacken am Zielort sind höchste Sorgfalt erforderlich. Foto: djd/hasenkamp

(DJD). Der Transport wertvoller Gegenstände erfordert große Sorgfalt, Fachwissen und ein Gespür für die Besonderheiten der Fracht. Das Kölner Unternehmen Hasenkamp hat sich auf die Logistik für Kunst- und Kulturgüter sowie für sensible und hochwertige Transport- und Lagergüter spezialisiert. „Ein Job als Lkw-Fahrer beim Speziallogistiker unterscheidet sich wesentlich von dem bei einer klassischen

Spedition“, so Geschäftsführer Thomas Schneider. Die Fahrer seien in einem Zweierteam unterwegs und würden die Güter länger als üblich begleiten: „Bei einem Kunstwerk etwa beginnt die Arbeit mit dem Verpacken und Verladen beim Kunden und ist erst mit dem Auspacken und der Installation im Zielmuseum abgeschlossen.“ Infos zu offenen Stellen, auch für Quereinsteiger: [www.lkwjob-hasenkamp.de](http://www.lkwjob-hasenkamp.de).

# Deutschlands beliebteste Pflegeprofis gesucht

(DJD). Beschwerden lindern, Trost spenden und manchmal sogar Leben retten: Die laut Statistischem Bundesamt rund 1,8 Millionen Beschäftigte in Pflegeberufen leisten einen immens wichtigen Job – und das unter hohem persönlichen Einsatz. Dafür müssen sie nicht nur ein umfangreiches Fachwissen mitbringen, sondern auch großes Einfühlungsvermögen. Das verdient neben einer fairen Bezahlung und guten Arbeitsbedingungen auch hohe öffentliche Anerkennung. Und genau darum geht es im bundesweiten Wettbewerb „Deutschlands beliebteste Pflegeprofis“, der 2017 vom Verband der Privaten Krankenversicherung ins Leben gerufen wurde. Schirmherrin Claudia Moll, Pflegebevollmächtigte der Bundesregierung, sieht den Wert des Preises darin auf die vielen engagierten Pflegekräfte aufmerksam zu machen, die rund um die Uhr für uns alle im Einsatz sind.

## Mitmachen und Pflegehelden vorschlagen

Bereits zum fünften Mal werden Pflegekräfte für ihre herausragende Arbeit ausgezeichnet. Und so funktioniert es:

Bis zum 30. Mai 2025 kann jeder ab 16 ganz einfach unter [www.pflegeprofis.de](http://www.pflegeprofis.de) engagierte Pflegeprofis oder ganze Pflegeteams für die Ehrung vorgeschlagen. Benötigt werden nur die vollen Namen der Nominierten, der Name der Einrichtung, die E-Mail-Adresse sowie eine kurze und überzeugende Begründung, warum gerade sie den Preis verdient haben. Auf diesem Wege können Patienten, Angehörige, aber auch Kollegen über ein privates „Danke“ hinaus öffentlich ihre Anerkennung ausdrücken. Caroline Plickert, Pflegeprofi aus Thüringen, hat 2023 den Titel „Deutschlands beliebtester Pflegeprofi“ gewonnen. Sie schwärmt: „Ich würde auf jeden Fall wieder mitmachen. Es war aufregend und hat viel Spaß gemacht, auch wegen der Wertschätzung, die man als Person erfährt. Dazu kommt: Dem Pflegeberuf wird durch den Wettbewerb viel mehr Aufmerksamkeit geschenkt. Das finde ich wichtig und richtig.“

## Wie geht es dann mit dem Wettbewerb weiter?

Vom 2. Juni bis zum 11. Juli läuft dann ebenfalls online

die Abstimmung für die Landesieger mit anschließender Preisverleihung. Die finale Abstimmung für die Bundessieger findet vom 1. bis 31. Oktober statt. Die Gewinner werden Mitte November bei einer Galaveranstaltung in Berlin gekürt. Auf die Bundessieger wartet zudem ein Preisgeld: Die Erstplatzierten erhalten 5.000 Euro, die Zweit- und Drittplatzierten erhalten 3.000 beziehungsweise 2.000 Euro.



Als Pflegebevollmächtigte der Bundesregierung weiß Claudia Moll genau, worauf es für Beschäftigte in der Pflege ankommt.

Foto: DJD/[www.pkv.de/Pflegebevollmaechtigte/HolgerGross](http://www.pkv.de/Pflegebevollmaechtigte/HolgerGross)

**sandstrahlexpress** sucht  
„Malocher“  
mit Herz und Hirn  
Geringfügig, Teilzeit  
oder in Vollzeit  
Tel.: 0 23 06 / 20 44 86

**Wir brauchen Sie!**  
**Mitarbeiter m/w/d**  
gern auch Rentner, Hausfrauen, Berufsrückkehrer oder Berufsanfänger für die Telefonakquise gesucht. Einarbeitung erfolgt im Haus. Auch Quereinsteiger erwünscht. Informieren Sie sich ab Montag, 11 Uhr  
**02381-3716313**

**Fahrer/in für DPD**  
(m/w/d)  
(unsere System-Partner)  
als **Paketzusteller**  
in Festanstellung  
mit u. ohne Berufserfahrung  
ab sofort gesucht.  
Deutsche Sprache ist  
die Voraussetzung.  
Arbeitsort: Hamm  
Nur Telefonische Bewerbung  
unter **0174-5877377**

**Freie Ausbildungsplätze**  
Ab 05 + 09/2025  
**Pflegefachkraft m/w/d**  
Dringend suchen wir für unsere Kooperationspartner Auszubildende  
Zugangsvoraussetzungen:  
• Persönliche und gesundheitliche Eignung  
• keine Höchstaltersbegrenzung  
• Hauptschulabschluss Klasse 10 oder gleichwertiger Bildungsabschluss  
**Hauptschulabschluss Kl. 9**  
Ab 09/2025 bilden wir aus:  
**Pflegeassistent m/w/d**  
Ausbildungsdauer 1Jahr  
Zugangsvoraussetzungen:  
• Persönliche und gesundheitliche Eignung  
• keine Höchstaltersbegrenzung  
• Hauptschulabschluss Klasse 9 oder gleichwertiger Bildungsabschluss  
Ihre Bewerbungsunterlagen senden Sie bitte an das:  
**Haus der Pflege gGmbH** **02382 9698 - 130**  
Zeche Westfalen 1, 59229 Ahlen [www.hausderpflege.de](http://www.hausderpflege.de)

**Haus der Pflege**  
Fachseminare für  
Pflegeberufe  
und Gesundheitsberufe  
**Beruf mit Zukunft!**  
Ab 09/2025 bilden wir aus:  
staatlich anerkannte/-r  
**Physiotherapeut m/w/d**  
Zugangsvoraussetzungen:  
• Persönliche und gesundheitliche Eignung  
• Fachoberschulreife oder gleichwertiger Bildungsabschluss

**ZUKUNFT** ZUSAMMEN | GEMEINSAM | WIR  
Du hast Deinen Abschluss in der Tasche und willst jetzt durchstarten? Oder Du bist schon länger im Beruf und suchst eine neue Herausforderung? Du möchtest in einem modernen und vielseitigen Krankenhaus mit viel Teamgeist sowie flachen Hierarchien arbeiten?  
Dann bist Du bei uns genau richtig!  
Wir freuen uns, Dich persönlich kennenzulernen.  
**JETZT BEWERBEN**  
Deine St. Barbara-Klinik Hamm-Heessen

**BEWIRB DICH!**  
Für Deine Fragen stehen wir jederzeit zur Verfügung  
Tel. 02381 681-1041  
[mgentes@barbaraklinik.de](mailto:mgentes@barbaraklinik.de)  
Weitere Infos unter [www.barbaraklinik.de/karriere](http://www.barbaraklinik.de/karriere)

St. Barbara-Klinik Hamm GmbH  
Am Heessener Wald 1 | 59073 Hamm  
Gut informiert über unseren Instagram-Kanal:  
**#BarbaraKlinikHamm**

**ST. BARBARA-KLINIK HAMM-HEESSEN**  
Akademisches Lehrkrankenhaus der Universität Münster

**Sachsen**

**Gasthof Maxen** 01809 Maxen • Maxener Str. 69 b  
Inh. Ines Richter-Mickan

Biete in ruhiger ländlicher Gegend  
moderne, gemütliche Zimmer mit DU/WC, Telefon, SAT-TV

**Last-Minute-Angebot  
für Frühjahr und Sommer**

**Übernachtung inkl. Frühstück  
ab 33,50 € pro Pers. im DZ**

Tel. 03 52 06 / 3 99 99, Fax 3 99 66  
web@gasthof-maxen.de, www.gasthof-maxen.de



**RUBEZAHLBAUDE**

Betreiber Hotel Rubezahlbaude-Hubertusbaude KG  
Hauptstraße 165 • 02799 Großschönau/OT Waltersdorf  
Tel. 03 58 41 / 339-0 • Fax 03 58 41 / 339-99  
info@ruebezahlbaude.de • www.ruebezahlbaude.de

Gültig für  
beide Bauden.

*ankommen & wohlfühlen*  
Urlaub im Zittauer Gebirge



Gäste jeder Altersgruppe kommen zu uns, um sich vom Alltag zu erholen und Entspannung zu finden, egal, ob sie sportlich - aktiv sind, Kultur entdecken Natur erleben oder einfach die Seele baumeln lassen und den atemberaubenden Blick über die Oberlausitz genießen wollen.

**Angebote & Arrangements auf Anfrage!**

**Bayern**



Das Hotel liegt im Herzen der historischen Hofmark. Die Zimmer / App / Suiten m. Balkon verfügen über Wohn- / Schlafraum, Kleinküche / Kühlbox, DU, Föhn, WC, TV, WLAN, Telefon.



Das Angebot der Gaststätte ist auf heimische Küchentradition ausgerichtet. Die Gasträume / Terrasse bieten ein gemütliches, angenehmes Ambiente.

**Ab 2 ÜN inkl. Fr. € 60,- p.P./**

**Angebot: 4 ÜN inkl. Fr. & 2x Heilbäder in der Rottal Terme 273,30 € p. P./DZ**

**HOTEL UND APARTHOTEL  
„ALTER WEISSBRÄU“**

Inh.: Hotel Alter Weißbräu GmbH & Co Betriebs-KG  
Leitung: Tanja Putz • Hofmark 9-11 • 84364 Bad Birnbach  
T 0 85 63/97 20 • www.hotel-alter-weissbraeu.de



Appartementhaus Salzburg  
Verwaltung: Claudia Hausberger  
Prof.-Böhm-Straße 7, 94072 Bad Füssing  
Tel. 0 85 31 / 2 70 70, Fax 0 85 31 / 28 98  
info@haus-salzburg.de, www.haus-salzburg.de

**Top-Angebot für 2 Personen  
1 Woche 505,50 €  
incl. 6 Thermalbäder pro Person**

Das Passauer Land ist ein ideales Ziel für aktive Genießer

# Auf dem BierRadlWeg



Die „BierKulturRegion“ Passauer Land erkundet man am besten auf Fahrrad oder E-Bike.  
Foto: djd/Landratsamt Passau/Manfred Rauscher

(DJD). Breite Flüsse, tiefe Wälder, heilsame Quellen und viel bayerischer Barock – das Gesicht einer Landschaft formt immer auch seine Bewohner und ihre Lebensart. Das Passauer Land, seine Kultur und Kulinarik sind geprägt von der Lage im Dreiländereck Bayern, Böhmen und Österreich und von seinen Lebensadern, den Flüssen Donau, Inn, Ilz, Vils und Rott. Die Region, die sich vom sanft-hügelligen Bayerischen Thermenland über die Dreiflüssestadt Passau bis zum Bayerischen Wald erstreckt, ist ein ideales Ziel für aktive Genießer. Zur kulinarischen DNA des Passauer Landes gehören neben einer von den Nachbarregionen beeinflussten Küche auch regionale Köstlichkeiten aus heimischen Sudhäusern. Die „BierKulturRegion“ erkundet man am besten auf dem Fahrrad und lernt Land und Leute so hautnah kennenlernen.

**Barockkirche, Bräuseum und Brauliebe**

Der 13 Kilometer lange BierRadlWeg verbindet Vilshofen an

der Donau und Aldersbach. Vorm Losradeln lohnt sich der Besuch der BierUnterwelten, wo man Wissenswertes über den berühmten Vilshofener Joseph Groll, dem Erfinder des Pilsner Bieres erfährt. Nach der Ankunft in Aldersbach laden Sehenswürdigkeiten wie die spätbarocke Asamkirche und natürlich die Klosterbrauerei mit Bräustüberl, Schaubrauerei und „Bräuseum“ ein. Traditionelle Braukunst und zeitgemäße Experimentierfreude verbindet auch der Dinkelbierbrauer Rudi Hirz.

In vierter Generation führt er das Apostelbräu in Hauzenberg und damit die erste Brauerei in Deutschland, die konsequent Urgetreidesorten wie Dinkel, Emmer, Einkorn, Roggen und Hafer verwendet.

Ergebnis seiner Braukunst sind unter anderem die markante Schwarzbierspezialität Schwarzer Hafer oder das naturtrübe Dinkelbier, alles Bio. Tiefere Einblicke bieten Brauseminare, das Dinkelbiermuseum und das Restaurant Brauliebe.

**Stilvolles Premiumbier**

Einzigartige Köstlichkeiten zaubern die Braumeister der BierKulturRegion aus dem Braukessel. Die streng limitierten Bierspezialitäten mit inspirierenden Namen wie Hopfenklang und Pauken-schlag gibt es nur hier. Der Hopfenklang wird gemeinschaftlich von acht Brauereien hergestellt und ist inzwischen in seiner siebten Auflage zu haben.

Das Premiumbier in der Dreiviertelliter-Flasche ist unfiltriert und verfügt – so die blumige Beschreibung – über ein „fruchtiges Bouquet aus Ananas und roten Früchten“ und eine entsprechend warme, karminrote Farbe. Angemessen stilvoll getrunken wird der Hopfenklang aus einem langstieligen Bierglas aus einer Glasmanufaktur in Frauenau, dem Zentrum der Glaskunst im Bayerischen Wald.

Neu ist der BierCuvee Pauken-schlag, der in einem „kleinen“ Bierfass kredenzt wird - der Dose. Mehr Informationen gibt es unter [www.bierkulturregion.de](http://www.bierkulturregion.de).

**Bayern**



**Haus Auerhahn**

**83486 Ramsau  
Telefon 0 86 57 / 12 41**  
Gemütliche FeWos für 1-3 Pers., Tolle Angebote  
**info@fewoauerhahn.de**

# Urbanes Flair trifft Meeresstrand



Die Südstrandpromenade von Wilhelmshaven ist ein beliebter Anziehungspunkt und lädt zum Flanieren und Baden ein. Foto: djd/www.wilhelmshaven-touristik.de/Rainer Ganske

(DJD). Ein Bummel durch kleine Läden inmitten städtischen Treibens, frischer Fisch auf dem Teller, ein Spaziergang an der Nordsee und dazu ein buntes Eventprogramm – so vielseitig kann ein Kurzurlaub in Wilhelmshaven sein. Ob beim großen Stadtfest „Wochenende

an der Jade“ Anfang Juli, dem urigen Shantychor-Festival eine Woche später, dem farbenfrohen StreetArt Festival Anfang August oder dem faszinierenden Living Statues Festival im September: Hier trifft urbanes Leben auf maritimes Flair und kreative Erlebnisse. Dazu locken Süd-

strand, Kaiser-Wilhelm-Brücke und Erlebnismuseen das ganze Jahr über. Auch Hafenerundfahrten und Ausflüge nach Helgoland gehören zu den beliebtesten Programmpunkten. Unter www.wilhelmshaven-touristik.de gibt es mehr Infos zu Veranstaltungen und Unterkünften.

## Berlin

**HOTEL SCHÖNEBERG**  
\*\*\* SUPERIOR

Doppelzimmer pro Person ab **49,- €**

**Kurzurlaub in Berlin**

Hauptstr. 135 • 10827 Berlin • (030) 780 966-0  
[www.hotel-schoeneberg.de](http://www.hotel-schoeneberg.de)

## Thüringen

**Urlaub im Thüringer Wald**

Natur pur, absolute Ruhe,  
FeWo, 65m<sup>2</sup>, 30,-€/Tag für 2 Personen  
Aufbettung und Tiere möglich.

**Tel. 036781/38291**  
[luckert.alhv@gmx.de](mailto:luckert.alhv@gmx.de)

## Niedersachsen

**WIEFELSTEDT**

**Radeln im Blütenmeer –  
Wiefelstede entdecken, Natur erleben!**

[www.wiefelstede-touristik.de](http://www.wiefelstede-touristik.de)  
[touristik@wiefelstede.de](mailto:touristik@wiefelstede.de)  
04402 / 965 - 150

## Lüneburger Heide

**UND PLÖTZLICH IST URLAUB**

Pension Ingrid, FeWos, DZ und Appartments - Freie Termine  
05193-1214  
[www.pension-schneverdingen.de](http://www.pension-schneverdingen.de)  
[www.schneverdingen-ferienwohnung.de](http://www.schneverdingen-ferienwohnung.de)

## Bayern

**Erleben Sie Urlaub pur in der Ferienanlage „Am Nationalpark“**

ab 50 Euro/Wohnung am Tag.

**Tel. 0171-4082656**  
[www.ferienanlage-am-nationalpark.de](http://www.ferienanlage-am-nationalpark.de)  
Inh. Ch. Spieleder  
Weiherweg 5a-11b  
94556 Neuschönau

**Urlaub in der Rhön**  
Erholung im Markt Burkhardroth bei Bad Kissingen.

Ruhige FeWo. für 2 Pers.  
Telefon: 0 97 34 - 59 43  
[www.ferienwohnung-metz.de](http://www.ferienwohnung-metz.de)

## Nordsee

**Cuxhaven-Döse**

komf. FeWo, NR, max. 4 Personen, keine Tiere, 4 Min. zum Strand, Schwimmbad und Sauna im Haus

**05741 / 6911**  
[www.aufnachcux.de](http://www.aufnachcux.de)

**Nordseeheilbad Büsum**

Versch. FeWo's in Strandnähe.  
[www.buesum-ferienwohnungen.de](http://www.buesum-ferienwohnungen.de)  
Tel. 04834/95820 Fax 6166

**Norderney**

Top-FeWo, 2-4 Personen, strandnah, Dünenblick.  
Noch Termine frei!  
**0 49 32 - 10 76**  
[www.haus-duebbel.de](http://www.haus-duebbel.de)

**Insel Baltrum**  
Einfach nur schön

**Schöne Ferienwohnungen**

Telefon: 04939-1371  
[www.hausamstrand-baltrum.de](http://www.hausamstrand-baltrum.de)

**Norderney**

Ferienwohnungen u. Fe.-Haus, strandnah, Balkon, Terrasse, teilweise Meerblick  
**Buchungslücken nutzen!**  
Tel.: 04932-84228  
[www.ferienwohnungen-deboer.de](http://www.ferienwohnungen-deboer.de)

**Norden-Ostfriesland**

FeWo EG, barrierefrei, Zugang 1 Stufe, 2SZ, Terrasse, keine Tiere.  
**01 77 - 6 30 22 77**  
[www.kandisundwoelkchen.de](http://www.kandisundwoelkchen.de)

## Sylt

**Westerland/Sylt**

Schöne Ferienwohnungen in ruhiger, zentraler oder strandnaher Lage im Reet, Landhaus, Zentrum.  
**Tel.: 0 46 51 / 53 65**  
[www.sylt-blum.de](http://www.sylt-blum.de)

## Sachsen-Anhalt

**TANNENPark**  
Hotel - Appartement - Anlage \*\*\*\*

**HARZ FÜR NEUGIERIGE**

5 Übernachtungen inkl. Halbpension, Hallenbad, Sauna ab 370,- € p./P.  
Haustiere erlaubt!

[www.tannenpark.de](http://www.tannenpark.de)  
Tel. 039457 40808  
Schierker Weg 16, 38875 Tanne/Harz  
Frau Sandra Vaorin

## Ostsee

**Auf der Sonneninsel Usedom**

**Bansin FeWo**

[www.vogel-bansin.de](http://www.vogel-bansin.de)  
**038378 - 31438**

**Hotel am Gothensee**  
INSEL USEDOM

**DIE ZEIT IST REIF FÜR STRAND, WELLEN UND LEBENSLUST**

**AB SOFORT VERFÜGBAR**  
7x ÜF p. P. im DZ für 420 €, Code: 7  
Infos: [www.hotel-am-gothensee.de](http://www.hotel-am-gothensee.de)

Am Gothensee 2  
17424 Ostseebad Heringsdorf  
T: 038378-33680, M: [gothensee@web.de](mailto:gothensee@web.de)

**Usedom, Seebad Zinnowitz**

Komfort-FeWo, ruhige, zentrale Lage, von privat

**0 54 61-10 01**  
[www.fewo-usedom-gastvogel.de](http://www.fewo-usedom-gastvogel.de)

## Rheinland-Pfalz

**Einfach Hund sein im Hunsrück**

Geführte Wanderungen, Toben auf der Spielwiese, Abenteuer im Schnüffelgarten, Wohnen in Ferienhäusern, Wellness und Gesundheits-Check für Mensch und Tier.

**Tel.: 0 67 62-96 39 25 18**  
[www.lebensoase-beltheim.de](http://www.lebensoase-beltheim.de)

**Bad Hönningen**

Appartements mit Balkon und Rheinblick.  
• Nähe Thermalbad •

**Tel.: 01 72 - 2 44 06 59**  
[deichmann01@gmx.de](mailto:deichmann01@gmx.de)

**Niedersachsen**

**Ferienhaus zum Wohlfühlen in Holzbauweise**

Fam. Kienzl, 31675 Bückeburg, Tel. 0 57 22 / 43 46  
Ca. 5 km vom Zentrum gelegen bieten wir gem. FeWo für 2-4 Pers. m. Terrasse sowie drei gemütl. Ferienhäuser f. 2-6 Pers., Teich, Liegewiese, Reitmöglichkeiten i.d. Nähe. **Top-Preise auf Anfrage.**

**NRW**

**Sauerland**

**Hotel STOCKHAUSEN**  
Zeit zum Sein ...

**Direkt am Sauerland Radrिंग & Wanderweg Höhenflug**  
Reitpferde & Ponys  
Wellness/Beauty • Hotelbar • Golfen

**Ferienangebot mit  
Kinderprogramm!**



**Ferienhotel Stockhausen GbR**

Zum Hälleken 9 • 57392 Schmallenberg • Telefon: 0 29 71 - 31 20

[www.hotel-stockhausen.de](http://www.hotel-stockhausen.de)

**HOTEL GUT VORWALD**

Schmallenberg-Oberkirchen, Tel.: 0 29 75/96 61-0 \* Fax:-19

**„Der kleine Urlaub“**

info@gut-vorwald.de  
www.gut-vorwald.de

- \* 3 Übern. mit reichhaltigem Frühstücksbuffet von So. bis Fr. im DZ/DU/WC/TV/Telefon
- \* 1 Glas Sekt
- \* 3 x Drei-Gang-Menü
- \* 1 Kännchen Kaffee und ein Stück hausgemachten Kuchen
- \* Ausgearbeitete Wandertouren und Wanderkarte \* Sauerland-CARD
- \* Neuer Wellnessbereich, Waldsauna



**Preis pro Person ab 359,00 €**  
Wir freuen uns auf Sie!  
Familie Döpp



**Biker willkommen!**

**HOTEL  
LINDENHOF**  
RESTAURANT

- Biergarten • Kegelbahn
- Feiern bis 80 Gäste
- Hotel Bar - Samstags Musik und Tanz
- Reichhaltige Speisekarte
- Besichtigungen der Warsteiner Brauerei oder Kallenhardter Edelbrennerei
- Kellerbar Club Alt Warstein • Tolle Musik

**Frühstücksbuffet**

Kaffee ohne Limit, frische Brötchen, Räucherlachs, Rührei, Obstsalat, Joghurt, Säfte u.v.m.  
**18,50 €** pro Person

Di. - So. Frühstücksbuffet • So.: Mittagstisch 12-14 Uhr  
Mo.-Sa. á la Carte 18-21 Uhr

Tischreservierung erbeten

Ottilienstraße 4 • 59581 Warstein • Tel.: 0 29 02 - 9 70 50  
Telefax 970540 • [www.lindenhof-warstein.de](http://www.lindenhof-warstein.de)



**Start der Radsaison: Von Wiefelstede aus in die Parklandschaft des Ammerlandes**

**Rhododendren, Smortaal und ein Löffeltrunk**



Nicht nur die Rhododendronparks sind ein beliebtes Ausflugsziel für Radfahrer, es gibt auch verschiedene Themenrouten im Ammerland. Foto: djd/Tourist-Information Wiefelstede

(DJD). Das Ammerland ist eine zauberhafte Region im Nordwesten Deutschlands, nicht weit entfernt von der Nordseeküste. Wenn die Natur im Frühling zu neuem Leben erwacht, kann man hier die farbenfrohe Schönheit der Jahreszeit in einer sanften, grünen Landschaft mit unzähligen Parks und Gärten besonders intensiv genießen. Mit über 800 Hektar Waldgebiet ist Wiefelstede walddreieckigster Urlaubsort dieser Parklandschaft, von hier aus führen Radfahrtrouten entlang kleiner Bächen und geklinkerter Straßen vorbei an blütenprächtigen Parks und Privatgärten.

**Erst radeln - und dann einen „Smortaal“ inklusive Löffeltrunk genießen**

Dank der geringen Steigung kann die Gegend auf zwei Rädern problemlos erkundet werden. Alle Infos zu Unterkünften sowie übersichtliches und interaktives Kartenmaterial gibt es unter [www.wiefelstede-touristik.de](http://www.wiefelstede-touristik.de). Nach dem entspannten Radfahren werden Ammerländer Delikatessen probiert: Zum Beispiel der „Smortaal“, der aus dem Zwischenahner Meer gefangen, geräuchert und danach ganz rustikal mit den Fingern gegessen wird. Danach muss der Fisch natürlich „schwimmen“, und zwar im Ammerländer Löffeltrunk. Nach altem Brauch wird der Korn aus einem Zinnlöffel getrunken. Da früher die rechte Hand immer wehrhaft frei sein musste, hält man den Löffel in der linken

Faust. Danach folgt ein traditioneller plattdeutscher Trinkspruch, der abwechselnd vom Gastgeber und Gast aufgesagt wird.

**April bis Juni: Rhododendronblüte lässt die Parklandschaft erstrahlen**

Für ein Blütenmeer sorgen die zahlreichen Rhododendren ab Ende April. Die Saison dauert bis Juni und lässt die Parklandschaft in prächtigen Farben erstrahlen. Im Gristeder Wald an der Landstraße von Wiefelstede nach Bad Zwischenahn etwa liegt der Rhodopark der Baumschule Bruns, über 1.000 verschiedene Rhododendronsorten und Freilandazaleen bilden den Kern der Sammlung. Der Park bietet sich mit seinen zahlreichen Sitzgelegenheiten für eine Rast während der Radtour an.

**Knotenpunktsystem sorgt für Flexibilität - dazu gibt es reizvolle Themenrouten**

Dank eines sich über die gesamte Region erstreckenden Knotenpunktsystems mit einer Länge von 738 Kilometern können alle Strecken individuell geplant und Routenlängen sowie Streckenführungen auch unterwegs noch variiert werden. Infotafeln und Übersichtskarten geben an jedem Knotenpunkt Auskunft über Standort und Möglichkeiten der Weiterfahrt. Es wird nicht die kürzeste Strecke gekennzeichnet, sondern der landschaftlich reizvollste Weg. Nicht weniger abwechslungsreich sind die 15 festgelegten Themenrouten, eine davon ist die knapp 47 Kilometer lange „Rhododendronroute“.



Am besten lässt sich das Ammerland auf zwei Rädern erkunden, überall tun sich überraschende und malerische Blicke auf. Foto: DJD/Tourist-Information Wiefelstede

Klimahaus Bremerhaven nimmt in neuer Dauerausstellung Wetterextreme in den Blick

# Im Auge des Sturms



Auf der barrierefreien Hubplattform „Uplift“ erleben Besucher Hitze, Waldbrände, Starkregen, Hagel und einen Wirbelsturm über dem Atlantik. Foto: djd/Klimahaus Bremerhaven GmbH/Sarner International/Ross

(DJD). Das Klima wandelt sich. Hitzewellen, Stürme, Starkregen und Überflutungen nehmen selbst in unserer gemäßigten Klimazone spürbar zu. Was bedeuten diese Veränderungen und wie können sich die Menschen darauf weltweit vorbereiten? Mit diesen und weiteren Fragen beschäftigt sich seit dem 20. März 2025 der neue Dauerausstellungsbereich Wetterextreme im Klimahaus Bremerhaven. Auf innovative und faszinierende Weise erhalten die Besucher hier Einblicke in die Zusammenhänge von Klimaveränderungen und ihre Auswirkungen. Mit dem Uplift können sie eine virtuelle Reise unternehmen. **Wetterszenarien hautnah erleben** Die barrierefreie Hubplattform Uplift bildet das zentrale Element des neuen Ausstellungsbereichs und macht verschiedene Wetterszenarien auf drei Ebenen

erlebbar. Unterwegs erleben die Ausstellungsbesucher Hitze, Waldbrände, Starkregen, Hagel und einen Wirbelsturm über dem Atlantik – dank moderner Effekte tauchen sie förmlich in die Ereignisse ein und spüren sie mit allen Sinnen. Der erste Ausstellungsbereich Wetterstudio führt in die Welt der Extremwetter, bevor sich die Plattform in die Höhe schraubt. So erleben die Besucher beispielsweise in Zeitraffer, wie ein Fluss austrocknet. Weiter geht es: Ein Wald, ein Funke und erste Flammen – vor den Augen der Besucher entsteht ein packendes, aber auch bedrohliches Waldbrand-Szenario. Die Hitze ist spürbar. Doch Rettung naht: Wasserdampf stürzt vom Himmel und erstickt die Flammen. Eine verbrannte Landschaft entlässt die Besucher mit einem Gefühl der Erleichterung, aber auch Be-

drückung in die nächste Szene. **Folgen des Klimawandels darstellen** Die Uplift-Fahrt endet nach gut zwölf Minuten auf der dritten Ebene mit einem Blick aus dem Weltall. Darauf folgt der vertiefende Ausstellungsbereich Augenzeugen, der sich mit Themen wie Hitzeanpassung in Städten, der Transformation in der Landwirtschaft oder der Prävention von Waldbränden befasst. Für den Besuch des gesamten Ausstellungsbereiches Wetterextreme ist gut eine Stunde einzuplanen – eine Ergänzung und willkommener Kontrast etwa zum Bereich Reise, der entlang des Längengrads 8 Grad Ost die Schönheit der Erde zeigt. Damit baut das Klimahaus Bremerhaven gleichzeitig seine Vorreiterrolle in der Darstellung des Klimawandels aus.

## Baden-Württemberg

### Urlaub 2025

Jetzt unsere Genussregion entdecken!

Mobile Weinprobe, Weinberggrundfahrten, Feste & Hocks, Schauen Sie dem Winzer über die Schulter  
**Einzigartige Natur:** Entdecken Sie die mediterrane Tier- und Pflanzenwelt des Kaiserstuhls. Halten Sie Ausschau nach Wiedehopf, Bienenfresser & Co. Entdecken Sie Smaragdeidechsen, wilde Orchideen und vieles mehr.  
**Ob Radler, Wanderer od. Genießer - Wir freuen uns auf Sie!**

**Prospektanfragen:** Kaiserstuhl Touristik Ihringen, Bachenstraße 38, 79241 Ihringen, +49 (0)7668-9343 – tourist.info@ihringen.de - www.ihringen-touristik.de

## Ostsee



### Usedom FeWo's

2 - 3 Personen  
für 50 - 70 EUR

Handtücher & Bettwäsche inkl.  
ganzjährig zu vermieten.

Tel.: 038375/20936

Fax: -/20831

www.elfriedes-urlsidsydl.de



### OSTSEEBAD WUSTROW Sonne, Sand, Strand

Meine große FeWo wartet auf Hund mit Familie, 2 Schlafzi., Küche voll ausgestattet, Bad mit Wanne, Parkplatz am Haus, sep. Eingang.

Helga Brandmann, Kuhleger 9, 18347 Ostseebad Wustrow  
Tel. 038220-80597 Mobil: 0172-8089118

## Nordsee

### Schnuppern Sie Sylter Luft!

Urlaub buchen ohne suchen



Appartementvermietung  
Schmitz, Regina Vockamm

Westerland/Sylt

☎ 0 46 51 - 94 41 30

www.appartement-schmitz.de

# B+B

ferienwohnungen  
busch

**Sterneferienwohnungen auf Norderney...zum Wohlfühlen schön!**  
**Noch freie Termine erfragen!**

Erleben Sie einen unvergesslichen Inselurlaub auf **Norderney** in einer unserer komfortablen Ferienwohnungen in bester Lage. Viele Extras sind im Preis inbegriffen. Wir freuen uns auf Sie und Ihre Kinder!



**Info & Kontakt: 01 73 - 2 14 42 20**  
**www.ferienwohnungen-busch.de**

# Leben ohne Schmerzen

– Anzeige –

Ilitza Baak-Elfert führt seit 24 Jahren in Ascheberg eine der größten Praxen für amerikanische Chiropraktik in Deutschland

Begeisterung ist ein Motor, der anspricht. Man braucht den Mut, einen anderen Weg einzuschlagen, sich auf Neues einzulassen, dann steht am Ende der Erfolg. Chiropraktikerin Ilitza Baak-Elfert hat einen solchen Weg gewählt.



Nach ihrer erfolgreichen Ausbildung zur Heilpraktikerin ist sie vor 29 Jahren mit den allgemein bekannten Behandlungsmethoden wie Akupunktur, Augendiagnostik, Sauerstofftherapie, Neuraltherapie und Homöopathie in den Arbeitsalltag gestartet. Sie leitete das Allergietest- und Tinnituszentrum der Klinik im Kurpark in Bad Rothenfelde, bevor sie sich 2003 in Ascheberg mit einer eigenen Naturheilpraxis, die sie 2008 noch vergrößerte, selbstständig gemacht hat.

Die Wende brachte ein Seminarbesuch. Dort traf sie einen amerikanischen Doctor of Chiropractic. „Durch diese Begegnung wurde mein bisheriges naturheilkundliches Denken revolutioniert“, gibt sie zu. Er erklärte ihr die Prinzipien und die Wirkungsweise der amerikanischen Chiropractic, der weltweit größten, anerkannten und wissenschaftlich bewiesenen alternativen Heilmethode überhaupt, die mit dem hierzulande bekannten, unspezifischen Einrenken von Wirbeln rein gar nichts zu tun hat.

Vor der Justierung scannt Heilpraktikerin Ilitza Baak-Elfert die Wirbelsäule. Diese computergesteuerte Diagnostik ermöglicht es ihr, den Zustand des Nervensystems zu erkennen und die Ursachen für Krankheiten zu beheben.

„Die Logik und Einfachheit dieses Behandlungssystems hat mich von Anfang an begeistert. Schmerzen beseitigen ohne Medikamente oder Operationen! Ich habe im Leben nie gedacht, dass ich jemals Chiropractic machen würde, weil ich einen Heidenrespekt vor der Halswirbelsäule habe“, verrät die zierliche, blonde Frau. Doch sie traute sich und nahm eine dreijährige Ausbildung am American Institute of Chiropractic in Angriff und führt heute eine der größten Praxen für amerikanische Chiropractic in Deutschland. Mit einem Patientenstamm, der aus Berlin, Hamburg, Düsseldorf, dem Ruhrgebiet und sogar aus dem Ausland anreist.

Das Geheimnis des Erfolges ist die Effektivität dieses Behand-

lungssystems. „Man muss wissen, dass entlang der Wirbelsäule das wichtigste Steuerungs- und Kommunikationssystem des Menschen verläuft, das Nervensystem. Es ist der ‚Chef‘ im Körper und muss einwandfrei funktionieren, damit der Mensch gesund bleibt, denn jede

**„Das Nervensystem ist der ‚Chef‘ im Körper und muss einwandfrei funktionieren.“**

Ilitza Baak-Elfert

Zelle, jedes Organ, jede Körperfunktion wird darüber gesteuert. Wenn beispielsweise durch verdrehte Wirbel Druck auf die Nerven kommt, wird die reibungslose Kommunikation zwischen Gehirn und Körper gestört, und es kommt zu Fehlfunktionen, Schmerzen und Krankheit“, erklärt sie.



Zur exakten Justierung ihrer Patienten setzt Ilitza Baak-Elfert hochtechnische US Chiropractic Liegen ein, mit den man Bandscheibenvorfälle behandeln kann.

Das Nervensystem muss exakt an den Stellen entlastet werden, wo es zu Störungen bei der Übertragung von elektrischen Nervensignalen zwischen Gehirn und Körperzellen kommt. „Diese Störfrequenzen messen wir mit einem von der NASA entwickelten Nervenscanner.“ Durch die Justierungen mit speziellen chiropraktischen Instrumenten und hochtechnischen US-Chiropraktik-Liegen verschwinden

nicht nur typische Wirbelsäulensymptome wie Rücken-, Nacken- und Schulterschmerzen, sondern auch viele organische Störungen wie Blasen-, Magen- und Darmbeschwerden. Ilitza Baak-Elfert hat ihren Richtungswechsel nie bereut.

**Konermannstraße 16  
59387 Ascheberg  
☎ 025 93 - 92 88 68**

**AKTION**

**American Chiropractic  
COMPUTER SCAN aus USA**

**gibt mehr Klarheit bei ...**

- ... **RÜCKENSCHMERZEN**, Nacken-, Schulter- und Armschmerzen, Taubheit / Kribbeln in Armen / Beinen, Blasenschwäche, Magenschmerzen
- ... **MIGRÄNE, SCHWINDEL**, Kopfschmerzen, Tinnitus
- ... **KONZENTRATIONSMANGEL UND SCHULISCHER LEISTUNGSABFALL**, Stottern, häufige Ohrinfekte

Schmerzlos und strahlungsfrei analysiert das neuartige Diagnosegerät objektiv die Funktion des Nervensystems. Der Patient versteht sein Problem erstmals durch einfache, farbliche, grafische Darstellung. „Nervenblockaden sind häufige Ursachen der genannten Symptome“ klären Dr. of Chiropractic USA auf.

**Angebot**  
Statt 50,- €  
jetzt nur  
**30,- €**

**I. Baak - Elfert** Amerikanische Chiropraktik  
Chiropraktikerin • Heilpraktikerin  
Konermannstr. 16 • 59387 Ascheberg • Fon 025 93 / 92 88 68

## Wenn die Füße schmerzen, brennen oder kribbeln



Wenn die Füße kribbeln, brennen oder schmerzen, sind Schmerzmittel oft nicht die beste Lösung - aber es natürliche und ursächlich wirksame Maßnahmen gegen die Beschwerden. Foto: djd/Wörwag Pharma/Colourbox/Perig Morisse

(DJD). Wenn die Füße schmerzen, kribbeln oder brennen, steckt oftmals eine Nervenschädigung dahinter, eine sogenannte Neuropathie. Die Beschwerden können Betroffenen das Leben schwer machen – und Schmerzmittel stellen oft nicht die beste Lösung dar. Nebenwirkungen wie Schwindel oder Müdigkeit können die Lebensqualität erheblich beeinträchtigen. Doch es gibt auch natürliche und ursächlich wirksame Maßnahmen, die Beschwerden lindern können, ohne den Körper zu belasten. **Den Ursachen auf der Spur** Erste Maßnahme sollte immer sein, den Ursprung der Nerven-

schädigung zu behandeln. Eine der häufigsten Ursachen ist ein Diabetes mellitus, bei dem eine möglichst gute Blutzuckereinstellung angestrebt werden sollte. Diabetes erhöht außerdem das Risiko für einen Mangel an Vitamin B1, welcher ebenfalls eine Neuropathie verursachen kann. Um diesen wirksam auszugleichen und dadurch verursachte Nervenschäden und Beschwerden in den Füßen zu lindern, eignet sich Benfotiamin, eine Vorstufe des Vitamin B1, die vom Körper sehr gut aufgenommen werden kann. Es ist etwa in milgamma protekt enthalten, dass es rezeptfrei in Apotheken gibt.

### Bewegung, Entspannung, Achtsamkeit

Auch Aktivitäten wie regelmäßige Spaziergänge, Gymnastik oder Schwimmen können zur Linderung der Beschwerden beitragen und das Wohlbefinden steigern. Ergänzend können ärztlich begleiteter Rehasport, Physiotherapie oder Ergotherapie die Mobilität verbessern. Wie man die Füße durch Gymnastik fit halten kann, dazu gibt es Tipps unter <https://www.milgamma.de/ratgeber/fussgymnastik.html>. Entspannungstechniken wie progressive Muskelentspannung, Meditation oder Achtsamkeitstraining tragen dazu bei, die Schmerzwahrnehmung zu beeinflussen.

### Tagebuch führen

Akupunktur oder Kneipp-Wasseranwendungen sind weitere Ansätze, zu denen behandelnde Ärzte oder Therapeuten raten können. Ein Schmerztagbuch hilft, Muster zu erkennen und herauszufinden, welche Maßnahmen sich besonders günstig auf die Beschwerden auswirken. Auf diese Weise können Betroffene ihren individuell abgestimmten Ansatz zur Schmerzbewältigung entwickeln.

## Blütenpracht und Niesattacke



Wenn aufgrund des Pollenflugs ständig die Nase läuft, schränkt das die Lebensqualität erheblich ein. Foto: djd/Zentiva/volody10 - stock.adobe.com

(DJD). Sonnenschein und blühende Natur – und Millionen Deutsche niesen, schniefen und wischen sich die tränenden Augen: Heuschnupfen betrifft rund 15 Prozent der Erwachsenen in Deutschland. Auslöser sind meist Pollen von Birke, Gräsern oder Kräutern wie Ambrosia. Häufig bestehen auch Tierhaar-, Hausstaub- oder Lebensmittelallergien. Linderung verschaffen bewährte Antihistaminika, oft

über einen längeren Zeitraum und damit verbundenen Kosten. Weniger bekannt ist, dass moderne Wirkstoffe wie Bilastin oder Desloratadin auch als günstigere Generika erhältlich sind, etwa von ADGC. Wichtig ist die individuelle Wirkstoffwahl idealerweise in Absprache mit ärztlichem oder pharmazeutischem Fachpersonal. Unter [www.adgc.de](http://www.adgc.de) allergie finden sich weitere Tipps zur Alltagsentlastung.