

x4tel Zeitung

Ausgabe Frühsommer 2016

Neueröffnung
1,2,3 Rad
Kindercar

Atelier
ART & Weise
Geburtstage
Malworkshops
Aktzeichnen

Münsteraner Finne
Brauereierffnung
im Kreuzviertel

Die Zeitung aus dem Kreuzviertel

Infos Diskussionen

Menschen

News
Interviews
Trends

www.x4telzeitung.de

ART Salon: Hör-Schau-Spiel: 19.06.2016

G.W. Hosenberg

„Die fromme
Helene“

Einlass:
15 Uhr

Kaffee, Kuchen

Anmeldung:

0251 22102

Hier könnte Ihre
Anzeige stehen...



Atelier ART & Weise, Haus Coerde
Spende für profilia e.V. statt Eintritt

Impressum

Redaktion: Monika Schiwy Hrsg. V.i.S.d.P.

Kontakt: Telefon 0176 102 39 113

x4telzeitung | Monika Schiwy

48143 Münster, Spiekerhof 31

Redaktionelle Mitarbeit an dieser Ausgabe

Janna Ehrhardt, Jana Viefhues,

Marita Böggemann (Lektorat, Korrektur)

Titelfoto: Janna Ehrhardt

Dank an: Leonhard Ostendorf-Terfloth,

Familie Thöne, CCC Druck und Medien

redaktion@x4telzeitung.de

Redaktionsschluss: für die nächsten

Ausgaben: 20.07.2016 und 15.10.2016

Liebe Leserinnen, liebe Leser,
ohne unsere Anzeigenkunden gäbe es kein
Magazin. Sie sind noch nicht dabei?
In der Sommerausgabe finden wir auch
für Ihre Werbeanzeige einen Platz.
Empfehlen Sie uns. DANKE.

Wir freuen uns über Ihr/dein "Gefällt mir"
www.facebook.com/x4telzeitung

www.x4telzeitung.de



klimaneutral
gedruckt

Nord Apotheke

immer gut beraten

Apothekerin Petra Gringel
Ernährungsberatung

Hoyastraße 1 • 48147 Münster

Telefon: 02 51/29 33 11 • Fax: 02 51/20 69 5

e-Mail: Nordapotheke@t-online.de

Internet www.nord-apotheke-muenster.de

Neu bei uns: CdVet
Ihr Partner für natürliche
Tiergesundheit
Online-Abnehmen mit
der Nord Apotheke

Wir sind immer für Sie da!



Bonifatius Apotheke

Dr. Sabine Meißner-Fahl

Nordstr. 30

48149 Münster

Telefon 0251 201010

Telefax 0251 201011

www.bonifatius-apotheke.de

Apotheke am

Ring

Inh. Grudun Pieper-Huesmann e.K.

Cheruskerring 73 48147 Münster Tel. 0251-298907

Kreuz - Apotheke

- Information über homöopathische Arzneuen
- Homöopathische Reiseapotheke
- Schüßler-Salze etc.

seit 90 Jahren

Inh. Grudun Pieper-Huesmann e.K.

Kanalstr. 2

48147 Münster

Tel. 0251 230 3513


 The logo for 'x4tel Zeitung' features a large, stylized '4' in blue and orange, with a circular inset showing a group of people. To the right, the word 'Zeitung' is written in red and blue, and 'tel' is in large blue letters.


Liebe Leserinnen und Leser,

die Frühsommerausgabe 2016 ist da! Auf den folgenden Seiten informieren wir Sie über Neuigkeiten und Veranstaltungen im Kreuzviertel. Wir begrüßen einige neue Gastronomen, von Biergenuss mit „Finne“ bis zum Ausflugslokal Heidekrug. Die Kirchengemeinde Heilig Kreuz muss sich von ihrem Pfarrer Thomas Frings verabschieden. Der beliebte Priester, der den Gläubigen seinen Entschluss im Frühjahr mitgeteilt hatte, wird in Zukunft im Benediktinerkloster leben. Was ihn nach langem Überlegen zu seiner Entscheidung bewogen hat, können Sie im Interview in diesem Heft bzw. online weiter lesen.

Ein Dank geht an den Dichter Leonhard Ostendorf-Terfloth, der auch in dieser Ausgabe mit einer seiner Geschichten für Unterhaltung sorgt. Lebenswertes bietet das Kreuzviertel für Jung und Alt. Mehr zum bunten Treiben vor Ort finden Sie auf den folgenden Seiten. Wir wünschen Ihnen viel Freude und Spaß beim Lesen!

Ihre Redaktion

Monika Schiwy und Janna Ehrhardt

www.x4telzeitung.de



Gesundheitsmesse im Kreuzviertel

Eine Hausmesse „Älter werden im Kreuzviertel“ veranstaltete die Rechtsanwältin Katharina Kroll in den Kanzleiräumen am Coerdeplatz 12. Das Kreuzviertel bietet viele und tolle Möglichkeiten für ältere Menschen zum Thema Vorsorge, aber auch für die Freizeitgestaltung. In ihrem Berufsalltag hat die Rechtsanwältin häufig die Erfahrung gemacht, dass Menschen sich speziell mit Vorsorgethemen nicht ausreichend auseinandersetzen. In diesem Zusammenhang entstand die Idee für diese Gesundheitsmesse. „Mir war es wichtig, in einer ungezwungenen Atmosphäre über diese Themen zu informieren und das breite Angebot des Kreuzviertels vorzustellen“, so Katharina Kroll. Bei der Ganztagesveranstaltung gab es Präsentationen, Vorträge und Workshops. Kroll hielt dabei selbst zwei Vorträge zu den Themen „Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung“ und „Testament gestalten - wie und warum?“. Das Atelier ART & Weise lud zum Workshop „Malen macht glücklich ein“ und die Tanzschule Husemeyer stellte ihr neues Freizeitangebot „Movita“ vor. Weitere Messe Teilnehmer, wie die Tibus Residenz, das Evangelische Krankenhaus, der Pflegedienst miCura und die Kreuzapotheke, das AXA-Büro Stanislawczyk und das Alte Backhaus präsentierten ihre Angebote. „Besonders schön war es zu sehen, dass die Besucher durch die lockere Atmosphäre animiert wurden, uns anzusprechen, mit uns ins Gespräch zu kommen“, berichtet die Veranstalterin der Messe und plant gemeinsam mit den anderen Messeanbietern eine weitere Aktion im Frühjahr 2017.

Tanzen ist träumen mit den Beinen



Dienstagmorgen im Saal des Pfarrzentrums Hl. Kreuz auf der Maximilianstraße. Lachen und fröhliche Stimmen lassen noch nicht vermuten, welche Altersgruppe sich eingefunden hat. Hier treffen sich Frauen zu internationalen Tänzen, die zum Teil Großmütter und Urgroßmütter sind. Diese Damen wissen: „Wer rastet, der rostet.“ Also wird sich beschwingt nach zu Musik bewegt, getanzt wie in Israel, im Walzer gedreht und Herz, Hirn und Verstand durcheinandergewirbelt, so dass die grauen Zellen keine Chance haben, sich zur Ruhe zu setzen. Die Tänzerinnen freuen sich über Gruppenzuwachs. Alles, was Sie mitbringen müssen, ist Spaß an Bewegung. Wer nicht in den derzeitigen Altersrahmen zwischen 53 und 93 Jahren fällt, darf gern älter oder jünger sein. Mit und ohne Handicap - getanzt wird gemeinsam.

Internationale Tänze

Dienstags, 9.30 -11 Uhr (nicht in den Schulferien), Teilnahmebeitrag 2,- EUR
Pfarrzentrum Hl. Kreuz, Maximilianstr. 56,
Petra Bröcker Telefon 0251 2301277

rechts: Dr. Stephanie Turchetto



Bundesweit hat sein Entschluss für Aufsehen gesorgt. Im März hat Thomas Frings (links), Pfarrer von Heilig Kreuz seiner Gemeinde mitgeteilt, dass er in ein Benediktinerkloster eintreten werde. Redaktionsmitarbeiterin Jana Viefhues führte das Interview.

Viele Gemeindemitglieder von Heilig Kreuz bedauern Ihr Fortgehen und können es womöglich nicht ganz nachvollziehen. Was möchten Sie Ihrer Gemeinde als Abschiedsworte sagen?

Meine Entscheidung war nie eine gegen diese Gemeinde. Der Rückblick über die Entwicklung, so wie die zu erwartende Zukunft haben mich dazu gebracht, diesen Schritt zu vollziehen.

Die Austrittszahlen aus der Kirche nehmen immer weiter zu. – Was denken Sie? Ist der Glaube zukünftig eine rein private Angelegenheit, abseits des Konzepts einer Gemeinde?

Das Konzept der bisherigen Gemeinden hat den Menschen über Generationen gute Dienste getan. Allerdings erleben wir auch, dass dieses Konzept sich unter veränderten gesellschaftlichen Bedingungen aufzulösen beginnt. Glaube wird sicher auch privater, als ich es noch kennengelernt habe.

Die Allgemeinheit verlangt, insbesondere von der katholischen Kirche, eine Modernisierung und zeitgenössisches Auftreten. Aber ist Kirche überhaupt vereinbar mit einer zunehmend digitalisierten, schnelllebigen und konsumorientierten Gesellschaft?

Das ist unbedingt vereinbar! Die Frage ist eher, wer das denn genau will. Versuchen Sie mal, etwas zu ändern, was meinen Sie, was dann aber los ist. Nehmen Sie nur die Playmobilkrippe von vor Jahren. Menschen, die sich für das Priestertum der Frau engagierten, kommen mit der nur einmaligen Veränderung einer Krippe schon an die Grenzen ihrer Modernisierung von Kirche. Wenn die Braut nicht mehr vom Vater zum Altar geführt werden soll, weil das einfach nicht dem Frauenbild unserer Tage und dem der Kirche entspricht, dann bekommen Sie es aber schnell mit selbstbewussten Frauen zu tun, die zeitgenössisches Auftreten um keinen Preis wollen. Meine Erfahrung ist:

Wenn es konkret wird mit der Veränderung, dann ist man schnell in der Minderheit. Wenn schon Kirche, dann so wie früher.

Sie haben beschlossen, ins Kloster zu gehen. Was erhoffen Sie sich von dieser Zeit? Besteht die Möglichkeit, dass Sie dort Kraft sammeln und Ihre Berufung als Pfarrer erneut aufnehmen?

Kraft sammeln kann man da in jedem Fall. Da bin ich nicht der Einzige, der auch deswegen an solch einen Ort geht. Es sind Kraftquellen für die Kirche und für suchende Menschen aller Art. Da ich mir die Zukunft offen halte, wer weiß, vielleicht werde ich auch einmal wieder Pfarrer. Aber voraussichtlich nicht in der Form, wie sie die Strukturen zur Zeit vorgeben und wo die Existenz einer Gemeinde an der Anwesenheit eines Priesters hängt. Bei den Nachwuchszahlen werden wir in Zukunft voraussichtlich nur noch wenige Gemeinden haben. **Verraten Sie uns bitte noch Ihre schönste Erinnerung an Ihre Zeit in der Kreuzkirche? War es eigentlich Ihre Wunschgemeinde?**

Eine Wunschgemeinde hatte ich nie unter den vielen hundert, die es gibt oder gab...

Bitte online weiterlesen: www.x4telzeitung



Das Kreuzviertel bekommt Zuwachs im Bereich der Zahnmedizin

Dr. Stephanie Turchetto, Fachzahnärztin für Kieferorthopädie, übernimmt zum 1. Juni 2016 die Praxis von Dr. Helmut Chaluppa im Haus der Bonifatiusapothekes in der Raesfeldstraße. Dr. Turchetto bietet Frühbehandlungen für Kinder ab dem fünften Lebensjahr an. Kieferorthopädische Korrekturen mittels herausnehmbarer oder festsitzender Zahnspangen nimmt die Zahnärztin ab dem 9. Lebensjahr vor. Mit präprothetischer Kieferorthopädie, prä- und postchirurgischer Kieferbehandlung und ästhetischer Kieferorthopädie behandelt sie auch Erwachsene.

Neben diesen Schwerpunkten integriert sie ästhetische Behandlungssysteme wie Keramik- und Minibrackets, Lingualbehandlung und Alignertherapie und behandelt Kiefergelenkerkrankungen.

Außerhalb der Praxis ist Dr. Stephanie Turchetto Familienmensch. Sie und ihr Mann Roberto Turchetto haben vier Kinder.

KIEFERORTHOPÄDIE
KREUZVIERTEL

DR. MED. DENT. STEPHANIE TURCHETTO
FACHZAHNÄRZTIN FÜR KIEFERORTHOPÄDIE

LEISTUNGEN

FÜR KINDER,

JUGENDLICHE

UND ERWACHSENE

Raesfeldstr. 15 | 48149 Münster

T 0251 / 29 49 59
F 0251 / 29 76 75

info@kfo-kreuzviertel.de
www.kfo-kreuzviertel.de

Montag und Donnerstag 8.30-12.00 & 13.30-17.30
Dienstag 8.30-12.00 & 13.30-18.30
Mittwoch und Freitag 8.30-12.00
sowie nach Vereinbarung

Gesetzliche und private Krankenkassen



Von li. n. re.: Elfriede Möllenbaum, Anne Matenaar, Ulrike Wünnemann, Valerie Schwenck, Prof. Dr. Gerhard Breloer

DKV-Residenz am Tibusplatz ^{DKV}

Zum Glück gibt es das Glück – auch im Alter!

Über 150 Interessierte waren bei der Gesprächsrunde zum Thema Glück in der Tibus Residenz dabei und wollten wissen, was es mit dem Glück im Alter auf sich hat. Moderiert wurde die Diskussion mit vier ExpertInnen von Ulrike Wünnemann.

Ein zufriedenes Leben im Alter geschieht nicht einfach so, sondern ist eine besondere Leistung, die uns etwas abverlangt, erklärte der emeritierte Erziehungswissenschaftler Professor Dr. Gerhard Breloer.

Wie man die kurzen Glücksmomente im Alltag wahrnehmen kann, zeigte die Yogalehrerin Valerie Schwenck. Selbst etwas tun für Körper, Geist und Seele, seinen Alltag aktiv gestalten – dafür stehe die Tibus Residenz mit ihrem breit gefächerten Angebot, so die Direktorin des Hauses, Anne Matenaar.

Die rüstige Seniorin Elfriede Möllenbaum, die in Münster Kultstatus genießt, gab den Gästen folgenden Tipp mit auf den Weg: „Ich rufe meinem Spiegelbild jeden Morgen ein besonders fröhliches ‘Hallöchen’ zu, und starte so viel positiver in den Tag.“



Musikalische und kulinarische Genüsse in der Tibus Residenz

Die Seniorenresidenz am Tibusplatz im Herzen der Stadt heißt jeden Interessierten als Gast willkommen und lädt an jedem letzten Sonntag im Monat um 17 Uhr zu hochkarätigen Klavierkonzerten im Rahmen der Reihe „Weltklassik am Klavier!“ ein. Eintritt: 15,-€; Das Programm gibt es an der Rezeption des Hauses und hier: www.weltklassik.de



WELTKLASSIK

"Genießen Sie vor dem Konzert Kaffee und Kuchenspezialitäten im hauseigenen Café Tibus."

In der herzlichen und familiären Atmosphäre, für die die Tibus Residenz bekannt ist, fühlen sich Bewohner schnell integriert. Man trifft sich im Restaurant zu den Mahlzeiten, nachmittags im Café Tibus oder abends zu Vorträgen und Konzerten im Veranstaltungssaal. Die Tibus Residenz als erste Adresse in Münster, bietet allen, die gern ruhig und dennoch zentral wohnen möchten, 249 exklusive 1,5 - 4-Zimmer-Wohnungen zwischen 32 und 95 Quadratmetern. Die Rezeption mit ihrem 24-Stunden-Service ist rund um die Uhr besetzt.

DKV-Residenz am Tibusplatz gGmbH, 48143 Münster, Tibusplatz 1-7
Telefon 02 51 4 83 50
www.dkv-rt.de

Sehr gute Busanbindung und Parkhaus!



Advertorials

Janine Bourji meets Olaplex

Gemütlich auf dem Friseurstuhl sitzen, während den Haaren neuer Glanz verliehen wird - dieses schöne Gefühl kennen viele. Noch größer ist die Freude, wenn das schlechte Gewissen ausbleiben kann. Olaplex ist ein neues Mittel gegen geschädigtes Haar. Eine kleine Menge davon wird bei der Färbung mit ins Haar gegeben. Der chemische Wirkstoff agiert als Bindungsverstärker und reduziert den Haarbruch bei jeder Anwendung drastisch.

Janine Bourji verwendet Olaplex gerne und ihre Kunden sind begeistert. „Seitdem ich dieses brandneue Mittel in meinem Salon verwende, kommen immer mehr Kunden auch aus dem Umland zu uns, die davon erfahren haben.“ Die erfahrene Stylistin überzeugt außerdem durch ihr Handwerk und Berufserfahrung. Lange Jahre arbeitete sie mit Starfriseur Oliver Schmidt in Düsseldorf zusammen, bevor sie zunächst auf der AIDA tätig war und dann eine große Filiale in Münsters Innenstadt leitete. Nach zweijähriger selbständiger Arbeit im Libanon eröffnete Janine Bourji ihren eigenen Salon in Münster. Mit der Verwendung von Olaplex ist Janine Bourji in Münster Vorreiterin und sie selbst ist mit dem Produkt sehr zufrieden.

Janine Bourji - Fashion & Hair stylist

Mauritzstr. 7-8, Münster

Öffnungszeiten:

Di - Fr 9-18 h, Sa 9-14 h

Telefon 0251-39637807

auch online zu buchen / 24 Std. hier:

www.friseurin-muenster.de

Einzelnachhilfe zu Hause

- erfahrene Nachhilfelehrer
- alle Fächer, alle Klassen



ABACUS
abacus-nachhilfe.de

Auch im Kreuzviertel:
(0251) 66 40 47



links: Segeltherapie auf dem Aasee mit Physiosail

rechts: Eröffnung Kindercar und 1,2,3 GmbH



Physiosail

Der Verein zur Förderung der Segeltherapie e.V., 2012 in Münster gegründet, macht es sich zur Aufgabe, (körperlich) beeinträchtigten Kindern und Erwachsenen über das Segeln zu mehr Mobilität, Aktivität und Ausdauer zu verhelfen und damit mehr Freude und Lebensqualität in ihren Alltag zu bringen.

Menschen mit Handicap benötigen oft lebenslange Therapien. Studien zeigen, dass Therapien für behinderte Menschen effizienter sind, wenn sie auf Freizeitaktivitäten basieren. Bis zum Ende der Segelsaison im Herbst werden ausgewählte Fotografien des Münsteraner Fotografen Martin Schmidt für einen guten Zweck ausgestellt: Durch Verkäufe und Spenden soll die Anschaffung eines speziellen Bootes ermöglicht werden, mit dem sogar beatmungspflichtige Menschen im Rahmen von Physiosail selbständig segeln können. Wo: Loft im Dahlweg 120a, in Münster www.segeltherapie.info

Physiosail beschreibt ein wissenschaftlich fundiertes Projekt zum Thema Segeltherapie, das von der Physiotherapeutin Christina Groll in Münster ins Leben gerufen wurde. Die Idee dabei ist, die Freizeitaktivität Segeln für Menschen mit körperlichen Beeinträchtigungen bewegungstherapeutisch zu nutzen. Dieser Ansatz ist in Deutschland bis jetzt einmalig und basiert auf Physio- und Bobath-Therapie sowie auf den Grundlagen der Sportdidaktik. Den Schwerpunkt des Projektes Physiosail bildet die Segeltherapie, die in Einzelstunden oder einwöchigen Kursen auf Münsters Aasee stattfindet. „Es gibt keine Behinderung, mit

der man nicht segeln kann“, so die Leiterin des Projektes. In Zusammenarbeit mit dem Verein zur Förderung der Segeltherapie e.V. ermöglicht Christina Groll seit 2010 das Segeln auf dem Aasee als Therapieform für Menschen mit Beeinträchtigungen.

Ziel ist es, dass Physiosail bundesweit von Vereinen oder Segelschulen in Zusammenarbeit mit ausgebildeten Physiosail-Therapeuten angeboten wird. www.physiosail.de

Die x4telzeitung gratuliert: "Kindercar"-Eröffnung in der Langemarckstraße

Die Firma Kindercar GmbH eröffnete Anfang Mai das neue Ladenlokal „1 2 3 Rad“ im Kreuzviertel. Angeboten werden Fahrradanhänger, Fahrräder, Laufräder, Kinder-, Liege- und Lastenräder. Im Fokus



des Geschäftes stehen die Kinderanhänger von Kindercar. Das Besondere daran ist, dass sie kundenspezifisch gebaut werden. Neben einer Auswahl von multifunktionalen Basismodellen können Spezialanfertigungen beim Hersteller Kindercar in Auftrag gegeben werden. Von Modellen mit einsetzbarer Babyschale bis zum „Reha-Buggy“, in dem auch Erwachsene sitzen können, ist alles dabei.

„Qualität und Nachhaltigkeit stehen bei uns im Vordergrund“, so Geschäftsinhaber Redwan Massoud, der von einem autolosen Kreuzviertel träumt. Der Maschinenbauer konstruiert seit 20 Jahren Fahrradanhänger. Den ersten Buggy baute er für seine eigenen Kinder - da-

raus entwickelte sich die Geschäftsidee.

Die Kindercar-Modelle zeichnen sich durch Stabilität und Flexibilität aus, sodass auch Kinder mit speziellen Bedürfnissen problemlos in einem Fahrradanhänger mitfahren können. Massouds Ziel ist es, eine Lösung für Familien zu schaffen, die ohne Auto mobil sein möchten. Nun zieht es den Geschäftsführer der Firma Kindercar mit Hauptsitz in Karlsruhe aus familiären Gründen nach Münster.

Eine weitere Besonderheit im Laden sind die selbstgefertigten Liegeräder von Michael Franken. Im hinteren Bereich des Ladens gibt es zudem einen Werkstattservice.

„Die ruhige, sonnige Lage, 260 Quadratmeter Fläche, der Eichenfußboden und die großen Schaufenster haben uns so gut gefallen, das wir diese Lokalität unbedingt übernehmen wollten,“ verraten die Mitarbeiter André Golnat und Michael Franken.

(s.a. Anzeige im Umschlag hinten)



Spielzeug für Flüchtlingskinder

50 liebevoll verpackte Päckchen sammelten die Kunden der Nord Apotheke zum Jahresende. Bei der Geschenkübergabe waren Petra Gringel und Eva Gerken von der Nord Apotheke anwesend. In Kooperation mit der Hilfsorganisation des Fachwerk Gievenbeck hatte die Nord Apotheke zu der Spendenaktion aufgerufen.

Advertorials

**La Costanera****Peruaner am Aa-Ufer**

Mit viel Liebe zum Detail haben die Brüder Luis und Felix Manrique den Lokalklassiker „Alter Fritz“ in der Bergstraße revitalisiert. Ihr neues „La Costanera“ bedeutet so viel wie „Uferpromenade“ – und das ist kein leeres Versprechen. In nur zwei Jahren haben sie sich einen guten Namen gemacht. Das Lokal mit seiner idyllischen Terrasse liegt rückseitig direkt an der plätschernden Aa und hat mit einem frischen Mix aus lateinamerikanischer und europäischer Küche schnell viele neue Freunde gewonnen. Der Fokus von Küchenchef Javier Rivera liegt auf gegrillten Fischspezialitäten und peruanischen Gerichten, die raffiniert bis exotisch gewürzt, auf die stilvoll eingedeckten Massivholztische kommen.



Eine warme, indirekte Beleuchtung, gemütliche Geflechtstühle und ein imposanter Nussbaumschrank, in dem Wein und Champagner lagern, dominieren das übrige Interieur. Übrigens ist Luis kein unbekanntes Gesicht in Münsters Gastroszene. Der gebürtige Peruaner ist gelernter Hotelfachmann und war zuletzt als Barchef im Kaiserhof tätig.

Tipp: Als neuer „Star“ am internationalen Restaurantthimmel gilt – man höre und staune – die Küche Perus. Sie basiert auf der traditionellen Kochkunst der Inka, wurde im Laufe der Jahrhunderte von unterschiedlichen Kulturen beeinflusst und zeigt sich entsprechend heterogen und regional inspiriert. Eine große Rolle spielt dabei frischer Fisch – nicht um-

sonst liegt der südamerikanische Staat direkt am Meer. Hier ist vor allem das peruanische Nationalgericht „Ceviche“ zu nennen, für das rohe Rotbarschfilets in Würfel geschnitten und für rund 15 Minuten in Limettensaft mariniert werden, wodurch das Eiweiß ähnlich wie beim Garprozess „denaturiert“. Ceviche kommt klassisch mit geröstetem Mais und Süßkartoffeln auf den Tisch.

La Costanera, Kiepenkerl-Viertel

Bergstr. 19-20

geöffnet Mo. bis So. von 17.00

bis 01.00 Uhr, Küche von 17.00

bis 22.30 Uhr

www.la-costanera.de

Die x4telzeitung gratuliert zur Neueröffnung!

**Heidekrug: mehr als ein Ausflugslokal**

Seit Ende März ist der Heidekrug unter neuer Leitung wieder geöffnet. Neben der Vinothek in der Neubrückenstraße führen Janna und Niklas Richter nun die Gastwirtschaft am Rande der Rieselfelder. Spezialitäten sind hausgebackener Kuchen, Friedensreiter vom Fass und natürlich ausgewählte Weine. Mit 130 Außenplätzen, 70 Innenplätzen und einem geräumigen Nebengebäude mit viel Raum für Seminarteilnehmer oder für 120 Gäste ist das Lokal ideal z. B. für Hochzeitsfeiern oder Geburtstagsfeiern mit Brunch.

Heidekrug - Café und Restaurant

Coermühle 100, Münster, Tel. 0251 1620444

Öffnungszeiten: Di-Do: 14-22 h, Fr 14-23 h, Sa 11-23 h So 11-22 h

www.heidekrugmuenster.de

www.vinothekamtheater.de



Ihr Team für Haargestaltung

Unsere Öffnungszeiten:

Di. | Mi. | Do. 8:00 – 19:00 Uhr

Freitag 8:00 – 18:00 Uhr

Samstag 8:00 – 14:00 Uhr

NEU IM X-4TEL *in*form

Inh. Claudia Kretschmann
Kanalstr. 64 | 48147 Münster
Telefon 0251 236093
www.saloninform.de



links: Gär- und Lagertanks der Brauerei

ADVERTORIAL



rechts: Die Gründer
Florian Böckermann u. Frank Sibbing (re)

NEU im x4tel: Münsteraner Finne

Die Münsteraner Finne GmbH ist eine neue "Craft-Beer"-Brauerei in Münsters Kreuzviertel. Hier werden Klassiker, Kreativbiere und saisonale Spezialitäten aus besten Biozutaten gebraut. Unter "Craft Beer" (aus dem Amerikanischen) versteht man handwerklich gebrautes Bier mit eigenem Charakter.

Redaktionsmitarbeiterin Janna Ehrhardt sprach mit den Geschäftsführern Florian Böckermann und Frank Sibbing

Wie sind Sie auf die Idee gekommen, eine Brauerei im Kreuzviertel zu eröffnen?

Die Biervielfalt und Kreativität der Craft-Beer-Bewegung in Nordamerika mit ihren zahlreichen kleinen Brauereien haben uns im Sommer 2015 nach ersten Hobbybrauaktivitäten endgültig mit dem Thema Craft Beer infiziert. Da Craft Beer in Münster nur spärlich vertreten war, haben wir uns im Herbst des vergangenen Jahres dazu entschlossen, eine eigene kleine Brauerei im Kreuzviertel zu eröffnen - für uns der ideale Standort.

Was macht Ihre Brauerei und Ihr Bier so besonders?

Unsere Biere werden aus besten biologisch angebauten Zutaten handwerklich gebraut und heben sich dadurch vom industriellen Standard ab. Durch den Einsatz besonderer Hopfen-, Malz- und Hefesorten sind sie sehr vollmundig und aromatisch. Wir produzieren kleine Mengen, können deshalb vor Ort saisonale und anlassbezogene Spezialitäten brauen und so eine große und immer wechselnde Biervielfalt anbieten. In unserer kleinen Brauerei ist alles transparent. Das Sudhaus sowie die Gär- und Lagertanks sind direkt hinter der Theke platziert und somit vollständig sichtbar.

Worauf können sich Ihre Gäste neben dem frisch gezapften Bier noch freuen?

Neben dem Bierangebot werden wir natürlich auch ein ausgewähltes Sortiment an alkoholfreien Getränken sowie die passenden Biersnacks anbieten. Frisch zubereitete Flammkuchen, Wurst und Käse von lokalen Produzenten sowie die typische Bierbrezel runden den Besuch bei uns ab. Alles natürlich auch in Bioqualität

Was bedeutet der Name „Finne“?

„Eine Finne Bier.“ – So bestellt der Münsteraner auf Masematte, wenn er eine Flasche oder ein Glas Bier möchte. Auch wir bestellen seit eh und je in der Art unsere Biere! Das Wort „Finne“ verbindet somit das Thema Münster mit dem Thema Bier. Ein toller Name für unsere Kreuzviertelbrauerei!

Das Studium liegt bei Ihnen noch nicht so lange zurück. Wie haben Sie beide es geschafft, den Traum von der eigenen Brauerei zu verwirklichen, auch finanziell gesehen?

**BRILLEN
BELL**

Selbsttönende
Sonnenbrillen



Aktion im Mai
bis zu **100€** Rabatt
auf unsere selbsttönenden,
ausgewählten Markengläser

schon ab 39 €*
Sonnenbrillen in
Ihrer Sehstärke

*bis sph. 6 / zyl. +2

Wir beraten Sie individuell in unseren Geschäften:
Idenbrockplatz 5a · 48159 Münster · 0251 - 216223
Nordstraße 22 · 48149 Münster · 0251 - 297510
www.brillen-bell.de · Brillen.Bell.Muenster

Tel. 0251 22102

Künstleratelier
Monika Schiwy
Atelier
ART & Weise
Coermühle 50 f
Haus Coerde

Teams
 Kinder-
 geburtstage

Malworkshop
 verschenken

ART Salon
 Aktzeichnen

www.malatelier-muenster.de



Durch Hartnäckigkeit und Überzeugung. Wir wollten die Brauerei unbedingt und sind dabei immer von unseren Familien und Freunden unterstützt und ermuntert worden. Kritik und kleinere Kurskorrekturen haben uns nicht von unserem Ziel abgebracht. Finanziell ist so etwas natürlich ein Risiko. Am Ende war es ein akribischer Plan, der Investoren und die Banken überzeugt hat, dass unser Vorhaben aufgehen wird.

Warum brauen Sie Ihr Bier aus Biozutaten?

Wir glauben fest daran, dass dies die qualitativ hochwertigsten Zutaten für unsere Biere sind. Zudem spielt für uns persönlich das Thema Nachhaltigkeit, d. h. Verantwortung gegenüber unserer Umwelt, eine große Rolle. Die Förderung von ökologischer Landwirtschaft ist ein schöner Effekt unserer Aktivitäten.

Gibt es die Möglichkeit, Ihr Bier auch zu Hause auf dem Sofa zu genießen?

Ja, die gibt es. Neben der Produktion vor Ort stellen wir zu Beginn drei Sorten unserer Biere – Helles, Weizen und Pale Ale – bei einer befreundeten Brauerei in Zeil am Main her. Dort herrschen ideale Bedingungen, unsere in Münster entwickelten Rezepturen 1 zu 1 umzusetzen und kleine Mengen für den Handel zu produzieren. Die Biere, die auf der Couch, an der Promenade oder am Hafen genossen werden können, gibt es dann bei uns in der Brauerei zu erwerben.

Am 8. Juni soll die Brauerei in der Kerßenbrockstraße eröffnet werden. Die x4telzeitung wünscht einen guten Start!

Australienaustausch 2016 – Pascal erkunden den Alltag in Down Under

Acht Stunden Zeitverschiebung, 16.462 km Entfernung – wie lebt es sich wohl am anderen Ende der Welt? Das haben im März 22 Schülerinnen und Schüler des Pascal-Gymnasiums erfahren, als sie unter der Leitung ihrer Englischlehrerinnen Claudia Schockmann und Claudia Mulcahy vier Wochen in Down Under verbrachten und dort nicht nur den Alltag ihrer australischen Gastschüler und -familien kennenlernen durften: In ihrer ersten Station Canberra wurden die Pascalers herzlich aufgenommen und hatten dort einen ersten Einblick in den Schulalltag – einen zunächst ungewohnten, denn an der Partnerschule trägt man Uniform. Nach diesem Einstieg in die australische Lebenswelt folgte schon das nächste Highlight: Port Macquarie. Dort wohnten sie in einem kleinen Hostel, konnten die Stadt erkunden und machten einen Ausflug in den Regenwald und ins Koalakraukenhaus. Von Port Macquarie ging es für zwei Tage weiter nach Sydney, wo unter anderem das berühmte Opera House und die Harbour Bridge besichtigt wurden. Die folgenden zwei Wochen verbrachten die Pascalers in Pambula (New South Wales) am Lumen Christi Catholic College, wo sie in den Alltag eines normalen australischen Teenagers und das „richtige“ australische Leben hineinschnupperten. Neben der Schule lernten sie auch vieles über die Traditionen und Lebensbedingungen der Aborigines früher und heute. Vor der Heimreise ging es noch einmal ein paar Tage nach Sydney. Nun freuen sich die Pascalers auf den Gegenbesuch ihrer australischen Gastschüler.

RIK - Realschule im Kreuzviertel Ausflug in die Buchhandlung

Aus Anlass des „Welttages des Buches“ besuchten die Schülerinnen und Schüler der Klasse 5b der Realschule im Kreuzviertel mit ihrer Deutschlehrerin Monika Mersch die Buchhandlung Poertgen Herder in Münsters Innenstadt. Die Buchhändlerin Andrea Koopmann zeigte den Kindern die Buchhandlung, die sich mit insgesamt 80.000 Büchern über vier Etagen erstreckt. Besonders stolz ist die Buchhändlerin auf die Signatur des Kinderbuchautors Michael Ende in dem Buch „Die unendliche Geschichte“. Die Schülerinnen und Schüler konnten all ihre Fragen zum Buchhandel, Lieblingsautoren und zu dem Berufsweg einer Buchhändlerin stellen. Andrea Koopmann beantwortete sie gerne, bevor sie die Klasse in die Jugendbuchabteilung führte, wo die Kinder sich die Bücher ansehen konnten. Alle hatten Zeit, sich zu überlegen, welches Buch sie gerne lesen würden. Am Ende des Ausfluges in die Buchhandlung Poertgen Herder bekam jedes Kind das Buch „Ich schenk Dir eine Geschichte“ von der Buchhändlerin im Auftrag des Börsenvereins des deutschen Buchhandels überreicht. Zudem wurden fünf Bücher an die Schulbücherei gespendet.

Sostenuto

Aus dem Italienischen für "gehalten, getragen", beschreibt in der Musik eine Vortragsweise, bei der Töne länger gehalten werden und damit langsamer ausklingen sollen. In der nächsten Ausgabe verraten wir mehr. Wer die Spannung nicht aushält, kann die gleichnamige Manufaktur in der Überwasserstr. 30 erkunden.

Der Freier

Er hatte von inneren Werten gehört
und machte sich auf zu parlieren.
Und da es gerade zur Brautschau ging,
lobte er ihre Nieren.
Von diesem Spruch sehr angetan,
ihr Herze klopfte rege,
stand für Herrn Kasper Dummerjahn
dem Jawort nichts im Wege.



Rechts:
Leonhard Ostendorf-Terfloth
Schauspieler, Poet und Autor
aus dem Kreuzviertel (Foto: Andreas Raab)



Der Katzenrausch im Rittergut

Vor der Luxusparfümerie einer großen Einkaufsstraße ragt aus einem Schaukasten eine altmodische Kurbel. Wenn man daran dreht, zeigt ein wackeliger Stummfilm einen Ritter in voller Rüstung mit Helm und Visier. Er entfernt das Cellophanpapier um eine Dose Deodorant, hebt einen Eisenarm und drückt los, bis er im Nebel unsichtbar wird. Als man ihn wieder sieht, hantiert er wild: Die Dose ist leer, sie fällt scheppernd zu Boden. Eine zweite Dose verfährt mit dem anderen Arm ebenso. Bis zur Leerung. Eine große Schrift verkündet: Jetzt ist er in Sicherheit! Nun ja, wenn man bedenkt, dass so ein Ritter auf dem Kreuzzug zum Heiligen Grab und zurück jahrelang nicht aus seiner Rüstung herauskommt, ist es nur zu verständlich, dass er pro Armbeuge ein Eimerchen Duftstoffe benötigt, um unangefochten zu Hause einen Bäckerladen betreten zu können. Die Kurbel befindet sich in Augenhöhe Erwachsener neben dem Sehschlitze und ein Schildchen verkündet, dass die Vorführung für Kinder und Jugendliche ungeeignet sei. Sehr zu Recht, denn alle Kleinen würden danach in ihrem Badezimmer den Ritter spielen, mit Papas Nebeldosen. Und wie auch bei Kinofilmen stellte hier das Prädikat „Nicht jugendfrei“ eine zusätzliche Verlockung zum Verbotenen dar, so dass die Kurbel den ganzen Tag rumort. „Rittergut“ hieß die Lotion, und der wichtigste Kaufanreiz war nicht das Duften, sondern das Versprechen von Sicherheit, denn der Wunsch danach ist so alt wie die Welt, und wo dicke Mauern und Soldaten nicht mehr helfen können, wo Karatekurse und Fluchtsprints zwecklos sind, da kommt die große Stunde von

Magie und Aberglauben.

Es gingen, zum Beispiel, in Wuppertal zwei Männer in die gleiche Richtung. Hans Holle, Stromableser bei den Stadtwerken und in Eile, hatte Herrn Duff überholt und war schon ein Stückchen vor ihm, als eine schwarze Katze ihren Weg kreuzte. Abrupt stoppte Holle, wich drei hastige Schritte zurück und prallte auf den ahnungslosen Herrn Duff, der dabei alle Vorderzähne verlor. Bei der Unfallaufnahme meinte Holle vorwurfsvoll, wenn Duff ebenfalls drei Rückschritte gemacht hätte, wäre nichts passiert.

Die Vorkehrungen und Veranstaltungen, das Schicksal gnädig zu stimmen, sind mannigfaltig. Die schwarze Katze jedenfalls hatte sich bei Holle gründlich in Verruf gebracht, denn statt Unheil von ihm abzuwenden, hatte sie ihn mitten hinein tappen lassen. Die erlittene Gehirnerschütterung sollte Folgen haben. Wütend riss er sein Katzenamulett vom Hals, das er seit Jahren getragen. Doch statt dass er erleichtert war, beunruhigte ihn die leere Stelle, die auch in seinem Innern eine Entsprechung hatte. Diese plötzliche Vakanz machte ihn fahrig, er fühlte sich schutz- ja heimatlos, und just in dieser Verfassung geriet er an den Ritter mit der rettenden Substanz. Da es regnete, gab es keine anderen Neugierigen und er konnte nach Herzenslust kurbeln, ließ sich dann im Duftshop beraten, erhielt als „Pröbchen“ eine Grattisspritzung und – wahrhaftig – der Mann, der nun ins Freie trat, war ein anderer; da kam ein Starker, das sah man. Drei Döschen Sicherheit schwenkte er in einer Tragetasche. Jetzt sollten die schwarzen Katzen was erleben! Mit einem

alten Spazierstock schlug er auf Büsche und dunkle Ecken, rief laut „Miez – Miez – Miez“, fragte in strengem Ton wildfremde Leute nach dem Befinden ihrer schwarzen Katze und beendete das Gespräch, nachdem sie den Besitz einer solchen verneinten, mit einem höhnischen: „Seien Sie froh!“ Kurz und gut, er wurde immer auffälliger, so dass sich seine Vorgesetzten schon Gedanken machten. Als er dann bei einer älteren Stromkundin den Zählerstand ablas, leuchtete er ihr ins Gesicht mit der Bemerkung, eine schwarze Katze würde gut zu ihr passen. Auf ihre Nachfrage erläuterte er, das sei die Hexenprobe: Wenn ein solches Tier auf der linken Schulter einer Frau sich wohlfühlen beginne, sei diese eine Hexe und gehöre verbrannt. Die Meldung über diesen Vorfall besiegelte Holles berufliche Karriere endgültig, und da die Ärzte sein Verhalten auf seinen Unfall zurückführten, schickten sie ihn gnädig in den vorzeitigen Ruhezustand.

O weh, die Aussicht auf soviel Freizeit bedrückte ihn, und er war froh, als ein Werbefilmer einen Mann für leichtere Arbeiten suchte. Holle stellte Scheinwerfer ein, verschob Trennwände, kam als Statist zu Ehren und war auch bei Außenaufnahmen dabei. Eine dieser Exkursionen sorgte dafür, dass sein Katzenkreis sich schloss: Am Stadtrand befand sich ein großer Vergnügungspark. Greenpeace hatte einen Werbefilm geordert zur Drosselung des unmäßigen Fleischverzehr. Die berühmte Rübenmarder-Schmierwurst, mit menschlichen Zügen ausgestattet, fuhr in einem Wagen der Geisterbahn an grässlichen Schrecknissen vorbei und wurde von Schock zu Schock schlaffer. Bei jeder Station verriet sie in ihrer

Die Seezunge
 Einst sprach Nereus,
 Gott der Meere:
 Lerne schwimmen Esotere
 Als ein abergläubisch Ding
 Auf der Nordsee barfuß ging.
 „Durch das Feuer ging ich schon -
 sollte mich das Wasser schrecken!“
 rief da Weibchen voller Hohn
 „kannst mich mal am Arsch lecken!“
 Nereus leckt mit nasser Zunge -Junge, Junge!

Angst weitere Schweinereien ihres Inhaltes,
 schrie von Separatorenfleisch über Schmelz-
 salz, Rubinstaub und Phosphaten, so dass sie
 am Ausgang als leere Pelle von einem Müllwer-
 ker entsorgt werden konnte.

Hans Holle war mit Freude dabei, bis ihn ein
 Geistchen der Geisterbahn entgeisterte: Aus-
 gerechnet ein schwarzer Panther bewegte sich
 nur ganz zaghaft und müde, und der Chef be-
 richtete schulterzuckend, Personal zu finden
 sei schwierig, und da müsse seine alte Tante
 Agnes die Katze bewegen. Da ging Hans Holle
 ein Licht auf: Panther sein – das war es! Schre-
 cken verbreiten, schonungslos – o ja, - er
 bekam die Anstellung sofort. Ihm gefiel die
 Redewendung, Panther seien vom Teufel gerit-
 ten. Jetzt war er dieser Teufel. Und als er zum
 ersten Mal in das schwarze Fell hineinkroch,
 hatte er ein berauschendes Glücksgefühl, als
 kehrte er nach langer unsteter Irrfahrt endlich
 heim, nach Hause. Allem Anschein nach hatte
 er seine wahre Identität gefunden, und da war
 es kein Wunder, dass die entsprechenden Ge-
 bärden und Verlautbarungen von selbst er-
 schienen. Nie hatte er geahnt, welche Vielfalt
 an Zischlauten, Knurren und Fauchen in sei-
 nem Rachen lauerte, Panther Holle zischte und
 zackte in unberechenbarer Reihenfolge seiner
 Zuckungen, und in seinen Nägeln spürte er die
 tödliche Gewalt und Schärfe der Krallen, die er
 oft über das trennende Drahtgeflecht ratschen
 ließ. Die Passagiere schrien vor Angst, und
 diese Schreie waren von anderer Art als das
 Gekreische bei den Geisterkollegen, die nur
 Buhmänner und Papp-Phantome waren.
 Dann – Tag der Ehre: Im Lokalradio erzählte
 der Zoodirektor gut gelaunt: Nein, ein solch



wildes Tier wie den Panther, der ihn neulich in
 der Geisterbahn angesprungen habe, könne
 man in seinem Zoo vergeblich suchen. Den
 würde er sofort übernehmen!
 Das war gut fürs Geschäft – nur Panther Holle
 interessierte es überhaupt nicht; er schlief auch
 in dieser Nacht traumlos und glücklich. Über
 seinem Bett verkündete ein Schmuckschild-
 chen: „Befindest dich in guter Hut, mit einem
 Spritzer Rittergut.“

Leonhard Ostendorf-Terfloth

Tanzschule Husemeyer

ADTV und creadance
 Tanzschule Husemeyer
 Salzmannstr. 56a, 48147 Münster
 Telefon 0 25 1-4 29 29
www.tanzschule-husemeyer.de

Anschreiben
 Karten
 Newsletter
 Broschüren
 Handouts
 Flyer
 Visitenkarten
 CD/DVD Publishing
 CAD Plot, Großkopie
 Ordnerervielfältigung
 Scans bis A0
 Softcoverbindung
 Hardcoverbindung
 Broschürenheftung
 Spiralbindung
 Stanzen, Perforieren
 Laminieren, Kaschieren
 Rillen, Falzen

**Unsere Erfahrung
 in Zahlen: Jährlich
 produzieren wir
 über 25 Millionen
 Drucksachen!**

Folienruck
 Leinwanddruck
 Fahnenstoff
 Tapete
 Roll Ups
 Aufkleber
 PVC-Banner
 Schilder
 Schaufensterbeschriftung
 Handycover
 Mousepad
 Tassenruck
 T-Shirt Druck
 Arbeitsbekleidung
 Stoffbeutel

**DRUCKT
 ALLES
 DIGITAL**

CCC Druck & Medien GmbH • Coerdestraße 44 • 48147 Münster • www.ccc.ms
 Öffnungszeiten: Montag – Freitag: 08:00 – 18:30 Uhr & Samstag: 10:00 – 13:00 Uhr
 Unser Onlineshop: www.münsterdruckt.de



links: Nicole Reckmann, PROFILE



PROFILE - Nicole Reckmann

Ärzte, Teamleiter, Rechtsanwälte oder Verantwortliche in Betrieben, Organisationen und Vereinen – alle übernehmen Verantwortung für den Ablauf verschiedenster Arbeitsprozesse und vor allem für die Menschen, die in den Strukturen arbeiten.

Nicole Reckmann bietet ein Beratungs- und Seminarkonzept für Führungskräfte, das die verschiedenen Aspekte der Führungsrolle miteinander verbindet.

„Ein klares Rollenverständnis, die körper-sprachlich eindeutige Präsentation der eigenen Persönlichkeit so wie der verantwortungsvolle Umgang mit den persönlichen Ressourcen und denen der Mitarbeiter sind zentrale Themen meiner Weiterbildungsreihe, die ab September in Münster beginnt,“ betont Nicole Reckmann.

Ein Konzept, bei dem Management-Know-how, aktive Entspannung sowie Bühnenpräsenz und Rhetorik berücksichtigt sind.

Nicole Reckmann

Beraterin

Heilpraktiker Psychotherapie

Zertifizierter Coach bei Prof. Friedemann

Schulz von Thun

www.nicole-reckmann.de

Tel. 025139 505 508



unternehmen mensch persönlichkei

11. Freie Gartenakademie

Der Kleingarten des Künstlers Wilm Weppelmann in der Langemarckstraße 73 öffnet vom Juni bis Ende August 2016. Mit dem diesjährigen Programm „Wie wächst China- von Menschen, Gärten und Wolkenkratzern“ werden Besucher mit auf eine 7.000 km weite Themenreise genommen. Neben vielseitigen Einblicken in ein Land der Gegensätze und des wirtschaftlichen Wachstums, werden auch ökologische Fragen Thema des Programmes sein. In der Freien Gartenakademie finden sich auch diesen Sommer wieder Wissenschaftler und Kulturschaffende von internationalem Rang ein. Im Kultursommer der Stadt hat die Freie Gartenakademie einen festen Stellenwert erobert. Eröffnet wird am 16. Juni um 20 Uhr mit der Lesung „Wolkenläufer - Geschichten vom Leben in China“ von Angela Köckritz aus Berlin und unterstützt von der Robert Bosch Stiftung. Eine Programmübersicht gibt es zeitnah jeweils hier: www.gartenakademie.org

Tanzend nach den Sternen greifen

Die Tänzerinnen und Tänzer der Ballettschule Heidi Sievert präsentieren ihr Können bei der diesjährigen Jahresvorstellung am 11. und 12. Juni im Großen Haus des Theater Münster. Mit der Vorstellung „Schritt für Schritt“ tauchen die Darsteller mit Ihnen in das Thema der Astrologie ein - dies natürlich tanzend. Die ca. 300 Tänzer/innen aus Münster und Umgebung binden dabei die verschiedensten Tanzstile in ihr Stück ein von klassischem Ballet über Step- und Jazztanz bis hin zu Modern und Hip Hop. Die jüngsten Stars der Bühne zeigen, was man mit 4 Jahren in der tänzerischen Früherziehung lernen kann. Betreut und trainiert wurden die Tanzschüler/innen von einem professionell ausgebildetem Lehrerteam, bestehend aus Svenja Gasche, Petra Wiegert, Katharina Elberich, Martina Pleumann, Marianne Partale, Isabel Bernhard, Lena van Bebbler und Jutta Maas.

Die Vorstellung findet am Samstag, den 11. Juni um 19 Uhr statt und am Sonntag, den 12. Juni um 15 Uhr. Karten für das Tanzevent gibt es im Vorverkauf an der Theaterkasse.

Ballettschule Heidi Sievert

Tibusstraße 7-11 | 48143 Münster

Telefon +49 (0)251 - 48 29 200

Fax +49 (0)251 - 48 29 530

E-Mail info@ballettschule-heidi-sievert.de

www.ballettschule-heidi-sievert.de

Termine der Weiterbildungsreihe

05.-09.09.2016 20.-24.11.2017

06.-10.02.2017 05.-10.02.2018

19.-23.06.2017 11.-15.06.2018

Weitere Termine in Münster

20.-21.09.2016 Das Innere Team nach

Prof. Friedemann Schulz von Thun

Klare Entscheidungen treffen –

Stellen Sie Ihr eigenes Team gut auf.

02.-03.11.2016 Mobbing & Straining.

Ab wann? Und was dann?



Pilates ist eine wunderbare Möglichkeit,
Körper und Geist in Einklang zu bringen.
Joseph H. Pilates

links:

RAin Katharina Kroll
Telefon 0251 93 20 53 60
Coerdeplatz 12

rechts: Pilatetrainerin Silvia Dupin



Vorträge RAin Katharina Kroll

„Gute Gründe, ein Testament zu errichten“
Rechtsanwältin Katharina Kroll referiert am
07.07.2016, 10 Uhr, im Alten Backhaus, Coer-
destr. 36A, Münster, zu diesem Thema.

„Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung, Tes-
tament - an alles gedacht?“ Rechtsanwältin
Katharina Kroll referiert am 13.07.2016, 19
Uhr, in den Räumlichkeiten der AWO, Neu-
straße 2, in Münster-Wolbeck, zu diesem
Thema.

Sprechstunde von Rechtsanwältin Katharina
Kroll zu den Themen „Testament, Patienten-
verfügung und Vorsorgevollmacht“, jeden
ersten Donnerstag im Monat jeweils von 16:30
bis 18:30 Uhr, in den Räumen des Evange-
lischen Krankenhauses, Wichernstraße 8,
Münster.
www.juslink.de

Wohlfühlen mit Pilates

Seit nun einem Jahr bietet Silvia Dupin Pila-
teskurse in der Jüdefelderstraße an. Am 2. Mai
feierte „Pilates du Pin“ Geburtstag. Silvia
Dupin blickt glücklich zurück auf das erste
Jahr und mit Begeisterung in die Zukunft.

Das individuelle Training für jede Altersklasse
und das Trainieren in kleinen Gruppen er-
möglichen die persönlichen Erfolge im Kurs.
Dabei wird Pilates auf der Matte wahlweise
mit Bällen, Pilates-Ringen, Pilates-Rolls oder
ohne Geräte angeboten. Immer interessanter
für die Kursteilnehmer wird das Training auf
dem Allegro-Reformer, einem Gerät, auf dem
man im Sitzen oder Liegen gegen Widerstand
arbeitet. Je nach Trainingsziel werden klas-
sische und individuelle Übungen angepasst.
Der Pilatetrainerin ist es wichtig, auf die Per-
sönlichkeit und die gesundheitlichen Bedürf-
nisse jedes einzelnen Trainierenden einzuge-
hen.

Silvia Dupin bildet sich fort, um die Trainings-
einheiten für ihre Kunden umfangreich und

interessant zu gestalten. So nimmt die erfah-
rene Pilatetrainerin mehrmals im Jahr an in-
teressanten Fortbildungen teil, wie aktuell an
„Pilates für Runners & Bikers“.

Ein weiteres Angebot ist das Faszientraining
mit Cederic Osei. Der geprüfte Sport- und
Gymnastiklehrer konzentriert sich dabei auf
die Bindegewebsstruktur, wodurch der Körper
flexibler und belastbarer wird. Das Wohlbefin-
den der Teilnehmer ist für „Pilates du Pin“ von
zentraler Bedeutung: „Wir möchten, dass Sie
sich wohlfühlen, darum legen wir großen Wert
auf die angenehme Atmosphäre in unseren
Räumen“.

Silvia Dupin hat ihre Leidenschaft zum Beruf
gemacht und möchte auch in den kommenden
Jahren Menschen jeden Alters in ihrem Studio
für diesen Sport begeistern.

Pilates du Pin
Jüdefelder Straße 43
48143 Münster
Tel. 02 51 98 11 87 72
www.pilates-du-pin.de

Pilates
du Pin

„ Pilates ist eine wunderbare
Möglichkeit um Körper und
Geist in Einklang zu bringen.“

JOSEPH H. PILATES

Eine spürbare Unterstützung
in vielerlei Hinsicht.

Unterstützt die Linderung orthopädischer Beschwerden

- > stressbedingter Verspannungen
- > div. Rückenbeschwerden
- > Arthrose und Osteoporose
- > Haltungs- und Bewegungsdefizite

Unterstützendes Training bei anderen Hauptsportarten

- > wie Tanz, Tennis, Golf, Reiten, Rennrad, Fußball,
Skisport uva.
- > Rehabilitative bzw. präventive Unterstützung
für eine bessere Beweglichkeit

Gutschein
für eine Schnupperstunde

Bitte um telefonische Anmeldung
☎ 02 51 - 98 11 87 72

Pilates du Pin | Jüdefelder Straße 43 | 48143 Münster
s.dupin@pilates-du-pin.de | www.pilates-du-pin.de

Tel. 0251 22102

Künstleratelier
Monika Schiwy
Atelier
ART & Weise
Coermühle 50
Haus Coerde

Teams
Kinder-
geburtstage

Malworkshop
verschenken

ART Salon
Aktzeichnen

www.malatelier-muenster.de

amarc21[®]
Immobilien
regional national international

Ihr Ansprechpartner vor Ort!



Karsten Meier

Immobilien kaufen und verkaufen
 bei den Experten von amarc21

Verkauf und Vermietung
 exklusiver und hochwertiger Immobilien

Frödensteige 5
 48265 Greven
 Tel.: 02571 9966979
 Fax: 02571 9968931
 Mobil: 0170 2173191
k.meier@amarc21.de
www.amarc21-greven.de

Kostenfreie Marktpreisermittlung für die Leser dieser Zeitung!

Jeder amarc21-Franchisepartner ist ein rechtlich selbstständiger Unternehmer.

Textanzeigen

Schenk dir und deiner Familie einen Malworkshop im Atelier ART & Weise, Malen mit Freunden, Kindergeburtstage, Vergolderkurs, Jungesellinnenabschied mit Aktzeichnen, Termine in den Ferien.. ART-Salon am 19.06.2016 „Die fromme Helene“ Hör-Schau-Spiel mit Gertrud W. Hosenberg, mit Kaffee u. Kuchen, 15 Uhr, Haus Coerde, Coermühle 50, Reservg: Tel. 22102 www.malatelier-muenster.de

Kreuzviertelrundgang: 11.06. 15 Uhr, mit Historiker Christoph Görlich, Anmeldung: Tel. 0251 22012

Gratis: Dein Münster-APP - gut informiert als Firma oder Verein Eintrag buchen: Die Smartphone App präsentiert Restaurants, Unternehmen und Events in Münster. Nutzen www.dein-ms.de

Akkordeon spielen -Dein Herzenswunsch? Einzelunterricht und Gruppenangebote bei Anne-Marie Grage. info@Akkordeonspielerin.de Telefon 0163 - 972 08 69

Raum für Pilates gesucht montags, Tel. 2841488

11.06.2016 Eventraum Neueröffnung ab 17 Uhr: Ostmarkstr. 10, mit Helga Dieckmanns „Inspirationen“ **Visionen e.V. - das Netzwerk** für Freiberufler und Unternehmen, die in Planung sind. Vielzweckraum (20qm) für Ausstellungen, Treffen, Vorträge www.visionen-ev.de

Raum für Ausstellung, gemeinsames Kochen oder fürs „bekocht werden“, für Versammlung und Vortrag, Tel. 0251 22102, www.mietraum-muenster.de

Kindergeburtstage im Künstleratelier oder fürs Treffen mit dem Team und Malen mit Freunden. Tel. 017610239113 www.malatelier-muenster.de

Wassergenuss wie aus Ihrer eigenen Quelle! Reinheit durch hochwertige Filter, Gebirgsbach-Frische durch Wirbler mit edlen Metallen und Steinen - aus Ihrem Wasserhahn! WasserWohl Elisabeth Jenders, Tel. 02504-7802 www.wasserwohl.de

Trauerreden Lisa Schüßler-Meisen
 Telefon 0251 39776712
www.trauerreden-muenster.de

Tanzschule Husemeyer an der Salzmannstr. 56a lädt ein am 25.06.2016 ab 14 Uhr zum Kinderfest „Tag der offenen Tür“ ab 17:00 Uhr

Redaktionsmitarbeiterin übernimmt Lektorat, Pressearbeit, Internetdienstleistungen, Online Redaktion, Einladungstexte... Tel. 017610239113

Ihre Veröffentlichung im nächsten Heft: Buchen Sie Anzeige oder Advertorial. Ausgaben online: www.x4telzeitung.de redaktion@x4telzeitung.de Telefon 017690778561 Die x4telzeitungsredaktion bietet Praktikumsplatz www.x4telzeitung.de



Dörthe Pferdekamp
 Physiotherapie & Osteopathie

Physiotherapie · Osteopathie · Manuelle Therapie
 Lymphdrainagetherapie · cranio-sacrale Therapie
 Massagen · Wärmetherapien · PNF · Pilates

Maximilianstraße 56 · 48147 Münster
 Telefon (0251) 2 84 14 88
www.physiotherapie-pferdekamp.de · www.osteopathie-pferdekamp.de

Wie grün ist Ihre Website?

Klimaneutrales Hosting ohne Kohle und Atom: www.lands-concepts.com (02 51) 70 36 69 - 52

Wir verwenden für Server und Rechenzentrum Ökostrom von Greenpeace Energy.



lands
 NEXT GENERATION CONCEPTS



749€
statt 899€

BIS ZU 50% RABATT

Beachten Sie unsere Eröffnungsangebote*

Liegeräder
Fahrradanhänger
Kinderfahrräder
Zubehör

Familie & Mobilität

NEUERÖFFNUNG
IN MÜNSTER-KREUZVIERTEL

* gültig bis 30.06.2016

1.2.3Rad
Langemarckstr. 10, 48147 Münster
Telefon: 0251 / 93259300
Mehr Infos über Kindercar finden Sie auf: www.kindercar.de / E-Mail: info@kindercar.de



Atelier ART & Weise
90 qm für Malworkshops,
Kindergeburtstag, Malen mit
dem Team, Aktzeichnen, ART
Salon, Theater, Vergolderkurs
für Gruppen u. als Geschenk

Atelier ART & Weise

Telefon 0251 22102

atelier@raum-muenster.de

Haus Coerde, Coermühle 50, Münster
www.malatelier-muenster.de





Golf-Club Aldruper Heide

... der freundliche Landclub

Start im Golf-Club Aldruper Heide
- könnte es bald auch für Sie heißen.

Golf-Club Aldruper Heide, Aldruper Oberesch 12, 48268 Greven
Tel. 02571-97095, E-Mail: info@golfclub-aldruper-heide

Direkt vor Ihrer Haustür liegt der Golfplatz Aldruper Heide zwischen Greven und Gimble!

Bei uns finden Sie, was Sie anderswo suchen müssen:

- 18 top-gepflegte Bahnen
- Ganzjahresgolf
- freies Spiel ohne Startzeiten
- freundliche Clubatmosphäre
- ein barrierefreies, geselliges Miteinander
- gesund gestaltete Freizeit
- einmalige Golf-Natur-Erlebnisse
- eine engagierte Jugendarbeit
- unterschiedliche Modelle von Mitgliedschaften
- Mitgliedschaft für Kinder und Jugendliche gegen einen geringen Unkostenbeitrag

und, und, und...

UNSER KOSTENLOSES ANGEBOT
anrufen - kommen - ausprobieren

Nehmen Sie über unser Sekretariat Kontakt mit uns auf

Tel. **02571-97095** bzw. E-Mail: info@gc-ah.de