

GÜTSEL



GÜTA
TAXI
 Krankenfahrten
 Rollstuhlbeförderung
 Clubreisen bis 30 Personen
13 111

Die Baustoff-Partner
 Bussemas - Pollmeier - Zierenberg
www.diebaustoffpartner.de

GÜTERSLOH CITY LIFE

Gütsel City Suvey, Job-Schräder-Ausstellung
 Nászay liest Rosin, Vier-Jahreszeiten-Park Oelde
 Erster Tuba- und Euphonium-Workshop OWL

KUNST, KULTUR, SPORT

Greenpeace-Fotoshow im Multiplex am ZOB
 Lesetipps, Stick Men, Gütsel Kinocharts, FCG, FSV
 Erstes Gütsler Bluesfestival, Sonneborn Live



GRATIS
POP UP SHOP
 GÜTSEL UNSHOP
 ONLINE

HEINZ STRUNK

WEBEREI, 14. FEBRUAR





BEWERBEN LOHNT SICH!

Der Caritasverband für den Kreis Gütersloh bietet Hilfe für Menschen, die auf Hilfe angewiesen sind.

Whatsapp: **0151 / 25738917**

bewerbungen@caritas-guetersloh.de

www.caritas-jobs.info

Wir freuen uns auf Sie!



Caritas Gütersloh

Helfen. Pflegen. Beraten.



Total lokal

Gütsel City Survey 2023, Auktion, Sparkasse

Business und Lifestyle

Pop-up-Onlineshop, Kleinanzeigen, Vesperkirche

Fußball in Gütersloh

Neues und Aktuelles von FCG und FSV

Essen und Trinken

Gastro-Reservierungen, Avocado-Rezept, Wein des Monats

Gesund und Fit

Caritas-Jubiläen, Pflegedoof-Buch, Schlaflabor, Verein »Herzklar«

Kunst und Kultur

Kultur-Räume, Weberei, Kino, Lesetipps, Schindler-Lesung

Automobiles

Ora Funky Cat, Škoda Fabia Rally2, Lack- und Dellendoktor

McGütersloh 🍔 🤔 🙌

Was wohl die Gastronomin von »Maries Bistro« am Kolbeplatz denkt, wenn ewig diverse Klugsch ... ähm ... Imperten beklagen, die Gütsler Innenstadt sei unattraktiv und es gebe keine Gastronomie dort? Oder wenn Jungimperten Fast Food Fordern (FFF) – können die Jungimperten nur Burger oder Donuts von Franchiseketten fressen? Wird ihnen von richtigem Essen schlecht? Oder schmeckt ihnen das nicht (Dr. Mäkel lässt grüßen)? Nicht umsonst hat Max Goldt festgestellt, was das Erfolgsgeheimnis von Mäckes ist: Die Produkte schmecken nicht richtig gut, aber auch nicht richtig scheiße (so Goldt), sie sind weich, lauwarm, sodass sie jeder irgendwie mag, weil sie anspruchslos sind, sie sind nicht kalt, aber man verbrennt sich auch nicht die Zunge, sie sind leicht zu kauen. Jedenfalls mag sie praktisch niemand nicht. Und man weiß eben, was man hat. Wenn man in Taiwan so einen Grillletta kauft, dann schmeckt er so wie überall. Ein Grund mehr, dort hinzufahren (beziehungsweise zu fliegen, sich dort hinzubgeben). Wahrscheinlich war das auch ein Grund für Nancy Pelosis Visite, oder? Bei den einen Läden gibt es künstliches Grillaroma, bei den anderen schmeckt der Standardhamburger eher nach nichts, nach einem feuchten Lappen – ein čevapčići-ähnlicher Burger schmeckt grauenhaft künstlich. Oder man hat es mit manierierten Anbietern zu tun, die Burger zu Kulinarika Erster Kajüte hochsterilisieren und mit schwarzen Gummihandschuhen servieren. Der einzige Burger, der wirklich schmeckt – und dank John Travolta und Samuel Leroy Jackson im Jahrhundertfilm »Pulp Fiction« wissen wir, dass er in den USA Quarterpounder heißt – ist der Royal (in der TS Version). Dank der Zwiebeln und der Mayonnaise (Majonäse) schmeckt er gut. Der Text geht [online](#) weiter ...



Christian Schröter

Impressum

Herausgeber, Verlag, Drucker, V. i. S. d. P.
Christian Schröter AGD
Design, Kommunikation, Marketing
Königstraße 56
33330 Gütersloh
Telefon +4952412333816
Mobil +491722373028
E-Mail info@guetsel.de
www.guetsel.de

Vertrieb

Christine Wandert, Mediamarketing
Benjamin Blomberg
Nikolaos Damianidis
Gütsel App für iOS und Android



**THOMAS KÖNECKER
NEUER STADTKÄMMERER
IST JETZT IM AMT**



**1. TUBA UND EUPHONIUM
WORKSHOP OSTWESTFALEN
10 BIS 12. FEBRUAR 2023**



**STEFAN NASZÁY LIEST AUS
EHRlich WIE 'NE CURRYWURST
VIER-JAHRESZEITEN-PARK**



**KKC-KARNEVALSSITZUNG
AM SAMSTAG, 4. FEBRUAR 2023
GÜTSLER BRAUHAUS**

Weihnachtsgrüße vom Verein Daheim, Pollmüllers Weihnachtsbäckerei, Weberei, Kintickets Cinemaxx Vue Bielefeld gewinnen, Weihnachtspüte, Balkonkraftwerke, Bald Letterpress, No Planet B, Antonio Ugia, Malerei und Duft, Herrnhuter Sterne, Gastro-Ticker, Tanzpartys Stüwe-Weissenberg

FOTOS: SUSANNE CLEMENS, TITTEL: DENNIS DIRKSEN, POWERLINE AGENCY, GPR, CONGER DESIGN, ECO WIN VERLAG, KAREPA STOCK, DEPOSITPHOTOS



Vita Dance in Gütersloh

Die Tanzschule Stüwe-Weissenberg bietet auch 2023 wieder Vita Dance für Frauen ab 50 Jahren an. Ein echtes Wundermittel, das besser als so manche Medizin wirkt und die Lebensfreude stärkt.

Vita Dance ist ein gesundheitsorientiertes und geselliges Tanz- und Bewegungskonzept, das für Damen ab 50 Jahren entwickelt wurde. Gemeinsam mit ausgebildeten Trainerinnen verbessern sie ihre Beweglichkeit, Balance, Kraft und Ausdauer und trainieren ihre mentale Vitalität. Neben der Gesunderhaltung von Körper und Geist geht auch darum, gemeinsam mit anderen die Freude an Tanz und Musik zu teilen und eine besondere Zeit zu haben: »Probieren Sie es aus! Eine Stunde Vita Dance dauert 60 Minuten. Es wird auf hüpfende Bewegungen und Übungen auf dem Boden verzichtet. Der Einstieg ist jederzeit ohne Vorkenntnisse möglich.« Vita Dance ist ein echtes Wundermittel und wirkt besser als so manche Medizin. Es baut Stress ab, wirkt stimmungsaufhellend, hilft gegen Rückenschmerzen, verbessert die körperlichen Fähigkeiten und trainiert



das Gehirn. Und das Wichtigste – es macht jede Menge Spaß.

Schnupperstunden Gütersloh
mittwochs 14.30 Uhr (Starttermine 25. Januar und 1. Februar),
Bielefeld donnerstags 10.15 Uhr (Starttermine 26. Januar und 2. Februar),
Einstieg jederzeit möglich, Infos [online](#) ...

FOTO: ADOBESTOCK

Diakonie-Tagespflege

Wenn Menschen pflegebedürftig oder dement werden, benötigen sie und ihre Angehörigen zunehmend Unterstützung. Tagespflege entlastet sie, die Diakonie Gütersloh führt Wartelisten.

Tagespflegen bieten die Möglichkeit, »wieder unter Leute zu kommen«. Und sie können für eine deutliche Entlastung sorgen. Allerdings ist die Nachfrage nach solchen Plätzen allgemein groß. So berichtet die #Diakonie #Gütersloh von langen Wartelisten in der Kreisstadt und in Beckum. Verglichen damit ste-

he Rheda-Wiedenbrück vor einem »Luxusproblem«. Dort wird die Diakonie nach dem »Haus am Fichtenbusch« ihre 2. Einrichtung eröffnen, und zwar an der Oelder Straße. Das Richtfest wurde bereits im Dezember 2022 gefeiert. Noch sind in beiden Häusern der Diakonie Plätze für Bedürftige frei. [Mehr](#) ...



FOTOS: DIAKONIE GÜTERSLOH



Pop up Onlineshop

Der Gütsel UnShop ist ein Pop up Onlineshop, ideal zum Schnuppern und für Kleinunternehmen, die nicht über die Ressourcen zum Betreiben eines Onlineshops verfügen. Das Konzept basiert auf dem KISS-Prinzip (»Keep it simple and stupid«). Produkte oder Kategorien, Texte und ein Teaserbild lassen sich schnell einfügen. Der Frontend hat ein wenig das Look and Feel eines Onlineshops. Der Gütsel UnShop generiert dabei aber nur Anfragen und Kontakte, sodass es kein Rückgaberecht gibt, da kein »Fernabsatzgeschäft« stattfindet. Nach Absprache mit dem Kunden können die Produkte im Geschäft oder privat angeschaut werden, persönlich geliefert werden – wie genau das Geschäft stattfindet, wird persönlich mit dem Kunden abgesprochen.

**INFOS ZUM UNSHOP
 GRATIS BEI GÜTSEL PRINT UND ONLINE
 GÜTSEL MARKETING (GTM)**

seit 100 Jahren
 live and swinging

Tanzen lernen und erleben

jedes Alter
 jeden Tag
 jederzeit

- Gesellschaftstanz
 - Jugendkurse
 - Hip Hop
 - Zumba
- Kindertanzen
- Seniorenkurse
- Fitnesskurse
- Vita Dance

Tanzschulen bei
Stüwe & Weissenberg

Kirchstraße 22
 33330 Gütersloh
 Telefon (05241) 18 15
 E-Mail info@ich-tanze.de

Breite Straße 47
 33602 Bielefeld
 Telefon (05 21) 17 03 04

www.stuewe-weissenberg.de

Der Monat in 10 Minuten



Thomas Könnecker, neuer Stadtkämmerer und Beigeordneter für Finanzen, Recht, Ordnung und Technisches Gebäudemanagement

Leserbrief 2.0 bei Gütsel Online

Contents und Branchenbucheinträge können live kommentiert werden

Bei Gütsel Online können die Contents live kommentiert werden – das ist der Leserbrief 2.0. Auch Branchenbucheinträge können kommentiert werden, dabei kann man seinen eigenen Kommentar bewerten. Alle Beiträge werden redaktionell geprüft und erst dann freigeschaltet. Kommentare sind auch anonym möglich.

Dünger und Wasserhaushalt

Wasserkooperation nimmt Felder in Rheda-Wiedenbrück in Augenschein

Jüngst haben die Mitglieder der vorbeugenden Wasserkooperation der Stadt Rheda-Wiedenbrück und Mitglieder des Beirates der Kooperation die Felder auf den landwirtschaftlichen Betrieben Rainer Meloh-Hollenbeck, Markus Witte und Heiner Renners begutachtet. Thema der Begehung war die Frage, ob Grunddüngung, Düngung mit Wirtschaftsdünger und mineralischem Dünger und die Bewirtschaftungsintensität einer Ackerfläche Einfluss auf den Wasserhaushalt haben. Die durchschnittlichen Niederschlagsmengen betragen rund 760 Liter pro Quadratmeter und Jahr.

Terminkalender Marienfeld

Onlineterminale der Marienfelder Vereine bei Gütsel Online verfügbar

Der komplette Terminkalender 2023 der Marienfelder Vereine ist bei Gütsel Online verfügbar. Geboten werden Veranstaltungen wie Möpkenbrot und Bratleberwurst, Schützenfeste, Karneval, Infoabende, Ausflüge, Klostersgespräche, Wanderungen und traditionelle Events.

Handmade Nähdesign

Liebevoll handgefertigte Unikate verkauft die Delbrückerin Sarah Brickwedde unter dem Label »Handmade Nähdesign« online bei Etsy und Ebay-Kleinanzeigen, offline auf Handwerksmärkten und bis zum 31. Januar 2023 auch im Gütsler Pop-up-Regal an der Berliner Straße vis-à-vis der Sparkasse. Zum Sortiment der 32-Jährigen gehören selbstgenähte Taschen, Babyartikel und Leseknochen. Jeden Monat bekommen lokale Kleinunternehmer die Möglichkeit, ihre innovativen, handgemachten oder besonders sorgsam gestalteten Produkte gratis zu präsentieren.



Offenes Rathaus Gütersloh

Keine Corona-Zugangskontrollen mehr, Terminvereinbarungen bleiben

»Wir werden wieder ein offenes Rathaus.« Die Stadt verzichtet auf die Corona-Zugangskontrollen am Rathaus. Sicherheitskräfte sind weiterhin vor Ort, um den Besuchern bei der Orientierung zu helfen und die Mitarbeiter in kritischen Situationen zu unterstützen.



**SEWERIN MULTITEC 540
EINSATZFALL »ZWISCHENRAUM«
GASMESSGERÄT AUS GÜTSEL**



Mandoline, Instrument des Jahres

Werke für ein einzigartiges Instrument werden bis heute geschrieben

Der Landesmusikrat präsentiert 2023 die Mandoline in Nordrhein-Westfalen als »Instrument des Jahres«. Über das Jahr hinweg richten der Landesmusikrat und seine Partner Veranstaltungen in Wuppertal, Solingen, Düsseldorf, Aachen und Essen aus, die die Mandoline als Instrument des Konzerts und der Kammermusik in verschiedenen historischen Facetten vorstellen. Mehr dazu [online](#) ...

Moto 59 bei Lieferando

Das Lokal Moto 59 an der Eickhoffstraße liefert jetzt per Lieferando nach Hause

Die Moto 59 Foodgarage liefert jetzt über Lieferando auch nach Hause. Angeboten werden Suppen, Salate, Pizza, Pasta, Bowls, Fleischgerichte, Burger, Schnitzel, Kindergerichte, Panuozzo, Beilagen und Getränke. Preislich, aber auch vom Belag her, sind es freilich Luxuspizzas. Gütsel wird sie demnächst testen.

Sewerin-Gasmessgerät

Sewerin Gasmessgeräte zur Zwischenraumüberwachung nach TRAS 120

Die mobilen Sewerin-Gasmessgeräte »Multitec« sind speziell für die Überwachung von Gasgemischen ausgelegt, wie sie etwa in Biogasanlagen entstehen. Die am 21. Januar 2019 veröffentlichte Technische Regel für Anlagensicherheit (TRAS 120) vom Umweltministerium stellt hohe Sicherheitsanforderungen an den Betrieb und die Errichtung von Biogasanlagen. Hierbei stehen Aspekte der Personensicherheit ...



**STADTWERKERIN
DR. MECHTILD MEIER
IM RUHESTAND**

»TriPalooza« DJ Festival in Gütsel?

Kürzlich wurde ein »DJ-Festival« auf dem Dreiecksplatz angekündigt

Da der Sprecher des jetzt angekündigten, sogenannten »TriPalooza«-Festivals nicht auf Anfragen reagiert, bleibt nur das, was in einer ersten Mitteilung mitgeteilt wurde. Demnach soll ein DJ-Festival stattfinden, ohne Alkohol, dafür mit Vegan Food aus Foodtrucks. Ein Bielefelder Veranstalter plant offenbar, die Bühne an der breiten Seite aufzustellen und »etwas für die Jugend zu tun«. Auch soll auf die üblichen Bierzeltgarnituren verzichtet werden.

Kita-Homepage, Halle (Westfalen)

Einrichtungen im Trägerverbund des Kirchenkreises mit neuer Homepage

Wenn man wissen will, wo die nächste Kita ist, sucht man sie im Internet. Wenn man Informationen zu Öffnungszeiten von Familienzentren braucht oder schauen will, ob es freie Kitaplätze gibt oder ob es Stellen für Erzieher & Co. gibt, normalerweise auch. Bisher hatten die 22 Kitas, die zum Trägerverbund des Evangelischen Kirchenkreises Halle (Westfalen) gehören, alle eigene Homepages in sehr unterschiedlichen Formen und Umfängen.

Zentrenmanagement Gütersloh

Die Gütersloher Innenstadt soll weiterhin zukunftsfit werden

»Zwecks Zukunftsfähigkeit findet nun das nicht unsinnvolle Projekt »Zentrenmanagement« statt, an dem sich die Stadtplanung und Tochterfirmen der Stadt Gütersloh beteiligen. Im Rahmen des Projekts findet eine hochprofessionelle Online-Umfrage zur Zukunft der Innenstadt statt«, so ein Profi.

Arbeitsmarkt Bielefeld, Gütersloh

Jahresbilanz, der Ukraine-Krieg beeinflusste 2022 den Arbeitsmarkt

Die Auswirkungen des Ukraine-Krieges und der weltwirtschaftlichen Situation kennzeichnen den Arbeitsmarkt 2022. Hatte der Beginn des Krieges im Frühjahr zunächst kaum Auswirkungen auf die Arbeitslosenzahlen, sorgte der Übergang der Flüchtlinge aus der Ukraine vom Asylbewerberleistungsgesetz ins SGB II für einen Anstieg. Im Kreis Gütersloh lag die Arbeitslosenzahl im Durchschnitt bei 8.180 Personen und ist im Vergleich zum Vorjahr um 5,2 Prozent gesunken. Die durchschnittliche Arbeitslosenquote ist von 4,0 Prozent im Vorjahr auf 3,8 Prozent 2022 gesunken.

Dr. Mechtild Meier im Ruhestand

Stadtwerkerin aus Leidenschaft, Leiterin Technik im Ruhestand

Nach mehr als 33 Jahren bei den Stadtwerken Gütersloh ist Dr. Mechtild Meier, Leiterin Technik und Erzeugung, Ende 2022 in den Ruhestand gegangen. Der Betrieb der Wassergewinnungsanlagen, Überwachung der Wasserqualität, Kooperationsvereinbarungen, Wasserrechtsverfahren, Akkreditierungen, Ausbildung von Chemielaboranten und Anlagenmechanikern, Bau und Betrieb von Anlagen zur Erzeugung regenerativer Energien standen unter ihrer Verantwortung. Hinzu kamen weitere Projekte und Maßnahmen, so war sie die Gründungsgeschäftsführerin der Netzgesellschaft Herzebrock-Clarholz (NHC) 2013 und hatte 2014 auch die Interimgeschäftsführung der Netzgesellschaft Gütersloh (NGT) inne.

Leon und Ella sind beliebt

Die beliebtesten Vornamen in Gütersloh sind Leon und Ella

1.916 Geburten wurden beim Standesamt Gütersloh registriert. Leon und Ella wurden die Neugeborenen im vergangenen Jahr am häufigsten genannt. In NRW waren erneut Emilia und Noah die beliebtesten Vornamen – beide finden sich auch in Gütersloh unter den Top 5 des vergangenen Jahres.

Azubi-Kontaktbörse

Berufsparcours Harsewinkel und Herzebrock-Clarholz am 8. März

Am Mittwoch, 8. März 2023, findet von 8 bis 13.30 Uhr der 13. Berufsparcours Harsewinkel und Herzebrock-Clarholz statt. Rund 600 Schüler der 8. und 9. Jahrgangsstufen des Gymnasiums Harsewinkel und der Gesamtschulen Harsewinkel und Herzebrock-Clarholz werden an dem Event teilnehmen. Veranstaltungsort des Berufsparcours ist die bekannte Mehrzweckhalle am Prozessionsweg 2 in Harsewinkel.

**SCHULE FÜR
TAI CHI CHUAN**

Tai Chi Chuan Gütersloh
Schule Angela Spannhake
Mobil (01 75) 5 96 39 56
E-Mail taichi@taichi-guetersloh.de
www.taichi-guetersloh.de



DER GÜTERSLOHER MOPS
LAUFWEG IN DER INNENSTADT
GÜTERSLOH-ANALYSIERT

FOTO: MOPPS: CHARLES DELUVIO

Online City Survey 🍌👉👉👉

Das aktuell von der Stadt Gütersloh beauftragte »Planungsbüro« »Stadt und Handel« aus Dortmund erfragt die verschiedenen Einschätzungen und Wahrnehmungen zur Gütersloher Innenstadt. Es geht um eine »gemeinschaftlich getragenen Vision« für die Innenstadt« und konkrete Projekte für die Zukunft.



DR. SUSANNE RÖMER

Nachdem in den vergangenen Jahrzehnten bereits viel Geld für sogenannte »Masterpläne« sinnlos verbrannt wurde, soll nun das Projekt »Zentrenmanagement für die Gütersloher Innenstadt« stattfinden. Dabei geht es darum, die Idee von einer lebendigen Innenstadt für alle »neu zu justieren«. Beauftragt wurde wie üblich ein ortsfremdes »Planungsbüro« aus Dortmund. Ähnliche »Büros« haben in der jüngeren Vergangenheit bereits originelle Dinge wie die »Gütersloher Acht«, die »Gütersloher Banane«, verschiedene »Sichtachsen« und höchst sinnvolle »Erlebarmachungen«, etwa von Grünflächen am Amtsgericht oder des Dreiecksplatzes mittels eines Brunnens, erfunden.

Aktuelles Projektziel 2023

Ziel des Projektes ist es, gemeinsam mit Interessierten eine »Strategie« für die Gütsler Innenstadt zu entwickeln, die den vielfältigen Anforderungen an ein vitales, nachhaltiges und anpassungsfähiges Zentrum gerecht wird. Ein wichtiger Baustein ist eine nicht unsinnlose Onlinebefragung, die noch bis Ende Januar läuft.

Planungshistorie in Gütersloh

Man kann Innenstadterfolg nicht planen oder verordnen. Das funktioniert seit Jahrzehnten nicht. 2003 hat Jörg Konken vom sogenannten »Stadtmarketing« einen McDonald's-Imbiss befürwortet. Im »Masterplan Innenstadt 2002« war ein Brunnen für den Dreiecksplatz vorgeschlagen worden. In diesem Plan gab es auch die »Gütersloher Acht« und die »Gütersloher Banane« [sic!], Gütsel hat aus dem Stadtplan den »Gütersloher Mops« herausgelesen. Was ist aus dem Masterplan geworden? Nichts. Sinn und Zweck von Stadtplanung ist freilich nicht die Stadtplanung. Das Ziel

ist es nicht, dass sie am Ende auch stattfindet. Wenn das funktionierte, wäre die Stadtplanung überflüssig. Sie darf und will ergo gar nicht funktionieren, denn dann bräuchte man sie nicht mehr. Man stelle sich einmal vor, ein solches »Konzept« würde umgesetzt und wäre erfolgreich. Dann hätten die teuren Beraterfirmen und die Stadtplaner nichts mehr zu tun. Es geht um Profit, und die Politik arbeitet dem zu. Würde man einen Gütsler ein »Konzept« erarbeiten lassen? Natürlich, denn die Gütersloher Politik ist ja für die Gütersloher da. Auch ist Systemgastronomie wohl »qualitätvoll«, wie es CDU-Chef Ischo Can einst sagte (das Wort gibt es zwar nicht, aber Qualität kann auch gering sein oder sich lediglich auf die Lebensmitteltechnik beziehen), aber sie ist nicht niveauevoll. Stadtentwicklung ist ein dynamischer Prozess, der nie aufhört. »Gütsel hatte im Sommer 2021 einen wissenschaftlich fundierten, elaborierten und psychologiebasierten Sense Of Community (SoC) Survey auf Basis der Community-Science-Gesellschaft vorgeschlagen, was selbstverständlich ignoriert wurde«, so Dr. Römer.



Job Schröder, »Querschnitt«

Elektro Plus, Trend Balkonkraftwerke, Stecker rein, Sonne drauf und los geht's. Ob Eigenheimbesitzer oder Mieter: Jeder kann zur Energiewende beitragen. Auch im besten Kreis Gütersloh.

JOB SCHRÖDER ZEIGT
EINEN QUERSCHNITT SEINER
ARBEITEN, GALERIE ET



Der Kulturverein Borgholzhausen zeigt in der Galerie Et unter dem Titel »Querschnitt« Arbeiten (Malerei, Zeichnungen, Skulpturen) von Job Schröder (stellvertretender Vorsitzender des Kulturvereins Borgholzhausen). Die Vernissage findet am Sonntag, 15. Januar, um 11.30 Uhr statt, Begrüßung Dr. Sven Keppler (Vorsitzender vom Kunstkreis Versmold), Einführung Ulrike Poetter.

FOTO: KULTURVEREIN BORGHOLZHAUSEN, JOB SCHRÖDER

Joseph »Job« Schröder wurde in Brual (Ems) geboren, unternahm 1937 ein Fernstudium der Malerei und ein Wanderjahr, studierte von 1959 bis 1962 Architektur und zwischenzeitlich Zeichnen, von 1962 bis 1967 arbeitete er im Düsseldorfer Architekturbüro Brune mit und es gab eine erste Begegnung mit der Gruppe »Zero« (Mack, Uecker, Pienne) in der Galerie Schmela, Düsseldorf. Von 1968 bis 1979 war er freier Mitarbeiter in verschiedenen Architekturbüros und gründete 1979 ein eigenes Architekturbüro in Borgholzhausen. Schröder ist Mitbegründer des Kunstkreises Versmold, Stellvertretender Vorsitzender des Kulturvereins Borgholzhausen und hat in zahlreichen Einzel- und Gruppenausstellungen ausgestellt.

**15. Januar bis 5. Februar 2023,
Galerie Et, Kunstkreis Versmold, Münsterstraße 7 ...**



Jagd-Nachlass-Auktion

Am 4. Februar wird im Auktionshaus Detlef Jentsch ein Jagd-Nachlass mit Jagdgegenständen, Schmuck, Gemälden, Porzellan und Varia versteigert. Die Besichtigung findet von 12 bis 14 Uhr statt.

Deutschlands bekanntester Auktionator lädt im Februar 2023 zur Versteigerung eines Jagd-Nachlasses ein. Zur Auktion gelangen Goldschmuck, zum Teil mit jagdlichem Dekor wie Grandeln, Gewicht rund zwei Kilo, dazu handgearbeiteter Silberschmuck, Golduhren, Goldmünzen, jagdliche Silberobjekte, Werke der Jagdmaler Fritz Laube (1914 bis 1993), Paul Westerfrolke, Arnold Schatz (1929 in Stepenitz ge-

boren, gestorben 1999), Porzellan der Manufakturen Meissen, Königlich Kopenhagen, Ludwigsburg, Königlich Berlin, sowie Varia und antike jagdliche Gegenstände.

Samstag, 4. Februar 2023, Besichtigung von 12 bis 14 Uhr, Auktionsbeginn 14 Uhr, Auktionshaus Detlef Jentsch, Verler Straße 1 a, 33332 Gütersloh, Telefon +49524113168

FOTO: HANS



KONTOAUSZÜGE
TIPPS DER SPARKASSE
AUFBEWAHRUNG

KONTOAUSZÜGE AUFBEWAHRUNGSPFLICHT DIGITAL AUFBEWAHREN

Von der Sparkasse und anderen Finanzinstituten bekommt man regelmäßig Informationen zu seinem Kontostand. Diese kann man digital aufbewahren, ausdrucken, oder einfach löschen. Letzteres ist jedoch nicht unbedingt sinnvoll. Die Pflicht, Bankauszüge aufzubewahren, gibt es für Privatpersonen nicht. Sie aber ungelesen zu löschen oder wegzwerfen ist auch nicht ratsam. Denn Kontoauszüge haben durchaus einen Sinn: Wer sie prüft, kann kontrollieren, ob bei Kartenzahlung auch keine fälschen oder sogar unberechtigte Beträge abgebucht wurden, wofür im Monat eigentlich das meiste Geld ausgegeben wird. So lässt sich das eigene Finanzverhalten besser analysieren. Das geht aber eben nur mit Kontoauszügen.



KAY KLINGSIECK

»Wenn Sie Ihr Finanzverhalten analysieren, können Sie die Ausgaben gezielt senken und damit die monatlichen Sparraten erhöhen. Davon abgesehen sind Kontoauszüge auch ein Nachweis darüber, dass man eine Rechnung beglichen hat. Das gilt für die Miete genauso wie für eine Steuernachzahlung oder ein gekauftes Produkt. Darum ist es sinnvoll, Kontoauszüge nicht direkt zu löschen oder wegzwerfen. Ob Sie sie digital aufbewahren oder ausgedruckt abheften, ist jedoch Ihnen überlassen. Digitale Kontoauszüge nehmen höchstens Platz auf der Festplatte weg. Unter Umständen sind sie dort auch durchsuchbar. So finden Sie einen strittigen Beleg schneller, als wenn Sie sich durch Papierunterlagen blättern.«

FOTOS: SPARKASSE GÜTERSLOH-RIETBERG

Martin Sonneborn Live

Der europaparlamentarische Satiriker Nummer Eins kommt am 8. März nach Gütsel und agitiert für die »Partei«. Sonneborn hält es weiterhin für witzig, trotz seinerzeit schlüssiger wissenschaftlicher Argumentation heute im EU-Parlament zu sitzen. Der Eintritt zu der Veranstaltung kostet auch noch Geld.

Für seine Titanic-Aktionen bejubelte ihn der »Stern« als »Krawallsatiriker mit Profilneurose«, für »Heimatkunde« lobte ihn der Berliner Kurier: »Üble Ossi-Hetzel! Wie kann ein Mensch die Oassis nur so hassen?!«

Kurzreportagen fürs ZDF

Nach seinen Kurzreportagen für die ZDF-Heute-Show trat der Geschäftsführer des größten deutschen Pharmaverbandes zurück und das chinesische Außenministerium verlangte Sonneborns Hinrichtung. Ein Abend mit Martin Sonneborn ist ein ganz unaufgeregtes Multimediaspektakel mit lustigen Filmen und brutaler politischer Agitation zugunsten der »Partei«, die in Deutschland immer noch unbemerkt nach der Macht greift.

Martin Sonneborn

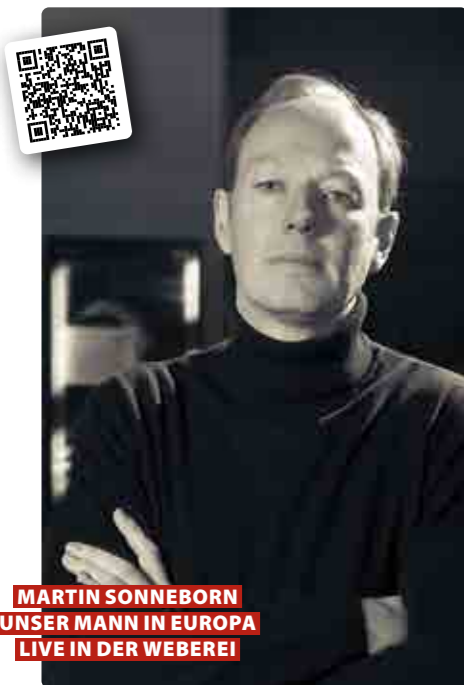
Sonneborn ist Mitherausgeber des Satiremagazins »Titanic«, geboren 1965 in Göttingen. Studium der Publizistik, Germa-

nistik und Politikwissenschaften in Münster, Wien und Berlin; Magisterarbeit über die absolute Wirkungslosigkeit moderner Satire. Sonneborn hält es für witzig, trotz seinerzeit schlüssiger wissenschaftlicher Argumentation heute im EU-Parlament zu sitzen.

Bestechungsversuch

Aufsehen erregte Sonneborns Bestechungsversuch bei der FIFA »Wie »Titanic« einmal die Fußball-WM 2006 nach Deutschland holte«. Sonneborn trat außerdem gemeinsam mit Redaktionskollegen der »Titanic« mehrfach als vermeintlicher Politiker großer deutscher Parteien auf und parodierte mit fiktiven politischen Positionen und Äußerungen landes- und bundespolitische Wahlkämpfe.

8. März 2023, 20 Uhr, Weberei, bestuhlt, freie Platzwahl, Vorverkauf 20 Euro, Abendkasse 22 Euro, Online-tickets unter weberei.de ...



**MARTIN SONNEBORN
UNSER MANN IN EUROPA
LIVE IN DER WEBEREI**

Vesperkirche 2023



Bei der Vesperkirche 2023 gibt es vom 5. bis zum 12. Februar in der Martin-Luther-Kirche Warmes für Körper und Seele für alle Gütsler, die kommen möchten. Die Kirche wird schon morgens geöffnet und es wird ein Frühstück angeboten. Mittags wird warmes Essen serviert.

Vom 5. bis zum 12. Februar heißt die Vesperkirche alle Gütsler in der gewärmten Martin-Luther-Kirche willkommen, ob als Gast, Helfer oder Sponsor. In diesem Jahr gibt es eine Woche lang von morgens bis abends Wärmendes. Die Kirche wird schon morgens geöffnet und es wird ein Frühstück angeboten. Im Laufe des Vormittags können sich die Besucher am Vesperkirchen-Flair erfreuen und bei einem Heißgetränk ein Rosinenbrötchen genießen. In der Mittagszeit stehen zwei warme Gerichte zur Auswahl. Auch nachmittags ist der Kirchraum zugänglich. Es gibt Kuchen, gebacken von der Arbeitslosenselbsthilfe (ASH) oder den Teilnehmern eines Volkshochschulkurses, und dazu ein Heißgetränk. Später werden vom Wertkreis Gütersloh belegte Brote bereitgestellt und heißer Tee serviert. Später am Abend folgt ein abwechslungsreiches Kulturprogramm, das noch bekanntgegeben wird. »Um dieses Vorhaben stemmen zu können, benötigen wir viele ehrenamtliche Helfer«, so das Team. Mehr dazu online ...



**DIE VESPERKIRCHE 2023
SERVIERT FRISCHEN KUCHEN
SYMBOLBILD »KUCHEN«**

MuseumsForum
Heinz Nixdorf

VON BIENEN UND ROBOTERN

11. FEBRUAR 10.30 BIS 15.30 UHR



FOTOS: FLO POPOW, SERGEI MAGEL, HNF

MF DACH-BESCHICHTUNG 1000 Für langfristig schöne und gut erhaltene Dächer





vorher



gereinigt



nachher

WIR CHECKEN IHR DACH!
KOSTENFREI!
RUFEN SIE UNS AN!

Die Vorgehensweise

- Eine Hochdruckreinigung ohne chemische Zusätze. Der Algen- und Moosbefall wird beseitigt.
- Die Dachfläche wird inklusive Grundierung 2 x beschichtet

Die Beschichtung

- wetterfest und wasserabweisend
- verhindert Algen- und Moosbefall
- umweltschonend (lösungsmittelfrei)

- hochelastisch und Risse überbrückend
- farbstabil und schmutzabweisend
- UV-beständig und wasserdampfdurchlässig

Dietmar Wienecke Dachreinigung • Dachbeschichtung • Bauelemente • Bautenschutz • Seit 1983

Von-Galen-Straße 34 · 33428 Marienfeld · Telefon (0 52 47) 7 81 16 · Telefax (0 52 47) 40 48 60 · Mobil (01 72) 5 27 76 46
E-Mail info@dietmar-wienecke-dachreinigung.de · www.dietmar-wienecke-dachreinigung.de

SYMBOLFOTO: CATS COMING



HEINZ STRUNK SOMMER IN NIENDORF IN DER WEBEREI

Das neue Buch von Heinz Strunk erzählt eine Art norddeutsches »Tod in Venedig«, nur sind die Verlockungen weniger feiner Art als seinerzeit beim Kollegen aus Lübeck. Ein bürgerlicher Held, ein Jurist und Schriftsteller namens Roth, begibt sich für eine längere Auszeit nach Niendorf: Er will ein wichtiges Buch schreiben, eine Abrechnung mit seiner Familie.

Am mit Bedacht gewählten Ort – im kleinbürgerlichen Ostseebad wird er seinesgleichen nicht so leicht über den Weg laufen – gerät er aber bald in die Fänge eines trotz seiner penetranten Banalität dämonischen Geistes: ein Strandkorbverleiher, der Mann ist außerdem Besitzer des örtlichen Spirituosen-geschäfts. Aus Befremden und Belästigtsein wird nach und nach Zufallsgemeinschaft und irgendwann Notwendigkeit. Als Dritte stößt die Freundin des Schnapshändlers hinzu, in jeder Hinsicht eine Nicht-Traumfrau – eigentlich. Und am Ende dieser Sommergeschichte ist Roth seiner alten Welt komplett abhandengekommen, ist er ein ganz anderer ...

»Mir stand beim Lesen oft der Mund offen, und jetzt, wo ich fertig bin, steht er mir immer noch offen. Das ist wie ein Mythos der Alten Griechen, in die Moderne gebeamt (und nach Niendorf)«, Ulrich Matthes.

Der Schriftsteller, Musiker und Schauspieler Heinz Strunk wurde 1962 in Hamburg geboren. Seit seinem ersten Roman »Fleisch ist mein Gemüse« hat er 11 weitere Bücher veröffentlicht. »Der goldene Handschuh« stand monatelang auf der Bestsellerliste und die Verfilmung durch Fatih Akin lief im Wettbewerb der Berlinale. 2016 wurde der Autor mit dem Wilhelm Raabe Preis geehrt. Sowohl sein Roman »Es ist immer so schön mit dir« als auch »Ein Sommer in Niendorf« waren für den Deutschen Buchpreis nominiert.

14. Februar 2023, 20 Uhr, Weberei, Vorverkauf 24 Euro, die Veranstaltung ist bestuhlt, freie Platzwahl



FOTO: DENNIS DIRKSEN, POWERLINE AGENCY



**NEBELHAFTES WERK
VON IRENE MÜLLER IN DER
STADTHALLENGALERIE**



Irene-Müller-Ausstellung

In der Galerie im Forum der Stadthalle Gütersloh wird noch bis April 2023 die Ausstellung »Vielseitig« von Irene Müller gezeigt, montags bis freitags von 8 bis 12 Uhr und bei Veranstaltungen.

Seit dem 13. Januar stellt Irene Müller ausgewählte Bilder in der Galerie im Forum der Stadthalle Gütersloh aus. Ihre surrealen Gemälde zeigen Gegenständliches wie Pflanzen, Tiere und Menschen, die in weichen Formen durch den Nebel zu schweben scheinen. In der #Kunstszene wird die bekannte Gütersloherin seit Jahren als facettenreiche

Künstlerin geschätzt. Irene Müller wurde 1941 in Gütersloh geboren und studierte Bildhauerei in Bielefeld, Freie Malerei in Hamburg und Tanz in Berlin.

Noch bis April 2023, Forum der Stadthalle Gütersloh, montags bis freitags von 8 bis 12 Uhr und bei Veranstaltungen ...

BILD: IRENE MÜLLER, AUSSCHNITT



Plose @Bottle Store

Anzeige

Plose-Mineralwasser überzeugt durch einen geringen Trockenrückstand, einen idealen PH-Wert, reichlich quelleigenen Sauerstoff, Naturbelassenheit und Herkunft, erhältlich beim Bottle Store.

Vor mehr als 55 Jahren wurde auf 1.870 Metern am Berg Plose in Südtirol eine Quelle entdeckt, die aus eigener Kraft ein besonderes Mineralwasser hervorbringt. Es enthält wenige Mineralien und weist deshalb einen extrem niedrigen Trockenrückstand auf, besitzt einen idealen PH-Wert für die menschl-

chen Zellen und ist reich an quelleigenem, natürlichem Sauerstoff. Diese Eigenschaften machen Plose unverwechselbar und beliebt, vor allem bei gesundheits- und nachhaltigkeitsorientierten Verbrauchern und medizinischen Fachgruppen wie etwa den Homöopathen. Mehr unter bottle-store.de ...

FOTO: PLOSEQUELLE AG, KREATION: CHRISTIAN SCHRÖTER AG



**KLEINANZEIGEN BEI
GÜTSEL PRINT UND ONLINE
UND SOCIAL MEDIA**

KOSTENLOSE KLEINANZEIGEN IN GÜTERSLOH

Gütersloh Niehorst, 98
Quadratmeter, 3 ZKB,
Südbalkon, 1. OG, 1
Kellerraum, Garten
(Mitnutzung), Stellplatz,
keine Tiere, maximal
2 Personen, ab 1. April
2023, Kaltmiete 680 Euro
zuzüglich Nebenkosten,
Telefon +495241337233

Drummer für Rockband
gesucht! Wir (zweimal
Gesang, Bass, Gitarre)
spielen Cover in eige-
ner Version, Probenraum
in Gütersloh vorhan-
den, Interesse? Telefon
+491738926575 oder per
E-Mail an drthormann@web.de

Gabriele Kielbas-
sa, Kontakt per Telefon
+4917628920695,
E-Mail gabriele.kielbas-sa@gmx.net, Lehrerin im
Ruhestand bietet Nach-
hilfe und Unterstützung
bei Hausaufgaben, Le-
seförderung in Deutsch
und Englisch bis Klasse
10 HS, MR, Umkreis Aven-
wedde.

**Weitere Kleinanzeigen immer ak-
tuell bei Gütsel Online und Insta-
gram, Gratis-Onlinebuchung ...**

**M3GAN DIE
HIGHTECH-PUPPE
HORRORFILM**

CINEMAXX VUE TICKETS ZU GEWINNEN KINO IN BIELEFELD

Richtiges Kinoerlebnis gewünscht? Das gibt's direkt in Bielefeld. Und Gütsel verlost dreimal zwei Tickets für das Filmhighlight des Monats. Cinemaxx Vue hat mit seinen Kinos einen ganz neuen Standard gesetzt. Als eine der ersten hat die Gruppe aus Hamburg moderne Multiplexkinos mit innovativer technischer Ausstattung in Deutschland errichtet. Und das sieht man schon auf den ersten Blick: denn die Kinos der Cinemaxx-Gruppe sind architektonische Besonderheiten, die im Inneren mit überdimensionalen Leinwänden und ausgefeilter Bild- und Tontechnik punkten. Zusammen mit dem einzigartigen Komfort und Service, den die Cinemaxx Häuser bieten, wird Kino wieder zum beeindruckenden Erlebnis.



TICKETVERLOSUNG

Mehr als zehn Jahre nach den Ereignissen des ersten Films haben Jake (Sam Worthington) und Neytiri (Zoe Saldana) eine Familie gegründet. Ihre Kinder sind Neteyam (Jamie Flatters), Lo'ak (Britain Dalton) und Tuktirey (Trinity Bliss), der adoptierte Menschenjunge Miles »Spider« Socorro (Jack Champion) und die adoptierte Na'vi-Teenagerin Kiri (Sightings Weaver). Gütsel verlost dreimal zwei Tickets für James Camerons Kinohighlight im Dezember im Cinemaxx Bielefeld.

Cinemaxx Bielefeld, Ostwestfalenplatz 1, 33613 Bielefeld, Ticketverlosung per E-Mail an tickets@guetsel.de, Infos online unter cinemaxx.de ...

FOTOS: CINEMAXXVUE, UNIVERSAL STUDIOS, KOMPOTHERM

**TREUE MITARBEITER
BEI KOMPOTHERM WURDEN
IM DEZEMBER GEEHRT**

Inflationsbonus in Sürenheide

Der Verler Haustürenhersteller Kompotherm mit Hauptsitz in Verl-Sürenheide fertigt an drei Standorten mit 300 Mitarbeitern Haustüren, Vordächer, Wohnungsabschlusstüren und Sprossen.

Coronabedingt konnte auch in diesem Jahr das traditionelle Jahresabschlussfest bei dem Verler Haustürenhersteller Kompotherm (Hartwig & Führer) nicht stattfinden. Jetzt wurden unter Berücksichtigung der Coronaregelung treue Mitarbeiter

gehrt. Die Geschäftsführung sprach ihren Dank für die langjährige Treue und Verbundenheit aus. Für den erstklassigen Einsatz und die Bereitschaft, auch an Wochenenden den enormen Auftragseingang zu bearbeiten. Mehr dazu [online](#) ...

**NATURWUNDER ERDE
GREENPEACE-FOTOSHOW
KINO AM BUSBAHNHOF**

Greenpeace-Fotoshow

Mit der Multivisionsshow »Naturwunder Erde – unsere Welt im Wandel« laden Greenpeace, Markus Mauthe und Geert Schroeder Gütsler herzlich ein, in die Schönheit der Welt einzutauchen: »Machen Sie sich auf die Reise«.

Mit der Multivisionsshow »Naturwunder Erde – unsere Welt im Wandel« laden Greenpeace, Markus Mauthe und Geert Schroeder alle Gütsler herzlich ein, in die Schönheit der Welt einzutauchen: »Machen Sie sich auf die Reise«.

Multivisionsshow

Atemberaubende Fotos des langjährigen Greenpeace-Fotografen Markus Mauthe führen die Zuschauer auf fast alle Kontinente. Präsentiert wird diese Multivisionsshow vom Referenten Geert Schroeder auf der großen Leinwand. Ein-

drucksvolle Bilder, informative Grafiken, stimmungsvolle Musikpassagen und die Kommentare des Referenten machen diese Live-Fotoshow zu einem audiovisuellen Erlebnis. Die Multivisionsshow ist ein eindringlicher Appell an uns alle, endlich zu handeln und die Zerstörung der ökologischen Vielfalt zu stoppen. Der Referent zeigt, dass wir alle unseren Beitrag leisten können. Wir alle sind wichtig für den Wandel unseres Lebensstils zu einem nachhaltigen Lebensstil.

2. Februar 2023, 19.30 Uhr, Kino am ZOB, Eintritt frei, Tickets online ...



Vision String Quartet

Vier Streichinstrumente benötigt das Vision String Quartet, um ein ganzes Klangspektrum erschaffen. Am Freitag, 27. Januar 2023, 22 Uhr, im 3. Konzert der Late Night Reihe »Noctune«.

Sie spielen ohne Stühle, ohne Podest, ohne Noten: Die vier jungen Musiker des Vision String Quartets – Florian Willeitner (Violine), Daniel Stoll (Violine), Sander Stuart (Viola) und Leonard Disselhorst (Cello) – begeistern auf ihren Konzerten mit einem virtuellen Wechsel zwischen klassischem Streichquartett-Repertoire und ihren Eigenkompositionen und Arrangements. Mit ihrem aktuellen Album Spectrum begibt sich das Streichquartett aus Berlin nun auf die Reise zu ihrem ganz eigenen Sound und Genre – inspiriert von Folk, Pop, Rock, Funk, Minimal und Singer-Songwriter-Musik.

Vision String Quartet

2012 gegründet, hat sich das Vision String Quartet innerhalb kürzester Zeit in der internationa-

len Streichquartett-Szene etabliert. Ihr klassisches Studium absolvierten die vier Musiker bei Mitgliedern zweier weltweit führender Streichquartette: des Lübecker Artemis und des Alban-Berg-Quartetts aus Wien. Regelmäßig gastiert das mehrfach preisgekrönte Ensemble auf den wichtigsten Konzertpodien weltweit: Unter anderem spielte das Quartett in der Elbphilharmonie Hamburg, im Kammermusiksaal der Berliner Philharmonie, im Gewandhaus Leipzig und in der Tonhalle Düsseldorf. Tourneen führen außerdem nach Italien, Österreich, Norwegen, in die Schweiz wie auch nach Japan, Kanada und in die USA.

Freitag, 27. Januar 2023, 22 Uhr, Rudolf-Oetker-Halle Bielefeld, Karten sind für 22 Euro an der Theaterkasse erhältlich

**VISION STRING QUARTET
AM 27. JANUAR IN BIELEFELD
RUDOLF-OETKER-HALLE**

FOTO: FOTO: SANDER STUART

**DER FC GÜTERSLOH
TUT ETWAS FÜR GÜTERSLOH
FUSSBALL IN GÜTSEL**

FC GÜTERSLOH VERTRAGSAUFLÖSUNG AMED ÖNCEL

Amed Öncel verlässt den FC Gütersloh. Der 22-jährige Außenspieler hat um eine vorzeitige Vertragsauflösung gebeten. Öncel kam vor einem Jahr in der Winterpause von Westfalia Herne in den Heidewald und bestritt 13 Oberligaspiele für Gütersloh. Der FCG dankt Amed für seinen Einsatz und wünscht ihm für die Zukunft alles Gute.

Beim Einhausmobile-Cup bekamen es die FCG-Futsal-Cowboys im Neuen Jahr ausschließlich mit Fußballmannschaften zu tun und trafen in der Vorrunde auf den ASK Ahlen, die Eintracht Werne, den Hammer Sportclub 2008 und die TUS Wiescherhöfen. In der Regionalliga geht es am Samstag, 21. Januar 2023, beim Tabellensiebten UFC Münster weiter.

**AMED ÖNCEL**

Mitglied werden, Tickets kaufen

Mitglied beim FC Gütersloh werden und Tickets kaufen kann man auch online und bekommt ein Begrüßungsgeschenk, den Mitgliedsausweis, Rabatt auf Fanartikel im Onlineshop des FC Gütersloh, Stimmrecht im Verein, Einladungen zu Mitgliederversammlungen und bevorzugte Ticketpreise. Auch der Youtube-Kanal des FC Gütersloh macht sich. Nach den Oberliga-Spielen werden die professionellen Pressekonferenzen mit FC-Gütersloh-Trainer Julian Hesse und dem jeweiligen Gästetrainer online bei fcguetersloh.de und bei Youtube präsentiert.

Mehr unter guetsel.de ...

FOTOS: JENS DÜNNHÖLTER

Der KFZ- Meisterbetrieb für Ihr Auto!

KFZ-Unfallschaden zum Festpreis
KFZ-Reparaturen aller Art
Klimaanlagen-Service
Inspektionen / TÜV / AU
Bosch-Motordiagnose
Autogas-Umrüstungen
Lack- und Dellendoktor

Alles rund ums Auto
ALTUNTAS

Verler Straße 190 • 33332 Gütersloh • Telefon 29099 • www.autoaltuntas.de



**NORBERT WINDAU UND
MARTIN MASJOSTHUSMANN
ZWEITER KLOSTERLAUF**

WIEDENBRÜCK ZWEITER KLOSTERLAUF AM 3. JUNI 2023

Die Vorbereitungen für den Klosterlauf am Samstag, 3. Juni 2023, sind jetzt gestartet: Die Genossenschaft Kloster Wiedenbrück und die LG Burg bieten gemeinsam diese besondere Veranstaltung an. Nach dem Start um 17 Uhr werden 13,5 Kilometer vom Kloster Varesell zum Kloster Wiedenbrück gelaufen. Anschließend lädt der Klostersgarten ein zur After-Run-Party.

Ein bewährtes Team sind Norbert Windau und Martin Masjosthusmann von der LG Burg. Sie berichten, dass die Erfahrungen des Premierienlaufs im vergangenen Jahr und die zahlreichen Rückmeldungen der Aktiven sehr ermutigend waren. So stand schnell fest, dass der Lauf auf der landschaftlich reizvollen Strecke auch in diesem Jahr wieder stattfinden soll. Neben der sportlichen Herausforderung auf der Laufstrecke lädt auch der Klostersgarten wieder zum gemütlichen Zusammensein ein. So können die Aktiven gemeinsam mit Familien, Freunden und interessierten Gästen den Tag ausklingen lassen. Die Klostersgenossenschaft sorgt für das leibliche Wohl der Läufer und der Zuschauer.



DER KLOSTERLAUF

Anmeldungen sind online möglich, Schnellentschlossene zahlen bis zum 31. Januar 2023 ein Startgeld von 15 Euro. Im Februar und März sind es 19 Euro und im April und Mai 23 Euro. Teilnehmern können Läufer ab Jahrgang 2009 und älter. Es gibt eine Medaille für alle und für die Plätze Eins bis Drei Präsente aus dem Klosterladen.

FOTOS: KLOSTER WIEDENBRÜCK, LUWE NEUMANN, OLLI MAAS



Maschi Mau Helau 🎉🎊🎭

Der Kattenstrother Karnevalsclub (KKC) feiert am 4. Februar die Karnevalssitzung 2023, »Maschi Mau« im sogenannten Gütersloher Brauhaus mit Special Guest Hildegard Brömmelstrote.



Hildegard Brömmelstrote

Im perfekten Bayern-Look, mit roter Rose an der gestrickten Trachtenweste, Stützstrümpfen an den Beinen, Dutt auf dem Kopf, hinreißender Hornbrille auf der Nase und mehreren traumatischen Handtaschen am Arm kommt sie hereingestampft. Mit ihren spritzig bissigen und pointenreichen Kommentaren und einer unnachahmlichen Mimik kennt sie sich in jeder Lebenslage aus und startet so einen Großangriff auf das Zwerchfell des Publikums.

Samstag, 4. Februar 2023, 18.30 bis 22 Uhr, nach der Sitzung After Show »Nacht der guten Laune Party«, Eintritt 20 Euro, Vorverkauf beim Gasthaus Roggenkamp, Altemeier Bauelemente, Reiseagentur Wittenstein, Gütersloher Brauhaus, mehr dazu [online](#) ...

FOTO: KAREPA STOCK, DEPOSITPHOTOS



Tattoo-Convention Gütersloh

Am Samstag, 11. Februar 2023, gibt Mike Gerhold (Rockhead) bei der Gütersloher Tattoo-Convention handgemachte Coversongs des guten alten Rocks, die er in eigenem Gewand darbietet.

Am 11. und 12. Februar geht die Tattoo-Convention Gütersloh in der Stadthalle in die Zweite Runde. Die Besucher können sich auf mehr als 40 Tattoo-Studios mit mehr als 80 Tattoo-Artists aus dem In- und Ausland, Informationen über die neuesten Tattoo- und Piercing-Trends, Live-Musik und Show-Acts freuen.

11. Februar 12 bis 22 Uhr, 12. Februar 11 bis 20 Uhr, Stadthalle Gütersloh, Tageskarte Vorverkauf 12 Euro, Tageskasse 15 Euro, Wochenendticket Vorverkauf 20 Euro, Tageskasse 25 Euro, Kinder bis einschließlich 14 Jahren frei, mehr dazu bei Gütsel Online, [mehr](#) ...

FOTO: CONGER DESIGN



1. TUBA- UND EU- PHONIUM-WORKSHOP OSTWESTFALEN

Der Erste Tuba- und Euphonium-Workshop Ostwestfalen richtet sich an Musiker aus Blasorchester und Posaunenchor, die Tuba, Euphonium, Tenorhorn, Bariton spielen. Alle nötigen Transpositionen sind vorhanden. Der Fortbildungskurs ist für Schüler, Amateurbäser und Studenten, aber auch für Pädagogen und andere Berufsmusiker geeignet. Grundthematiken unter anderem die Verbesserung der eigenen bläserischen Fähigkeiten und die Lösung elementarer Probleme, bezogen auf Klang, Tonsubstanz, Ansatz und Ausdauer. In dem Kurs steht das Ensemblespiel im Vordergrund. Der Fortbildungskurs ist eine Veranstaltung des Deutschen Tubaforums.

Das Eröffnungskonzert findet am Freitag, 10. Februar, statt: 19 Uhr Konzert mit dem Symphonischen Blasorchester der Feuerwehr Gütersloh, Daniel Ridder als Tuba Solist (Tuba Concerto) und Dominik Schneider am Bariton (Fantasie Brillante) in der Aula des Städtischen Gymnasiums Gütersloh, Schulstraße 8, Gütersloh, anschließend Ausklang im sogenannten »Gütersloher Brauhaus«, der Eintritt zum Konzert ist frei

Erster Workshoptag, Samstag, 11. Februar, 9.30 Uhr Warm up, Spiel in den Gruppen, 11 Uhr Intensivierung in den Gruppen, Einzelunterricht nach Absprache, Großes Ensemble in der Aula des Städtischen Gymnasiums, 12.30 Uhr Mittagessen, 14 bis 15.30 Uhr Workshop, 15.30 Uhr Kaffeepause, 16 bis 20 Uhr Ensemblearbeit, Einzelunterricht nach Einteilung, anschließend Ausklang im sogenannten »Gütersloher Brauhaus«

Zweiter Workshoptag, Sonntag, 12. Februar, 9.30 Uhr Workshop Beginn, Gruppenphase nach Absprache, Basics, 10.30 Uhr Probe für Abschluss, 12 Uhr öffentlicher Abschluss in der Aula des Städtischen Gymnasiums

10. bis 12. Februar, Gütersloh, weitere Informationen bei Gütsel Online ...





20 Jahre Crossnight

Die Crossnight wird 20 und feiert eine hochkarätige Jubiläumsshow mit Rogers, Marathonmann, Sperling und Krimi. Am Freitag, 3. Februar 2023, um 19 Uhr, in der Weberei. Crossnight ist ein Gütsler Verein, der Alternativen zu kommerzieller Musik und einer Kultur der Vermarktung aufzeigt.



ROGERS AUS DÜSSELDORF
ROTZIGER PUNKROCK BEI DER
CROSSNIGHT AM 3. FEBRUAR

Wer etwas bewegen will, fasst es am besten selbst an. Unter diesem Motto haben sich im Jahr 2000 rund 20 junge Gütersloher zusammengefunden, um die musikalische Landschaft Ostwestfalens ein klein wenig bunter zu gestalten. Seitdem hat sich viel verändert, doch nach wie vor arbeiten gut 30 Aktive ehrenamtlich daran, regelmäßig Rockmusik im weitesten Sinne präsentieren zu können. In der Regel in der Weberei. Im Jahr 2003 formierte sich aus der lockeren Gruppe ein eingetragener Verein, der dem Projekt eine rechtliche Grundlage gab. Ziel dabei war und ist es in erster Linie, jungen Menschen Musik näher zu bringen. Dem Verein ist es wichtig, auch als Alternative zu einer kommerzialisierten Musikkultur verstanden zu werden, die heute prägend für einen großen Teil der Rockmusik und Popmusik ist. Kreative, innovative Musik soll eine Chance bekommen.

Freitag, 3. Februar 2023, 19 Uhr, Weberei, Vorverkauf 24 Euro, Online-tickets unter crossnight.de ...



GÜTERSLOHER BLUES-FESTIVAL #1 AM 31. MÄRZ

Am 31. März findet ab 19.30 Uhr das 1. Gütersloher Blues-Festival in der Stadthalle statt. Zu Gast sind der ostwestfälische Blues- und Rockmusiker Richie Arndt, die US-amerikanische Sängerin Kellie Rucker, der Australier Pugsley Buzzard mit seinem »Swamp Orchestra« und das italienisch deutsche Duo Stef Rosen & Micha Maass.

Ein Blues Festival in dieser Form hat es in der Stadthalle noch nie gegeben. Das Programm wurde von und mit Richie Arndt kuratiert, einem ausgewiesenen Kenner der Szene: »Wir werden an diesem Abend fantastische Musiker aus verschiedenen Teilen der Welt erleben, die zusammen mit dem Publikum das Lebensgefühl des Blues feiern«, freuen sich Andreas Kimpel das Team der Kultur-Räume-Gütersloh.



FOTO: MANFRED POLLERT

- 1 Richie Arndt Band featuring Kellie Rucker, der Headliner des Gütsler Blues-Festivals
 - 2 Pugsley Buzzard, »The Big Voice from Down Under«
 - 3 Stef Rosen wird auch »slidin Wolfe« gerufen, wegen seiner Vorliebe für die Slide Technik auf der Gitarre.
- Vorverkauf 28 Euro, Abendkasse 33 Euro, Gütsler Ticketcenter vis-à-vis der Sparkasse



Das Phantom

Die Theatergruppe Delbrück präsentiert eine turbulente (Liebes-)Komödie in der Nachbarschaft, die alle Lachmuskeln beansprucht.

»Das Phantom oder In die Oper« ist kein Musical, sondern eine Komödie in drei Akten von Claudia Klein, die das Liebesleben der 30-jährigen Chantal aufs Korn nimmt. Die Komödie zeigt mit einer spannenden Geschichte und viel Wortwitz köstlich-komische Figuren im Liebesleben. Bernie möchte mit Chantal ins Musical »Das Phantom der Oper«. Chantal hofft sehnlichst darauf, dort einen Heiratsantrag zu bekommen. Mama Gertrud ist hocherfreut darüber, endlich Bernie, den Verlobten ihrer Tochter, kennenzulernen. Heinrich Markwart möchte die Verbindung seines Sohnes zu Chantal mit allen Mitteln verhindern. Dafür, dass letztendlich nicht alles gutgehen kann, sorgen natürlich die Verwandten und Freunde. Die Regie haben in diesem Jahr Anne Kahle und Brigitte Bokelmann übernommen. Achtung: Lachmuskel Arbeit ist vorprogrammiert.

Aufführungen am Sonntag, 15. Januar 2023, ab 16 Uhr (Premiere), Samstag, 21. Januar 2023, ab 20 Uhr, Sonntag, 22. Januar 2023, ab 16 Uhr, Samstag, 28. Januar 2023, ab 20 Uhr, Sonntag, 29. Januar 2023, ab 16 Uhr (letzte Aufführung), Hagedornforum, Marktstraße 2, 33129 Delbrück, Erwachsene acht Euro, Kinder bis zwölf Jahre vier Euro, Karten sind an der Theaterkasse für die folgende Vorstellung ab 14.30 beziehungsweise 18.30 Uhr zu erwerben, an allen Sonntagen ab 15 Uhr Kaffee und Kuchen, an allen Samstagen Sekt und warme Brezel, Info und Gesamtleitung Heinz Kroos, Telefon +495250995810, Alfred Bokelmann, Telefon +4952583581, theatergruppe-delbrueck.de

**DIE KOMÖDIE IN DELBRÜCK
»DAS PHANTOM ODER DIE OPER«
AUFFÜHRUNGEN JANUAR 2023**



FOTOS: AHMAD ARDITY, CLAUDIA REISMAN



Bielefelder
**NACHT
DER
CHÖRE**

KuMuChor
Die Krähen
Vocability
vode

11.02.23 | 20 Uhr
Rudolf-Oetker-Halle
www.kulturamt-bielefeld.de

BI [kulturamt, bielefeld] NEUTIME BITOL S



Claudia Reismann FOTOGRAFIE



- Stadtleben
22. Januar bis 28. Januar
- Aquamorgana
29. Januar bis 4. Februar
- Architectura
5. Februar bis 11. Februar
- Impressio
12. Februar bis 19. Februar

Werkschau, 4 Wochen, 4 Serien
Claudia Reismann 2023 im Kunstraum
Berliner Straße 21 in Rheda-Wiedenbrück
22. Januar bis 19. Februar 2023



**KRITIKERIN BEIM
KRITISIEREN IHRES
GEGENÜBERS**



LOB UND KRITIK DER ERKENNTNISGEWINN ZUM JAHRESBEGINN

Unqualifizierte Kritik ist Lob, unqualifiziertes Lob ist Kritik. Beides ist »respektlos«, wie man heute sagt. Unqualifiziertes Lob kann auch belanglos und Smalltalk sein, aber dann ist es eben belanglos, also ignorant, und das ist letztlich auch Kritik. Kritik ist dabei nicht im Sinne einer Philosophischen Kritik, eines Diskurses, gemeint, sondern im Sinne des Schlechtfindens oder Schlechtmachens.

Qualifizierung

Die Qualifizierung (oder Nicht-Qualifizierung) muss dabei keine fachliche sein. Sie kann auch allgemein intellektuell oder menschlich sein. Auch mehrere gleichzeitig. Aber nicht keines davon. Qualifizierte Kritik ist dabei konstruktiv und »respektvoll«, denn es zeigt, dass sich der Kritiker ernsthaft damit auseinandersetzt. Leider lässt sich Qualifiziertes manchmal nicht sofort und oft auch nicht so leicht von Unqualifiziertem unterscheiden. Irgendwann aber schon. Unqualifizierte sind seltsamerweise extrem beleidigt, wenn sie merken, dass sie durchschaut sind.



DR. JÜRGEN RECKHAUS

»Ich habe mich in meiner Laufbahn immer gerne kritisieren lassen (von qualifizierten Kollegen, aber auch von Patienten). Solange es irgendwie nicht nur Geschimpfe war. Denn davon habe ich viel gelernt. Heute gibt es bei den Patienten ja leider immer mehr Klugscheißer. Unter den Ärzten aber auch. Deshalb: nichts für ungut«, Ihr Doc Reckhaus.

FOTOS: ALEX GREEN, PRIVAT, CHRISTINE SCHROEDER, MAJESTIC



Studienkreis Gütersloh

Die Studienkreise Gütersloh und Harsewinkel laden Eltern und ihre Kinder anlässlich der Halbjahreszeugnisvergabe vom 23. bis zum 27. Januar 2023 zu einer kostenlosen Beratungswoche ein.



**SCHLECHTE NOTEN DANK
UNGÜTER LERNORGANISATION
DER STUDIENKREIS HILFT**

In Kürze erhalten Schüler ihre Halbjahreszeugnisse. Nicht alle werden begeistert sein. Wenn die Noten nicht den Wünschen entsprechen, kann das viele Ursachen haben. Dazu gehören neben Problemen mit einzelnen Fächern auch fehlende Lernstrategien, mangelnde Arbeitstechniken sowie Schwierigkeiten mit der Konzentration und

der Motivation. Hilfe leistet der Studienkreis mit seinen »Lernen lernen Kursen«. Von Januar bis April bietet das Nachhilfeeinstitut Kindern und Jugendlichen gratis Onlinekurse an, mehr. Zudem lädt der Studienkreis Gütersloh und Harsewinkel Eltern und ihre Kinder anlässlich der Halbjahreszeugnisvergabe vom 23. bis zum 27. Januar 2023 zu einer Beratungswoche ein. Die kostenlosen interaktiven Kurse wenden sich mit jeweils zehn Modulen à 60 bis 90 Minuten an Grundschul Kinder, Schüler der Klassen 5 bis 7 und an Jugendliche in den Klassen 8 bis 10. »Jedes Modul ist in sich abgeschlossen«, erklärt Thomas Momotow vom Studienkreis. »Man muss also nicht unbedingt alle belegen.«

Studienkreis Gütersloh, Alexander Bee, Moltkestraße 8, 33330 Gütersloh, Telefon +49524115711, mehr ...

FOTO: STUDIENKREIS



**PREMIUM-HAUSGERÄTE
BÜGELN MIT FASHION MASTER
AUCH ONLINE ERHÄLTICH**

FOTOS: MIELE, CHRISTINA WOCIN

Der Miele Fashion Master 👍👍

Das Miele Premiumdampfbügelsystem Fashion Master B 4826 mit vier Bar Dampfdruck und aktivem Bügeltisch ist bis zum 31. Januar 2023 als Aktionsgerät mit attraktivem Preisvorteil erhältlich. Alternative Produkte von Cecotec, Laurastar und Sichler sind deutlich preiswerter, erhältlich etwa bei Amazon.

Der Gütsler Familienkonzern hat sein Programm um ein attraktives Aktionsgerät ergänzt: Das Modell B 4826 bietet fast alle Ausstattungsmerkmale des regulären Spitzenmodells, ist aber 250 Euro günstiger. Die Aktion läuft noch bis zum 31. Januar 2023. Vier Bar Dampfdruck und eine konstante Dampfmenge von 100 Gramm pro Minute lassen Falten schnell verschwinden. Die Aufblasfunktion sorgt für sanftes Glätten, während die Absaugfunktion die Wirkung des Dampfes verstärkt und das Kleidungsstück fixiert.

Viren werden entfernt

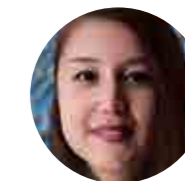
Dank des Bügeleisens mit Wabensohle verteilt sich der Dampf gleichmäßig unter der gesamten Bügelfläche. Der so erzeugte Dampf lässt das Bügeleisen sanft über die Textilien gleiten, bietet maximale Hygiene und schützt zuverlässig: Bei punktueller Bedampfung für fünf Sekunden mit dem Bügeleisen (Leistungsstufe Drei) werden 99,99 Prozent der Viren (Coronaviren, Influenzaviren, Noroviren, keine Hepatitis-B-Viren) entfernt.

Leichte Bedienung und Reinigung

Der Fashion Master informiert rechtzeitig und zuverlässig über ein Display, ob der Wassertank nachgefüllt werden muss oder eine Entkalkung erforderlich ist. Dafür errechnet das Dampfbügelsystem automatisch das Entkalkungsintervall in Abhängigkeit der Wasserhärte und der verdampften Wassermenge. Die Entkalkungsfunktion gibt es exklusiv bei #Miele, ebenso wie die automatische Spülfunktion: Abhängig von der verbrauchten #Wassermenge ermittelt das Gerät das erforderliche Spülintervall und befreit den Dampferzeuger von Mineralrückständen des verdampften Wassers.

Preisvergleich und Alternativen

Der Miele Fashion Master B 4826 ist laut der Preisvergleichsplattform Idealo (Stand 4. Januar 2023) bei verschiedenen Händlern für Preise zwischen 1.599 und 1.749 Euro erhältlich. Alternativ ist aktuell beispielsweise die Cecotec-Total-Iron-10100-Pro Profi-Bügelstation mit Bügeleisen und



CHRISTINA WOCIN

Dampfbürste, Absaugen und Aufblähen, fünf Programmen für fünf verschiedene Stoffe, 220 Gramm pro Minute und fünf Bar Dampfdruck für gut 600 Euro erhältlich. Laurastar bietet das Gerät Laurastar-S-Pure mit hygienischem Dampf, der Bakterien und Milben eliminiert, professionellem Bügeleisen, Aktivbügeltisch, Rollenpaaren, abnehmbarem Wassertank »Pearl Blue« für gut 1.000 Euro an, das System Laurastar-Go ist für gut 700 Euro erhältlich. Laurastar-Smart mit Bluetooth und App-Steuerung wird für rund 1.600 Euro angeboten. Eine weitere Alternative ist das Sichler-Bügelbrett, ein Aktiv-Bügeltisch mit Dampfbügelstation und Dampfbürste, 2.200 Watt (Bügelstation mit Tisch) für knapp 850 Euro.



Seniorenbeirat
der Stadt Gütersloh

Kino im besten Alter

Am 1. Februar zeigt das Bambikino in der Reihe »Kino im besten Alter« um 15 Uhr den Film »Mittagsstunde« mit Charly Hübner nach dem Roman-Bestseller von Dörte Hansen.

Auch 2023 findet das Kino im besten Alter statt. Der Seniorenbeirat veranstaltet an jedem Ersten Mittwoch (außer Januar und November) die Filmveranstaltung mit Kaffee und Kuchen im Bambikino: 11. Januar, 1. Februar, 1. März, 5. April, 3. Mai, 7. Juni, 6. September, 4. Oktober, 8. November und der 6. Dezember.

ber. Am 1. Februar wird »Mittagsstunde« gezeigt. Ingwer, 47 Jahre alt und Dozent an der Kieler Uni, fragt sich schon länger, wo eigentlich sein Platz im Leben sein könnte. Als seine »Olen« nicht mehr allein klarkommen, beschließt er, dem Leben in der Stadt den Rücken zuzukehren ...

Leckortung, Bautrocknung



Wir gehen Ihrem Wasserschaden mit modernster Messtechnik auf den Grund und arbeiten unter anderem mit Thermografie, Prüfgas, akustischer Leckortung, Einfärbung, Video-Endoskopie und weiteren Methoden. Ein Rohrbruch in der Wasserleitung, der Abwasserleitung oder im Heizkreislauf, kann mit einem kaum wahrnehmbaren Durchmesser großen Schaden anrichten. Unsere Bautrocknung rundet den Service ab. Wir, die Firma Hermann Hördel, stehen Ihnen mit unserer jahrelangen Erfahrung zur Seite.



Hermann Hördel, Leckortung und Bautrocknung
Anemonenweg 20, 33335 Gütersloh, Telefon (05241) 2309913
www.leckortung-hoerdel.de



**DIE WÄSCHEPARFÜMS
VON LABORATORI PROTECTO
JETZT ONLINE BESTELLEN**

Scusi, es duftet!

Italienisches Dufterlebnis – exklusive Wäscheparfüms von Laboratori Protecto für die duftende Wäsche sind jetzt in Deutschland erhältlich.

Die Philosophie von Labori Protecto: »Immer der Nase nach«. Nach diesem Grundsatz handeln viele Menschen, ohne, dass es ihnen bewusst ist. Der Geruchssinn ist eng mit unseren Gefühlen, Emotionen und Erinnerungen verbunden. Die Profession von Labori Protecto ist es, die Wäsche durch selbstkreierte Duftstoffe in den unterschiedlichsten Geruchsrichtungen langfristig zu verzaubern. Die exklusiven Wäscheparfüms werden in vielen Duftrichtungen von fruchtig frisch bis sinnlich exotisch angeboten. Alle Essenzen sind konzentriert und bestehen aus Mikrokapseln, die beim Waschen einen intensiven Duft freisetzen, der in der Wäsche bis zu 150 Tage lang anhält: »Entdecken Sie die Magie nach dem Waschen und Trocknen. Schütteln Sie die Essenzflasche gut vor Gebrauch«.

Aromatherapie mit Wäscheparfüm

Die Düfte der Wäscheparfüms von Laboratori Protecto heben die Stimmung und können eine therapeutische Wirkung haben. Lavendel wirkt beispielsweise beruhigend – besonders mit der duftenden Bettwäsche im Schlaf. Alle Luxus-Wäscheparfüms sind parabenefrei, vegan, enthalten kein Mikroplastik und werden ohne Tierversuche entwickelt und hergestellt. Mit viel Sorgfalt und Liebe wird jeder Duft so lange weiterentwickelt, bis er den hohen Qualitätsansprüchen entspricht. Das Ergebnis ist eine Geruchsexplosion, die bis zu 150 Tage lang in der Wäsche anhält. In der Waschmaschine gibt man pro sechs Kilo Wäsche zwischen fünf und 20 Milliliter Essenz in die Weichspülerschale. Die Parfüms sind auch für die Handwäsche und den Trockner geeignet.

Mehr bei Gütsel Online ...



BILDER: SARAH CHALLABORATORI PROTECTO

Shop 'n' Show

Die Rettung des Einzelhandels? Shop 'n' Show geht an den Start! »Best Of Both Worlds« für Shopper und Onlineshopper bietet Argumente fürs lokale Shopping und gegen unreflektiertes Onlineshopping.

Dass der Lokale Einzelhandel vor einem großen Wandel vor großen Schwierigkeiten steht, ist unbestritten und wird allenthalben erkannt und beklagt. Neben Inflation, Energiekrise, Fachkräftemangel, gestörten Lieferketten und dem Onlineshopping ist aber auch der gefühlte Kaufdruck ein Problem, der zu Reaktanz führt. In der Form, dass man den lokalen Einzelhandel meidet, oder sich Beratung abholt und dann daheim Preise vergleicht und woanders – meist online – kauft.

Argumente fürs Onlineshopping

Ein Argument für den Onlinehandel ist die Bequemlichkeit in Verbindung mit der Sortimentsbreite und Sortimentstiefe. Die Produkte werden bequem nach Hause geliefert. Ein ebenso relevantes Argument ist aber der Umstand, dass man sich daheim online in Ruhe anschauen kann, jederzeit überall Informationen einholen kann (teils Fake Informationen, was aber schwer oder nicht erkennbar ist), und sich aber – und das ist der Kern des Arguments – jederzeit, also irgendwann, zum Kauf entschließen kann (oder eben nicht).

Im Einzelhandel hingegen fühlt man sich zu Recht unter Druck gesetzt, sich möglichst zügig, auf jeden Fall aber noch während des Aufenthalts im Laden, zum Kauf entscheiden zu müssen oder zu sollen.

Shop 'n' Show

Das Konzept des Shop 'n' Show löst dieses Problem. Denn es wird sogar gewünscht, dass sich der Kunde in Ruhe umsieht, informiert, beraten lässt, und dann vorerst doch nicht kauft (wer sofort kaufen will, tut es natürlich dennoch).

Den vollständigen Artikel gibt es online (QR Code scannen) ...



**DER EINZELHANDEL
IN GÜTERSLOH IST OFFEN
FÜR SHOP 'N' SHOW**



**GOOD FORTUNE
JANUAR MUKKE IM
KESSELHAUS**

DIE WEBEREI DER BÜRGERKIEZ IN GÜTERSLOH

Good Fortune treten bei der Januar-»MuKke« am 26. Januar um 20 Uhr im Kesselhaus auf. Wer einen kurzen Blick auf die Rockmusik wirft, wird erkennen, dass dieses Genre noch lange nicht erledigt ist, obwohl es schon öfter Versuche gab, es für tot zu erklären. Eine der Bands, die zur Stange hält, sind die Gütersloher Good Fortune. Am 26. Januar live im Kesselhaus.



Bowls und Salate im Weberei-Bistro, Saganaki, bunter Blattsalat mit Tomaten, Gurken, gebackenem Schafskäse und Chili-Rosmarin-Honig, dazu Brot und Aioli-Dip, 14,50 Euro, außerdem Falafel-Bowl »Tagazhout« (vegan) und mehr ...



STEFFEN BÖNING

»Wärme brauchen wir zum Leben, das gilt überall und immer. Der Bürgerkiez startet in Kooperation mit Gütersloher Einrichtungen passend zur Jahreszeit ein Bündnis, in dem es um mehr geht: um menschliche Wärme, Zusammenkommen und Verbundenheit. Viele Ältere, aber auch Junge leiden oftmals an zu wenig oder sogar fehlendem Sozialen Anschluss.«

DIE WEBEREI

FOTOS: AMINA FILKINS, PHOTOMIX COMPANY, WEBEREI, GOOD FORTUNE, INA LUOTO, PRIVAT



CARTOON: TANKCOMICS, GERD BÖKESCH



Was ist angesagt im Kreis Gütersloh? Vieles ist angesagt, manches ist abgesagt, darüber freut man sich gerne auf, oder man freut sich – je nach Gusto.

1 Spexarder Grill

Seit Anfang des Jahres wird im Spexarder Grill am Hüttenbrink wieder gegrillt. Unter dem Motto »Döner ist schöner« gibt es vor allem Döner, aber auch die üblichen Grillgerichte, Salatgerichte und Pizzas werden in Spexard angeboten.

2 Yannes Heitmar

Tennis Nachwuchstalent Yannes Heitmar vom GTC Rot Weiß wird U-7-Bezirksmeister. Er gewann beim OWL Cup U 7 im Tennisclub Lippstadt alle 6 Begegnungen.



3 Rabatte bei Intersport

Intersport Finke hat zum Jahresbeginn in allen Abteilungen reduziert: Fitness, Training, Ski, Outdoor, Running, Radsport.

4 Spielertreff im Kloster

Auch 2023 werden die Spieleabende im Kloster Wiedenbrück fortgesetzt. Jeden ersten Freitag im Monat finden sie von 18 bis 21 Uhr im gemütlichen Wohnzimmer des Klosters statt. Der Eintritt ist frei, eigene Spiele können mitgebracht werden.



5 Handmade Nähdesign

Liebevoll handgefertigte Unikate verkauft die Delbrückerin Sarah Brickwedde unter dem Label Handmade Nähdesign online bei Etsy und Ebay-Kleinanzeigen, offline auf Handwerksmärkten und bis zum 31. Januar 2023 auch im Pop-up-Regal an der Berliner Straße vis-à-vis der Sparkasse. Zum Sortiment der 32 Jährigen gehören selbstgenähte Taschen, Babyartikel und Leseknochen.

6 Vesperkirche 2023

Bei der Vesperkirche 2023 gibt es vom 5. bis zum 12. Februar in der Martin-Luther-Kirche Warmes für Körper und Seele für alle Gütsler, die kommen möchten. Die Kirche wird schon morgens geöffnet und es wird ein Frühstück angeboten. Mittags wird warmes Essen serviert. Mehr dazu bei [Gütsel Online](http://GütselOnline.com) ...

7 Lifewerk Gütersloh

Leben ist Veränderung: »Wir vom Lifewerk führen dich nicht nur an dein gesundheitliches oder sportliches Ziel, sondern zeigen dir auch wie du gesund und nachhaltig leben kannst«. Mehr unter life-werk.de ...



8 Vampirverdacht

Es ist immer extrem verdächtig, wenn ein Gütersloher ständig betont, wie lecker Knoblauch ist. Das ist exakt das, was ein Vampir sagen würde, der unentdeckt bleiben will.

9 Fliesen Dawid

Mit innovativen Ideen und professioneller Beratung steht Fliesen Dawid den Kunden seit mehr als 35 Jahren im Bereich der Badsanierung und Wohngestaltung mit Fliesen zur Seite. Mehr unter fliesen-dawid.de ...

10 Antipasti von Duran

Es gibt jeden Donnerstag frische Antipasti vor dem Marktkauf, da viele Gütsler nach Duran-Delikatessen fragen ...



11 Yoga Pantarhei

Das Rietberger Yogastudio legt Wert auf Qualität. Die Yogalehrer wurden mindestens 500 Stunden lang ausgebildet und verfügen über langjährige, internationale Erfahrung. Mehr unter yogawithmaike.com ...

12 Griechenlandreise

Das Reisebüro Kleine Fluchten: »Wir haben fünf der besten Strände herausgesucht: Myrtos Beach, Glyfada Beach, Navagio Beach, Elafonissi Beach, Balos Beach«.

13 Fahrschule Klich

Die Fahrschule Markus Klich ist Anfang Januar 2023 wieder mit dem theoretischen Fahrschulunterricht gestartet (jeweils von 19 bis 20.30 Uhr).

14 Tesla-Abonnement

Das Autohaus Hentze bietet jetzt ein Tesla Model 3 im Abonnement an. Das Model 3 kostet inklusive 1.000 Kilometern 699 Euro im Monat, es gibt keine Mindestmietdauer, das Abo ist monatlich kündbar, die maximale Mietdauer beträgt fünf Monate.



Stick Men West-Coast-Tour

Der Gütsler Markus Reuter und die Stick Men gehen im Februar und März 2023 auf West-Coast-Tour in den USA. Progressive Rock mit Chapman-Stick und der Touch Guitar aus Gütersloh live.

Die West-Coast-Tour 2023 führt die Progressive-Rock-Supergroup im Februar nach Vancouver, Eastsound, Seattle, Portland, Eugene, Redding, Arcata, Mill Valley, San Jose, Fresno, Stockton, Los Angeles, Costa Mesa, San Diego, Phoenix, Santa Fe und Denver, im März nach Palmer Lake, McKinney, Woodlands, und Austin, Texas. Die Stick Men sind eine ame-

rikanische Progressive-Rock-Supergroup, die 2007 von Pat Mastelotto, Tony Levin und Michael Bernier gegründet wurde. Seit 2010 hat sich die Besetzung um Mastelotto, Levin und den Gütsler Markus Reuter etabliert. Die Band wurde als Progressive-Rock-Band gegründet, die fast ausschließlich mit Chapman-Sticks und Schlagzeug spielt.

BILD: THE STICK MEN

The Star Trek Memes

Die Social Media sind reine Unterhaltung. Ein lustiges und witziges Element sind Funny Memes, besonders mit den Kultfiguren aus »The Next Generation« mit Captain Picard und Commander Riker.

Ein Meme ist ein kreativer Content, der vor allem im Internet verbreitet wird. Memes sind oft humoristisch und witzig, manchmal auch satirisch und gesellschaftskritisch, teils aber auch ernsthaft. Bei Memes kann es sich um selbstgestellte Werke handeln, aber auch um

montierte oder aus dem ursprünglichen Kontext gerissene Fotografien, Zeichnungen, Animationen oder Filme von anderen. Sie tauchen in Form bewegter und unbewegter Bilder, Texten, Videos oder Audiotracks auf und sind nicht an einen Medientyp gebunden.



»I'M HARDLY ADDICTED TO BUYING OLD BEATLES RECORDS«
»IT SOUNDS LIKE YOU NEED HELP«
»I ALREADY HAVE THAT ONE«

FOTOS: IMG/ELIP



pollmüller GmbH
Maler- und Lackiermeister



MALER NR. 1

MALERARBEITEN

LACKIARBEITEN

EFFEKTBESCHICHTUNGEN

BODENBELÄGE

INNENPUTZARBEITEN

PARKETTARBEITEN

RENOVIERUNGEN

SPRITZLACKIERUNG

SPACHELTECHNIKEN

TAPETENARBEITEN

WANDBELÄGE

ZIERPROFILE



Pollmüller GmbH
Maler- und Lackiermeister
Neuenkirchener Straße 186
33332 Gütersloh
Telefon +491732493776
www.maler-pollmueller.de

FOTOS: GTC ROT WEISS, JOACHIM K. LÖCKNER CC 3.0, RODNAE PRODUCTIONS, DURAN-DELIKATESSEN, AUTOHAUS HENTZE



**GESCHENKARTIKEL
UND FAIRE ACCESSOIRES IM
WELTLADEN GÜTERSLOH**

FOTO: JANELLIGER, WELTLADEN GÜTERSLOH



WILLKOMMEN IM WELTLADEN GÜTERSLOH

Schon seit 1995 gibt es in Gütersloh einen kleinen Laden, der fair gehandelte Produkte aus aller Welt anbietet. Neben Lebensmitteln wie Kaffee und Schokolade, Orangensaft, exotischen Gewürzen und verschiedenen Weinen bietet der Weltladen viel Handwerkliches und Kunstgewerbliches zur Dekoration und für den täglichen Gebrauch.

Das Team des Weltladens

Das Weltladenteam besteht aus Ehrenamtlichen, die die Vision einer Welt haben, in der alle Menschen angemessen und würdig leben können. Der Faire Handel fördert Handelsstrukturen und Handelspraktiken, die sich an Gerechtigkeit, Gleichberechtigung und nachhaltiger Entwicklung orientieren. Damit trägt er wesentlich dazu bei, unsere Lebensgrundlagen zu erhalten. Seit dem 2. Juni 2020 ist der Weltladen an einem neuen Standort zu finden: »In exponierter Lage mitten in der Innenstadt haben wir im Gebäude der Verwaltung der Evangelischen Kirchengemeinde ein rund 100 Quadratmeter großes, barrierefreies Ladenlokal bezogen«.

Weltgeschichten

Hinter jedem Produkt des Weltladens steckt eine Geschichte, die es interessant macht: »Fragen Sie einfach im Laden. Da es sich vielfach um Unikate handelt, wechselt das Sortiment ständig. Schauen Sie also gern öfter mal bei und rein. Die Größe des Ladens ermöglicht es uns, ein umfangreiches Sortiment optimal zu präsentieren. Direkt vor der Tür findet mehrmals wöchentlich der Wochenmarkt statt, was für neue Kunden sorgt. Im Weltladen kann man sich nicht nur inspirieren lassen, sondern ausgewählte Kaffeespezialitäten und Teespezialitäten probieren und genießen«.

**Weltladen, Königstraße 6,
33330 Gütersloh, Telefon
+4952415046293, montags
bis freitags 10 bis 18 Uhr,
samstags 10 bis 16 Uhr, welt-
laden-guetersloh.de**

FOTO: JANELLIGER, WELTLADEN GÜTERSLOH





FOTO: JANELIGER, WELTLADEN GÜTERSLOH

FAIRE PRODUKTE
KUNSTHANDWERKLICHES IM
WELTLADEN GÜTERSLOH



FOTO: JANELIGER, WELTLADEN GÜTERSLOH

GESCHMACKVOLLES
AMBIENTE BEI PILATICA
REFORMER-PILATES



FOTO: ANDREA PIACQUADIO, ANTHONY METCALFE

**REAKTANTE IN AKTION
PSYCHOLOGIE DER REAKTANZ
SCHLECHTES PHÄNOMEN**

Reaktanten und Reaktonkel

In Zeiten gefühlter Bedrohung von allein Seiten und Dauerkrisen neigen viele Zeitgenossen zur Regression zum vermeintlich Bewährten und zur allgemeinen Reaktanz. Anstatt sich anzupassen und weiterzuentwickeln heißt es oft »Jetzt erst Recht«. Dabei bieten gerade Krisen auch Chancen.



DR. MARIA METCALFE

Reaktanz ist ein tragisches und schwieriges Phänomen ... offenbar gibt es aber keine Lösung dafür, bestenfalls Linderung. Es fehlen aber in der Literatur einige Aspekte. Reaktanz tritt beispielsweise oft dann nicht auf, wenn der Proband das tun soll, was er sowieso tun will. Sie kann in solchen Konstellationen dennoch auftreten, wenn der Proband das Gefühl bekommt, etwas tun zu sollen, was er tun will, aber das dann nicht mehr aus vermeintlich eigenem Willen zu tun, sondern plötzlich deshalb zu tun, weil er es nun tun soll. Dann will er es unter Umständen auf einmal nicht mehr tun. Insofern gibt es wohl keine pauschalen Strategien und Taktiken, um Reaktanz zu handhaben.

Eine wünschenswerte Lösung

Die wünschenswerte Lösung des Problems wäre Einsicht, denn Einsicht ist eine Form von Akzeptanz. Eine nicht wünschenswerte Lösung ist Toleranz, also Hinnahme oder Duldung.

Ursachen für Reaktanz

Reaktanz kann eine Folge von Kognitiver Dissonanz sein, Letztere kann aber auch die Ursache für Reaktanz sein. Allerdings ist es so: Wenn der Proband das tun soll, was er tun will, weil er es tun muss, dann führt das zu dem bekannten Phänomen des nach oben Buckelns und nach unten Tretens. Damit wird die Kognitive Dissonanz beseitigt (oder gemildert). Denn der Proband weiß natürlich unbewusst, dass er das Gewünschte (oder Verlangte) tun muss (also sowieso keine Freiheit der Wahl hat).

Es kommt freilich auch vor – etwa in der Verkaufspsychologie oder bei Kindern und (geistig) Junggebliebenen – dass sie

etwas tun (oder meinen) sollen, was sie gar nicht tun wollen oder von dem sie gar nichts wussten. Und dann wollen sie genau das auf einmal »erst Recht« tun. Obwohl es völlig sinnlos oder gar falsch ist.

Umgekehrte Psychologie

Leider betrifft das Thema natürlich auch die »Umgekehrte Psychologie« – wenn man quasi durch gegenteilige Forderung Reaktanz hervorzurufen versucht, die dann das Gewünschte erzielen soll, wird das auch nur bedingt funktionieren, vor allem dann, wenn der Proband das Gewünschte einfach nicht will und das (angeblich) Gewünschte – also das Umgekehrte) sowieso will – dann bestätigt man ihn nur in seinem Verhalten. Was nicht unproblematisch ist. Es gibt paradoxe Strategien, die aber der Proband selbst vollziehen muss. Beispielsweise, sich bei Schlaflosigkeit dazu zu zwingen, wachzubleiben. Das kann funktionieren. Es gibt auch die »Provokante Strategie«, die aber auch zum unerwünschten gegenteiligen Ergebnis führen kann. Dabei wird die

Reaktanz des Probanden quasi lächerlich gemacht, sodass dem Probanden klar wird, dass sein reaktantes Verhalten völlig irrational ist. Das ist aber eben riskant. Es kann hilfreich sein, aber auch alles noch schlimmer machen. Womöglich fühlt sich der Proband dann persönlich angegriffen.

Ignoranz

Es kommt darüber hinaus vor, dass Reaktanz stattfindet, obwohl dem Probanden das gewünschte Verhalten eigentlich völlig egal ist, obwohl es für ihn überhaupt keine Rolle spielt, oder obwohl es eigentlich stattfinden muss (etwa weil es gesetzlich vorgeschrieben ist). Bekannt ist das Phänomen etwa dergestalt, dass es dann »ums Prinzip geht«. Dem kollektiven Lebensvollzug sind weder Reaktanz noch Ignoranz dienlich, während manche Individuen offensichtlich vermeintlich davon profitieren. Solche Dinge zu überwinden, war die Aufgabe des »Übermenschen«, von dem Nietzsche sprach.

Akzeptanz statt Reaktanz

Akzeptanz ist das Antonym zu Reaktanz und kein Problem (sie ist das Ziel jeglicher Psychotherapie). In der Kunst und Kultur, aber auch in der Lebensrealität (in der Psychologie oft lakonisch als »Lebensvollzug« bezeichnet) sind beide

Phänomene bekannt. Beispiele sind der Spruch von Karl Valentin: »Ich freue mich, wenn es regnet, denn wenn ich mich nicht freue, regnet es trotzdem«. Oder Tom Sawyer, als er zur Strafe den Zaun streichen muss, und sich selbst beziehungsweise seinem Freund Ben einredet, ihn nicht streichen zu müssen, sondern streichen zu dürfen, und dann Ben durch geschickte Manipulation dazu bringt, ihn streichen zu wollen. Bei Apparatschiks wird Reaktanz in der Regel dadurch vermieden, dass ihnen die Option gegeben wird, ihrerseits anderen ihren Willen zu oktroyieren. Oder als Ausgleich andere, die ihnen ein Verhalten (oder eine Meinung) oktroyieren wollen, einfach ignorieren. Reaktanz ist nicht unbedingt »schlecht«. Sie kann auch »gut« und hilfreich sein. Etwa wenn das »Gesollte« absolut falsch ist. Historische Beispiele sind bekannt. Wobei unter Umständen unklar ist, ob es sich um Reaktanz handelt, oder um andere Phänomene wie Anstand, Klugheit, Weisheit, »Respekt«, Konformismus, Nonkonformismus oder ähnliche Dinge. Von Reaktanz sind in Erster Linie Menschen mit Ego-Problemen oder latenten Minderwertigkeitskomplexen betroffen. Sie ist dann wünschenswert, wenn ein Verhalten gefordert wird – ob lediglich vermeintlich oder tatsächlich – das unzulässig wäre. Sie ist ebenfalls dann legitim, wenn es keinen anderen Weg gibt, wenn Betroffene keine Goldenen Brücken beschreiten wollen und alles per se ablehnen.



**MINI-MUSEUM
KUNST ON TOUR IN
GÜTERSLOH**

GT-KUNST-TICKER VIRTUELLE AUSSTELLUNG MINI-MUSEUM 2023

Das Künstlerforum »Gützilla« zeigt auf der Homepage aktuell eine Virtuelle Ausstellung in Form eines Virtuellen Rundgangs durch die kürzlich veranstaltete Ausstellung in der ehemaligen Karstadt-Cafeteria. Präsentiert werden vor allem Malerei und Fotografie. »Diese Ausstellung hat für mich keinen flohmarktähnlichen Charakter, aber jeder Künstler präsentiert möglichst viel oder alles. Eine Ausstellung sollte jedoch kuratiert werden, sich bei der Quantität zurücknehmen und auf das Nötige beschränken. Im Vordergrund steht bei uns die Qualität. Aber immerhin wird hier auch einmal außerhalb des vermeintlichen künstlerischen »Establishments« in Gütersloh etwas auf die Beine gestellt! Das ist sehr lobenswert«, so ein Kunstvereinsvorstand.



KARLA WAGNER

In Zusammenarbeit mit dem Diplom-Innenarchitekten Hardy Bergmann aus dem Leinebergland (In Gütersloh und Umgebung ist niemand willens und in der Lage, das Mini-Museum zu bauen) entsteht derzeit das Gützel-Mini-Museum, das ab 2023 auf Tour geht. Künstler können im Mini-Museum ein Werk präsentieren, und es wird an wechselnden Locations in Gütersloh aufgestellt. Die Homepage bietet einen Überblick und weitergehende Informationen zu den Künstlern und ihren Werken. Die Logistik steht, Künstler sind im Boot, das Mini-Museum kann bald auf Reise gehen. Bezüglich einer finanziellen Förderung finden Gespräche mit der in Gründung befindlichen Karla-Wagner-Stiftung statt.

FOTO: ANDREA BERHEIDE, KUNSTVEREIN GRUPPE 13, VISUALISIERUNG: HARDY BERGMANN, FOTO: PRIVAT



**100 MAL 140 ZENTIMETER
KEEP ROCKING BETHOVEN
ACRYL AUF LEINWAND**

Haus Samson, »Zeitzeugen«

Der Kunstverein Gruppe 13 in Herzebrock-Clarholz zeigt im Haus Samson vom 4. Februar bis zum 12. März 2023 die Ausstellung »Zeitzeugen« mit großformatigen Acrylbildern von Andrea Berheide

Unter dem Titel »Zeitzeugen« stellt Andrea Berheide ihre in expressivistischer Farbwahl getroffenen, großformatigen Acrylbilder im Stil der Pop Art in der Galerie Haus Samson aus. »Ich finde meine Inspiration und Erfüllung darin, die Vielschichtigkeit der von mir porträtierten Menschen in einer Art und Weise

darzustellen, die dem Betrachter sowohl erlaubt, deren Wirken in der Vergangenheit zu ehren, als auch durch die Farbwahl einen Transfer in die heutige Zeit zu ermöglichen.«

4. Februar bis 12. März, Gruppe 13 Galerie im Haus Samson, Clarholz, mehr ...



**DIE DATING-TRULLA
SCHREIBT ZUM THEMA
»ONLINEDATING«**



DATING-TRULLA DER GEISTREICHE SPRUCH ONLINE-DATING

Das Profil auf einer Datingseite ist das Werbeplakat für einen, das schmückt man gerne und stellt dort auch Zitate ein, die schon sehr tiefgründig sind und mit Bedacht gewählt werden. Warum nun Aussagen berühmter Leute bemühen? Ich denke, ich weiß, dass wahre Geistesgrößen bereits auf bessere Ideen gekommen sind, als ich es je tun werde, und dass sie Gedanken auch geschickter auf den Punkt bringen. Warum mich also verrenken und anstrengen, wo es so tolle Sachen bereits gibt? Außerdem kann ich beweisen, dass ich schonmal etwas Berühmtes gelesen habe und so mit meiner Bildung (oder meinen Internetrecherchefähigkeiten) strunzen. Am besten bringe ich dann gerne noch einen fremdländischen Spruch im Original – das ist der besondere Hinweis auf meine Mehrsprachigkeit und meinen damit bewiesenen hochwertigen Schulabschluss (danke lieber Internetübersetzer!).

Nun wird im Netz das Profil von den möglichen Kandidaten gerne zerlegt, kritisch hinterfragt und bewertet. Auch die Sprüche großer Geister kommen nicht unbeschadet davon – vermutlich soll so bewiesen werden, um wie viel größer die Geister der Kritiker sind. Gerne stellte ich zum Beispiel den geläufigen Spruch aus dem kleinen Prinzen ein: »Man sieht nur mit dem Herzen gut« (»On ne voit bien qu'avec le coeur«, Antoine de Saint-Exupéry, »Le Petit Prince«). Das Thema Herz passt zur Partnersuche und man macht sofort klar, dass man über Bauchansatz, Brille und Segelohren hinwegsehen wird. Sollte doch ansprechend sein? Nein, das muss zerredet werden. Also überhaupt, der kleine Prinz, das ist ja schonmal sowas von abgedroschen. Typischer Kleinmädenromantikpseudointellonullachtuffzehnglückwunschkartenheilweltillusionsanspruch. Mehr online ...

BILD: DATING-TRULLA

FOTO VIER-JAHRESZEITEN-PARK OELDE COVER: ECO WING VERLAG



Katzen lieben die Catboard Box! Warum setzen sich Katzen gerne in Kartons? Die Katze kann den größten Katzenbaum und die flauschigste Liege-Ecke haben – manchmal verkriecht sie sich trotzdem lieber in einen Pappkarton. Dass Katzen Kartons lieben, wissen viele Katzenbesitzer. Kartons sind das optimale Versteck, in dem sich Katzen behü-

Catboard Box

In einer Studie von 2014 haben Forscher herausgefunden, dass Kartons Katzen bei der stressfreien Eingewöhnung in eine neue Umgebung helfen. Die Catboard Box als Cardboard Box ist ideal.

tet fühlen. Wenn Katzen gestresst oder ängstlich sind, ziehen sie sich zurück. Im Karton kann Katzen so schnell nichts überraschen. Mögliche Feinde oder Beute können nicht von den Seiten oder von hinten kommen. Die Katzen können ihre Umgebung beobachten, werden aber selbst (vermeintlich) nicht gesehen. Der abgeschlossene, private Raum des Kartons macht ihn außerdem zum perfekten Schlafplatz. Im Karton haben es Katzen gemütlich warm. In einer Studie von 2014 haben Forscher herausgefunden, dass Kartons Katzen bei der stressfreien Eingewöhnung in eine neue Umgebung helfen.

Catboard Box für 25 Euro inklusive Lieferung, Bauartqualität FEFCO 0201, B-Welle, katzenfreundliche 405 mal 305 mal 210 Millimeter, mehr unter catboard-box.guetsel.info ...

BILD: CHRISTIAN SCHRÖTER AGD



Nászay liest Rosin

Der österreichische Schauspieler Stefan Nászay liest im Rahmen einer Kulinarischen Lesung im Vier-Jahreszeiten-Park Oelde am Samstag, 4. Februar, aus »Ehrlich wie 'ne Currywurst« von Frank Rosin.

Ein kulinarischer Leseabend mit selbstgemachter Currywurst und einem Blick auf das Leben von Sternekoch Frank Rosin. Der österreichische Schauspieler Stefan Nászay ist in der Gläsernen Küche zu Gast und liest Szenen aus Frank Rosins Buch »Ehrlich wie 'ne Currywurst«. Persönlich, witzig und authentisch

schreibt Sternekoch und TV-Star Rosin aus seinem Leben. Als Sohn einer Imbissbudenbesitzerin und eines Lieferanten für Gastronomiebedarf lernt er von der Pike auf.

Samstag, 4. Februar, 19 Uhr, Vier-Jahreszeiten-Park Olde, Eintritt 25 Euro, mehr ...



**STEFAN NÁSZAY
LIEST FRANK ROSIN
KULINARISCH**



**REZEPT FÜR ROLLMOPS
ABRUFBAR BEI GÜTSEL ONLINE
MIT LECKERER MARINADE**



**10%
REZEPT FÜR
ROLLMOPS**

Schwarmintelligenz

Man ist im Schwarm Teil einer starken Gemeinschaft. Die mit wenig Glück im Netz und dann als Rollmops auf dem Tisch landet. Auf dem Tisch des Menschen, des großen Antihierings.

Im Allgemeinen hält man Schwarmintelligenz für etwas Positives (so etwas wie »Schwarmwissen« ist Nonsense, das gibt es nicht). »Schwarmintelligenz« ist es dann auch, dass, wenn ein Lemming über die Klippe springt, alle hinterherspringen. Ein Heringsschwarm lässt sich mit einem geeigneten Netz komplett, am Stück, einfangen oder von Raubfischen verzehren. Manche Wale filtern ganze Krillschwärme aus dem Meer. Sie hätten weder Zeit noch Lust, einzelne Kleinstkrebse zu jagen. Das wäre auch nicht unaufwendig. Das Originelle an Heringsschwärmen ist die Eigendynamik, die ihnen innewohnt. Jeder einzelne Hering sieht: »Oh! Schau an! Alle tun genau das, was ich tue« ... und hält sich für den Chefhering. Dass er umgekehrt genau das tut, was alle tun, begreift er nicht. Dafür ist er zu dumm. Aber er ist ja auch nur ein Hering. Und der Hering an der Spitze (der »Vereinsvorsitzende«) hält sich für den größten Chefhering aller Zeiten. Aber für ihn gilt dasselbe wie für die anderen Chefheringe. Womit er auch beliebig austauschbar ist. Und wenn besagter Raubfisch den Schwarm mit dem Happenpappen ausdünn, dann sind die hinteren Heringe, die Unterheringe, Schuld. Das ist glasklar. Wären sie nicht gewesen, hätte der Raubfisch keine Chance gehabt, dann hätte man ihn besiegt. Dabei ist eben jeder Hering Chefhering und subaltern Hering gleichzeitig. Das fühlt sich gut an. Gleichzeitig ist man Chef und Nicht-Chef – weil alle das gleiche tun ist man für nichts verantwortlich, während

man gleichzeitig die Verantwortung für den gesamten Schwarm trägt. Man ist Teil einer starken Gemeinschaft, die mit wenig Glück im Netz und dann als Rollmops auf dem Tisch landet. Mehr dazu online unter guetsel.de ...

Rollmops

Sechs Salzheringe, ein Esslöffel Senf (scharf), zwei kleine Gurken, eine Zwiebeln, ein Esslöffel Kapern, für die Marinade 250 Milliliter Essig, 125 Milliliter Wasser, zwei Zwiebeln, acht Pfefferkörner, zwei Lorbeerblätter, Senfkörner

Rollmops zubereiten

Die gewässerten Heringe entgräten und teilen. Die Hälften mit Senf bestreichen, mit Gurkenstückchen, feingeschnittenen Zwiebeln und Kapern belegen und aufrollen. Anschließend mit einem Zahnstocher feststecken, damit sie sich nicht entrollen. Aus den übrigen Zutaten wird ein Sud gekocht und über die Rollmops gegeben. Nach zwei bis drei Tagen kann man kosten. Besser lässt man die Rollmops fünf Tage ziehen.



FSV GÜTERSLOH HALLENMASTERS 2023 13. BIS 15. JANUAR

Das Gütersloher Hallenmasters 2023 wird vom 13. bis zum 15. Januar 2023 die besten Nachwuchsfußballerinnen für ein hochkarätiges Kräftermessens nach Ostwestfalen locken. Für die 21. Ausgabe des vom FSV Gütersloh organisierten größten deutschen Hallenturniers für B-Juniorinnen haben bereits zahlreiche namhafte Spitzenteams ihr Kommen angekündigt. Neben den Gastgeberinnen und der Werkself von Bayer 04 Leverkusen, den Finalistinnen des letzten Turniers, werden unter anderem die U-17-Mannschaften von Borussia Mönchengladbach, dem 1. FC Saarbrücken, der SGS Essen und dem VFL Wolfsburg dabei sein. Der FSV Gütersloh erwartet weitere Zusagen aus dem gesamten Bundesgebiet und dem europäischen Ausland.



ISABELL MISCHKE

Mitgliedschaft im FSV Gütersloh

Wer Fan des Frauenfußballs ist und dessen Herz für den FSV Gütersloh schlägt, kann seine Verbundenheit mit einer Unterstützung des Frauenfußballs in der Region ausdrücken und Mitglied beim FSV Gütersloh werden. Geboten werden das Mitgliedermagazin »Journal«, die Teilnahme an der Mitgliederversammlung (ab 16 Jahren), Stimm- und Mitspracherecht (ab 18 Jahren), bevorzugte Behandlung bei der Kartenvergabe für alle Heim- und Auswärtsspiele, ein Mitgliedsausweis, bis zu 20 Prozent Vereinsrabatt im Fanshop ohne Versandgebühr und ein Zehn-Euro-Gutschein bei der ersten Bestellung im Fanshop.

ARCHIVFOTO: HENRIK MARTINSCHLEDE/FSV GÜTERSLOH 2009; FOTO: DEPOSITPHOTOS



TIM PRÖSE LIEST AUS SEINEM SCHINDLER-BUCH 25. JANUAR, VERL

FOTOS: PAUL FLEMING, YAD VASHEM

Szenische Schindler-Lesung 👍

Für sein Buch »Jahrhundertzeugen. Die Botschaft der letzten Helden gegen Hitler« traf Tim Präse den damals noch lebenden »Letzten von Schindlers Liste«. Jerzy Gross brachte dem Autor den Menschen Oskar Schindler nahe. Die Lesung mit Tim Präse findet am 25. Januar im Heimathaus Verl statt.



OSKAR SCHINDLER

Oskar Schindler bewahrte während des Zweiten Weltkriegs 1.200 jüdische Zwangsarbeiter vor der Ermordung in den NS-Vernichtungslagern. Wer war dieser Mensch, der ursprünglich als Unternehmer nur ein gutes Geschäft machen wollte, aber dann Kopf und Kragen riskierte und sein ganzes Vermögen gab, um die Menschen zu retten? In einer szenischen Lesung, zu der am Mittwoch, 25. Januar, die Stadt Verl und der Heimatverein Verl einladen, spürt Bestseller Autor Tim Präse der ungewöhnlichen Biografie Oskar Schindlers nach. Beginn ist um 19 Uhr im Heimathaus. Der-Eintritt ist frei. In den 90er Jahren setzte US Regisseur Steven Spielberg Oskar Schindler mit »Schindlers Liste« ein filmisches Denkmal.

Tim Präse zeigt in seiner szenischen Lesung Fotos aus dem Film und erzählt die wahre Geschichte hinter den Bildern. Dazu lässt er alte Lieder aus Schindlers Zeit anklängen.

Buch »Jahrhundertzeugen«

Für sein Buch »Jahrhundertzeugen. Die Botschaft der letzten Helden gegen Hitler« traf Tim Präse den damals noch lebenden »Letzten von Schindlers Liste«. Jerzy Gross brachte dem Autor den Menschen Oskar Schindler nahe. Ein Mann mit vielen Schwächen, der für seine Taten doch so viel Stärke aufbrachte. Und Präse begegnete der Witwe Emilie Schindler, die ihren Mann bei der Rettung der jüdischen Zwangsarbeiter tatkräftig unterstützte.

Feinfühliges Lebensportrait

Mit Hilfe dieser Zeitzeugen zeichnet Tim Präse ein feinfühliges Lebensportrait. Wer war dieser Lebensretter, der sein Leben so beherzt für andere einsetzte? Wer war dieser Lebewohl, der so ausschweifend lebte und an seinem Lebensende verein-

samt und vergessen in einer 20 Quadratmeter Wohnung am Frankfurter Hauptbahnhof hauste? Die Geschichte von Oskar Schindler ist eine Geschichte über Mut in mutlosen Zeiten und sein Vermächtnis ist heute aktueller denn je. Die Stadt Verl und der Heimatverein Verl präsentieren die Veranstaltung anlässlich des Tages des Gedenkens an die Opfer des Nationalsozialismus am 27. Januar. Der Tag ist in Deutschland seit 1996 ein bundesweiter, gesetzlich verankerter Gedenktag. Er ist als Jahrestag bezogen auf den 27. Januar 1945, den Tag der Befreiung des Vernichtungslagers Auschwitz-Birkenau und der beiden anderen Konzentrationslager Auschwitz durch die Rote Armee im letzten Jahr des Zweiten Weltkriegs. Zum Internationalen Tag des Gedenkens an die Opfer des Holocaust wurde der 27. Januar von den Vereinten Nationen im Jahr 2005 erklärt. Inzwischen wird der Gedenktag auch in vielen Staaten Europas begangen.

Mittwoch, 25. Januar 2023, 19 Uhr, Heimathaus Verl, Sender Straße 8, Verl, Eintritt frei, verlerland.de ...



Gütsler Kochbuch-Bestseller

»Orient trifft Vegan« macht die orientalische Küche für alle zugänglich – mit mehr als 80 authentischen und einfachen Rezepten mit frischen Zutaten, aromatischen Kräutern und seltenen Gewürzen.

»Orient trifft Vegan« ist nicht nur irgendein Kochbuch. Die Rezepte erzählen Geschichten. Mit 80 Gerichten die den Leser in eine andere Welt eintauchen lassen. Reich an Gewürzen, Kräutern, Hülsenfrüchten und Gemüse. Einfache Dorfmahlzeiten und absolut königliche Süßspeisen.



nen veganen Orient und ein praktischer Einkaufszettel mit den Basics für deine orientalische Küche: Lass dich inspirieren von den Köstlichkeiten des Morgenlands! Mit ohne Tier und einer Vielfalt, die einfach wundervoll schmeckt«. Jedes Rezept enthält die Angabe des Schwierigkeitsgrades, dazu eine übersichtliche Zutatenliste, eine gut gegliederte Anleitung und Zubereitungstipps der Autorin. Das Buch für einen orientalischen, veganen Hochgenuss das ganze Jahr.

Gerichte aus 1.001 Nacht

In diesem Buch stellt Serayi ihre Lieblinge aus 1.001 Nacht vor – vom allseits geschätzten Biryani Reis über Klassiker wie Lahmacun oder Adana Kebap bis hin zu Shaybiyat, einer wahrhaft königlichen Süßspeise. »Dazu ein kleiner Ausflug in mei-

sichtliche Zutatenliste, eine gut gegliederte Anleitung und Zubereitungstipps der Autorin. Das Buch für einen orientalischen, veganen Hochgenuss das ganze Jahr.

Grüner Sinn Verlag Gütersloh, Hardcover, 204 Seiten, ISBN 978-3-946625-40-7, 26,95 Euro

COVER: GRÜNER SINN VERLAG

Orion-F*ckten-Check

Der große F*ckten Check, Orion feiert 5 Jahre Sexreport mit einer ganz besonderen Jubiläumsausgabe. Was hat guter Sex mit Sushi zu tun? Warum ist die weibliche Lust eine kleine Diva?

In den vergangenen fünf Jahren haben gut 70.000 Teilnehmer Orion ganz intime Fragen rund um Liebe, Lust und Leidenschaft beantwortet.

Im zweiten Teil der Jubiläumsausgabe lässt Orion als Unternehmen die Hüllen fallen und erlaubt spannende Einblicke hinter die Kulissen.



Die aufregendsten, aber auch skurrilsten Ergebnisse dieser Umfragen wurden jetzt noch einmal in 5 grundlegende Erkenntnisse zusammengefasst. Hierbei erfährt man nicht nur, warum die Deutschen beinahe glücklich mit ihrem Sexleben sind, sondern auch, was Tortenbacken mit Höhepunkten zu tun hat und ob es nun auf die Länge ankommt oder eben doch nicht. Fachlich begleitet wird der Report von Orions Brand Managerin Birte Fulde, die seit einem Jahr auch ausgebildete Sexologin ist.

Hierfür wird zunächst mit einigen Mythen aufgeräumt und es kommen die wichtigsten Kommunikationswege in Zeiten von Social Media zur Sprache. Es wird aber auch geklärt, warum Orion neben der digitalen Kundenansprache immer noch auf #Print setzt und 2022 dafür sogar zum Katalog des Jahres gekürt wurde. Und es kommt die unge-schönte Wahrheit ans Licht, weshalb das Unternehmen mit Blick auf die SESTA FOSTA Initiative manchmal tatsächlich ein wenig neidisch auf Schraubenhersteller ist ...

BILD: ORION VERSAND GMBH & CO. KG



NIKKI ERLICK »DIE VORHERSAGE« HEYNE-VERLAG

DIE LESETIPPS FÜR GÜTERSLOH IM JANUAR 2023

Nikki Erlick **Die Vorhersage** Heyne-Verlag 480 Seiten Gebundene Ausgabe 22 Euro



Stephan Thome **Pflaumenregen** Suhrkamp-Verlag 526 Seiten Gebundene Ausgabe 25 Euro



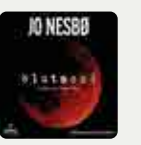
Michael Ostrowski **Der Onkel** Rowohlt-Verlag 320 Seiten Gebundene Ausgabe 24 Euro



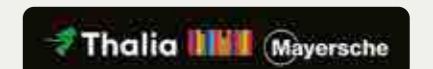
Mohamed Mbougar Sarr **Die geheimste Erfindung der Menschen** Hanser-Verlag 448 Seiten Gebundene Ausgabe 27 Euro



Jo Nesbø **Blutmond** Hörbuch Hamburg 2 CDs 24,99 Euro



Gütsler können ab sofort auch selbst Lesetipps abgeben, per E-Mail oder per Kontaktformular bei Gütsler Online ...



ABBILDUNGEN: JEWELIGE VERLAGE, PRIVAT



**GEIGERIN NURIT STARK
CÉDRIC PESCIA IN DER REIHE
MUSICA DA CAMERA**

MUSICA DA CAMERA NURIT STARK, CÉDRIC PESCIA ORANGERIE RHEDA

Das Duo Nurit Stark und Cédric Pescia vereint zwei hochkarätige Solisten, die regelmäßig auf den internationalen Konzertpodien zu hören sind: Die in Israel geborene Geigerin Nurit Stark studierte an der Juilliard School of Music, an der Hochschule für Musik Köln und an der Universität der Künste in Berlin. Cédric Pescia studierte in Lausanne, Genf und Berlin. Das Ensemble zeichnet sich durch eine ebenso virtuose wie sensible Interpretationskunst aus. Publikum und Presse schätzen die beiden Instrumentalisten für ihr herausragendes Gespür, mit Klangqualitäten umzugehen. Die Programme des Duo Stark sind besonders vom spannungsreichen Dialog zwischen klassisch romantischen und selten gehörten oder zeitgenössischen Werken geprägt. Nurit Stark und Cédric Pescia überzeugten zuletzt unter anderem in Heidelberg, bei den Brandenburgischen Sommerkonzerten, im Brucknerhaus Linz, sowie in Marseille und beim West Cork Festival.

9. Februar 2023, 20 Uhr, Orangerie Schloss Rheda, Steinweg 2, Rheda Wiedenbrück



RENÉ STEINBERG

Comedy mit René Steinberg: »Freuwillige vor – jetzt erst recht! Wenn du vom Leben nen Tritt in den Hintern kriegst, guck, dass du den Schwung nach vorne nutzt! Was hinter uns liegt, das kennen wir: Krise, Aluhüte, Homeschooling und Karl Lauterbach. Was kommt jetzt? Am 9. Februar, 20 Uhr, Stadthalle, Hauptstraße 120, Rheda-Wiedenbrück.«

FOTOS: UWE NEUMANN, OLLI HAAS



3D-Drucker 🤪

Die Bessermacher vom Makerspace Gütersloh veranstalten nicht nur das regelmäßige Repair Café in der Bücherei, sondern betreiben das »Holodeck« und haben 3D-Drucker.

Der Makerspace Gütersloh ist eine offene Plattform für Selbsterbauer und fördert die Weitergabe von Wissen und Fertigkeiten. Die »Maker« engagieren sich für eine gesunde Umwelt und setzen mit dem Repair Café ein sichtbares Zeichen gegen die Wegwerfgesellschaft und für den achtsamen Konsum von Elektrogeräten.

Arbeitsbereiche

Aktuell hat der Makerspace verschiedene Arbeitsbereiche für 3D-Druck, Elektronik, Holz, Textil, Audio, Video und Digitales: »Besonders stolz sind wir dabei auf unseren Lasercutter, die selbstgebaute CNC-Fräse, die Stickmaschine, das Siebdruckset und die Holzwerkstatt im Allgemeinen. Neben der Werkstatt haben wir noch einen weiteren Bereich mit Sofa und Beamer, um Vorträge zu halten oder sich ge-



**MAKERSPACE
3D-DRUCKER FÜR
GÜTERSLOH**

mütlich zu treffen. Einmal im Monat veranstalten wir ein Repair Café in der Stadtbücherei«. Ein besonderes Highlight ist der 3D-Druck, mit dem Prototypen und Einzelstücke gedruckt werden können.

Makerspace Gütersloh, c/o Die Weberei, Bogenstraße 1-8, 33330 Gütersloh, Infos unter makerspace-gt.de

FOTO: MORENO SOPPELSA, DEPOSITPHOTOS




VHS, Basenfasten 🍆🍓

Ernährungsberaterin Elisabeth Ellermann leitet die Kursteilnehmer fachkundig, kompetent und freundlich während des Basenfastens an. Ein Angebot der Volkshochschule Reckenberg-Ems.

Das Fasten mit Obst und Gemüse ist eine besonders milde und alltagstaugliche Fastenform. Basenfasten entlastet den Organismus, entsäuert und entgiftet. Es bietet die Chance zu einer gesunden Ernährungs- und Lebensweise. Basenfastenkuren bieten positive Effekte bei Kopfschmerzen, Verdauungsproblemen, Cellulite, unreiner Haut und rheumatischen Schmerzen. Bei bestimmten Erkrankungen oder in der Schwangerschaft sollte man vorab den Hausarzt konsultieren.

Dienstag, 21. Februar, 19 bis 20.30 Uhr, Kursgebühr 86,50 Euro, vier Termine ...

FOTO: LUKAS



**ZUM TRIATHLON
GEHÖRT SCHWIMMEN
»YES WE CAN!«**

**TRITEAM
GÜTERSLOH GTV**

Yes, we can, Dalkeman

Das Erste Tri-Team Gütersloh veranstaltet 2023 wieder den »Yes, we can!«-Kurs zur Vorbereitung auf dem Dalkeman am 21. Mai. Interessierte können am 26. Januar zum Infoabend des GTV kommen.

Zur Vorbereitung auf den Dalkeman Triathlon führt das Erste Tri-Team Gütersloh GTV 2023 wieder den »Yes, we can!«-Kurs durch. In dem Kurs werden Triathlon-Anfänger für ihren ersten Dalkeman am 21. Mai 2023 fitgemacht. Der Infoabend findet am 26. Januar 2023 im Vereinsheim des Gütersloher Turnvereins an der Georgstraße 44 in Gütersloh statt.

»Yes, we can!«-Kurs 2023

Nach zwei Jahren Coronapause findet ab Januar 2023 wieder der »Yes, we can!«-Kurs statt. »Für angehende Triathleten, die sich bisher eine Teilnahme an einem Wettkampf nicht zugetraut haben, ist der Yes, we can! Kurs der optimale Einstieg«, ordnet Merit David, Vereinsvorsitzende des 1. Tri Teams Gütersloh, die Zielgruppe ein. Interessenten sollten 100 Meter am Stück schwimmen können, eine Rad und einen Helm besitzen und eine halbe Stunde locker laufen können.

Zwölf-Wochen-Trainingsplan

Der Kurs umfasst mehrere von erfahrenen Triathleten betreute Schwimmereinheiten, Radeinheiten und Laufeinheiten, die in einen Zwölf-Wochen-Trainingsplan integriert sind. »Da vielen angehenden Triathleten das Schwimmen besonders schwerfällt, wird es Hilfestellung und Techniktraining geben. Danach schafft jeder die 500 Meter lange Schwimmstrecke beim Dalkeman« macht Carsten

Kuhlmann, Organisator des Triathlons, insbesondere den Schwimmanfängern Mut. Enthalten in den 115 Euro Teilnahmebeitrag sind auch Workshop-Abende mit Themen wie Radtechnik oder Motivation sowie der Startplatz für die Volksdistanz beim Dalkeman, die 500 Meter Schwimmen, 20 Kilometer Radfahren und fünf Kilometer Laufen umfasst. Darüber hinaus sind triathlonspezifische Trainings wie das Wechseln vom Schwimmen zum Radfahren und das Wechseln vom Radfahren zum Laufen vorgesehen.

Motivation für den Dalkeman

Auch für Leistungssportler, die bisher »nur« eine der drei Triathlondisziplinen ausgeübt haben, gibt es spezielle Angebote zur Vorbereitung auf den ersten Triathlon. Weitere Informationen hierzu und zum »Yes, we can!«-Kurs finden sich auf der Internetseite des Ersten Tri-Teams Gütersloh. Hier besteht wie auch am Infoabend die Möglichkeit der Anmeldung. »Wir hatten bisher insgesamt rund 200 Teilnehmer im »Yes, we can!«-Kurs und fast alle haben es beim Dalkeman ins Ziel geschafft.« In den Gesichtern waren beim Zieleinlauf überschwängliche Freude und großer Stolz über die erbrachte Leistung abzulesen«, motiviert Merit David, die selbst diesen Kurs gemacht hat, die angehenden Triathleten zur Anmeldung.

Infoabend am 26. Januar, GTV-Vereinshaus, Georgstraße 44



**MANTA MANTA
ZWOTER TEIL DES
MANTAFILMS**

KINOCARTS GÜTSELS TOP FILME JANUAR 2023

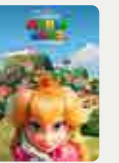
Science-Fiction
Avatar 2, The Way of Water
Walt Disney Company
180 Minuten
FSK 12



Historiendrama
Babylon, im Rausch der Ekstase
Paramount Pictures
189 Minuten
FSK 12



Animation
Der Super Mario Bros. Film
Nintendo, Universal
104 Minuten
FSK 12



Abenteuer
Die drei ??? – Erbe des Drachens
Sony Pictures
100 Minuten
FSK 6



Dokumentation
FCK 2020 – zweieinhalb Jahre mit Scooter
Avanti Media Fiction
113 Minuten
FSK 12



FCK 2020, Scooter

In ihrem Dokumentarfilm ergründet Filmemacherin Cordula Kablitz-Post wie aus dem Ostfriesen Hans Peter Geerdes der Künstler und Scooter-Frontmann H. P. Baxxter wurde. Dabei begleitete sie die Musiker ein Jahr lang bei den Aufnahmen ihres 20. Studioalbums und der anschließenden Tour.

FOTOS: DON HORROR, CONSTANTIN-FILMVERLEIH, JEWELLIGER ANBIETER



LEBENDIGE GASTRONOMIE
OHNE TISCHRESERVIERUNGEN
IM RESTAURANT IST WAS LOS

FOTO: ANDREA PIACQUINDO, PRIVAT

Reservierungsunwesen 🚔🕒🙄

Gastronomie in Gütersloh und anderswo: Tischreservierungen, Reaktanz und Frustrationen. Wirte seien sauer, weil Reservierer nicht kommen, heißt es. Sind asiatische Wirte dann süß-sauer? Teilweise auch scharf? Oder mild? Mittel? Die Tischreservierungen sorgen allenthalben für Unmut.



DOMINIK PRIETO

Das Reservieren von Tischen ist ein Unwesen, es sollte grundsätzlich unterbleiben. Bestenfalls sollte man das für Gäste tun, die man sehr gut kennt. Wenn überhaupt. Erstens wird beklagt, dass viele dann doch nicht kommen. Zweitens ist das für andere unangenehm, die einfach so kommen. In Alman gibt es einfach keine Ausgekkultur. Es muss alles formalisiert, bürokratisiert, elaboriert werden ... und das funktioniert nun einmal nicht besonders gut, wie wir ja sehen.

Es ist sehr unangenehm, wenn man einfach mal so irgendwo hingehet (oder gar Stammgast ist) und dann an einigen (oder gar vielen) Tischen nicht Platz nehmen darf, weil sie »reserviert« sind. Das ist shice. Aber

typisch deutsch. In anderen Ländern gibt es so einen Mist nicht, da kann man keine Tische reservieren. Bestenfalls haben dort manche »Großkopferten« so etwas wie ein Gewohnheitsrecht, woran sich dann alle halten. Ein weiterer Beweis dafür, dass das ungut ist: Das Unwesen der Tischreservierungen hat für eine unangenehme Eigendynamik, einen Teufelskreis gesorgt. Manche trauen sich gar nicht mehr, einfach so auszugehen, sie »reservieren« vorsichtshalber (warum? Siehe oben). Das nervt aber, sodass sie dann spontan eben doch nicht kommen wollen. Was wiederum die Wirte nervt, die dann erst Recht Reservierungen haben wollen, und die dann rechtlich verbindlich und strafbewehrt.

Dabei liegt die Lösung auf der Hand: Gar keine Reservierungen mehr machen. Das hat sowieso auch etwas Wichtigtuertes. So gewönne die Gastronomie wieder eine Dynamik, würde allen Beteiligten mehr Spaß machen, Spontaneität könnte wachsen, was ja Sinn der Sache ist, das könnte ein Circulus virtuosus werden. Mehr Leben, mehr Lebendigkeit. Wenn man reserviert

hat, fühlt man sich unter Druck gesetzt, hinzugehen, und kann nicht mehr spontan sein (was eben das Gegenteil von Lebensfreude ist). Das führt zu Reaktanz (»Ich komme nicht, was will er machen?«) was dann beim Wirt zu Reaktanz führt (»Der kommt nicht, der soll zahlen, ich verklage ihn«) was dann wieder beim Gast zu noch mehr Reaktanz führt (das steht in einem Zeitungsartikel – ein Gast sollte eine »Ausfallgebühr« zahlen und ist durchgedreht). Ist dann die Gastro nicht planbar? Die das Nichteinhalten der Reservierungen beklagen, sagen das. Aber gleichzeitig beklagen sie das Nichteinhalten – das ist also offenbar erst Recht nicht planbar. Und das soll aber alles auch nicht »planbar« sein. Jedenfalls nicht so konkret. Ein guter Wirt hat das im Gefühl, und was aus ist, ist eben aus. Er weiß in etwa, wieviel er vorhalten muss und wieviel nicht. Und er weiß auch, dass er eben nicht ein zu breites Angebot anbieten darf. Wobei es bei vielen sowieso nur eine Pseudobandbreite gibt, bei vielen ist letztlich alles das Gleiche (die Unterschiede sind nur Nuancen) ...

Mehr unter [gütsel.de](https://www.gütsel.de) ...



Avocado-Rezept 🥑

Die Avocado als gesunde Superfruit sollte in diesem Jahr in alle Neujahrsvorsätze aufgenommen werden, wenn es darum geht, seinen Fleischkonsum einzuschränken, sich gesünder zu ernähren.



DIE AVOCADO IST
EINE SUPERFRUIT UND
AUCH UMSTRITTEN

Grüner Reis ist ein leckeres und gesundes Avocadorezept. Dazu braucht man 200 Gramm frischen Spinat, eine Zwiebel, grob gehackt, zwei Knoblauchzehen, geschält und grob zerkleinert, einen kleinen Strauß frischen Koriander, eine Jalapeño-Schote, entkernt, den Saft von einer Limette, 540 Milliliter Gemüsebrühe, Olivenöl der Kategorie extra vergine, 300 Gramm Basma-

reits und natürlich eine reife Avocado, Kern und Schale entfernt, in Scheiben geschnitten.

Zubereitung

Spinat, Zwiebel, Knoblauch, Koriander (einschließlich der Stängel), Jalapeñoschote, Limettensaft und 140 Milliliter der Gemüsebrühe pürieren, bis eine Sauce entsteht. Einen Topf mit etwas Olivenöl auf mittlerer Stufe erhitzen. Den ungekochten Basmatireis etwa 5 Minuten lang anbraten, dann die grüne Sauce hinzugeben und ein paar Minuten lang umrühren. Die restlichen 400 Milliliter Brühe hinzugeben und zum Kochen bringen. Die Hitze reduzieren, abdecken und unter gelegentlichem Rühren 15 bis 20 Minuten köcheln lassen, bis der Reis weich ist. Das Gericht warm (nicht heiß) servieren und mit der in Scheiben geschnittenen Avocado garnieren.

FOTO: TARINELLIOTT



RECUPS BEIM KING
MEHRWEGBEHÄLTER
SIND IM EINSATZ

GASTRO TICKER ESSEN UND TRINKEN JANUAR 2023

Seit dem 1. Januar 2023 bietet Burger King in allen 750 deutschen Restaurants Getränke, Milchshakes und Eis im praktischen Mehrwegbecher von Recup an. Nach der Nutzung können die Recups bequem bei mehr als 16.500 Recup-Ausgabestellen zurückgegeben werden. Der King wird nachhaltig.



Der Fressflash am Stohlmannsplatz bietet Burger, Wraps, Snacks und Pommes-frites-Kreationen wie die »Sucuk Abi Box« mit Sucuk, Cheese Sauce und Pommes frites.



In Rheda-Wiedenbrück bietet das Fry House Frittiertes an. Und eine Auswahl an Tacos wie den Special Original Fryhouse Taco mit Avocadosauce oder anderen Saucen nach Wahl.



Am 12. und 13. Januar 2023 startete die Weinbar Rebenstolz im Türmer mit dem Season-Opening in die neue Saison. Unter anderem mit Currywurst vom Hof Hagenheide.

FOTOS: DZENINA LUMAC, VINICIOUS CARIGATTE, PLANET FOX, BURGER KING



Anzeige

Wein des Monats Januar Lamberti Amarone della Valpolicella DOCG Rotwein trocken

Der Lamberti Amarone della Valpolicella DOCG Rotwein trocken zeigt sich mit einer dunklen rubinroten Farbe mit granatroten Rändern im Glas. Er verströmt ein großzügiges und vielschichtiges Bukett mit Anklängen an Konfitüre, Rosinen und Veilchen und würzigen und balsamischen Noten. Am Gaumen ist der Wein aromatisch und körperreich, sehr fruchtig mit Noten von Rosinen, Pflaume und Waldbeeren. Der Nachhall schmeichelt mit einem eleganten, besonders nachhaltigen Abgang nach gerösteten Mandeln. Der Wein wird 18 Monate in Eichenfässern ausgebaut. Ein Teil des Weines wird parallel dazu ein Jahr lang in Barriques aus französischer Eiche ausgebaut. Nach der Abfüllung wird der Wein noch vier Monate in der Flasche verfeinert, um seine Qualität weiter zu steigern. Der Name des 1964 gegründeten Weinhauses wurde vom antiken veronesischen Geschlecht der Lamberti abgeleitet, nachdem auch der berühmte Turm auf der Piazza delle Erbe in Verona benannt ist. Die 0,75-Liter-Flasche kostet 18,99 Euro (25,32 Euro pro Liter).



Mehr unter [gütsel.de](https://www.gütsel.de) ...

FOTOS: JESSICOTTERTON, LAMBERTI



LILLY FRÖHLICH
PFLEGEDOOF KLÄRT
ÜBER PFLEGE AUF



NEU: PFLEGEDOOF DAS ZWEITE DOOFE BUCH ISSELHORSTER NACHT

Endlich ist es soweit, der zweite Band der doofen Bücher, »Pflegedoof – fit für den Pflegeschwung«, in dem leicht und auf humorvolle Weise Licht ins Pflegedickicht gebracht wird, ist erschienen.

- 1 **Wie vereinbart man Pflege und Beruf?**
- 2 **Wie beantragt man einen Pflegegrad?**
- 3 **Wann bekommt man Pflegegeld und in welcher Höhe?**
- 4 **Wozu benötigt man eine Vorsorgevollmacht oder eine Betreuungsvollmacht?**
- 5 **Was sind die Unterschiede von Kurzzeitpflege, Verhinderungspflege und Tagespflege und Nachtpflege?**

In 100 Tagen fit, Isselhorst

Am Samstag, 25. März, 15 Uhr, startet im Autohaus Brinker an der Haller Straße 79 das Programm »In 100 Tagen fit« (für die Isselhorster Nacht 2023). Laufanfänger und Wiedereinsteiger können sich fitmachen – durch Laufen in mehreren Gruppen mit Trainern und Betreuern an zwölf Samstagen bis zur Isselhorster Nacht am 24. Juni 2023. Mehr dazu [online](#) ...



FOTOS UND COVER: LILLY FRÖHLICH, CREATION HILL



IRENE HEIDUK,
DEBORA COOPER UND
STEFANIE SCHACHE

Caritas-Dienstjubiläen

»Ich habe mich immer wohlfühlt im Verband« oder »Pflege ist kein Beruf, sondern Berufung«. Die Caritas Gütersloh hat Ende 2022 zwei langjährige Mitarbeiterinnen und erfahrene Leitungskräfte geehrt.

Die Caritas Gütersloh hat Ende 2022 zwei langjährige Mitarbeiterinnen und erfahrene Leitungskräfte geehrt. Debora Cooper, Regionalleiterin Herzebrock-Clarholz, ist seit 20 Jahren beim Verband. Irene Heiduk, stellvertretende Pflegedienstleitung der Caritas-Sozialstation in Langenberg, feierte sogar ihr 30-jähriges Dienstjubiläum. Bei einem Empfang in der Geschäftsstelle

in Gütersloh machten beide deutlich, dass ihnen der Beruf nach wie vor sehr viel gibt, auch wenn er mitunter herausfordernd sein kann. Personalleiterin Stefanie Schache gratulierte herzlich und überreichte Blumen und Geschenke: »Wir freuen uns sehr und sind dankbar, dass Sie so lange bei uns sind und sich mit Ihren Teams jeden Tag für Menschen einsetzen.«



MUTTER UND KIND
HERZKLAR-ANGEBOTE 2023
HERZEBROCK-CLARHÖLZ

Herzklar-Angebote 2023

Der Verein »Herzklar« bietet Angebote für Kinder, Eltern, Omas und Opas, Tanten und Onkel, Geschwister und Freunde: »Wir brauchen einander. Zum Fühlen, Denken und Wachsen.«

Mittlerweile wurde das Angebot des vor einem Jahr gegründeten Vereins Herzklar erweitert. Beispielsweise begannen nach den Sommerferien die Kurse im kreativen Bereich – es folgten Eltern-Kind-Kurse für Kinder im Babyalter. Die Kreativangebote »Kopfrei« und »Seelentrichter« sind für Kinder im

Alter von 1 bis 8 Jahren geeignet und finden in den Räumlichkeiten der Zehntscheune statt. Bei diesen Kursen arbeiten die Kinder gemeinsam mit den Erwachsenen.

Das vollständige Kursprogramm bei Güttsel Online, Infos unter verein-herzklar.de ...



SCHLAFLABOR SANKT ELISABETH HOSPITAL

Endlich besser schlafen: Seit 20 Jahren ist das Schlaflabor des Sankt-Elisabeth-Hospitals eine beliebte Anlaufstelle für Patienten mit Schlafstörungen. Die Klassiker: Schnarchen, nächtliche Atemaussetzer oder unruhige Beine.

Dr. Gernot Schoch warnt

»Wenn jemand über einen längeren Zeitraum hinweg mit nächtlichen Atemaussetzern lebt, steigen das Herzinfarktrisiko und das Schlaganfallrisiko«, warnt Dr. Gernot Schoch, Chefarzt der Klinik für Pneumologie, Schlafmedizin und Beatmungsmedizin vor der unterschätzten Gefahr des Schnarchens. Zwar müsse nicht jeder Schnarcher direkt ins Schlaflabor kommen, aber er sollte die Symptome abklären lassen.

Schlafmedizin in Gütersloh

»Damals konnten viele Menschen nichts mit dem Begriff der Schlafmedizin anfangen. Kaum jemand wusste, was wir hier machen«, erinnert sich Atmungstherapeut Henning Thumel an die Anfänge. Das hat sich längst geändert: 20 Jahre und mehr als 8.000 Patienten später ist klar, wie groß der Bedarf ist. »Das Sankt-Elisabeth-Hospital war seinerzeit eines der ersten Häuser mit einem eigenen Schlaflabor im Umkreis«, unterstreicht Chefarzt Dr. Gernot Schoch. Ein Großteil des elfköpfigen pflegerischen Teams ist seit der ersten Stunde im Schlaflabor tätig: »Wir sind ein tolles, eingespieltes Team«, so Stationsleiterin Barbara Stadler.

Große Nachfrage

Gestartet wurde mit vier wohnlichen Patientenzimmern, die spezielle Voraussetzungen erfüllen: Beispielsweise müssen die Zimmer verdunkelt werden können, sie sollten eine geringe Geräuschkulisse haben und selbstverständlich Einzelzimmer sein. Vor einigen Jahren ist ein weiteres Patientenzimmer eingerichtet worden, um der großen Nachfrage gerecht zu werden.



FOTOS: SANKT-ELISABETH-HOSPITAL



PROTOTYP FABIA RS RALLY2 IM NATIONALMUSEUM

Škoda Auto hat einen von zwei Prototypen des Škoda Fabia RS Rally2 an das Technische Nationalmuseum in Prag übergeben. Das dort ausgestellte Fahrzeug wurde für Asphaltstrecken entwickelt. Zur Sammlung des Museums gehört auch das Motorrad L&KCCR. Es diente als technische Basis für den Sieger der Dourdan Meisterschaft im Jahr 1905 und verweist damit auf die mehr als 120 jährige Motorsporttradition der Marke aus Mladá Boleslav. Darüber hinaus erwartet die Besucher auch der Sportwagen L & K RK/M, mit dem Graf Alexander »Saša« Kolowrat bereits vor 110 Jahren Rennen gewann.

Technische Kompetenz

Michael Oeljeklaus, Vorstand für Produktion und Logistik, betont: »Die Motorsportversionen des Škoda Fabia behaupten sich auf den internationalen Rallyepisten seit Jahrzehnten hocheffektiv gegen die Konkurrenz. Das zeigt in beeindruckender Weise: Unser Unternehmen und die Tschechische Republik stehen im Automobilbau weltweit für große technische Kompetenz, besondere Fertigungspräzision und höchste Zuverlässigkeit. Der aktuelle Fabia RS Rally2 bringt alle Voraussetzungen mit, um an die Erfolge seines Vorgängers anzuknüpfen und in den kommenden Jahren die lange Motorsporttradition unserer Marke zu prägen. Ich freue mich sehr, dass wir heute einen von zwei Prototypen in die Fahrzeugsammlung des Technischen Nationalmuseums übergeben und damit auch unsere langjährige Partnerschaft mit dieser Kultureinrichtung fortsetzen.«

Neuer Motor

Der Škoda Fabia Rally2 tritt das Erbe eines der weltweit erfolgreichsten Rallye-Fahrzeuge der letzten Jahre an. Für sein aktuelles Modell hat Škoda Motorsport einen neuen Motor entwickelt, das Handling verbessert, den Antriebsstrang und die Elektronik optimiert und die Sicherheit für Fahrer und Beifahrer weiter erhöht.



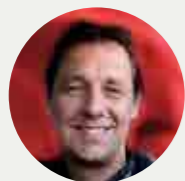


TESLA MODEL 3
JETZT IN GÜTERSLOH
PER AUTO-ABO

**TESLA TOTAL
AUTO-ABONNEMENTS
BEI AUTO HENTZE**

Der Trend geht nicht nur weg vom stationären Autohandel, er geht auch hin zum Auto-Abo. Wenn man nicht mehr Eigentümer des Autos ist, sondern es mietet, hat das Vorteile. Bei Auto Hentze ist im Preis praktisch alles enthalten – bis aufs Tanken oder Laden. Auf den Ersten Blick scheinen die Monatsraten teuer – sind sie aber nicht. Wer ehrlich die Kosten für sein eigenes Auto durchrechnet, wird feststellen, dass das letztlich auch nicht großartig billiger ist – wenn überhaupt. Ein weiterer Vorteil ist der Service. Da das Auto dem Vermieter gehört, und Inspektionen, Hauptuntersuchungen, Versicherung, Steuern, GEMA-Gebühren und Zulassungskosten im monatlichen Abo-Preis enthalten sind, werden keine unerwarteten oder überflüssigen Kosten fällig und es gibt keine bösen Überraschungen.

- 1 Opel Mokka, auch elektrisch
- 2 Tesla Model 3
- 3 Opel Combo, Top-Ausstattung
- 4 Opel Astra Sportstourer
- 5 Mercedes-Benz Vito Tourer



MARKUS FISSENEWERT

»Wir sind seit 1901, als Bernhard Hentze an der Blessenstätte ein Geschäft für Nähmaschinen und Fahrräder mit Reparaturbetrieb eröffnete, der Ansprechpartner vor Ort. Damals fing das Thema »Opel« mit dem Doktorwagen an, der von vielen Ärzten für Hausbesuche benutzt wurde. Deshalb war er als »Doktorwagen« bekannt.«

FOTOS: AUTOHAUS HENTZE



MIKTAT ALTUNTAS
BEI DER SPOTLACKIERUNG
EINER STOSSTANGE

Lack- und Dellendoktor

Die Spotreparatur von Lackschäden und der Dellendoktor von Altuntas sind eine Alternative zu teuren, herkömmlichen Reparaturen. Vom TÜV und vereidigten Kfz-Sachverständigen bestätigt.

Kleinere Lackschäden und Dellen lassen sich schnell und kostengünstig beim Lack- und Dellendoktor reparieren. Die Qualität der Ergebnisse steht den herkömmlichen Verfahren in nichts nach, ist aber im direkten Vergleich deutlich schneller und erheblich preiswerter. Der Kfz-Meisterbetrieb Altuntas bietet die Reparatur von Dellen und kleineren Lackschäden an. In speziellen Lehrgängen hat sich das Personal für diese Techniken qualifiziert und bildet sich weiter. Im Vergleich zu konventionellen Methoden sind die Ergebnisse gleichwertig, lassen sich aber schneller und preiswerter realisieren. Auch der TÜV und vereidigte Kfz-Sachverständige haben die Qualität bestätigt. Die Original-

farben werden nach Herstellerrezepturen angemischt. Durch die Lackierung mit einer speziellen Lackierpistole und die anschließende Politur sind zwischen der lackierten Stelle und dem Originallack keine Unterschiede auszumachen. Der Dellendoktor bessert kleinere Dellen im Blech mit Spezialwerkzeugen aus. So müssen keine neuen Teile gekauft, lackiert und angebracht werden. Preiswerte Verfahren mit Top-Ergebnissen – auch Unfallschäden lassen sich so beseitigen.

Altuntas, Verler Straße 190, 33332 Gütersloh, Telefon +495241-29099 oder +49524124863, Infos unter autoaltuntas.de

FOTO: CHRISTIAN SCHROETER

Wir polieren Ihr Auto auf Hochglanz

Wartung und Pflege vom Profi
 Spezielle Lackaufbereitung
 Kunststoffaufbereitung
 Innenreinigung
 Handwäsche
 Lederpflege
 Motorwäsche
 Polsterwäsche

Alles rund um's Auto
ALTUNTAS

Verler Straße 190 • 33332 Gütersloh • Telefon (05241) 29099 • www.autoaltuntas.de



**ELEKTROAUTO
ORA FUNKY CAT IN
GÜTERSLOH?**

Die Ora Funky Cat steht in den Startlöchern und ist ab Januar ab 38.990 Euro in Deutschland erhältlich: »Hallo, Deutschland! Ich bin Ora Funky Cat. Ich bin Dein Car Panion – dein Weggefährte. Was mich ausmacht? Ich biete ein hohes Maß an Sicherheit auf dem Weg zur Arbeit und massiere Dir nach Feierabend den Rücken. Dank meiner Gesichtserkennung switche ich automatisch auf Deinen Lieblings-Radiosender und stelle meine Spiegel und den Fahrersitz für Dich ein. Ich setze neue Maßstäbe im Bereich der Sprachsteuerung, sodass Du mir nur sagen musst, wenn ich das Panoramadach oder den Kofferraum für Dich öffnen soll. Deine Lieblingspizzeria finde ich so schnell, wie ich Dich automatisch in die nächste Parklücke bringe, mehr dazu [online](#) ...

FOTO: GREAT WALL MOTORS EUROPE

Kultfahrzeuge elektrisch

Im Juli 1990 lief der letzte Citroën 2 CV – in Deutschland liebevoll »Ente« genannt – vom Band. Doch nun ist geplant, das berühmte Fahrzeug wieder auferstehen zu lassen: Und zwar in Form einer elektrischen Replik, die das besondere Fahrerlebnis dieses Fahrzeugs mit den Vorzügen der Elektromobilität vereint. Mit dabei ist die Federkraftbremse Intorq von Kendrion. »Der Kontakt zu dem Hersteller besteht schon seit einigen Jahren«, so Vincent Triquet, Sales Manager bei Kendrion Industrial Brakes. »MLT ist ein französischer Hersteller von Retro-Automobilen, die zu 100 Prozent elektrisch betrieben werden. Aktuell vermarktet das Unternehmen bereits das Modell »E-Story«, eine elektrische Replik des Méhari von Citroën. In Kürze werden Kunden auch eine elektrische Replik der Ente erwerben können.

**CITROËN MÉHARI
MIT ELEKTROANTRIEB
KENDRION-BREMSE**

FOTO: MLT AUTOMOTIVE

Plakette fällig?



Wir prüfen alles – vom Moped bis zum 40-Tonner

Als GTÜ-Vertragspartner bieten wir

- ▶ Hauptuntersuchung nach § 29 StVZO mit integrierter Abgasuntersuchung
- ▶ Änderungsabnahmen gemäß § 19.3 StVZO
- ▶ Oldtimeruntersuchungen gemäß § 23 StVZO H-Kennzeichen



Als Sachverständige bieten wir

- ▶ Schadengutachten
- ▶ Fahrzeugbewertung
- ▶ Prüfen von Flüssig-gasanlagen an Campingfahrzeugen.



PGZ Prüf- und Gutachtenzentrum, Nikolaus-Otto-Str. 3, 33335 Gütersloh, Mo – Fr 8 – 17 Uhr, Tel.: 05241 7049130, Fax 7049132, www.pg-zentrum.de.

**BROOKLN DEKKER
BUNKER ULMENWALL
INDIE-FOLK-DUO**



**SINGER-SONGWRITER DEKKER
3. FEBRUAR BUNKER ULMENWALL
INDIE-FOLK UND SOLO-TOUR**

Mit den Songs seines Debütalbums »Slow Reveal: Chapter One« sorgte der amerikanische Singer-Songwriter Dekker 2020 für Furore. »This Here Island« und »The Love« rotierten auf mehreren großen US-Folk-Playlists und Radiostationen in Europa. Das Album stieg sogar Ende Dezember 2022 auf Platz 70 der US-College-Charts ein. Im August 2019 begab sich Dekker auf eine künstlerische Entdeckungsreise. Das Konzert findet am Freitag, 3. Februar, um 20 Uhr, im Bunker Ulmenwall statt, Tickets kosten im Vorverkauf 16 Euro.

Das aktuelle Bunkerprogramm

- 1 Electric Ulmenwall, 31. Januar
- 2 Madison Violet, 5. März
- 3 Loopahead 2022, 8. März
- 4 Brandt, Brauer, Frick, 11. März
- 5 Knud, 5. Mai
- 6 June Cocó, 6. Mai
- 7 High South Feels This Good, 11. Mai
- 8 Nullmillimeter, 13. Mai
- 9 Triosence, 17. Mai
- 10 »FLINTA*« und Offene Treffs

**Kulturort Bunker Ulmenwall,
Kreuzstraße 0, Bielefeld, Telefon
+495211368170, mehr online unter
bunker-ulmenwall.org ...**



**LOOPAHEAD LIVE
AM MITTWOCH, 8. MÄRZ
BUNKER ULMENWALL**

GÜTSEL

Gütsel RSS Feed
Mit dem Gütsel RSS Feed unter guetsel.de/rss bleiben Sie immer auf dem Laufenden und bekommen die aktuellsten Inhalte geliefert. Dazu brauchen Sie eine App oder eine Software, bei Fragen informieren Sie wir gerne dazu ...

Social Media
Wenn Sie etwas mitzuteilen haben, sei es Werbung oder seien es redaktionelle Inhalte, so posten wir das gerne auf unserer vielbesuchten Website und in unseren Social-Media-Kanälen bei Twitter, LinkedIn, Instagram und weiteren Kanälen sowie in unserer Facebook-Gruppe und auf unserer Facebookseite. Schicken Sie uns einfach Foto und Text per E-Mail zu oder nutzen Sie Gütsel Interaktiv.

Christian Schröter AGD
Design, Kommunikation, Marketing
Königstraße 56, 33330 Gütersloh
Telefon +4952412333816
www.guetsel.de

Download on the App Store | GET IT ON Google Play

FOTOS: BUNKER ULMENWALL



CHRISTINE KOLUMNE

Christine Wandert

**SELBSTMITLEID
ERLAUBT, SOZIALE
MEDIEN MIT CHIC**

Wer krank ist und sich dabei noch schlechter als ohnehin schon fühlen will, muss nur auf Soziale Medien schauen: Da sehen alle, auch Erkältete, schick aus und haben ihr Leben noch im Griff. Was soll das? Wenn ich mitbekomme, auf welche Weise andere Leute erkältet sind, kriege ich Komplexe. Da wird zum Markt gegangen, Suppengemüse gekauft und erst mal eine kräftige Brühe gekocht und Vitamininfusionen gemacht, zwischendurch auch mal im Park spaziert (man kann sich ja dick einpacken). Und natürlich: Es wird auch gearbeitet, zumindest ein paar E-Mails und der eine Call, der ist halt wichtig. Zwischendrin Nasenduschen und mehrmals inhalieren, ist klar. So viel Energie muss sein. Gerade in den Sozialen Medien gibt es derzeit viele Posts von Erkälteten: frisch aussehend, in einen sauberen Hoodie eingepackt, im Hintergrund frische Schnittblumen. Nur um das klarzustellen: Es gibt natürlich etliche viel schlimmere Krankheiten, mein grippaler Infekt ist vorbei. Aber wenn man drinsteckt, fühlt es sich schon sehr elendig an. Chapeau an alle, die zu diesen Zeiten mit kranken Kindern in einem Strudel aller möglichen Viren zu Hause feststecken. Dieses Jahr folgendes Szenario: Ich lag im Bett und alles ist durchgeschwitzt. Um mich herum liegen benutzte Taschentücher, beziehungsweise handelt es sich um Klopapier, weil meine Taschentücher alle sind. Was würden Menschen machen, die ihr Leben im Griff haben? Genau, einen kleinen Mülleimer auf ihrem Nachttisch stationieren. Sämtliche Teetassen, Thermoskannen und Mandarinschalen vor sich. Das verrät etwas über meine kulinarischen Vorlieben, und meinen gesundheitlichen Zustand. Aber die selbstgemachte Rindfleischsuppe wird es richten. Dennoch, mein Selbstwertgefühl sinkt mit jedem Werbespot. Duschen ist, wenn man Fieber hat, keine Option. Wenn der Körper eh nonstop Gänsehaut hat, kann man sich nicht noch nassen Haaren aussetzen. Der Moment, in dem die Krankheit zugeschlagen hatte, manifestierte sich in meinem Äußeren, da ich es noch nicht geschafft hatte, mich seitdem richtig abzuschminken. Also sah ich aus wie ein Grufti. Normalerweise wäre ich um diese Tageszeit eine ansehnliche Türöffnerin.

Ihre, Christine Wandert



**Weil's um
mehr als
Geld geht.**



**Sparkasse
Gütersloh-Rietberg-Versmold**



**Hentze kauft, verkauft,
repariert und pflegt Ihren Opel*
Full Service und Auto Abos**

SEIT 1901



*** UND ALLE ANDEREN MARKEN. MIT EINEM OPEL DOKTORWAGEN
FING 1901 ALLES AN. ZUVERLÄSSIG, BODENSTÄNDIG UND ANSPRECHBAR.
VOR ORT IN GÜTERSLOH UND UM GÜTERSLOH HERUM.**