

Emaile-Schale als vielseitiger Alltagsheld – limitierte Auflage, Verkauf zum 47. Pöttkes- und Töttkenmarkt 2025

49. Ahlener Pöttken



v.l.n.r.: Carlo Pinnschmidt (WFG Stadtmarketing), Josef Ostermann (Inhaber Porzellanhaus Ostermann), Stefan Deimann (WFG Geschäftsführer) und Michael Krüger (Firma Karl Krüger)

Ahlen. Die WFG Ahlen mbH präsentiert das 49. Ahlener Pöttken: eine robuste, stilvolle Emaile-Schale (26 x 17 cm, Höhe 6,5 cm) in limitierter Auflage von rund 1.000 Stück.

Der Verkauf startet am Samstag, dem 20. September 2025 und auch am verkaufsoffenen Sonntag, dem 21. September von 13:00 bis 18:00 Uhr im Rahmen des Ahlener Pöttkes- und Töttkenmarktes 2025 – verteilt auf acht Verkaufsstellen in der Innenstadt. Der Preis liegt bei 9,95 Euro.

Dazu Stefan Deimann, Geschäftsführer der WFG Ahlen mbH: „Das 49. Pöttken verbindet Ahlener Tradition mit echter Alltagstauglichkeit. Die neue Emaile-Schale ist ein Allrounder – vom Backofen bis zum Grill – und bleibt mit 9,95 Euro für alle bezahlbar. So zeigen wir: Qualität,

Design und Heimatgefühl müssen kein Gegensatz sein.“

„Die Schale überzeugt durch ihre Vielseitigkeit“, so Michael Krüger (Firma Karl Krüger). „Ob Lasagne, Quiche, Auflauf oder direkt vom Grill – das Pöttken macht alles mit.“

Ebenso eignet es sich zum Braten, Anrichten und Servieren von Obst, Brot oder anderen Speisen. Alle Lebensmittel behalten ihren natürlichen und reinen Geschmack.

Das Pöttken 2025 ist spülmaschineneeignet, mühelos von Hand zu reinigen und bis zu 250 Grad backofenfest.

Josef Ostermann, Inhaber des Porzellanhaus Ostermann, ergänzt: „Wir haben für das Pöttken 2025 bewusst auf hochwertige Emaile gesetzt. Das Material ist langlebig, schnitt- und kratzfest,

zugleich hygienisch und aromaneutral. So wird die Schale zum täglichen Begleiter – vom Ofen über den Grill bis auf den Esstisch.“

Das Ahlener Pöttken steht seit Jahrzehnten für Identität, Sammelleidenschaft und Nützlichkeit. Mit der 2025er Edition setzt Ahlen auf ein Stück, das Tradition und zeitgemäßen Alltag zusammenbringt – zum fairen Preis und mit hohem Nutzwert.

Carlo Pinnschmidt vom Stadtmarketing weiß zu berichten: „Durch die Sammelleidenschaft der Menschen wird das Pöttken als Botschafter Ahlens in die Welt getragen.“

Für diejenigen die am Pöttkes- und Töttkenmarkt verhindert sind, kann das 2025 Modell beim Porzellanhaus Ostermann vorbeestellt werden.

GOLDANKAUF | SCHMUCK | TRAURINGE | REPARATUR

Juwelier Schulte

GOLDANKAUF
SERIÖS | FAIR | KOMPETENT

Markt 6 • 59368 Werne • 02389/9286651
www.goldankaufwerne.de • www.trauringe-werne.de

EB ESTRICH-BAU GmbH

Seit über 25 Jahren im Handwerk

Tel. 0 25 28 / 15 77 • Fax 0 25 28 / 17 99
59227 Ahlen-Vorhelm • Hauptstrasse 20

WWW.EB-ESTRICHBAU-GMBH.DE

GOLDANKAUF

Seit 2009 in Werne & Selm

BARREN UND MÜNZEN
ANLAGEGOLD JETZT KAUFEN!

ERFAHREN, KOMPETENT, ZUVERLÄSSIG, SERIÖS
www.ihr-goldankauf.de • info@ihr-goldankauf.de

WIR RICHTEN UNS AN TAGESAKTUELLEN
BÖRSENORIENTIERTEN 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

Trödelmarkt
Sonntag, 31. August 2025
in Hamm Bockum-Hövel,
Handelshof, teilüberdacht.
Jeder kann mitmachen!
www.renesmaerkte.de
Mobil 0172/5314101

Wir modernisieren Ihre Küche!

Mit neuen Fronten nach Maß!

☎ 023 02 / 3928164 **PORTAS**
www.breuer.portas.de

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

Heizöltankdemontage
schnell, sauber, preiswert
Blienert GmbH
Tel. 0 25 88 / 9 19 49 31
blienertgmbh@outlook.de

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

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

meyersgartenmoebel.de

MEYER'S GARTENMÖBEL

SSV - Rabatt bis zu 50 %
Ausstellungsstücke - Restposten - Auslaufartikel - Einzelstücke
Sonntags Schautag 13 - 16 Uhr
Münster - An der Kleimannbrücke 49 - 0251 7478800

Büro- + Kopiertechnik 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

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

Münzen-Briefmarken-Schmuck

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

WIR kaufen Ihr AUTO

02521 - 825 89 45
Neubeckumer Str. 76 • 59269 Beckum

help and hope Stiftung setzt auf Teilhabe und Chancengleichheit

Über 500 Kinder erlebten unvergessliche Ferien auf Gut Königsmühle



Ferien auf Gut Königsmühle – das heißt auch: Jede und jeder nimmt hier etwas mit nach Hause. In den Händen etwas Selbstgemachtes, im Kopf neue Erfahrungen und im Herz ein Gefühl von Freundschaft und Miteinander. Foto: help and hope Stiftung / Stephan Schütze

Dortmund. Sechs Wochen lang war Gut Königsmühle wieder fest in Kinderhand: Mehr als 500 Kinder im Alter von sechs bis

14 Jahren verbrachten in diesem Sommer jeweils eine spannende Ferienwoche bei der help and hope Stiftung. Mit kreativen

Workshops, sportlichen Angeboten und Naturerlebnissen bot die Stiftung ein abwechslungsreiches Ferienprogramm, das die

Kinder begeistert und die Familien spürbar entlastet hat.

Ob Tanzen bei ConfIDANCE, Werken in der Holzwerkstatt, Entdeckungen im Wald, Zirkuskunst mit dem Circus Soluna, magische Märchenwelten, Sport & Fairness oder die Themenwoche „Circle of Müll“ zur spielerischen Umweltbildung – Woche für Woche begaben sich 80 bis 90 Kinder auf neue Abenteuerreisen.

„Unsere Ferienbetreuung bietet nicht nur schöne Erlebnisse, wir vermitteln auch Werte wie Teamgeist, Kreativität, Verantwortung und Nachhaltigkeit. Zudem sorgt unser pädagogisches Team dafür, dass jedes Kind nicht nur beaufsichtigt, sondern individuell gefördert wird“, sagt Sandra Heller, Vorstandsvorsitzende der help and hope Stiftung. „Gut Königsmühle ist offen für alle. Auch Kinder mit Pflegebedarf, Behinderung oder Beeinträchtigungen haben hier ihren festen Platz. Damit schaffen wir Inklusion, Teilhabe und Chancengleichheit. Und davon profitieren letztlich alle.“

Neben den sorgfältig ausgearbeiteten Angeboten für die Kinder ist der help and hope Stiftung die Unterstützung der Familien besonders wichtig: Durch umfangreiche Betreuungszeiten, geringe Kosten und die kostenfreie Teilnahme für Kinder aus Familien, die Sozialleistungen beziehen, wird eine echte Entlastung ermöglicht.

Die Ferienbetreuung wird – wie alle Angebote der Stiftung – durch Spenden finanziert. „Damit wir auch in Zukunft vielen Kindern dieses Erlebnis ermöglichen können, sind wir auf weitere Spenden angewiesen“, so Heller. Unterstützen kann man die Stiftung auf vielfältige Weise: direkt auf Gut Königsmühle oder online unter www.helpandhope-stiftung.com/mit-helfen/spenden.

Bildunterschrift: Ferien auf Gut Königsmühle – das heißt auch: Jede und jeder nimmt hier etwas mit nach Hause. In den Händen etwas Selbstgemachtes, im Kopf neue Erfahrungen und im Herz ein Gefühl von Freundschaft und Miteinander.

Konzept der GWA für Digitalen Wertstoffhof Bergkamen überzeugt im EBB-Betriebsausschuss

Mehr Service durch Digitalen Wertstoffhof Bergkamen

Bergkamen. Der Wertstoffhof Bergkamen wird zum Digitalen Wertstoffhof Bergkamen ausgebaut. Das Konzept, welches GWA-Geschäftsführer Martin Döbber und Projektleiter Andreas Hellmich in der letzten Sitzung des Betriebsausschusses des Entsorgungsbetrieb Bergkamen (EBB) am 01.07.2025 vorstellten, überzeugte die Ausschussmitglieder vor allem wegen des zusätzlichen Services. Im Kern geht es darum, dass der Bergkamener Wertstoffhof zusätzlich zu den bekannten Öffnungszeiten von 30 Stunden weitere 30 Stunden Öffnungszeit zu für die Kunden attraktiven Zeiten anbietet. Für diese können online Zeitfenster gebucht werden, an denen sie am Wertstoffhof entsorgen können, ohne dass das Personal der GWA selbst vor Ort sein ist.

Das funktioniert so:

Der Kunde bucht online über die GWA-Abfall-App ein Zeitfenster, einen sogenannten „Timeslot“, und bezahlt die Entsorgung ebenfalls digital. Betriebsleiter EBB, Stephan Polplatz: „Mit dieser Möglichkeit wird unser Angebot von Sperrmüll-Online noch einmal sinnvoll und zukunftsweisend ergänzt!“ Vor Ort am Wertstoffhof öffnet der Kunde zur vorher gebuchten Zeit das Einfahrtstor mit dem eigenen Handy (über Bluetooth) dann selbst. Nach der Entsorgung öffnet der Kunde auch das Ausfahrtstor mit dem Handy und fährt hinaus. Die Tore schließen nach der Durchfahrt jeweils selbstständig. Eine Kamera überwacht den Wertstoffhof während des Entsorgungsvorgangs einerseits zur Sicherheit der Kunden und leistet andererseits einen Bei-

trag zur richtigen Entsorgung. Gebucht werden können Timeslots montags bis samstags jeweils bis 20 Uhrzuletzt für die Entsorgung von Grünschnitt, Sperrmüll und Holz bis zu einer Menge von PKW-Kombi/Van. GWA und EBB sind sich sicher, dass der neue Service mit den attraktiven Öffnungszeiten und dem Vorteil, dass Wartezeiten praktisch ausgeschlossen sind, von den Kunden gut angenommen werden. Die zusätzlichen Öffnungszeiten montags von 10 bis 20 Uhr und samstags von 13 bis 20 Uhr werden als besonders attraktiv angesehen. Aber auch die Möglichkeit, an den anderen Tagen bis 20 Uhr anliefern zu können, werden gerade für Berufstätige, einen großen Vorteil darstellen. Bürgermeister Bernd Schäfer: „Mit dieser weiteren deutlichen

Erhöhung der Nutzungszeiten verfügen die Bergkamener Bürger*innen über die besten Entsorgungsmöglichkeiten im gesamten Kreis Unna. Dies stellt für mich einen zusätzlichen wichtigen Schritt zum Ziel des sauberen Stadtgebietes Bergkamens dar!“ Nutzen können den Digitalen Wertstoffhof Bergkamen übrigens nicht nur die Bergkamener Bürgerinnen und Bürger. Auch die Bürger aller anderen Kreiskommunen werden am Wertstoffhof per Timeslot-Buchung entsorgen können; alle Kosten und Einnahmen werden verursachergerecht umgelegt. So tragen auch die anderen Kommunen des Kreises zur Finanzierung des neuen Services bei. Realisiert werden soll das Pilotprojekt der GWA im letzten Quartal 2025 oder im ersten Quartal 2026.

lippe Journal

Zeitung für das östliche Ruhrgebiet und das südliche Münsterland

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“

Redaktion:
Wolfgang Kunze (wnk) (ViSdP)

Anzeigenleitung:
Wolfgang Kunze (ViSdP).
Es gilt die Anzeigenpreisliste Nr. 6
Anzeigen und Beilagen mit politischen Aussagen enthalten 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.

Tango Argentino zum Kennenlernen

Ahlen. Ein Abend voller Musik, Rhythmen und Leidenschaft – ganz unter dem Motto „Es darf getanzt werden“ lädt die VHS, am Mi., 10. September, von 18 bis 21 Uhr, in das Alte Rathaus, Markt 15, zu einem Schnupperkurs „Tango Argentino – Der erste Schritt“ ein. Dieser besondere Abend richtet sich an alle Neugierigen, die den Zauber des Tango Argentino spüren und erleben möchten, voller Neugier, Offenheit und mit der Lust auf Bewegung. Unter der tänzerischen Leitung von Jörn Kitzhöfer entdecken die Teilnehmenden in entspannter Atmosphäre die ersten Grundlagen dieses ausdrucksstarken Paartanzes. Im Mittelpunkt steht das bewusste Gehen zur Musik, kleine Bewegungen, große Wirkung. So entsteht ein erster, ganz persönlicher Zugang zum Tango Argentino. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Um paarweise Anmeldung wird gebeten. Bei mehreren Einzelinteressent*innen ist eine Teilnahme möglich. Anmeldungen bitte mit einer Anmeldekarte oder über das Internet unter www.vhs-ahlen.de.



Jörn Kitzhöfer mit Partnerin; Foto: VHS

Verantwortungsvoll, smart und kreativ unterwegs in der digitalen Welt

Digi.Dienstag

Werne. Nach der Sommerpause geht es weiter mit der Online-Vortragsreihe Digi.Dienstag der Jugendhilfe Werne. Jeden ersten Dienstag im Monat von 10 bis 12 Uhr wird ein kompakter Impuls zu digitalen Themen in der medienpädagogischen Arbeit angeboten. Praxisnahe Einblicke, neue Tools, praktische Tipps und Denkanstöße für den professionellen Umgang mit digitalen Medien erwarten die Teilnehmenden.

Dienstag, 02. September 10 - 12 Uhr

Digitale Risiken im Blick-Datenschutz, Cybermobbing & verantwortungsvoller Medienkonsum. Im September konzentriert sich der Vortrag auf die beliebtesten Social Media Apps und Risiken wie altersunangemessene Inhalte, Cyber-Grooming und -Mobbing, Datenschutz, Desinformation und Fake News. Zudem werden Ansätze und Methoden für die präventive Arbeit zu diesen Themen vorgestellt.

Dienstag, 04. November 10 - 12 Uhr

Zwischen Faszination und Abhängigkeit- Exzessive Mediennutzung im Blick. In dem Workshop am 04. November steht die Frage nach einem guten Maß für

die Mediennutzung im Mittelpunkt. Wie schaffen es Fortnite, TikTok und Co., die (jungen) Nutzer*innen so stark zu binden, ab wann kann man von Sucht sprechen? Es werden ebenfalls Methoden für die Prävention und Maßnahmen in der Intervention diskutiert.

Dienstag, 02. Dezember 10 - 12 Uhr

Digitale Tools zum Ausprobieren-Kreativ, Smart & Interaktiv!

Digitale Tools wie Quizze, Podcasts, Augmented Reality, Foto-Collagen, Stop-Motion-Filme, Green Screen oder Team-Rallies bieten viele Möglichkeiten, Kinder und Jugendliche zu erreichen und zu motivieren. In dem Workshop schauen wir uns verschiedene kreative Methoden an und probieren einige davon auch aus. Digi.Dienstag richtet sich an sozialpädagogische Fachkräfte und Interessierte und ist Teil des medienpädagogischen Projekts „Be part and be safe!“, das von der Sozialstiftung NRW gefördert wird. Alle Veranstaltungen sind kostenfrei, finden online via Zoom statt und eine Anmeldung ist erforderlich, über Zentrum der pädagogischen Bildung (ZPB): www.zpb-werne.de.

Gemeinsame Theaterfahrten zum Theater Münster

Bergkamen. Mit dem Angebot „Kultur on Tour – Gemeinsam ins Theater“ lädt das Kulturreferat der Stadt Bergkamen Kulturinteressierte ein, ausgewählte Aufführungen im Theater Münster gemeinsam zu besuchen. Ein eigens eingesetzter Kulturbus bringt die Teilnehmerinnen und Teilnehmer bequem vom Busbahnhof Bergkamen direkt zum Theater und wieder zurück. In gemeinschaftlicher Atmosphäre erleben Theaterfreunde unbeschwert Inszenierungen aus Schauspiel, Musiktheater, Tanz und Oper ohne Parkplatzsuche oder organisatorischen Aufwand.

Geplante Aufführungen in der Saison 2025/2026:

Schauspiel - Der Idiot

Freitag, 14.11.2025 / 19.30 Uhr

/ Einführung 19.00 Uhr

Musiktheater - Der Graf von Monte Christo

Samstag, 17.01.2026 / 19.30 Uhr

/ Einführung 19.00 Uhr

Tanz - Die Schwäne

Sonntag, 29.03.2026 / 16.00 Uhr

/ Einführung 15.30 Uhr

Oper - La Traviata

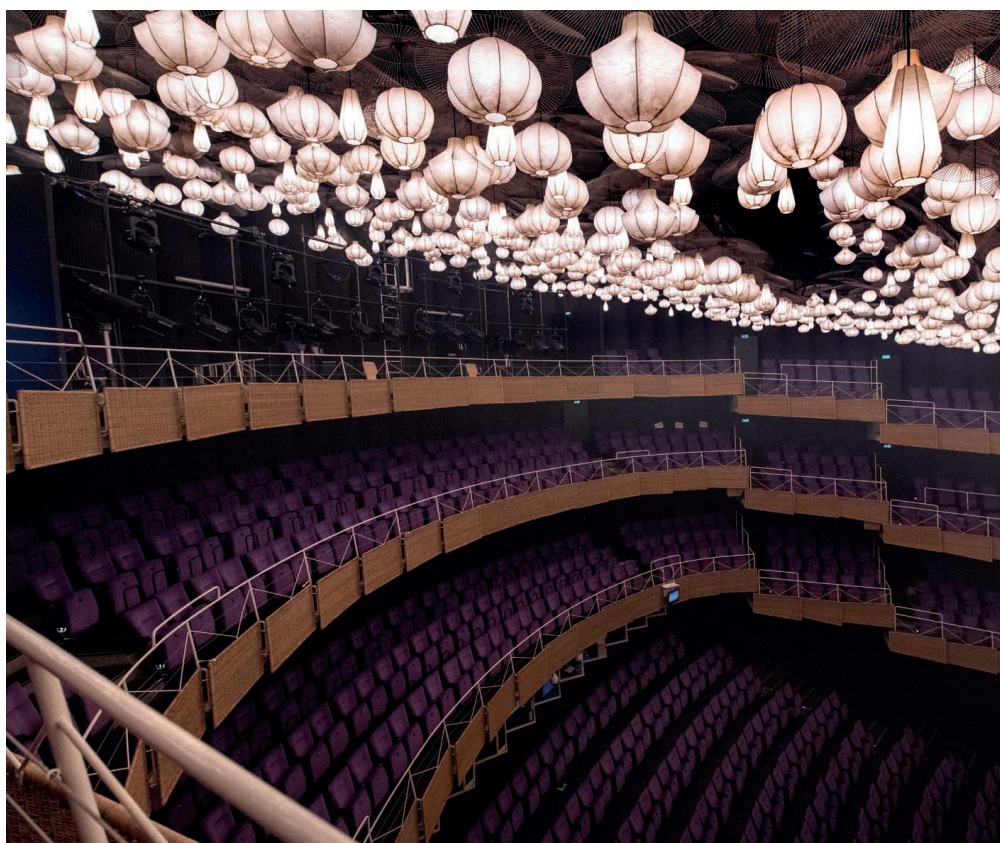
Samstag, 21.06.2026 / 18.00 Uhr

/ Einführung 17.30 Uhr

Für Gruppenbesuche im Theater Münster wird ab einer Teilnehmerzahl von 20 Personen ein ermäßigter Eintrittspreis gewährt. Darüber hinaus profitieren Gruppen von reduzierten Kosten für die An- und Abreise per Bus, sofern sich genügend Teilnehmer anmelden. Je nach ausgewählter Vorstellung und Teilnehmerzahl bewegen sich die Gesamtkosten für Theaterkarte und Busfahrt zwischen 51,00 € und 60,00 € pro Person.

Die genauen Abfahrtszeiten des Busses werden rechtzeitig vor den jeweiligen Veranstaltungen bekanntgegeben. Teilnehmende müssen lediglich einsteigen – alles Weitere organisiert das Kulturreferat Bergkamen. Weitere Auskünfte, Informationen und Anmeldung: Kulturreferat der Stadt Bergkamen

Telefon: 02307 / 965-464 oder a.mandok@bergkamen.de



Die große Deutschlandtournee 2025/26

New York Gospel Stars

Ahlen. Ab Dezember 2025 heißt es wieder: Bühne frei für die New York Gospel Stars.

Das Ensemble aus dem Herzen New Yorks reist für über zwei Monate durch Deutschland – mit einem Programm, das Tradition und Moderne der Gospelmusik auf einzigartige Weise verbindet. Pünktlich zur Weihnachtszeit bringen die Sängerinnen und Sänger ihre „Gute Nachricht“ in die Konzertsäle von Nord bis Süd.

Seit fast zwei Jahrzehnten gastieren die New York Gospel Stars hierzulande und füllen Kirchen und Säle von Hamburg bis München.

Ihre Auftritte sind mitreißende Erlebnisse: kraftvolle Stimmen, gefühlvolle Balladen und temperamentvolle Rhythmen schaffen eine Mischung aus Spiritualität, Show und purer Lebensfreude. Die Energie der Gruppe überträgt sich vom ersten Ton an auf das Publikum – und sorgt

für Gänsehautmomente bis zum letzten Applaus.

Auch nach den Feiertagen geht die Tournee weiter: Vom 7. Januar 2026 an präsentieren die New York Gospel Stars eine frische Set-Liste und neue musikalische Highlights. Insgesamt stehen mehr als 70 Konzerte auf dem Tourplan – ein klares Signal dafür, wie beliebt die Formation in Deutschland ist.

Ob festliche Klänge zur Adventszeit oder schwungvolle Hymnen im neuen Jahr: Jeder Abend mit den New York Gospel Stars ist mehr als nur ein Konzert. Es ist eine Einladung, den Alltag hinter sich zu lassen und die Kraft der Gospelmusik in ihrer authentischsten Form zu erleben.

22.12.2025 – Ahlen, Stadthalle
Tickets gibt es ab 36,50€ unter www.lb-events.de,
Telefonisch unter 0234-9471940 und an allen bekannten VVK-Stellen!



Hamm schiebt 2 Millionen Überstunden – viele zum Nulltarif



Hamm. Hamm schiebt ordentlich Überstunden: Rund 2 Millionen Stunden haben Beschäftigte im vergangenen Jahr in Hamm zusätzlich gearbeitet. Davon rund 1,1 Millionen Überstunden zum Nulltarif – ohne Bezahlung. Das geht aus dem „Arbeitszeit-Monitor“ hervor, den das Pestel-Institut im Auftrag der Gewerkschaft Nahrung-Genuss-Gaststätten (NGG) gemacht hat. Allein in Hotels und Gaststätten in Hamm leisteten Köche, Kellnerinnen, Barkeeper & Co. im vergangenen Jahr rund 30.000 Überstunden. Das hat das Pestel-Institut auf Basis einer Auswertung der Bundesagentur für Arbeit ermittelt. Die Wissensschaffler haben dabei für Hamm bundesweite Durchschnittswerte von Arbeitszeiten in der Gastronomie herangezogen. Demnach waren 52 Prozent aller in Hamm

geleisteten Überstunden in Hotels, Restaurants, Gaststätten und Biergärten unbezahlt.

Die Gewerkschaft warnt: Der Überstundenberg in Hamm dürfte demnächst noch größer werden. Grund seien Pläne der Bundesregierung, die Arbeitszeit neu zu regeln: „Schwarz-Rot will eine wöchentliche Höchst-arbeitszeit und den 8-Stunden-Tag abschaffen. Betriebe könnten von ihren Beschäftigten dann verlangen, auch zehn, elf oder in der Spitze sogar 12 Stunden und 15 Minuten pro Tag zu arbeiten“, sagt Isabell Mura von der NGG Südwestfalen.

Die NGG Südwestfalen schlägt Alarm: Schon jetzt betrage die maximale Arbeitszeit 48 Stunden pro Woche. In der Spitze seien sogar 60-Stunden-Wochen möglich. „Das sind Extrem-Arbeitswochen. Selbst wenn so

„Hammer-Wochen“ innerhalb eines Vierteljahres ausgeglichen werden müssen. Doch noch schlimmer wird es, wenn die Bundesregierung jetzt tatsächlich ans Arbeitszeitgesetz Hand anlegt und den 8-Stunden-Tag kippt. Dann würde nämlich nur noch das europäische Recht ein Wochen-Limit für die Arbeitszeit setzen. Und das wäre brutal: Arbeitgeber könnten ihre Beschäftigten dann sogar zu 73,5-Stunden-Wochen verdonnern – nämlich zu sechs Tagen à 12 Stunden und 15 Minuten im Job. Das wäre fast das doppelte Wochen-Pensum von heute – und damit Arbeitszeit-Stretching pur“, so Mura.

Die Geschäftsführerin der NGG Südwestfalen macht ihrem Ärger Luft: „Viele Arbeitgeber in Hamm würden das hemmungslos ausnutzen. Es drohen dann völlig überladene Arbeitswochen, bei denen man die Stunden, in denen man nicht schläft, fast komplett im Job oder auf dem Weg zur Arbeit verbringt. Das macht Menschen dann aber fix und fertig. Außerdem würde dabei ein Riesenberg an Überstunden auflaufen. Und ans Abfeiern der Überstunden ist sowieso nicht zu denken – bei dem Fachkräftemangel, der eigentlich überall herrscht.“

Die Geschäftsführerin der NGG Südwestfalen spricht von einem „Arbeitszeit-Monopoly“ der

Bundesregierung: „Das ist wilde Zeit-Zockerei. Für Beschäftigte bedeutet das: Arbeiten bis ans Limit – und darüber hinaus“, so Mura. Sie hat dabei die Gesundheit der Beschäftigten im Blick, aber auch die Vereinbarkeit von Familie und Beruf: „Nach acht Stunden Arbeitszeit steigt die Gefahr von Arbeitsunfällen rasant an. XXL-Arbeitstage bedeuten auf Dauer eine Belastung für den Körper und für die Psyche: von Herz-Kreislauf- und Stoffwechsel-Erkrankungen bis zum Burnout“, so Mura.

Außerdem im Fokus der Gewerkschaft: Wer die Familie, den Beruf und die Pflege von Angehörigen unter einen Hut bringen müsse, brauche vor allem eines – planbare und verlässliche Arbeitszeiten. Und die müssten auch zu den Betreuungszeiten von der Kita und vom Hort passen. „Denn wer holt die Kinder dort ab, wenn die Schicht zwölf Stunden geht?“, fragt Mura.

Die geplante Aufweichung des 8-Stunden-Tages gehe in die falsche Richtung. Schon heute jonglierten Familien zwischen Job, Kinderbetreuung oder der Pflege von Angehörigen. „Längere Arbeitstage verschärfen die Probleme und verhindern eine gerechte Verteilung von Erwerbsarbeit, Kinderbetreuung und Pflege. Denn obwohl sich viele Väter wünschen, mehr Zeit mit ihren Kindern zu verbringen, wird

durch noch längere tägliche Arbeitszeiten das Alleinverdienermodell gestärkt“, warnt Isabell Mura. Anstatt das Fachkräftepotential von Frauen zu nutzen, verhinderten XXL-Schichten eine echte Vereinbarkeit von Familie und Beruf.

Die NGG Südwestfalen nennt dazu auch Zahlen: So werden aktuell 62 Prozent aller Teilzeit-Jobs in Hamm von Frauen gemacht. Die Gewerkschaft beruft sich dabei auf Angaben der Arbeitsagentur. Mura appelliert daher an die Bundestagsabgeordneten aus Hamm und der Region, dem „Herumschrauben am Arbeitszeitgesetz in Berlin einen Riegel vorzuschieben“.

Schon jetzt seien flexible Arbeitszeiten im Rahmen des Arbeitszeitgesetzes und durch Tarifverträge, die die NGG abgeschlossen habe, für viele Beschäftigte Alltag. „Noch mehr Flexibilität ist gar nicht nötig“, so Mura.

Außerdem ersetzen 10- oder 12-Stunden-Tage keine fehlenden Fachkräfte. „Gute Arbeitsbedingungen, bessere Vereinbarkeit von Familie und Beruf, systematische Qualifizierung und mehr Ausbildung. Das sind die richtigen Hebel für mehr Fachkräfte. Verschiebereien bei der Arbeitszeit sind nichts anderes als das Löcherstopfen bei einer zu dünnen Personaldecke“, so Isabell Mura.

AfD-Fraktion: CDU und FDP stimmen im Rat gegen eigene Wahlversprechen

Hamm. In der letzten Ratssitzung am 8. Juli lehnte die CDU gemeinsam mit den übrigen Fraktionen den Antrag der AfD-Fraktion ab, den Gewerbesteuerhebesatz von 465 % auf 400 % abzusenken.

Die Verwaltung argumentierte mit vermeintlich hohen Mindereinnahmen, obwohl die Stadt Hamm jährlich rund 50 Millionen

Euro für Klima- und Umweltprogramme ausgibt. Bemerkenswert ist: Nur wenige Wochen zuvor hatte die CDU in ihrem Wahlprogramm selbst eine Senkung der Gewerbesteuer angekündigt. OB-Kandidat Dornseifer sprach wörtlich davon, dass „vor den Gewinnen zunächst einmal Investitionen stehen“ und rief die Erhöhung der Kaufkraft als oberstes Ziel aus.

Auch beim Thema Grundsteuer zeigt sich eine ähnliche Diskrepanz: Die AfD-Fraktion brachte im Rat einen Antrag zur Halbierung und späteren Abschaffung der Grundsteuer ein – abgelehnt von allen Fraktionen, einschließlich der CDU. Einen Monat später kündigte die CDU jedoch öffentlich an, den Grundsteuerhebesatz senken zu wollen

und verspricht zusätzlich eine Familienbauprämie. Die FDP wiederum bewirbt im aktuellen Wahlkampf die Begrenzung des Tempolimits auf der Adenauerallee auf Schultage.

Genau diesen Antrag hatte die AfD-Fraktion bereits im Dezember 2024 eingebracht (AT-839/2024) – damals stimmte die FDP dagegen. „Unsere Fraktion

legt seit Jahren konkrete Vorschläge auf den Tisch, um Bürger und Unternehmen in Hamm spürbar zu entlasten.

Dass CDU und FDP nun im Wahlkampf Forderungen aufgreifen, die sie im Rat zuvor abgelehnt haben, zeigt, wie wenig Substanz hinter den Versprechen steht“, so der Fraktionsvorsitzende Pierre Jung.

Erfolgreiche Deutsche Meisterschaft

Para Bogensport in Bergkamen



Bergkamen. Am 23. und 24. August fand auf der Bogensportanlage des BSC Bergkamen die Deutsche Meisterschaft im Para Bogensport statt.

Insgesamt gingen an 2 Tagen 154 Schützen aus zehn Bundesländern an den Start.

Der BSC Bergkamen stellte insgesamt 14 Schützen, die in den unterschiedlichen Klassen starteten.

Die Einteilung in die unterschiedlichen Klassen richtet sich nach der Art der Behinderung. Der

BSC Bergkamen ist im Bereich der Inklusion sehr gut aufgestellt. Auch die Stadt Bergkamen unterstützt den Verein, indem mittlerweile 2 gepflasterte Wege für die Rollstuhlfahrer angelegt wurden und den Weg zu den Scheiben deutlich erleichtern.

Die Stimmung unter den Schützen war an beiden Tagen hervorragend und auch das Wetter war auf der Seite der Schützen.

Bürgermeister Bernd Schäfer, Landrat Mario Löhr und die Landtagsabgeordnete Silvia Go-

sewinkel eröffneten den ersten Turniertag.

An diesem Tag starteten die Blankbogenschützen und die Compoundschützen, sowie die Schützen mit starker Sehbeeinträchtigung.

Überschattet wurde der erste Turniertag durch einen Unfall des leitenden Kampfrichters, welcher sich bei einem Sturz den Oberarm brach und in ein nahegelegenes Krankenhaus transportiert wurde. Von Seiten der Para-Bogensportfamilie und dem BSC Berg-

kamen wünschen wir auf diesem Wege Gute Besserung.

Am Sonntag starteten die Recurveschützen und die Klasse der ID-Sportler. Diese Kategorie gehört zu den Neuereim im Para-Bogensport und umfasst Schützen mit mentaler Beeinträchtigung.

Beide Tage waren für den BSC Bergkamen von Erfolg gekrönt. Insgesamt gelang es 5 Bergkamener Schützen den Titel Deutscher Meister in der Einzelwertung in ihren Klassen in den Verein zu holen. Die Titelträger sind Claudia Schäfers, Bernd Matschewski, Rolf Dzierzanowski, Lukas Hertig und Ina Tuschinski.

Ebenso gab es 5 Vizemeistertitel in der Einzelwertung. Diese errangen Axel Beier, Marco Breyer, Jan Heßdörfer, Andrea Heitmann und Rolf Pflingstmann.

Kersten Kopp, der nach langer Pause wieder an den Start ging, belegte einen hervorragenden 3ten Platz und holte die Bronzemedaille.

Klaus Ladener wurde 7ter, Frank Losch 10ter und Ralf Eggert in seiner Klasse 6ter.

Auch die Mannschaften des BSC zeigten ihr Können. Die Blankbogenmannschaft sicherte sich

die Goldmedaille und die Recurve-Mannschaft die Silbermedaille. Im Ländervergleichswettkampf waren die Mannschaften des BRSNW (Behinderten- und Rehabilitationssport NRW) ebenfalls weit vorn. In jeder Mannschaft starteten Schützen des BSC Bergkamen. In den 3 Kategorien Blankbogen, Compound und Recurve sicherten sich die Mannschaften des BRSNW die Goldmedaille.

Die Recurve-Mannschaft schoss dabei sogar einen neuen deutschen Rekord mit 1840 Ringen insgesamt.

Marco Breyer, erster Vorsitzender des BSC, dankte den vielen Helfern, ohne die ein solches Wochenende nicht zu stemmen wäre. Insgesamt war dies die vierte Deutsche Meisterschaft, die vom BSC Bergkamen ausgerichtet wurde. Und es wird sicher nicht die letzte gewesen sein. Somit geht ein sehr erfolgreiches Wochenende für den BSC zu Ende.

Der BSC Bergkamen feiert im nächsten Jahr sein 15jähriges Bestehen und umfasst mittlerweile gut 150 Mitglieder. Infos zu Trainingszeiten und zum Verein gibt es unter www.bsc-bergkamen.de

Inklusive Arbeit, systemisches Handeln im ZPB

Interkulturelle Kompetenzen, Traumata von Kindern

Werne. Mit interessanten Themen und nur noch wenigen freien Plätzen startet das Zentrum der pädagogischen Bildung (ZPB) in Werne nach der Sommerpause in die zweite Jahreshälfte. Die Veranstaltungen und Fortbildungen sind konzipiert für alle, die im sozialen Bereich mit Kindern, Jugendlichen und deren Familien arbeiten.

Beim Training am 10. September, „Interkulturelle Kompe-

tenzen“, kann man lernen, wie man sich in interkulturellen Settings sicher bewegt und wertschätzend und kultursensibel interagieren kann. Die Veranstaltung bietet die Möglichkeit der Selbstreflexion und man lernt sich mit Aspekten des interkulturellen Zusammenlebens auseinander zu setzen.

Was ist ein Trauma genau und welche Auswirkungen hat es gerade bei kleinen Kindern, die

sich noch in der Entwicklung befinden - damit beschäftigt sich die Fortbildung „Traumata von Kindern verstehen und im Alltag begleiten“ am 25. September, für die man sich auf die Warteliste setzen lassen kann.

Nur noch wenige Plätze sind frei in dem Seminar über inklusive Arbeit in der Kita am 07. Oktober.

Bei „Gemeinsam lernen und leben“ erfährt man vieles über

Möglichkeiten und Grenzen, rechtliche und strukturelle Grundlagen und Personalplanung in der inklusiven Arbeit.

Die zweitägige Fortbildung im November ist ausgebucht. Am 03. und 04. November wird der systemische Methodenkoffer ausgepackt. „Systemisch handeln lohnt sich“ vermittelt eine Haltung, die auf kontextbezogenes Denken, lösungsorientierte Kommunikation,

Wertschätzung, Ressourcen und Zusammenarbeit setzt.

Das Zentrum der pädagogischen Bildung befindet sich derzeit in den abschließenden Planungen für das Programm 2026 und wird dieses in Kürze veröffentlichen.

Eine Übersicht aller Veranstaltungen sowie die Möglichkeit zur Anmeldung sind auf der Webseite des Zentrums zu finden: www.zpb.de



**AUS HAMM
IN DIE WELT:
LACKE & BEIZEN
FÜR PERFEKTE
OBERFLÄCHEN**

Hesse Signal
inspiring you

Starte 2026 deine Erfolgsgeschichte mit einer Ausbildung (m/w/d) bei Hesse Signal und bring Farbe in deine Zukunft!

- Industriekaufrau/-mann
- Lacklaborant*in
- Produktionsfachkraft Chemie
- Fachinformatiker*in Anwendungsentwicklung
- Fachinformatiker*in Systemintegration
- Kauffrau/-mann für Spedition und Logistikdienstleistungen
- Fachkraft für Lagerlogistik





Ausgewähltes
Familienfreundliches
Unternehmen
seit 2024

**industry
@work**



Hesse GmbH & Co. KG | Warendorfer Str. 21 | 59075 Hamm | www.hesse-signal.com

Chatbots und Co. können Aufgaben erklären und Lernpläne strukturieren

Wie die KI beim Lernen helfen kann



Künstliche Intelligenz kann Übungsaufgaben zu jedem gewünschten Thema generieren und das Lernen strukturieren. Foto: djd/Studienkreis/Michael Printz/PHOTOZEPPELIN.COM

**Paketzusteller
(m/w/d)**

**mit Berufserfahrung bei
DPD, DHL, Hermes
und Amazon
in Vollzeit auf
langfristiger Basis
ab sofort gesucht.**

Arbeitsort Hamm.

**Nur telefonische Bewerbung
unter 0174-5877377**

(DJD). Künstliche Intelligenz (KI) kann den Verstehensprozess beim Lernen erleichtern, Wissen vermitteln und sogar mehr Spaß ins „Büffeln“ bringen. Doch die Technik hat auch ihre Grenzen. Daher ist es wichtig, KI clever einzusetzen und einige Aspekte zu beachten. So sollte künstliche Intelligenz als eins von mehreren Werkzeugen genutzt werden, ohne dabei die eigene Verantwortung im Lernprozess zu vernachlässigen.

Bei Hausaufgaben helfen

Ein Beispiel dafür ist das Lernen mit der KI-Tutorin Amelia. Sie steht Schülerinnen und Schülern des Nachhilfeanbieters Studienkreis rund um die Uhr zur Verfügung, wenn es zum Beispiel Probleme mit den Hausaufgaben gibt oder eine wichtige Klassenarbeit ansteht. Die KI erkennt unter anderem Fotos von Hausaufgaben und gibt gezielte Tipps, wenn ein Schüler oder eine Schülerin nicht

weiterkommt. Dabei präsentiert Amelia jedoch nicht einfach fertige Lösungen, sondern gibt Anregungen, die weiterhelfen.

Sinnvolle Strukturen aufzeigen lassen

Moderne KI-gestützte Tools wie ChatGPT oder Perplexity bieten auch viele Möglichkeiten, um das Lernen effizienter zu gestalten. Wenn eine Prüfung bevorsteht, können die Chatbots zum Beispiel strukturierte Lernpläne erstellen. Dafür teilt man der KI mit, welche Themen gelernt werden sollen und wie viel Zeit zur Verfügung steht.

Auch für praktische Übungen sind die digitalen Helfer sinnvoll. Hat ein Schüler zum Beispiel nicht verstanden, wie eine Gleichung mit zwei Unbekannten zu lösen ist oder wie man einen Bruch in Prozente umrechnet, kann eine KI das Thema noch einmal verständlich erklären und komplizierte Inhalte in einfache-

re Worte fassen. Zudem kann sie Übungsaufgaben zu gewünschten Themen generieren.

KI intelligent nutzen

So praktisch die modernen Tools auch sind, gibt es jedoch einige Punkte, die beachtet werden müssen. Zuerst sollte man wissen, wie die Chatbots funktionieren: In der Regel generieren sie ihre Antworten aus bereits vorhandenen Daten. Doch nicht jede Information ist korrekt oder auf dem aktuellen Stand. Ergebnisse sollten daher immer mit anderen Quellen geprüft werden.

Zudem ist es für einen wirklichen Lernerfolg wichtig, das selbstständige Lernen mit der Hilfe der KI zu kombinieren. Der Studienkreis hat aktuell eine neue Broschüre mit vielen Lerntipps aufgelegt, bei denen unter anderem auch KI ein Thema ist. Die Lerntippsammlung steht unter www.studienkreis.de/lerntipps zum kostenlosen Download bereit.

Fit bis zur Rente – und darüber hinaus



Handwerkliche Berufe sind gerade in körperlicher Hinsicht oft sehr herausfordernd. Umso wichtiger ist der entsprechende Ausgleich. Foto: djd/IKK classic/Getty Images/Sergey Mironov

(DJD). Vor dem Hintergrund des demografischen Wandels ist es wichtiger denn je, möglichst lange gesund im Beruf zu blei-

ben. Wie das gelingt, zeigt eine Studie der IKK classic: Trotz hoher Belastung fühlen sich Handwerker oft fitter als Büroange-

stellte – weil sie ihre Arbeit als sinnstiftend empfinden. „Dieses Selbstbild stärkt das Wohlbefinden“, so Frank Klingler, Fachbereichsleiter Prävention der IKK classic. Entscheidend ist, frühzeitig auf gesundes Arbeiten zu achten: Bewegung statt Sitzen, genug Pausen, Stressausgleich, bewusste Ernährung und Erholungszeiten stärken Körper und Psyche. Weitere Tipps finden sich unter www.ikk-classic.de/gesund-machen. Auch eine unterstützende Arbeitsumgebung durch den Arbeitgeber sowie regelmäßige Check-ups helfen, langfristig leistungsfähig zu bleiben.

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



**Haus
der Pflege**

Fachseminare für
Pflegeberufe
und Gesundheitsberufe

Hauptschulabschluss Kl. 9
Ab 09/2025 bilden wir aus:

Pflegeassistent m/w/d

Ausbildungsdauer 1 Jahr

Zugangsvoraussetzungen:

- Persönliche und gesundheitliche Eignung
- keine Höchstaltersbegrenzung
- Hauptschulabschluss Klasse 9 oder gleichwertiger Bildungsabschluss

**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

Ihre Bewerbungsunterlagen senden Sie bitte an das:

Haus der Pflege gGmbH
Zeche Westfalen 1, 59229 Ahlen

02382 9698 - 130
www.hausderpflege.de

Bei der Behandlung von Schulterbeschwerden gibt es nun digitale Unterstützung

Eine App als Therapiebegleitung

(DJD). Unsere Schulter bewegen wir bei nahezu jeder körperlichen Aktivität. Schulterbeschwerden und -schmerzen sind weit verbreitet. Überbeanspruchung, einseitige oder sich ständig wiederholende Bewegungen, ein Sturz oder Unfall, ein Schlag auf die Schulter, entzündliche Erkrank-

kungen oder Abnutzung sind häufige Ursachen. Schmerzen, Bewegungseinschränkungen, Steifheit können dann die Folge sein. Eine Schulter-Therapie kann nun von einer neuartigen App mit Übungen und Wissen begleitet werden. Sie wurde von PrehApp, einem Hersteller medizinischer Soft-

ware, sowie dem Medizinprodukte-Hersteller medi entwickelt. Bei entsprechender Diagnose kann die App ärztlich verordnet werden, die Kosten werden von den gesetzlichen Krankenkassen übernommen. Mehr Infos: www.medi.biz/companion-shoulder.

MJ-Elektromobile



**Verkauf
und Service
von
Elektromobilen**



Gildestr. 28 · 48317 Drensteinfurt
Tel.: 0 25 08 / 999 360
MJ-Elektromobile@t-online.de

Apps und Chatbots können Informationen liefern und die Organisation erleichtern

Digitale Services bieten Entlastung in der häuslichen Pflege



Ob passende Leistungen suchen oder einen Pflegedienst finden: Vieles lässt sich heute ganz einfach digital erledigen. Auch Pflegeberatung ist per Videocall möglich. Foto: djd/compass private pflegeberatung

(DJD). Für jemanden da sein, helfen, unterstützen: Pflege ist ohne Präsenz nicht denkbar. Das gilt auch für die Pflegeberatung, für die der direkte Kontakt mit empathischen Fachkräften ein wichtiger Grundpfeiler ist. Dennoch gibt es viele Situationen, in

denen persönliche Anwesenheit nicht erforderlich oder schwierig zu bewerkstelligen ist – etwa eine Besprechung mit mehreren Personen an verschiedenen Orten. „Dann können digitale Serviceangebote eine wertvolle Ergänzung sein und vieles erleichtern“, meint

Jana Wessel von der Pflegeberatung compass. „Deshalb haben wir unser Angebot um neue Zugangsformen erweitert, obwohl wir natürlich weiterhin bundesweit vor Ort sind.“

App, Bot und Newsletter
Digitale Services können zum

Beispiel solide Informationen liefern und die Organisation der Pflege vereinfachen. „Unsere App ‚pflegecompass‘ enthält eine Pflegesuche, mit der sich Angebote in der eigenen Umgebung finden lassen, sie erklärt mögliche Leistungen und wichtige Begriffe, informiert über den Ablauf einer Pflegebegutachtung und gibt Tipps zur Gesundheitsprävention“, beschreibt Wessel. Die werbefreie App ist stets auf dem neuesten Stand und kann ohne Kosten, Anmeldung oder Registrierung im Apple App Store sowie im Google Play Store heruntergeladen werden.

Aktuelle Informationen bietet auch der Newsletter, der auf der Website www.pflegeberatung.de abonniert werden kann. Als besondere Funktion kann man auf dem Pflege Service Portal den Chatbot Caro Compass zu allen Pflegethemen befragen. „Gerade Menschen, die noch nicht so genau wissen, wonach sie suchen müssen, fällt es oft leichter, ihr

Anliegen im Dialog zu formulieren“, ist die Erfahrung von Wessel. „Und das Schöne an Caro ist: Man kann ihr fünfmal dieselbe Frage stellen, auch nachts um drei, und sie wird immer geduldig und hellwach antworten sowie sich auf Wunsch beliebig oft wiederholen.“

Analoge Angebote bleiben bestehen

Neben dem Bereitstellen von Informationen können über digitale Kanäle auch Terminbuchungen erledigt, Formulare ausgefüllt und nicht zuletzt Pflegeberatungen per Videogespräch durchgeführt werden. Das erspart oft lange Wege und viel Zeit. Analoge Angebote bleiben aber bestehen. So ist Pflegeberatung weiterhin vor Ort oder auch telefonisch möglich – für alle Anrufenden beispielsweise unter der kostenfreien Servicenummer 0800 - 101 88 00 – auch ein Rückruf kann vereinbart werden. Wessels Fazit: „Es gibt für jedes Anliegen den richtigen Kommunikationsweg.“

Mittagessen

täglich frisch gekocht

- Von Mo. – Fr. 7 frisch zubereitete Menüs zur Auswahl
- Eine vegetarische Menülinie
- Keine Vertragsbindung und kein Mindestbestellzeitraum
- Wechselnde Spezialitäten in unseren Aktionswochen
- Wochenend- und Feiertags-Versorgung
- Kostenlose Lieferung



Menüpreis
9,50€
inkl. Lieferung
und Dessert

Meyer Menü
LIEFERT LECKER

Einfach bestellen: Tel. 0800-150 150 5 nur Festnetz • Tel. 02303-959 554-0 • www.meyer-menue.de

E3T ALUMINIUMBAU GmbH

Messerabatt verlängert

25%
auf das gesamte
Sortiment
bis 31.08.

**Hochwertige Terrassenüberdachungen
aus Aluminium**
langlebig – wetterfest – pflegeleicht

Hügelstraße 20 | 49497 Mettingen | Telefon 05452 634 9980
Amelunxenstraße 13 | 48167 Münster | Telefon 02506 504 9940
www.ebt-aluminiumbau.de

KOSCHINSKI

BEDACHUNGEN GmbH & Co.KG

Heizkosten einsparen und
öffentliche Fördergelder bis
20 Prozent beziehen! Rufen Sie
uns an unter 02301 - 28 64

Steildach - Flachdach - Wandbekleidung - Isolierungen - Bauklempnerei
Balkonsanierung - Zimmerei - Innenausbau - Photovoltaik - Notdienst
Liefer- und Aufbauservice für Baumarktartikel
Tel.: 02301/2864 · www.koschinski-dach.de

**Großer RESTE-VERKAUF! Hunderte
Wohn- und GARTENMÖBEL ab Lager
– so günstig wie nie! Elker 14 in Beckum**

**BERKEMEIER HOME
COMPANY**

Di., Do., Fr. 14-18, Sa. 10-14 Uhr

MÖBEL DEIN LEBEN AUF

Metallbau Brüggemann GmbH

Kruppstr. 23 · 59227 Ahlen
Telefon 0 23 82 / 9 40 86 83
www.metallbau-brueggemann.de

Vordächer
Edelstahl
Geländer
Designer-
Treppen
Balkone

**Feuchte Wände?
Nasse Keller? Risse?
2-K-Technik**

59510 Lippetal · Telefon 02923 - 1474
Mobil 0171 - 3132891 · www.2-K-Technik.de
Seit 20 Jahren Vertragspartner der Stadtwerke Münster
Sachverständiger seit 1999

Schwarz und Weiß schaffen einen zeitlos attraktiven Einrichtungsstil

Der Klassiker unter den Kontrasten



Gegensätze ziehen sich an: Black & White steht für einen zeitlos eleganten Einrichtungsstil. Foto: djd/SCHÖNER WOHNEN-Kollektion

(DJD). Ob auf dem Schachbrett, den Tasten eines Flügels oder im Smoking: Schwarz und Weiß sind mehr als Farben – sie sind Symbole für Klarheit, Eleganz und zeitlose Harmonie. In der Einrichtung sorgt diese Kombination seit über 100 Jahren für einen Wohnstil, der ebenso streng wie verspielt, ebenso minimalistisch wie wohnlich wirkt.

Bauhaus-Wurzeln und Designgeschichte

Die Idee des Schwarz-Weiß-Stils ist keineswegs neu. Bereits in den 1920er-Jahren griffen die Bauhaus-Architekten und Designer auf klare Linien und reduzierte Farbwelten zurück.

Le Corbusier oder Piet Mondrian stellten dabei Funktionalität und Form in den Vordergrund. Die kontrastreiche Farbwelt von „Black & White“ wurde

zum Markenzeichen moderner Gestaltung und wirkt bis heute frisch. Die Kunst liegt darin, das Gleichgewicht zu halten. Weiße Wände zum Beispiel mit Polarweiß von Schöner Wohnen-Farbe schaffen eine ruhige Basis, während Türrahmen, Fußleisten oder Nischen in Schwarz die Architektur betonen. Vollständig schwarze Räume wirken dagegen wie eine Bühne, auf der helle Akzente noch stärker leuchten. Der Stil ist wandelbar – je nach Gewichtung von Hell und Dunkel.

Gegensätze, die sich ergänzen

Ähnlich dem Prinzip von Yin und Yang lebt der Schwarz-Weiß-Stil von der Spannung der Gegensätze. Die Kontraste zwischen Hell und Dunkel bekämpfen sich nicht, sondern treten in einen Dialog. Das Wechselspiel

verleiht Räumen Klarheit – und macht sie zugleich individuell. Reduktion ist dabei ein wichtiges Gestaltungsprinzip: Wenige, bewusst gesetzte Möbel und Accessoires entfalten eine größere Wirkung als viele kleine Dekorationen. Gerade bei dunklen Wandflächen gilt es, die richtige Technik zu wählen. „Schwarz reagiert empfindlich auf Kratzer und Verschmutzungen.

Mit einem Farbschutz als transparentem, matten Überzug lassen sich Flächen beispielsweise gegen Polierglanz und Flecken schützen“, erklärt Kai Holler, Technischer Berater bei Schöner Wohnen-Farbe. Der Schutz wird einfach mit einem Kurzflor-Roller aufgetragen und benötigt rund sechs Stunden zum Trocknen.

Bewusst Farbakzente setzen

Damit der Look von Black & White generell nicht zu kühl wirkt, empfehlen Innenarchitekten natürliche Materialien als Gegenspieler: Holzfußböden, Kork oder Teppiche bringen Wärme und Struktur. Auch Grautöne zwischen Schwarz und Weiß verleihen Tiefe. Unter www.schoener-wohnen-farbe.com etwa finden sich viele weitere Tipps. Accessoires in einer zusätzlichen Akzentfarbe – zum Beispiel ein tiefes Rot, ein frisches Grün oder Messing-Details – lockern die Strenge subtil auf. Kreativ kombiniert, entsteht so ein Wohnstil, der sowohl klar als auch behaglich wirkt – und nie aus der Mode kommt.

4 Tipps für ein WC-Upgrade

(DJD). Moderne WC-Anlagen bieten hohen Komfort, sind hygienisch und überzeugen auch ästhetisch. Um eine ältere Toilette in einen Wohlfühlort zu verwandeln, muss man jedoch nicht gleich eine umfassende Badsanierung planen. Oft erzielen bereits kleine, einfach umzusetzende Optimierungen große Effekte. Liegt schon ein Stromanschluss am WC, sind weitere Komfortfunktionen nachrüstbar. Mit diesen vier Tipps können nicht nur Eigentümer, sondern auch Mieter ihre Toilette aufwerten.

1. Betätigungsplatte tauschen

Eine in die Jahre gekommene Betätigungsplatte lässt sich in der Regel mit wenigen Handgriffen austauschen. Anhand des Unterputzpülkastens kann der Installateur kompatible Modelle vorschlagen. Die Auswahl an verschiedenen Farben, Tasten in runder oder eckiger Form sowie unterschiedlichen Materialien ist heute sehr vielfältig. So findet jeder ein Modell, das zum eigenen Einrichtungsstil passt. Ein ech-

tes Plus an Komfort bietet eine Geruchsabsaugung, die hinter der Betätigungsplatte eingebaut wird. Sie nimmt unangenehme Gerüche auf und neutralisiert sie.

2. WC-Sitz auswechseln

Einfach auszutauschen sind WC-Sitz und -Deckel. Der Soft-Close-Mechanismus moderner Modelle sorgt dafür, dass der Deckel sanft schließt.

Mit Quick-Release lässt sich der Sitz einfach nach oben abnehmen, was die Reinigung erleichtert. Eine interessante Alternative sind auch Dusch-WC-Aufsätze. Sie reinigen den Po mit einem sanften Wasserstrahl. Das fühlt sich gut an und verbessert spürbar die Intimhygiene.

3. Mehr Komfort und Hygiene mit neuer WC-Keramik

Moderne Keramiken sind gegenüber alten WCs mit Spülrand klar im Vorteil. Ein Ersatzmodell ist daher nach der Prüfung der passenden Anschlussmaße meist schnell gefunden. Eine bessere Spülleistung erzielen Modelle mit TurboFlush-Spültechnik, die

der Hersteller Geberit in allen Preisklassen anbietet. Sie sind nicht nur reinigungsfreundlich, sondern spülen zudem äußerst leise. Für ein richtiges Upgrade der Toilette ist ein Tausch der alten Keramik gegen ein Dusch-WC, z. B. ein Geberit AquaClean Modell, möglich. Es vereint moderne Spültechnik mit der angenehmen Reinigung des Intimbereichs durch Wasser. Unter www.geberit.de/inspirationen gibt es viele weitere Tipps und Inspirationen.

4. Alten Aufputzpülkasten ersetzen

Wer noch einen alten Aufputzpülkasten hat, kann diesen durch ein Sanitärmodul ersetzen. Elegante Varianten mit edlen Oberflächen aus Glas, Steinzeug oder Aluminium verbinden die Spülkasten-Funktion mit einem modernen Erscheinungsbild. Zudem vereinfacht ein Sanitärmodul wie der Geberit Monolith den Umstieg auf ein Wand-WC, weil der Bau und die Verkleidung einer Vorwand entfallen.

Auf Bonität und Solidität des Baupartners achten

Sicherer Weg ins neue Zuhause



Rund um den Neubau eines Eigenheims sind viele Aspekte zu beachten. Seriosität und finanzielle Stabilität des ausführenden Unternehmens sind von zentraler Bedeutung.
Foto: djd/Fingerhaus/Katharina Jaeger

(DJD). Der Bau eines Eigenheims dürfte für die meisten ein einmaliges Projekt sein. Zudem handelt es sich in der Regel um die größte Einzelinvestition des Lebens. Umso wichtiger ist es, alle damit verbundenen Fragen gründlich zu prüfen und verlässliche, vertrauenswürdige Partner auszuwählen – von einer langfristigen Finanzierung über notwendige Versicherungen bis hin zum ausführenden Unternehmen. Seriosität und finanzielle Stabilität aller Beteiligten geben das gute Gefühl, dass die gesamte Planung auf einem soliden Fundament steht.

Finanzielle Stabilität sicherstellen

Von der ersten Idee bis zum Einzug ins neue Zuhause vergehen nicht selten zwölf bis 24 Monate. Mit entsprechendem Weit-

blick ist daher die Finanzierung zu gestalten. Empfehlenswert sind lange Laufzeiten sowie individuelle Möglichkeiten der Sondertilgung. Außerdem braucht der Weg ins Traumhaus eine gute Absicherung: Eine Bauherrenhaftpflicht, eine Bauleistungsversicherung und eine Feuerrohbauversicherung schützen vor bösen Überraschungen.

Solidität und wirtschaftliche Stärke bilden bei der Wahl des Baupartners wichtige Entscheidungsfaktoren, die Bauherren vorab unter die Lupe nehmen sollten, damit ihr Traumhaus nicht nur wie vereinbart umgesetzt wird, sondern das Bauunternehmen auch langfristig verbindlich an der Seite der Hausbesitzer steht. Abzulesen ist diese finanzielle Sicherheit

an unabhängigen Bonitätszertifizierungen: So hat etwa der Fertighaushersteller FingerHaus bereits zum zwölften Mal in Folge die „CrefoZert“-Auszeichnung der Creditreform in der höchsten Stufe mit dem Prädikat „Ausgezeichnete Bonität“ erhalten und zählt damit zu einem der bonitätsstärksten Unternehmen der Branche.

Das Familienunternehmen wurde 1820 ursprünglich als Zimmerei gegründet und baut seit 1948 Fertighäuser – seit Beginn nachhaltig aus dem Naturmaterial Holz.

Zukunftssicher und individuell bauen

Auch wenn der Ausgangsstoff für die Fertighäuser über Jahrzehnte derselbe geblieben ist, entwickelt sich Bauen doch immer weiter.

Deshalb plant FingerHaus bereits die nächsten Schritte und hat die bisher größte Investition der Firmengeschichte angekündigt. In den kommenden Jahren sollen circa 15 Millionen Euro in die Automatisierung und Digitalisierung der Produktion fließen. Dies soll sicherstellen, dass der Fertighausanbieter auch zukünftig alle Anforderungen der Kunden kompetent bedienen kann und ein verlässlicher Baupartner bleibt.

Unter www.fingerhaus.de gibt es weitere Einblicke, 25 Musterhäuser und rund 30 weitere Beratungsbüros in ganz Deutschland ermöglichen eine persönliche Beratung.

So gelingt eine nachhaltige energetische Sanierung älterer Gebäude

Dämmen statt draufzahlen

(DJD). Altbauten haben ihren ganz eigenen Charme, hinken jedoch bei der Energieeffizienz häufig hinterher. Bei einer energetischen Sanierung kommt es indes auf die richtige Reihenfolge an.

Energieberater unterstützen dabei, indem sie einen sogenannten individuellen Sanierungsfahrplan erstellen. Oft steht die Wärmedämmung der Fassade an erster Stelle. „Der Wechsel beispielsweise zu einer Wärmepumpe ist erst dann effektiv, wenn der Dämmstandard so angepasst ist, dass er niedrige Vorlauftemperaturen zulässt“, erklärt dazu Serena Klein, Sprecherin der Geschäftsleitung des Industrieverbands Hartschaum



Nachhaltig sanieren mit fachlicher Expertise: Energieberater können den Status quo des Zuhauses ermitteln und einen individuellen Sanierungsfahrplan erstellen. Foto: djd/IVH/Getty Images/PeopleImages

e.V. (IVH). Als langlebiges, expandiertes Polystyrol (EPS) hochdämmendes und nachhaltiges Material bewährt sich etwa

seit vielen Jahrzehnten in der Praxis.

NBL NATURSTEINE BECKER GMBH — LÜNEN

NATURSTEINE FÜR IHREN OUTDOOR-BEREICH

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



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

Heizung und Sanitär Handel Schittek

Fachhandel für Heizungs- & Sanitärbedarf



Gewerbefhof 17 · 59368 Werne · Tel. 02389 / 16 19
mswerne@web.de

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

Inhaber Heinrich Liebelt
reiberg
TAPETEN FARBEN BODENBELÄGE
Bunsenstraße 4
D-59229 Ahlen
Tel. 02382 74120
Fax 02382 74126
E-Mail: info@reiberg.com
Mo-Fr: 9:00-12:30 & 14:30-18:30Uhr
Sa: 9:00-14:00 Uhr

HEIZÖLTANKANLAGEN
Demontagen · Sanierung · Wartung
Schnell, sauber, günstig
Vom Fachbetrieb zum Festpreis
G-TEC Tankanlagen Gronau
www.gtectankanlagen.de
info@gtectankanlagen.de
Telefon 0176/70 60 44 00

Gärtner bietet Gartenarbeit
rund um's Haus, inkl. Entsorgung.
Vereinbaren Sie eine
unverbindliche Besichtigung.
☎ 0163-2381722

DIRK TOMASZEWSKI MEISTERBETRIEB 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 · www.parkett-tomaszewski.de



Regierungspropaganda auf Kosten der Steuerzahler

Berlin. Die Antwort der Bundesregierung auf eine Kleine Anfrage zum Thema „Aufwendungen der Bundesregierung für Broschüren (Print- und Onlinepublikationen), Veranstaltungen und Podcasts/Videos für das Jahr 2024“ (BT-Drs. 21/1338) kommentiert der medienpolitische Sprecher der AfD-Bundestagsfraktion, Martin E. Renner, wie folgt:

„Statt den Haushalt zu entlasten und den Bürgern Luft zum Atmen zu verschaffen, werden jährlich Millionen Euro Steuergeld zur Selbstweihraucherei verwendet. Hochglanzbroschüren, schönfärbende Videos und Jubelveranstaltungen sind dabei weniger ‚Öffentlichkeitsarbeit‘ als vielmehr reine Propaganda. Besonders skandalös: Nach wie vor werden Journalisten für Regierungsaufträge eingespannt.

So wird die notwendige Distanz zwischen Politik und Medien systematisch zersetzt und zerstört. Wer sich als Journalist regelmäßig und für wenig Aufwand fürstlich honorieren lässt, kann nicht mehr glaubhaft kritisch oder unabhängig berichten. Die vierte Gewalt bekommt so nach und nach einen goldenen Maulkorb.

Insgesamt über 10 Millionen Euro Kosten allein für das ‚Demokratiefest‘ zum 75. Jubiläum des Grundgesetzes sind vor diesem Hintergrund ein Schlag ins Gesicht für jeden hart arbeitenden Steuerzahler. Vergessen wir nicht, dass der deutsche Steuerzahler einen öffentlich-rechtlichen Rundfunk für knapp neun Milliarden Euro (2024) finanzieren muss, dessen ureigene Aufgabe auch diese Informationsvermittlung wäre.

Als AfD-Bundestagsfraktion arbeiten wir daran, diese demokratieschädlichen Umtriebe mindestens transparent zu machen, vorzugsweise aber schnellstens zu beenden. Das System des propagandistischen Eigenlobs und die Agenda regierungsseitiger Belehrungen anstelle von Informationen muss beendet werden.“



Martin E. Renner, MdB

Tino Chrupalla äußert sich zu Positionen der DIHK

Berlin. Die Hauptgeschäftsführerin der Deutschen Industrie- und Handelskammer (DIHK), Helena Melnikov, fordert von der Bundesregierung einen „Herbst der Reformen“. Nach dem Handwerkspräsidenten Jörg Dittrich kritisiert auch Melnikov, dass die Stromsteuer nicht gesenkt worden sei wie angekündigt. Statt Steuererhöhungen fordert sie Strukturreformen.

Dazu erklärt der Vorsitzende der AfD-Bundestagsfraktion, Tino Chrupalla:

„Reformen für die Wertschöpfenden der Industrie sind von dieser Bundesregierung nicht zu erwarten. Nur mit uns gibt es Politik für einen starken Industriestandort Deutschland. Wir fordern im Bundestag die Mi-

nimierung der Stromsteuer, die Abschaffung der CO2-Abgabe und günstige Energie durch breiten Energiemix. Dazu gehören Kernkraft und Kohlekraft ebenso wie günstiges Gas durch Nord Stream 1 und 2.“

Laut DIHK-Umfrage fordern die Unternehmen mehrheitlich von der EU „eine klare und harte Kante gegenüber der US-Administration“, sogar „wenn mögliche Gegenmaßnahmen die Geschäfte meines Unternehmens treffen“. Die erzielte Einigung zu Ungunsten Europas sehen die Unternehmen mehrheitlich negativ. DIHK-Außenwirtschaftschef Volker Treier fordert von der EU „regulatorische Autonomie und wirtschaftliche Souveränität.“ Dazu Chrupalla weiter:

„Autonomie und Souveränität stehen im Zentrum unserer europapolitischen Forderungen. Kommissionspräsidentin Ursula von der Leyen hat nicht im Interesse der Bürger verhandelt. Bundeskanzler Friedrich Merz hat versäumt, im deutschen Interesse nachzuverhandeln.

Der Kanzler interessiert sich mehr für die Ukraine als für Deutschland. Er reist mit Selenskyj nach Washington und gibt nun weitere Milliarden für die Ukraine, während sein Kabinett über Sozialkürzungen für Deutsche berät. Wir sind gegen Zölle für die deutsche Exportindustrie. Wir sind gegen Geld, Waffen oder Soldaten für den Ukraine-Krieg. Wir sind die Fraktion für Wohlstand und Frieden.“



Tino Chrupalla, MdB

Mit Merz wird der Linksstaat weiter ausgebaut

Berlin. Bundesfamilienministerin Karin Prien (CDU) hat Medienberichte bestätigt, wonach die Bundesregierung den Etat des Programms „Demokratie leben“ für das Jahr 2026 um zehn Millionen Euro anheben will.

Dazu erklärt die AfD-Bundestagsabgeordnete Birgit Bessin, Mitglied im Ausschuss für Bildung, Familie, Senioren, Frauen und Jugend:

„Im Wahlkampf versprach der Bundeskanzler vollmun-



Birgit Bessin, MdB

dig: ‚links ist vorbei‘. Doch die Wahrheit ist: Mit Friedrich Merz wird ‚links‘ so mächtig, finanzstark und unantastbar wie nie zuvor; noch großzügigere Versorgung zumeist linker Gessinnungsvereine, die unter dem Deckmantel der Demokratie Andersdenkende in die vermeintliche extremistische Ecke rücken und einseitige Sichtweisen propagieren.

Nicht wenige Projektträger des Bundesprogramms stecken selbst im Sumpf linksradikaler

oder islamistischer Demokratiefindlichkeit. Unsere bisherige Forderung im Bundestag, kann nicht oft genug wiederholt werden: die Förderung des Bundesprogramms ‚Demokratie leben‘ und damit auch politischer NGOs ist schnellstmöglich und vollständig einzustellen.

Dann stünde deutlich mehr Geld für sinnvolle Projekte zur Verfügung und es würde sich jede Diskussion über Steuererhöhungen erübrigen.“

So wird der TV-Ton wieder klarer und verständlicher

Mit gutem Klang zu mehr Lebensqualität



Die Lieblingsschauspieler wieder besser verstehen: Nicht nur bei Schwerhörigkeit sorgt ein Sprachverstärker für mehr Lebensqualität. Foto: DJD/Sonoro/Andreas Hoffmannbeck

(DJD). Ein Nachlassen des Hörvermögens mit zunehmenden Lebensjahren ist ein natürlicher Vorgang. Die sogenannte Altersschwerhörigkeit wird häufig ab 50 beobachtet. Was zunächst nur lästig ist, kann auf Dauer die Lebensqualität empfindlich beeinträchtigen.

Aktuelle Zahlen zeigen, wie viele Menschen betroffen sind: 12,6 Prozent der Erwachsenen in Deutschland geben laut der EuroTrak-Studie 2025 selbst an, mit einer Hörminderung zu leben. Doch fast jede fünfte Person (18 Prozent) aus diesem Kreis verzichtet auf eine ärztliche Diagnose und eine Therapie. **Es gilt das gesprochene Wort** Dabei gibt es heute effektive Möglichkeiten, den Hörverlust zumindest teilweise zu kompensieren – auch ohne Hörgerät. Wem es zum Beispiel

zunehmend schwer fällt, den Fernsehton zu verstehen, kann mit speziellen Zusatzgeräten für Abhilfe sorgen. Einfach nur den Fernsehton aufzudrehen, hilft auf Dauer nicht weiter. Denn neben dem gesprochenen Wort werden damit auch störende Nebengeräusche immer lauter – Dialoge und Nachrichtensprecher sind so schwer verständlich wie zuvor. Damit man der Lieblingsserie, Sportübertragungen oder Nachrichtensendungen wieder besser folgen kann, helfen TV-Sprachverstärker wie Oskar gezielt die Frequenzbänder, die für Sprache wichtig sind, stärker hervor. Störende Nebengeräusche hingegen werden effektiv herausgefiltert und minimiert.

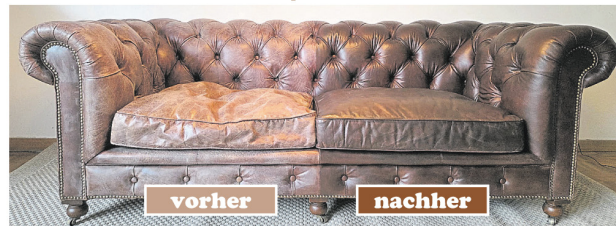
Sprache wieder verständlich machen

Der kompakte Lautsprecher

verbindet sich kabellos mit dem Fernsehgerät und verfügt über einen Akku, sodass er sich flexibel im Raum platzieren lässt – beispielsweise auf dem Couchtisch oder direkt neben dem Lieblingssessel. Ebenso unkompliziert ist die Bedienung: Mit zwei Knöpfen lassen sich die Verständlichkeit von Stimmen und Sprache gezielt optimieren. Der Sprachverstärker verbindet somit Komfort, Funktionalität und ästhetisches Design. Unter www.faller-audio.com gibt es weitere Details und eine Bestellmöglichkeit.

Auch bei einer erst einsetzenden Altersschwerhörigkeit können Betroffene somit ihre Lebensqualität wieder deutlich steigern. An der Entwicklung der Technologie waren unter anderem HNO-Ärzte und Hörakustik-Spezialisten beteiligt.

Ledermöbel-Reparatur-Werkstatt



Nachfärbung · Polsterung · Neu- + Teilbezug · Gestellreparatur
Ledermöbelwerkstatt Evers · Buldernweg 56a · 48163 Münster · Mitglied der Handwerkskammer
0251 20 36 100 oder 0179 4 83 16 55 · www.ledermobel-doktor.de

Teppich Galerie Khodaverdi GmbH

NEU EINGETROFFEN: ORIGINAL NEPAL Jetzt zu TIEFSTPREISEN!			
mit bester handversponnener Hochlandwolle			
Nepal super	350 x 250	jetzt	1.250,- EUR
Nepal super	240 x 170	jetzt	499,- EUR
Nepal super	180 x 120	jetzt	199,- EUR
Nepal super	160 x 90	jetzt	149,- EUR

Oststr. 6 · 59065 Hamm · Tel. 0 23 81/2 56 01 · Täglich von 10-18 Uhr

• TV • Hausgeräte
• Blitzkundendienst
• Kabel- & Satellitenempfangstechnik

Radio Rose

Holzstr. 2 (Herringer Marktplatz) - ☎ 400 500

100% SERVICE
Über 20 Jahre für Sie da!

ANKAUF RICHTER KAUF
Ess-/Kaffeesservice, Besteck, Pelze, Zinn, Gläser, Kleidung, Taschen, Schallplatten, Bücher, Briefmarken, Möbel, Teppiche Näh-/Schreibmasch. Uhren, Trödel und vieles mehr -Sofort Bargeld- fair & diskret-
Hr. Richter ☎ 01 74 / 42 12 844 Mo.-So.

HOLE DIR DEN PERFEKTEN SCHUTZ FÜR DEINE BÜCHER!
Die nachhaltigen Colibri Buchdächer halten viel aus und passen immer.

Der Kopierladen
Papier | Schule + Büro | Druck
Textildruck | Grafik & Co.

IHR FACHGESCHÄFT FÜR SCHULBEDARF IN WERNE!

Ist etwas nicht vorrätig? Kein Problem, wir bestellen es für Sie!

Bült 11 - 59368 Werne - Tel. (0 23 89) 7 79 64 27
info@kopierladen-werne.de - www.kopierladen-werne.de

Hingucker zu fairen Preisen

(DJD). Bei Designermöbeln sollte heute nicht nur das ästhetische Erscheinungsbild, sondern ebenso die nachhaltige Produktion im Vordergrund stehen.

Viele Hersteller bieten inzwischen Designermöbel zu fairen Konditionen an, ohne Abstriche bei Material und Verarbeitung zu machen. Das schwäbische Unternehmen Tojo Möbel aus Schorndorf bei Stuttgart etwa stellt minimalistische Möbel her, die sich neben zeitlosem Design durch ihre Funktionalität und Nachhaltigkeit auszeichnen und zu bezahlbaren Preisen erhältlich sind. Alle Infos zu den Produkten - von Betten, Regalen, Schränken, Tischen über Sitzmöbel bis hin zu Kindermöbeln - gibt es unter www.tojo.de. Das für die Herstellung der Möbel verwendete Holz stammt aus nachhaltiger Waldbewirtschaftung, die Holzfasern sind FSC-zertifiziert.

Foto: Tisch, Hocker, Bank: Die Sitzgruppe aus nachhaltigen Holzfasern besticht durch ihr puristisches Design und wird zum Hingucker in jedem Raum. djd/Tojo Möbel

nen und zu bezahlbaren Preisen erhältlich sind. Alle Infos zu den Produkten - von Betten, Regalen, Schränken, Tischen über Sitzmöbel bis hin zu Kindermöbeln - gibt es unter www.tojo.de. Das für die Herstellung der Möbel verwendete Holz stammt aus nachhaltiger Waldbewirtschaftung, die Holzfasern sind FSC-zertifiziert.



Kaufe alle PKWs u. LKWs,
Unfall- u. Motorschaden aller
Art, ohne TÜV, Barzahlung,
auch Sonn- u. Feiertag.
Tel: 0231 - 13 09 93 06 oder
0176 - 61 67 54 46

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

Wir kaufen
Wohnmobile + Wohnwagen
03944-36160
www.wm-aw.de
WOHNMOBIL-CENTER
Am Wasserturm

Rose Taxi & Mietwagen
Kurierdienst
☎ 0 23 81 - 44 02 30
44 26 07
9-Sitzer rund um die Uhr
Alsenstraße 19 • 59067 Hamm

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



Module LKW & Bus
06.09. - 13.09.
20.09. - 27.09.
33449 Langenberg
Hauptstraße 52
0177 - 754 3 754
borgdorf@t-online.de
www.fahrschule-borgdorf.de

Der Licht-Test des Kfz-Gewerbes wird zum Licht-Sicht-Test

Fahrzeug checken, mehr Durchblick gewinnen



Für Durchblicker: Auch im Oktober 2025 sorgt der Licht-Sicht-Test dafür, dass Autofahrer in der dunklen Jahreszeit gut sehen und gesehen werden. Foto: djd/Wirtschaftsgesellschaft des Kraftfahrzeuggewerbes/Timo Volz

(DJD). Die Kraftfahrzeugbeleuchtung hat in den letzten Jahrzehnten eine rasante Entwicklung durchlaufen - von der klassischen Glühlampe über Halogen und Xenon bis zu hoch entwickelten LED-Systemen mit smarten Steuerungen. Doch eines ist gleich geblieben: Die Beleuchtungsanlage ist nur so gut wie ihr Zustand. Beim Licht-Test 2024, den das Deutsche Kraftfahrzeuggewerbe zusammen mit der Deutschen Verkehrswacht organisiert hat, zeigte jedes vierte untersuchte Fahrzeug Mängel. Grund genug also für Fahrzeugbesitzer, auch 2025 eine Kfz-Werkstatt zum Licht-Check aufzusuchen.

Rundum-Check für sicheres Fahren im Winter

In diesem Jahr gibt es noch mehr gute Gründe, das kostenlose Angebot zu nutzen. Mit einem frischen Konzept wurde aus dem Licht-Test der Licht-Sicht-Test. Neben dem kostenlosen Licht-Check rückt im Aktionszeitraum ab Oktober 2025 das Fahrzeug in den Fokus. Zusätzlich zu allen Leuchten werden auf Wunsch auch Frontscheibe und Scheibenwischer sowie die allgemeine Verkehrssicherheit in den Blick genommen. Funktion und Scheinwerfereinstellung werden geprüft, Reparaturen, umfangreichere Diagnose- und Einstellarbeiten oder Ersatzteile sind zu bezahlen. So bekommen Auto-

fahrende noch mehr Sicherheit, dass ihr Kraftfahrzeug rundum fit für die kommende dunkle Jahreszeit ist. Unter www.licht-test.de finden Interessierte umfangreiche Infos und teilnehmende Werkstätten mit Postleitzahlensuche.

Bessere Sicht oder einen Kia EV3 für zwölf Monate gewinnen

Wer die Fahrzeugbeleuchtung eines älteren Wagens auf modernste LED-Technologie umstellen möchte, kann dies im Zuge des Licht-Sicht-Tests gleich mit beauftragen. Möglich wird das durch die Night Breaker-Technologie von Osram, die den Umstieg für viele Fahrzeugtypen so einfach macht wie einen Lampentausch. Die neue Beleuchtung verspricht bessere Sicht und weniger Blendung für andere Verkehrsteilnehmer. Mit etwas Glück können die Teilnehmer des Licht-Sicht-Tests eines von 20 LED-Umrüstkits gewinnen. Hauptpreis des Gewinnspiels ist in diesem Jahr mit dem Kia EV3 erstmals ein E-Fahrzeug, das dem Gewinner oder der Gewinnerin für die Dauer von zwölf Monaten bereitgestellt wird. Medienpartner Auto Bild verlost 75 Abos und die Deutsche Verkehrswacht fünf Fahrsicherheitstrainings.

Sicher unterwegs auch bei Schmuddelwetter



Sicher ans Ziel bei jedem Wetter: Mit einem Herbstcheck des Autos ist man gut für die nasskalte Jahreszeit gerüstet. Foto: djd/Robert Bosch

(DJD). Rutschige Straßen, schlechte Sicht und feuchte Witterung im Herbst stellen hohe Anforderungen an die Technik - und an die Aufmerksamkeit der Fahrer. Wer sicher durch diese Jahreszeit kommen will, sollte daher rechtzeitig einen Technik-Check in der Werkstatt

einplanen. Dort prüfen Profis die wichtigsten Komponenten wie Beleuchtung, Wischerblätter, Reifen, Bremsen und Batterie - und beheben kleinere Mängel sofort, bevor daraus größere Schäden resultieren können.

Gute Sicht bedeutet Sicherheit
„Sehen und gesehen werden“

ist das A und O bei Dunkelheit. Trotzdem vernachlässigen viele Autofahrer ausgerechnet die Scheibenwischer. Das kann gefährliche Folgen haben, denn verschlissene Wischblätter sorgen für Schlieren und verschlechtern die Sicht erheblich. „Radfahrer oder Fußgänger werden

dann schnell übersehen. Deshalb empfehlen wir, die Wischblätter am besten vor dem Winter zu erneuern“, erklärt Bosch-Expertin Tanja Schell.

Als Faustregel gilt:

Wenn nach dem Wischen ein Streifen im mittleren Sichtfeld bleibt oder mehr als drei im Randbereich, ist ein Austausch ratsam. Ein Tipp: In frostigen Nächten verhindert eine untergelegte Folie oder Pappe, dass die Wischer anfröhen und beschädigt werden. Auch das Wischwasser sollte auf die kalte Saison vorbereitet werden. Ausreichend Frostschutzmittel verhindert ein Einfrieren der Düsen und sorgt für klare Sicht selbst bei Minusgraden.

Licht macht den Unterschied

Wenn die Tage kürzer und dunkler werden, ist eine funktionierende Beleuchtung unerlässlich. Ein Lichtcheck gehört deshalb zum herbstlichen Werkstatttermin stets dazu. Wer ein älteres Fahrzeug fährt, kann zudem durch moderne Leuchtmittel deutlich mehr Sicht rausholen:

Die „Ultra White“-Glühlampen von Bosch zum Beispiel liefern bis zu 100 Prozent mehr Licht als herkömmliche Halogenlampen.

Batterie-Check nicht vergessen

Ein häufiger Grund für Pannen in der kalten Jahreszeit ist eine altersschwache Starterbatterie. Besonders bei sinkenden Temperaturen steigen die Anforderungen an ihre Leistungsfähigkeit. Ein Batterietest in der Werkstatt gibt frühzeitig Aufschluss über die Kapazität und hilft, unangenehme Überraschungen zu vermeiden.

Noch wichtiger ist dieser Check bei Elektroautos: Hier spielt die Versorgungsbatterie eine zentrale Rolle. Speziell geschulte Fachwerkstätten können nicht nur den Zustand prüfen, sondern auch mit Lösungen wie dem Hochvolt-Reparatursatz von Bosch für bestimmte Fahrzeuge die Module austauschen. Weitere Komponenten der Batterie können wiederverwendet werden. Das ist nicht nur nachhaltiger, sondern auch deutlich günstiger als eine komplette Erneuerung.

Mit gutem Gewissen erholen im schönen Bad Staffelstein

Natur und Wellness nachhaltig erleben



Ein natürlicher Schatz für Gesundheit und Wohlbefinden: In der Obermain Therme lädt die wärmste und stärkste Thermalsole Bayerns zum Entspannen ein. Foto: djd/ Tourist Information Bad Staffelstein/Tara Hagemann

(DJD). Grüne Hügel und weite Täler prägen die liebliche Landschaft des Obermainlands. Doch sie bietet nicht nur Erholung und Entspannung für stadtmüde Augen, sondern auch ein ganz besonderes Gesundheitsfeature. Denn vor Jahrtausenden wogte hier ein Urmeer, das der Region die wärmste und stärkste Thermalsole Bayerns mit zahlreichen wohltuenden Wirkungen hinterlassen hat.

Diese Kombination von Naturerlebnis und Wellness macht das malerisch gelegene Bad Staffelstein zu einem ganz besonderen Kurort. Und weil man sich dieser natürlichen Schätze sehr bewusst ist, pflegt man hier einen achtsamen Umgang mit ihnen.

Mobil auch ohne Auto

Dank des zentral und in unmittelbarer Nähe zur Obermain Therme gelegenen Bahnhofs sowie verschiedener Buslinien und Rufbusse ist eine bequeme und umweltfreundliche Anrei-

se möglich. Mit der Gästekarte können Besucher sogar kostenlos zu Sehenswürdigkeiten wie dem barocken Kloster Banz oder der Wallfahrtsbasilika Vierzehnheiligen gelangen. Zusätzlich stehen mehrere Fahrradleihstationen mit verschiedenen Fahrzeugtypen zur Verfügung. Da viele Rad- und Wanderrouten direkt am barrierefrei ausgebauten Bahnhof starten, ist eine naturverträgliche Erkundung der Region ganz einfach. Auf keinen Fall auslassen sollte man dabei den „Berg der Franken“, den Staffelberg, der als Naturschutzgebiet ausgewiesen ist.

Regional genießen

Auf Entdeckungstour in und um Bad Staffelstein lohnt sich auch ein Blick in einen der zahlreichen Hofläden, wo selbst hergestellte Spezialitäten direkt aus der Region angeboten werden, zum Beispiel Brot aus dem Holzbackofen, hausgemachte Wurst, lokale Marmeladen- und Honigsorten oder verschiedene

Liköre und Schnäpse. Es gibt sogar extra organisierte Genusswanderungen mit Betriebsführungen und Verkostungen – Informationen dazu finden sich unter www.bad-staffelstein.de. Und auch viele Restaurants legen großen Wert auf Produkte aus der unmittelbaren Umgebung.

Tiefenentspannt im SaunaLand

Erholung finden Besucher in der Obermain Therme, wo 25 Innen- und Außenbecken zum Abtauchen im wohlig-warmen Urmeerwasser einladen. Beim Entspannen in Whirlpools, Vital- und Solebecken spürt man intensiv die Wirkkraft von Salz und Sole auf den Körper, ebenso bei den angebotenen Wellness- und Kosmetikbehandlungen. Restlos aberperlen lassen kann man Anspannung und Erschöpfung im SaunaLand mit seinen elf Themensaunen, dem großen Naturbadese und luxuriösen Ruhe- und Loungebereichen.

Rheinland-Pfalz

ANKOMMEN, WOHLFÜHLEN, GENIEßEN.

HAUS THIELEN FERIENWOHNUNGEN

★★★★

Familie Thielen • Liviastr. 45
in Leiwien

25 km von Trier

Ferienwohnungen ab 78,-€ für 2 Personen

Tel. 06507 3368 oder ab 19.00 Uhr 06507 802813

klausthielen@gmx.de • www.thielen-leiwen.de

Bayern

BAYERISCHER WALD

Urlaub, wie er sein soll! Wandern, entspannen, genießen. Kostenlosen Urlaubsprospekt bei Tourist-Info 93453 Neukirchen b. Hl. Blut - Tel: 09947-940821 www.bayerischer-wald-ganz-oben.de

Berlin

HOTEL SCHÖNEBERG

★★★ SUPERIOR

Doppelzimmer
pro Person ab 49,- €

Kurzurlaub in Berlin

Hauptstr. 135 • 10827 Berlin • (030) 780 966-0
www.hotel-schoeneberg.de

Niedersachsen

Doppelzimmer ab 82,- €

inkl. Frühstück

Einzelzimmer ab 54,- €

inkl. Frühstück

Hotel-Restaurant-Cafe An der Hauptallee

31812 Bad Pyrmont, Kaiserplatz 1

www.hotel-an-der-hauptallee.de ☎ 05281-9420

50 Jahre Deutsche Märchenstraße in Niedersachsen

Sagenhafte Helden treffen

(DJD). Zur Feier des 50. Geburtstags der Deutschen Märchenstraße werden berühmte Sagenhelden zum Leben erweckt. Die Ferienroute führt durch beeindruckende Naturlandschaften, zu Burgen, Schlössern und Fachwerkstädten. In Bodenwerder an der Weser können sich die Gäste vom Baron von Münchhausen höchstpersönlich durch sei-

ne Heimatstadt führen lassen. In Hameln läuft das Musical „RATS“ mit musikalischen Ohrwürmern von Walzer bis Rap schon seit 25 Jahren über die Freilichtbühne.

Und in Buxtehude am Rand des Alten Landes begeben die Besucher auf Schritt und Tritt dem schnellen Hasen und dem schlaun Igel, der das Wettrennen der beiden immer wieder

trickreich gewinnt. Unter www.reiseland-niedersachsen.de/maerchen sind aktuelle Reisetipps zu diesem und anderen Märchen- und Sagenhelden zu finden.

Foto: Der Baron von Münchhausen führt Gäste durch seine Heimatstadt Bodenwerder an der Weser. djd/Tourismus-Marketing Niedersachsen/SVR/SpiekerFotografie



Thüringen

Thüringen feiert 2025 die Freiheit

Zwischen Welterbe und Wäldern

Weimar - berühmt & charmant



von Sonntag - Freitag
(für 2 Personen) im DZ pro Tag

95,00 €

inkl. Frühstück

Susanne Albrecht **Pension Lindenhof**
Bei der Kirche 22 • 99510 Kromsdorf bei Weimar
www.weimar-lindenhof.de Telefon 0 36 43 - 44 10 40

Hotel Wolfsmühle
Inh. D. Hempel **HOTEL • RESTAURANT • CAMPING**

Zur Wolfsmühle 20, 99734 Nordhausen OT Rodishain

"Mühlentage" im Südharz

5 Nächte im DZ mit HP **ab 300,-€**
ganzjährig So bis Fr o. Feiertage, Preis p.P.

inkl. WLAN, Sauna & Naturbadeteich, Spielplatz

Tel: 034653-348 www.wolfsmuehle.de

Urlaub im Thüringer Wald

Natur pur, absolute Ruhe,
FeWo, 65m², 30,-€/Tag für 2 Personen
Aufbettung und Tiere möglich.

Tel. 036781/38291
luckert.alhv@gmx.de



RÜBEZAHLBAUDE

Betreiber Hotel Rübezahlbaude-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!



Thüringen mit seinen zahlreichen Unesco-Welterbestätten ist ein reizvolles und gastfreundliches Reiseziel. Foto: DJD/Thüringer Tourismus/Gregor Lengler

(DJD). Freiheit hat viele Gesichter: Sie zeigt sich in Orten, in Persönlichkeiten und in der Suche nach einem selbstbestimmten Leben. Als Freistaat und Schauplatz bedeutender Freiheits- und Reformationsbewegungen ist Thüringen besonders eng mit dem Thema verbunden. Mit seinen Unesco-Welterbestätten und seiner abwechslungsreichen Natur präsentiert sich das im Herzen Deutschlands gelegene Bundesland als reizvolles und gastfreundliches Reiseziel. Zwischen „Klassischem Weimar“, dem jüdisch-mittelalterlichen Erbe in Erfurt, der Wartburg und der einstigen Freien Reichsstadt Mühlhausen wird Geschichte lebendig. Jede Station ist eine Reise durch die Zeit. Dass sich Urlauber hier frei und willkommen fühlen, zeigen auch jüngste Erhebungen zur Gästezufriedenheit. Demnach ist Thüringen bundesweit führend in der Kategorie Service.

Mut und Aufbruch

Vor 500 Jahren erhoben sich im Bauernkrieg Menschen gegen Unterdrückung – eine der ersten freiheitlichen Bewegungen der deutschen Geschichte. 2025 stellt Thüringen dieses Erbe in den Mittelpunkt zahlreicher Veranstaltungen. Die Landesausstellung „freiheit 1525“ (bis 19. Oktober) beleuchtet den Aufruhr der Bauern gegen Adel und Kirchenvertreter. An vier Ausstellungsorten in Mühlhausen und Bad Frankenhausen erzählen mehr als 400 Exponate von Mut und Aufbruch, porträtieren Akteure wie den radikalen Reformator Thomas Müntzer und schlagen Brücken in die Gegenwart. Die historische „Schlacht am Berg“ bei Bad Frankenhausen wird am 6. und 7. September als Reenactment mit hunderten Darstellerinnen und Darstellern in historischen Kostümen nachgestellt. Unter freiheit.thueringen-entdecken.de gibt es

Informationen zu allen Veranstaltungen und mehr Inspiration.

Laufsteg durchs Blättermeer

Nicht nur geschichtsträchtige Orte, auch die Natur Thüringens weckt Freiheitsgefühle – beim Klettern im Thüringer Wald, Wandern auf dem Rennsteig, einem der bekanntesten Höhenwege Deutschlands, bei der Sternschnuppen-Suche in der Thüringer Rhön oder an den Gedenkstätten am ehemaligen Grenzstreifen „Grünes Band“. Frei sind auch die alten Buchenurwälder im Nationalpark Hainich nahe Mühlhausen, die seit 2011 zum Unesco-Weltnaturerbe gehören. Sie dürfen wachsen und vergehen – ohne dass Menschen eingreifen. Besucher können hier auf dem 540 Meter langen Baumkronenpfad wie auf einem Laufsteg durch das Blättermeer spazieren und vom Aussichtsturm einen weiten Blick ins „Land der Freiheit“ genießen.

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

Nordsee

Ferienwohnungen 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!



[B+B]
ferienwohnungen
busch

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

Oberpfalz: Sulzbach-Rosenberg bei faszinierenden Themenführungen entdecken

Spannende Reise in die Vergangenheit



Der „Geschichtsbrunnen“ vor dem Rathaus vor dem Rathaus stellt die Historie der Stadt Sulzbach dar. Der Brunnen dient auch als Treffpunkt für Stadtführungen. Foto: djd/Stadt Sulzbach-Rosenberg/Stephan Böhm

(DJD). Sulzbach-Rosenberg ist eine idyllische Stadt im Herzen der Oberpfalz. Die reiche Geschichte und eine bunte Kultur laden zum Entdecken und Erleben ein. Von historischen Gebäuden wie dem bedeutenden Schloss Sulzbach bis hin zu beschaulichen Parks ist alles geboten. Erkunden kann man die Stadt am besten bei einer Führung. Dabei geht es durch viele Jahrhunderte Stadtgeschichte - voller Legenden und verborgener Geheimnisse. Für Gruppen werden spezielle Führungen angeboten, alle Infos zur Anmeldung, zu Kosten und den jeweiligen Treffpunkten gibt es bei der Tourist-Information Sulzbach-Rosenberg unter www.tourismus.suro.city/fuehrungen und unter Telefon 09661-5101170. Wir stellen fünf der angebotenen Führungen vor:

1. Historischer Stadtpaziergang

Unter dem Motto „G’heirat und G’sorben wird allerweil“ geht es bei diesem Rundgang durch historische Gassen und entlang des Drachenpfads „Ystorion“. Von den Sulzbacher Grafen, Kaiser Karl IV. und den Wittelsbachern Herrschern über das Schlossareal bis hin zum gotischen Rathaus wird die über 1200-jährige Stadtgeschichte lebendig.

2. Auf den Spuren der Pfalzgräfinnen

Seit 1768 lebte Pfalzgräfin Franziska Dorothea, die Urgroßmutter von Kaiserin Sisi, im Sulzbacher Schloss ihrer Vorfahren und brachte der ehemaligen Residenzstadt nochmals für einige Jahre höfischen Glanz zurück. Aber auch anderen fürstlichen Frauen von Pfalz-Sulzbach be-

gnet man bei dieser Stadtführung. Sie waren Stifterinnen, Bauherrinnen und Regentinnen. Episoden heiterer und tragischer Natur, erzählen aus ihrem Leben und von den Spuren, die sie hinterlassen haben.

3. Sulzbach - eine wahrlich wehrhafte Stadt

Spannende Geschichten über die Verteidigungsanlagen und die wehrhafte Vergangenheit Sulzbachs. Die alten und historischen Steine haben einiges zu erzählen - zum Beispiel, dass Sulzbach so wehrhaft wahr, dass selbst die Amberger Respekt hatten. Auf einem humorvollen Spaziergang entlang der historischen Stadtmauer erfährt man von schicksalhaften Ereignissen und geheimen Geschichten.

4. Was zum Henker?

Bei dieser Erlebnisführung wird die hohe Gerichtsbarkeit im Mittelalter lebendig. Kläger, Richter, Schöffe, Angeklagter oder Henker: Teilnehmerinnen und Teilnehmer der Führung tauchen tief in die Vergangenheit ein und stehen in unterschiedlichen Rollen selbst vor Gericht.

5. Oins, zwoa, drei, gsuffa

„Sulzbacher Schaumschlägereien“: So lautet das Motto dieser Führung, es gibt Wissenswertes und Lustiges rund ums Bier und die Wirtshäuser, von denen es in der Sulzbacher Altstadt früher unzählige gab. Höhepunkt der Führung ist eine Bierverskostung.



Das Rathaus von Sulzbach-Rosenberg ist ein architektonisches Juwel, das seine Geschichte seit dem 15. Jahrhundert erzählt. Das Rathaus ist Treffpunkt einiger Stadtführungen. Foto: DJD/Stadt Sulzbach-Rosenberg/Stephan Böhm

Nordsee

Nordseeheilbad Büsum

Versch. FeWo's in Strandnähe.

www.buesum-ferienwohnungen.de

Tel. 04834/95820 Fax 6166

Nordsee

Insel Baltrum

Einfach nur schön

Schöne Ferienwohnungen

Telefon: 04939-1371

www.hausamstrand-baltrum.de

Norden-Ostfriesland

FeWo EG, barrierefrei, Zugang 1 Stufe, 2SZ, Terrasse, keine Tiere.

☎ 01 77 - 6 30 22 77

www.kandisundwoelkchen.de

Norderney

Ferienwohnungen u. Fe.-Haus, strandnah, Balkon, Terrasse, teilweise Meerblick

Die Auszeit genießen!

Tel.: 04932-84228

www.ferienwohnungen-deboer.de

Cuxhaven-Döse

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

J 05741 / 6911

www.aufnachcux.de

Westerland/Sylt

Schöne Ferienwohnungen in ruhiger, zentraler oder strandnaher Lage im Reet, Landhaus, Zentrum.

Tel.: 0 46 51 / 53 65

www.sylt-blum.de

NRW

Wandern im
Hochsauerland
4 Übernachtungen
+ Frühstück



170,- € pro Person
Haus Hubertus

Wiesenstraße 10

59955 Winterberg

-Silbach

Tel. 0 29 83-9 74 00

www.pension-haus-hubertus.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

Inh. Ch. Spieleder

Weiherrweg 5a-11b

94556 Neuschönau

Sachsen-Anhalt

TANNENPark
Hotel - Appartement - Anlage

HARZ FÜR NEUGIERIGE

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

www.tannenpark.de

Tel. 039457 40808

Schierker Weg 16, 38875 Tanne/Harz
Frau Sandra Vaoirin



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

Bad Hönningen

Appartements mit
Balkon und Rheinblick.
• Nähe Thermalbad •

Tel.: 01 72 - 2 44 06 59

deichmann01@gmx.de

Urlaub im nachhaltigsten Dorf an der Mosel

5-Tage-Angebot
4 Nächte Ü/F ab 202,- € p.P./DZ*

inkl. Begrüßungstrunk, Frühstücksbuffet, Grillbraten
mit Kartoffelsalat; Weinprobe, Kellerbesichtigung,
1 Fl. Wein p.P. bei Abreise

Anreise täglich möglich

H** Pension & Weinhaus *EZ-Zuschlag 10,- €/Tag

Wendland Inh. Margit Wendland

Rosenstr. 12 • 54487 Wintrich

Tel.: 0 65 34 / 87 96

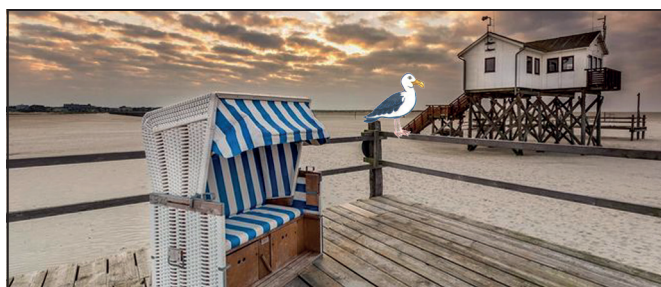
www.wendland-wintrich.de

pension@wendland-wintrich.de

lippe Journal

Ihr Reiseportal

Ostsee



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.

Tel. 038220-80597 Mobil: 0172-8089118

NRW

Sauerland



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

**Direkt am Sauerland Radring & Wanderweg Höhenflug
Reitpferde & Ponys**

Wellness/Beauty • Hotelbar • Planwagenfahrten mit Traktor




Ferienhotel Stockhausen GbR
Zum Hälleken 9 • 57392 Schmallenberg • Telefon: 0 29 71 - 31 20
www.hotel-stockhausen.de

HOTEL GUT VORWALD

Schmallenberg-Oberkirchen, Tel.: 0 29 75/96 61-0 * Fax:-19
info@gut-vorwald.de
www.gut-vorwald.de

„Der kleine Urlaub“

- * 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*

Ostseeküste Schleswig-Holstein: Eine Reise an die Eckernförder Bucht

Anregend und aufregend



Der feinsandige Badestrand ist in wenigen Fußminuten von der Eckernförder City. foto: djd/LTO Eckernförder Bucht/Oliver Franke

(DJD). Die Eckernförder Bucht gilt als besonders reizvolle Region an der Ostseeküste Schleswig-Holsteins. Zentrum ist die lebendige Hafenstadt Eckernförde mit ihrem maritimen Flair, sie liegt nur wenige Autominuten von der Landeshauptstadt Kiel entfernt. Der idyllische Hafen wird gesäumt von einer einladenden Promenade, der feinsandige Badestrand ist in wenigen Fußminuten erreichbar und lädt zum Sonnenbaden, Schwimmen oder zum Strandspaziergang ein. Hier sind zwei Tipps für eine Reise nach Eckernförde: ein anregender Spaziergang durch die Stadt und ein aufregendes Familienwochenende auf einem Campingplatz direkt am Meer.

Tipp 1: Anregend - ein Bummel durch den Erlebnisort Eckernförde

Die Ostsee wirft ihre Wellen an den Strand, in den Gassen hört man Menschen fröhlich lachen, während Möwen das eine oder andere Fischbrötchen ins Visier nehmen – Eckernförde ist ein vielseitiges Ausflugsziel für die

ganze Familie. Das Ostseebad verbindet Kultur, Einkaufsvergnügen und sommerlichen Spaß am Meer. Hingucker an der Strandpromenade ist die von Eckhard Kowalke geschaffene, mehr als vier Meter hohe Meerjungfrau Mareminde. Im Hafen mit der neu gestalteten Hafenspitze warten Restaurants und Cafés auf ihre Gäste. Rund 100 Yachten und Boote liegen hier vor Anker, etwas weiter um die Spitze herum verkaufen Fischer ihren Fang direkt vom Kutter. Gelebte Tradition ist der Wochenmarkt auf dem Rathausmarkt und an der im 13. Jahrhundert erbauten St. Nikolaikirche. Händler aus der Region treffen sich mittwochs und samstags, um frische und regionale Waren zu verkaufen. Mehr Infos: www.ostseebad-eckernfoerde.de

Tipp 2: Aufregend - ein Campingwochenende für die ganze Familie

Dafür bieten sich in Schwedeneck, etwa 15 Kilometer von Eckernförde entfernt, der Camping- und Ferienpark Suren-

dorf mit 420 Stellplätzen oder der Campingplatz Grönwohld mit seinen gut 620 Stellplätzen und 14 Ferienhäusern an. Eine Attraktion ist das neue Tiny House, ein 20 Quadratmeter großes Holzhaus mit Terrasse, Küche, Bad und Schlafmöglichkeiten in luftiger Höhe unterm Dach. Wenn der Wind bläst, sind an der Ostsee die Kitter in ihrem Element. Wer sich mit dem Stand-Up-Paddeling vertraut machen möchte, ist in der Wassersportschule genau richtig.

Hier bekommt man die Boards - und auf dem Wasser heißt es dann: Rauf aufs Brett, Paddel ins glasklare Wasser und sanft dahingleiten. Nach dem Ausflug ins nasse Element geht es in den Hochseilgarten Altenhof bei Eckernförde. In einem Buchenwald haben die Betreiber 14 unterschiedliche Parcours aufgebaut. Man kann in 25 Meter Höhe klettern, über wacklige Hängebrücken und Slacklines balancieren oder sich wie Tarzan in den freien Fall stürzen: Nervenkitzel pur..

Urlaub ohne Nebenwirkungen

(DJD). Rund 29 Prozent der Deutschen planen 2025 Urlaub im eigenen Land – ob in Bayern oder an der Ostsee. Doch auch hier gilt: Wer gesund durch die Ferien kommen will, sollte vorsorgen. „Die Risiken hängen oft mit der Art des Urlaubs zusammen“, sagt Linda Apotheker Dr. Axel Vogelreuter aus Köln. Wichtig seien vor allem in den Bergen und an der See Sonnen-

Zecken- und Mückenschutz sowie eine FSME-Impfung in Risikogebieten. Allergiker sollten ein Notfallset dabei haben. In die Reiseapotheke gehören Schmerzmittel, Pflaster, Mittel gegen Magen-Darm-Beschwerden und regelmäßig benötigte Medikamente. Aktivurlauber sollten an ein Erste-Hilfe-Set mit Blasenpflastern, Kühlpack und Sportsalbe

denken. Für individuelle Beratung finde man etwa unter www.linda.de eine wohnortnahe Apotheke.SVR/SpiekerFotografie

Foto: Deutschland hat Urlaubern viel Schönes und jede Menge Erholung zu bieten - doch auch hier ist Gesundheitsvorsorge gefragt. djd/Linda/Getty Images/bohemama

