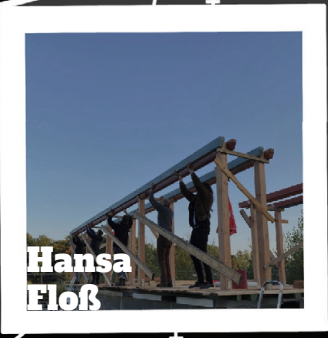


BLICKWINKEL



MÜNSTER

Februar | 2022

EDITORIAL

Vorwort

Liebe Leser:innen,

nach einem Semester voller Planung, Themenfindung, Recherche, Schreiben und Designen halten wir nun das Ergebnis unserer Arbeit in den Händen - zumindest digital.

Wir, das sind Kommunikations-Studierende in Münster. Im Rahmen eines Seminars haben wir eine Redaktion aufgebaut und dieses Magazin produziert. Das Ziel: Die Redaktionsprozesse von der Idee bis zur Veröffentlichung kennen lernen und selbst ausprobieren. Dafür hat jede:r einen Text geschrieben, das Design gestaltet und / oder Fotos gemacht. Dabei durften wir nicht nur die Produktion eines Magazins, sondern auch ganz neue Ecken von Münster kennen lernen.

Denn unsere Ausgangsfrage war: Was ist für uns in unserer neuen Studienstadt wichtig, welche Tipps hätten wir uns gewünscht und was gibt unsere Stadt her? Die Antworten darauf findet Ihr auf den folgenden Seiten.

Viel Spaß beim Lesen!
Eure Isabel

LÖSUNG MÜNSTER QUIZ

- 1. c) 2. c) 3. c) 4. c) 5. c)
- 6. b) 7. b) 8. a) 9. c) 10. a)

8 - 10 Fragen richtig:

WOW! Du bist ein richtiger Münster-Experte!

5 - 8 Fragen richtig:

Sehr gut, aber noch ausbaufähig.

0 - 4 Fragen richtig:

Münster Neuling? Nicht schlimm! Vielleicht ist eine Stadtführung das Richtige für dich? Oder schau doch mal in der Tourist-Information vorbei – dort findest du alles, was du über Münster wissen musst!

INHALT

UNSERE STADT

- 08 10 Fakten über Münster 34
Maja Giesbert
- 10 Ein Ort der Freien Begegnung:
Das Hansafloß. 52
Odile Löring
- 14 Für einen Traum nach Münster
getürmt: Eine Reportage. 58
Julian Wortmann
- 22 Ausflugsziele:
Rund um Münster 62
Marie Quedenfeld
- 26 War doch nett gemeint:
Sexuelle Belästigung im Alltag. 66
Franziska Schuder
- 30 Das Münster Quiz:
Münster Experte oder Münster-Neuling? 66
Marie Quedenfeld

UNSERE UNI

- WG gefunden!
Eine Fotoreportage. 34
Luna Baumann Dominguez
- Probier mal was neues!
Hochschulsport 52
Klara Ella Engler
- Lange Haare, kurze Gedanken?
Der schwierige Weg zum
Frauenstudium in Münster. 58
Maja Giesbert
- Kultur für Lau:
Was kann das Kultur-
semesterticket eigentlich? 62
Ana Suffrian
- Kira Sawilla:
Zwischen Hörsaal und Wahlkampf. 66
Anna Höhne

UNSER LEBEN

- Die Zeit als wichtigste Ressource:
The Fear of Missing Out. 72
Ana Suffrian
- Die Zeit als wichtigste Ressource:
The Joy of Missing Out. 76
Luca Hannah Roters
- Die Lösung all meiner Probleme?
Second-Hand-Shops in Münster. 78
Matilda Kastien
- FairTeilBar:
Günstig einkaufen und
kochen als Studierende. 84
Isabel Strathmann
- Studentenküche:
Genial und lecker kochen für 1,50 Euro. 88
*Elisabeth Sauer &
Ana Suffrian*
- Selbstexperiment Social Tinder:
Freundschaften finden auf Tinder? 90
Elisabeth Sauer
- Was liest du, Münster?
Buchrezensionen. 94
Johanna Kreisner
- Survival Tipps:
Wie bekommen wir
unser Leben auf die Reihe? 96
Die Redaktion

UNSERE STADT

10 FAKTEN

ÜBER MÜNSTER

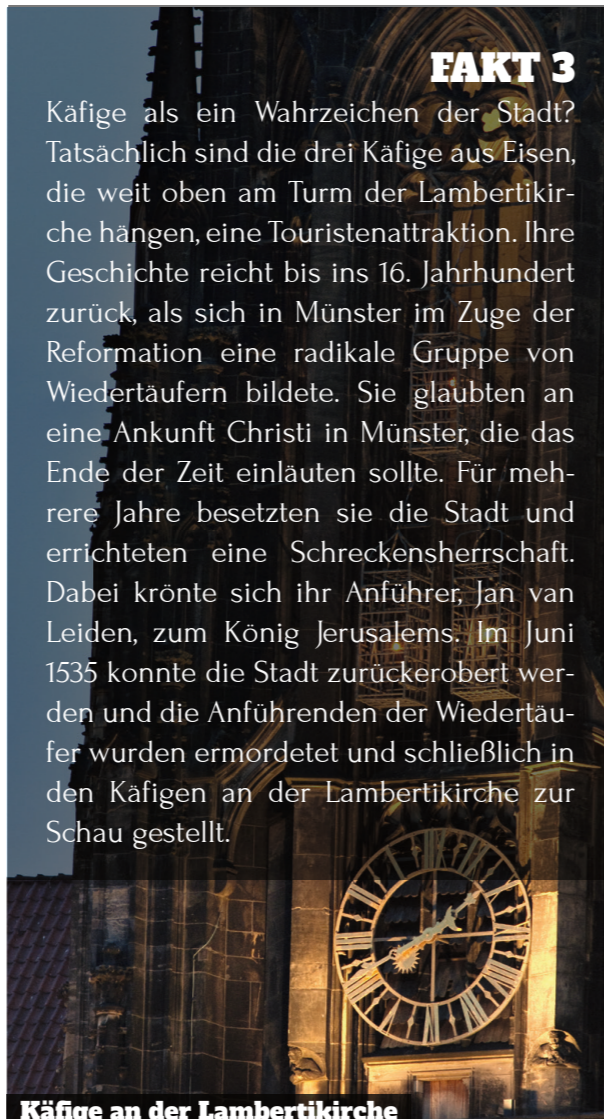
Text & Bild: Maja Giesbert

FAKT 1

Leeze und Jovel – die Münsteraner „Geheimsprache“ Masematte ist hier allgegenwärtig. Dieser regionale Dialekt ist eine Mischung aus Jiddisch, westfälischen Mundarten und anderen Sprachen und wurde ab dem 18. Jahrhundert vor allem in den ärmeren Vierteln der Stadt gesprochen, wie dem Kuhviertel oder Pluggendorf. Einige Begriffe lassen sich heute noch wiederfinden: Die „Leeze“ ist das Fahrrad, „Jovel“ bedeutet so viel wie „gut“ – danach wurde sogar ein Club in Münster benannt. Passend dazu gibt es noch die Begriffe „matto“ (betrunken) und „pien“ (Alkohol trinken). Das Gegenteil von Jovel ist übrigens „Schovel“ (schlecht).



Fahrräder in der Innenstadt



Käfige an der Lambertikirche

Käfige an der Lambertikirche (Foto: Michael Keatrin)

FAKT 4

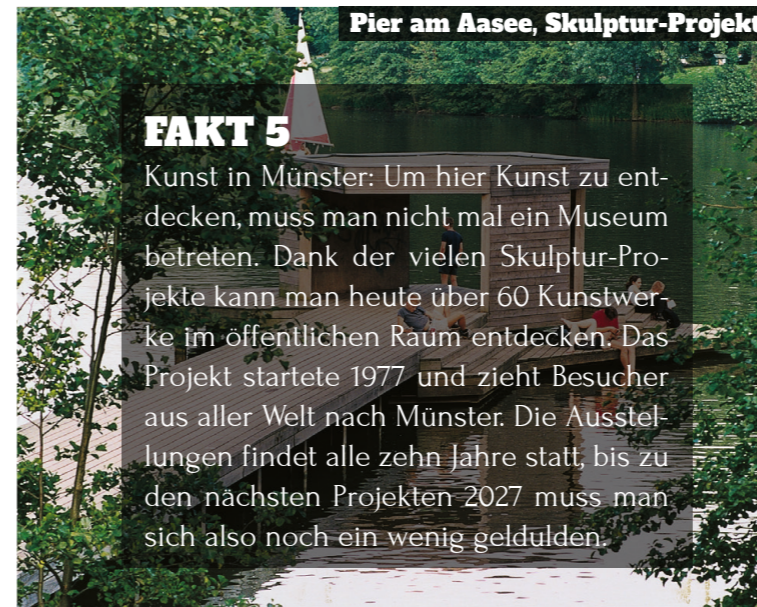
Münster als Studierendenstadt: Diesen Ruf hat die Stadt nicht umsonst. Neun Hochschulen und mehr als 60.000 Studierende – das sind ca. 20% der Bevölkerung Münsters. Mit dieser Verteilung kann keine andere Stadt Deutschlands in vergleichbarer Größe mithalten.

FAKT 3

Käfige als ein Wahrzeichen der Stadt? Tatsächlich sind die drei Käfige aus Eisen, die weit oben am Turm der Lambertikirche hängen, eine Touristenattraktion. Ihre Geschichte reicht bis ins 16. Jahrhundert zurück, als sich in Münster im Zuge der Reformation eine radikale Gruppe von Wiedertäufern bildete. Sie glaubten an eine Ankunft Christi in Münster, die das Ende der Zeit einläuten sollte. Für mehrere Jahre besetzten sie die Stadt und errichteten eine Schreckensherrschaft. Dabei krönte sich ihr Anführer, Jan van Leiden, zum König Jerusalems. Im Juni 1535 konnte die Stadt zurückerobert werden und die Anführenden der Wiedertäufer wurden ermordet und schließlich in den Käfigen an der Lambertikirche zur Schau gestellt.

FAKT 5

Kunst in Münster: Um hier Kunst zu entdecken, muss man nicht mal ein Museum betreten. Dank der vielen Skulptur-Projekte kann man heute über 60 Kunstwerke im öffentlichen Raum entdecken. Das Projekt startete 1977 und zieht Besucher aus aller Welt nach Münster. Die Ausstellungen findet alle zehn Jahre statt, bis zu den nächsten Projekten 2027 muss man sich also noch ein wenig gedulden.

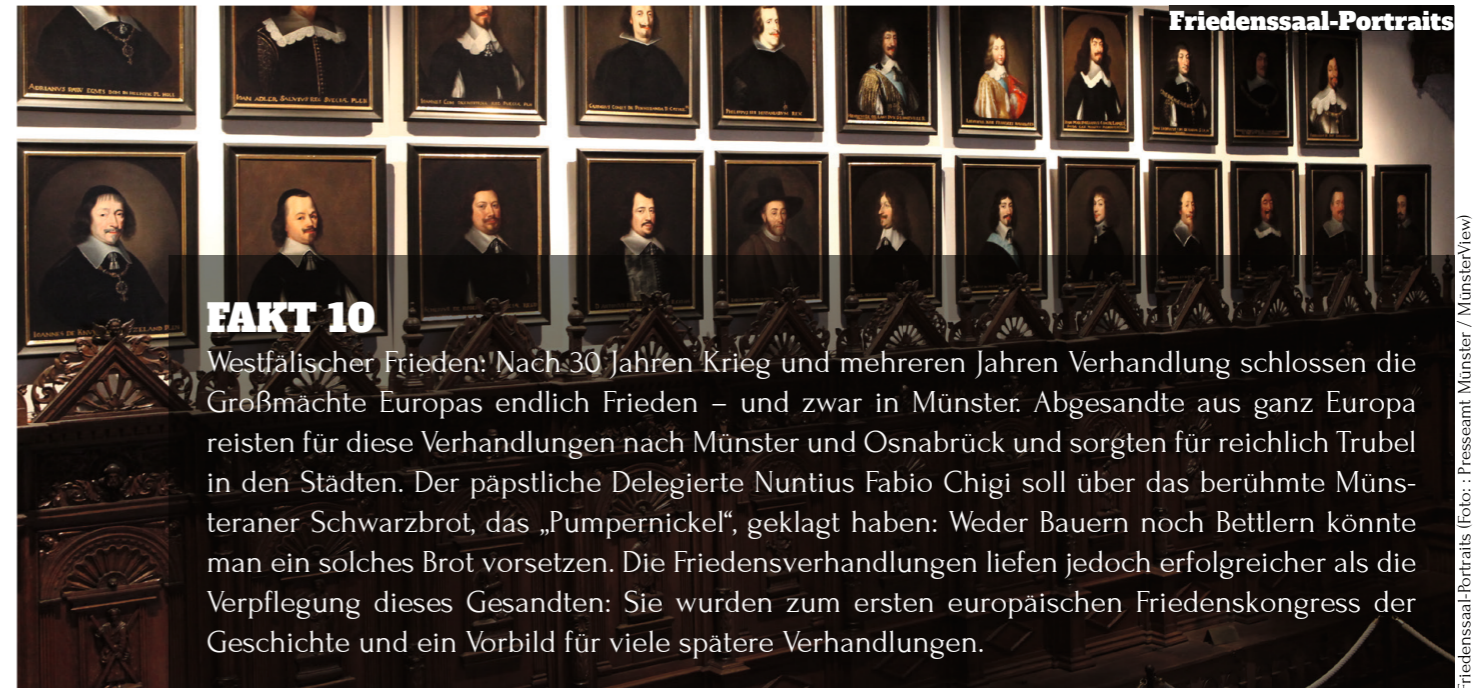


Pier am Aasee, Skulptur-Projekt

Pier am Aasee, Skulptur-Projekt (Foto: Presseamt Münster)

FAKT 8

Diese Dinge wurden nach Münster benannt: Die texanische Stadt „Muenster“ und eine Meerschweinchen-Art. Diese neue Art von Meerschweinchen wurde an der WWU entdeckt und trägt den Namen „Galea monasteriensis“, oder auch Münstersches Meerschweinchen.



Friedenssaal-Portraits

FAKT 10

Westfälischer Frieden! Nach 30 Jahren Krieg und mehreren Jahren Verhandlung schlossen die Großmächte Europas endlich Frieden – und zwar in Münster. Abgesandte aus ganz Europa reisten für diese Verhandlungen nach Münster und Osnabrück und sorgten für reichlich Trubel in den Städten. Der päpstliche Delegierte Nuntius Fabio Chigi soll über das berühmte Münsteraner Schwarzbrot, das „Pumpnickel“, geklagt haben: Weder Bauern noch Bettlern könnte man ein solches Brot vorsetzen. Die Friedensverhandlungen liefen jedoch erfolgreicher als die Verpflegung dieses Gesandten: Sie wurden zum ersten europäischen Friedenskongress der Geschichte und ein Vorbild für viele spätere Verhandlungen.

Friedenssaal-Portraits (Foto: Presseamt Münster / MünsterView)

FAKT 6

Münster als historische Stadt: Dass die Stadt schon sehr alt ist, lässt sich an vielen Stellen erkennen. Ein berühmtes Beispiel ist die Promenade: Sie stammt aus dem frühen 13. Jahrhundert und stellt den alten Befestigungsring dar, der die Altstadt umschlossen hat. Die Zugänge zur Innenstadt sind die alten Stadttore. Die Promenade ist 4.500 Meter lang, mit ca. 2.000 Bäumen gesäumt. Zu Hochzeiten sind hier ca. 20.000 Radfahrer*innen unterwegs.

FAKT 7

Liegt in Münster die älteste Schule ganz Deutschlands? Ja, sagt das Paulinum Gymnasium aus Münster und beruft sich dabei auf die Gründung des dazugehörigen Klosters im Jahr 797. Das Gymnasium Carolinum ist da anderer Meinung und kann eine Gründungsurkunde ihrer Schule aus dem Jahr 804 nachweisen. Um die Streitigkeit zu klären wird jährlich ein Fußballspiel zwischen den beiden Schulen veranstaltet, um den Titel der ältesten Schule Deutschlands zu verteidigen.

Fakt 9

Verregnetes Münster? Dieser Eindruck täuscht nicht, tatsächlich liegt die Stadt mit ca. 190 Regentagen über den Bundesschnitt. Bei der Regenmenge schneidet Münster jedoch sehr durchschnittlich ab und gehört nicht mal zu den 40 regenreichsten Städten in Deutschland – so schlecht ist das Wetter hier also nicht.



EIN ORT DER FREIEN BEGEGNUNG

Ein Floß als Bühne und Raum für Veranstaltungen, Weiterbildung, Diskussion und politischen Aktivismus. Ein Gegenpol zur kommerziellen und konsumorientierten Gestaltung des Hafens. Ein politisches Projekt von Studierenden, die Menschen zusammenbringen, und Münster aktiv mit gestalten wollen.

40 Quadratmeter bunte Planken. Zwei Schwimmkörper. Abgedeckt von großen Planen. Ein Floß im Winterschlaf. Vor der ersten Bauphase im Sommer 2021 hatte hier niemand Ahnung von Holzbearbeitung, Statik und elektrochemischer Korrosion. Auch die Benutzung einer Kreissäge war für viele das erste Mal und wurde Schritt für Schritt anhand von YouTube Videos erlernt. Teil des Projektes zu sein, gibt einem die Möglichkeit neue Leute kennenzulernen, die dieselben Werte vertreten, sagt Hannah, die seit dem letzten Jahr beim Floß-Bau dabei ist und sich um die Öffentlichkeitsarbeit des Hansa-Floßes kümmert. Außerdem eröffnet das Projekt die Möglichkeit sich lokal zu engagieren, für den Ort, an dem man lebt, um so die Gemeinschaft im Viertel zu stärken, sagt sie.

Hannah und Lena sind beide Anfang zwanzig. Sie sind zum Studieren nach Münster gekommen und engagieren sich ehrenamtlich für das Hansa-Floß-Projekt. Es ist Freitagnachmittag und wir sitzen im Schneidersitz auf dem nicht abgedeckten Teil des Floßdecks. Die Luft ist feucht und die Sonne geht langsam unter. Es riecht nach nassem Holz. Die Floß-Baustelle sieht nicht so aus als wäre hier länger niemand mehr gewesen. Überall liegen Holzreste und Planen. Selbstgemalte Schilder schmücken die Baustelle, die fast gemütlich wirkt. Hannah erzählt wie hier letzten Sommer fast jeden Tag gebaut, gekocht und gemeinsam am Lagerfeuer gegessen wurde.

Der Einfloß e.V. ist ein eingetragener Verein. Mitglied sind ca. 20 Personen, hauptsächlich Studierende – was aber kein Ausschlusskriterium ist. Viele Interessierte haben auch nur einen Tag am Floß verbracht und eine Planke angeschraubt. Grundsätzlich gilt: Jede:r darf mitmachen! Organisiert wird sich in fünf verschiedenen Teams: Das Awareness-Team bemüht sich darum, dass sich alle Menschen beim Hansa Floß wohlfühlen. Das Veranstaltungsteam sammelt währenddessen Ideen, organisiert und plant alles rund um Lesungen, Vorträge und Workshops, die in Zukunft auf und um das Floß herum stattfinden werden.

Das Kreativ-Team beschäftigt sich mit der Gestaltung der Inneneinrichtung und entwirft ein Logo. Des Weiteren gibt es ein Team, was sich um die Öffentlichkeitsarbeit kümmert und zu guter Letzt sorgt das Team rund um die Bauplanung dafür, dass das Floß nicht untergeht und die besten Voraussetzungen für die geplanten Veranstaltungen bietet.

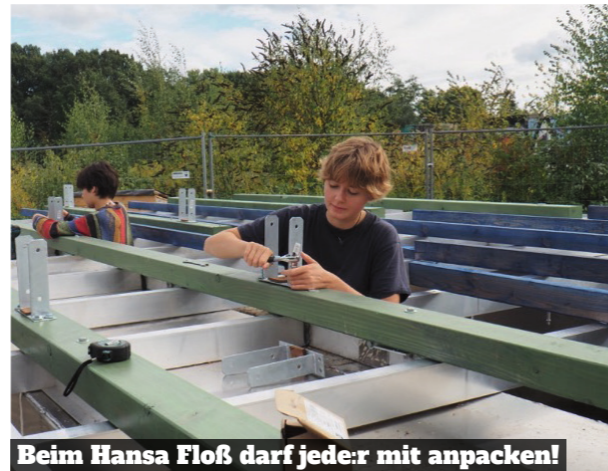
Das Projekt finanziert sich zum Großteil aus Spenden. Das Hansa-Forum unterstützte den Floß-Bau mit 25.000 Euro und der AStA (Allgemeiner Studierendenausschuss der Universität Münster) mit einer kontinuierlichen Förderung von 100 Euro im Monat. Damit das Projekt in die nächste Bauphase gehen kann, sind aber weiterhin Spenden notwendig.

„FLINTA* an die Säge!“

hieß es letzten Sommer fast täglich, als am Bauplatz des Hansa-Floßes geschraubt, gebohrt und gesägt wurde. FLINTA-Personen, das sind Frauen, lesbische, intersexuelle, nonbinäre, sowie transsexuelle Personen, die häufig von Diskriminierungen betroffen sind. Um einen Beitrag gegen diese Formen der Diskriminierung zu



Geschraubt, gebohrt, gesägt wird am Hansa Floß.



Beim Hansa Floß darf jeder mit anpacken!

leisten, schafft der Einfloß.e.V. einen Raum, der möglichst frei von Diskriminierung, physischen und sozialen Barrieren sein soll, der Menschen zusammen zu bringt. Das macht sich das Hansa-Floß zur Aufgabe. „Wir sind nicht nur ein Floß, sondern ein politisches Projekt“, heißt es. Während der letzten Bauphase wurde nicht nur gemeinsam an der Kreissäge gestanden, sondern auch gemeinsam gekocht und gegessen. Meist vegan und aus geretteten Lebensmitteln vom foodsharing. Eine Initiative, die abgelaufene Lebensmittel vor der Tonne bewahrt. Es wurde fast Tradition, den erfolgreichen Bau-Tag gemeinsam am Lagerfeuer ausklingen zu lassen, erzählen Hannah und Lena. Nicht nur beim gemeinsamen Kochen spielt Nachhaltigkeit eine Rolle. Ein wichtiger Grundsatz des Projektes ist es, das Hansa-Floß so nachhaltig wie möglich zu bauen. Dabei wird darauf geachtet, den Ressourcenverbrauch und den Ausstoß an Treibhausgasen so gering wie möglich zu halten. So wird zum Beispiel der Großteil der Inneneinrichtung aus recycelten Materialien bestehen. Eines der sechs Teams ist das Upcycling-Team, das sich um gebrauchte und ressourcenschonende Materialien bemüht. „Wir wollen einen Raum für politischen Utopien schaffen und regelmäßig Veranstaltungen zum Thema Klimaschutz, Klimagerechtigkeit und Tierwohl anbieten, dazu Expert:innen zu diesen Themen einladen“, erzählt Lena, die ebenfalls Teil des Öffentlichkeitsarbeits-Teams des Hansa-Floßes ist.

Personen, die die menschengemachte Klimakrise leugnen, sind auf dem Floß nicht willkommen, so das Team um das Hansa-Floß.

Ob Bau und Planung immer reibungslos verlaufen? Nicht wirklich.

Die beiden lachen. „Eine Herausforderung war unter anderem, einen Liegeplatz zu finden. Die Organisation, Anträge stellen und Förderungen beantragen war sehr zeitaufwendig und zu dem Zeitpunkt war nicht mal klar, ob wir überhaupt eine Baugenehmigung bekommen. Sehr viel Arbeit in ein

Projekt zu stecken, ohne die Gewissheit, ob am Ende gebaut werden darf, war schon eine Herausforderung“, berichtet Hannah. Auch die Fertigstellung der Schwimmkörper hat ewig gedauert, hierfür die nötige Geduld zu haben, war ebenfalls nicht immer leicht, sagen die beiden. Aber gut Ding will Weile haben - die professionell angefertigten Schwimmkörper sollen das Floß über Wasser halten. Hier wird auf die Expert:innen vertraut, nach deren Berechnungen das Floß schwimmen sollte. Die beiden wirken zuversichtlich.

Wenn die letzten Planken nach der zweiten Bauphase angeschraubt sind und auch die Inneneinrichtung des Floßes abgeschlossen ist, liegt das Hansa-Floß am Liegeplatz 2 im Stadthafen. Um die 60 Mal im Jahr darf das Floß in den Stadthafen 1 einfahren und an der B-Side,



Joline versucht den richtigen Winkel zu finden, damit die Holzplanken gerade zugeschnitten werden können.



Wo sich die Floßbaustelle befindet ist, streng geheim.

gegenüber von den Restaurants, anlegen. Veranstaltungen sollen auf und um das Floß herum stattfinden. Auf dem Wasser sowie auch an Land. Für Workshops, Konzerte, Lesungen und für noch viele weitere freie Begegnungszeiten soll und kann das Floß genutzt werden.

Wie bereits zu Anfang erwähnt, soll es als Gegenpol zur kommerziellen und konsumorientierten Gestaltung des Hafens dienen. Ihr Ziel, die ungenutzte Fläche, kreativ zu nutzen, um Menschen zu zeigen, dass sie Münster mitgestalten und etwas bewegen können, machen Hannah und Lena in unserem Gespräch deutlich.

Im Februar soll weitergebaut werden, wenn die Temperaturen das zulassen. Damit pünktlich zum Sommer die Floß-Taufe stattfinden kann.

FÜR EINEN TRAUM NACH MÜNSTER GETÜRMT...

Martje Saljé wacht aus der Höhe über Münster. Als Türmerin der Lambertikirche: Eine Reportage.

Text & Bild: Julian Wortmann



Montagabend, kurz vor 8 Uhr: Die letzten Besuchende der Weihnachtsmärkte tummeln sich durch die Stadt, einige Radfahrende ruckeln mit ihren Leezen über das Kopfsteinpflaster. Zwischen den Giebelhäusern am Prinzipalmarkt, die sich wie an einer Kette entlang gezogen aufreihen, erhebt sich die Lamberti Kirche über den sonst klaren Nachthimmel. Während die meisten Passanten:innen sichtlich entspannt an der Kirche vorbei schlendern, hat eine Frau alles im Blick: Die Rede ist von Martje Saljé (41), der Türmerin von Münster. Jeden Tag (außer Dienstag) steigt sie auf den Turm der Lamberti Kirche und gibt mit ihrem Turmhorn Signale, um vor Feuer, Feinden und anderen Bedrohungen zu warnen.

Ich durfte Martje einen Abend lang bei ihrer Arbeit als Türmerin begleiten. Wie es sich anfühlt, das höchste Amt Münsters zu verkörpern, welche Schwierigkeiten es dabei gibt und was die Arbeit der Türmerin dennoch so einzigartig macht, lest ihr auf den folgenden Seiten.

Der Aufstieg

Bevor es losgeht, bleibe ich kurz auf dem Prinzipalmarkt vor der Lamberti-Kirche stehen und blicke ehrfürchtig nach oben. „Da soll ich gleich hoch gehen?“, frage ich mich, während ich den von Besuchern des Weihnachtsmarktes noch gut gefüllten Kirchplatz passiere und Richtung Turmeingang laufe.

Vor dem unscheinbaren Eingang, neben dessen Tür ein kleines Schild mit dem Piktogramm

eines Türmers eingemeißelt ist, wartet bereits Martje Saljé auf mich. Nach einer kurzen, herzlichen Begrüßung und der Kontrolle der 3G-Nachweise (auch eine Türmerin ist vor der Pandemie nicht sicher) wagen wir uns an die schwere Holztür, die den Turmeingang schützt.



Imposante Ratsglocke

„Dann machen wir uns mal auf den Weg. Die erste von 300 Stufen haben wir schon mal geschafft“, scherzt sie, als wir die Stufe zur Eingangstür betreten.

Warum es nun genau 300 Stufen sind, ist bis heute nicht wirklich geklärt. Fest steht aber eines: als Türmerin von Münster beginnt der Weg zum Arbeitsplatz bereits mit einer Hürde. Um den Weg zur Turmstube jeden Tag und teilweise sogar mehrmals täglich zu passieren, braucht man eine wirklich gute Fitness. „Tatsächlich war das auch eine der Grundvoraussetzungen bei der Bewerbung“, gibt Martje lachend zu. Wenn man das täglich mache, so sagt sie, könne man sich den ein oder anderen Weg ins Fitnessstudio sparen. Das merke ich während unseres gemeinsamen Aufstieges sofort.

Nach einiger Zeit durch enge Wendeltreppen kommen wir auf der Ebene der sogenannten „Ratsglocke“ an. Kaum aus dem schmalen Treppenaufgang herausgetreten, bin ich direkt vom fantastischen Ausblick über die Stadt begeistert. „Ist es nicht ein Traum, von hier über die Stadt zu gucken?“, fragt Martje. „Als ich das erste Mal hier oben stand, war ich dermaßen beeindruckt, dass ich mir keinen schöneren

Job vorstellen konnte. Und es wird noch besser, wenn wir erst einmal oben angekommen sind“. Was man von 40 Metern über dem Boden aus sehen kann, ist wirklich beeindruckend. Den beleuchteten Prinzipalmarkt samt Rathaus, den Dom in all seiner Pracht, die dahinter liegende Überwasserkirche (auf deren Turm Martje auch schon war); selbst das Schloss lässt sich von hier oben hinter all den Gebäuden erkennen. Dabei ist die namensgebende Ratsglocke selbst, die mir bei dem Ausblick erst gar nicht so ins Auge sticht, mindestens genauso besonders. Früher auch als Warnsignal bei Feuer genutzt, wird sie heute nur noch einmal alle 5 Jahre betätigt. „Jedes Mal, wenn ein neuer Oberbürgermeister oder eine neue Oberbürgermeisterin ernannt wird, kommt die Ratsglocke zum Einsatz“, erklärt Martje. Auch die Käfige der Wiedertäufer hängen auf dieser Ebene. Als wir plötzlich direkt vor diesen stehen, kommt mir ein kalter Schauer über den Rücken. Irgendwie schon gruselig, dass hier im Mittelalter Menschen eingesperrt wurden, und aus heutiger Sicht unvorstellbar.

Also schnell weiter nach oben Richtung Türmerstube. Wieder geht es durch enge Wendeltreppen, wieder vorbei an kleinen Fenstern. Auf dem Weg nach oben sehen wir, dass eine der kleinen Lampen im Turm ausgefallen ist. Während wir uns vorsichtig im Halbdunklen unseren Weg nach oben bahnen, erzählt Martje, dass sie auch schon mal bei völliger Dunkelheit auf den Turm gestiegen ist. „Einmal sind alle Lampen im Aufgang ausgefallen. Da hat es mich dann nur mit einer Taschenlampe ausgerüstet schon etwas gegruselt. Ansonsten fühle ich mich hier aber eigentlich sicher.“

Wer ist Martje Saljé?

Martje Saljé ist seit Januar 2014 Türmerin von Münster und damit die erste Frau, die das historische Amt ausführt.

Ursprünglich aus Bremen hat die studierte Historikerin und Musikerin vor ihrem Job als Türmerin unter anderem in Museen und Archiven, als Lehrerin sowie als Musikerin gearbeitet und beherrscht mehrere Instrumente. Als sie 2013 auf eine Anzeige für die Arbeit als Türmerin in Münster stößt, ist sie sofort fasziniert und bewirbt sich im Rahmen einer bundesweiten Ausschreibung mit über 40 anderen Menschen für die Stelle. Nach mehreren Vorstellungsgesprächen und Auswahlrunden reduzierte sich die Anzahl auf lediglich 2 Bewerbende. „Der andere Bewerber war ein gebürtiger Münsteraner und tief in der katholischen Kirche engagiert. Da dachte ich als zugezogene Protestantin schon okay, das war es dann und die Stadt entscheidet sich verständlicherweise für die Tradition. Dass die Wahl dann doch auf mich fiel, hat mich unfassbar glücklich gemacht.“ Seit mehr als 7



Martje Saljé

Foto: Michael Kestlin



Schmale Wendeltreppen zur Turmstube

Jahren übernimmt Martje nun schon die Rolle der Türmerin von Münster; einen schönen Job könne sie sich aktuell nicht vorstellen. Neben ihrer Arbeit als Türmerin ist sie auch als Künstlerin unterwegs und spielt (wenn mal keine Pandemie vor der Tür steht) öfters kleinere Konzerte.

Eine Stube über den Dächern der Stadt

Beim Eintritt in die Turmstube erwartet mich ein gemütliches kleines Zimmer mit allem, was man so als Türmerin benötigt: Ein großer Schreibtisch als eingerichteter Arbeitsplatz, ein kleiner Heizkörper, Sitzgelegenheiten für Gäste, historische Bilder und Karten an den Wänden, daneben mehrere Regale und natürlich das Turmhorn. Ein Gästebuch, in das ich mich während meines Besuches eintragen darf, gibt es natürlich auch. Es finden sich aber auch andere Dinge, die man so vielleicht nicht auf 65 Metern Höhe erwartet hätte. Mir fällt beim Eintreten sofort das große Teleskop auf, das direkt neben dem Schreibtisch aufgestellt ist. „Von hier oben hat man nicht nur einen wunderbaren Blick auf die Stadt, sondern auch auf den nächtlichen Sternenhimmel“, schwärmt Martje. „Bei klarem Himmel kann ich damit zwischendurch wunderbar die Sterne beobachten.“

Ihre Stube empfindet sie als Schnittstelle „zwischen Tradition und Moderne“. Und modern ist ein gutes Stichwort: Selbst W-Lan inklusive eigenem Router gehört mittlerweile zur Ausstattung. „Ob man es glaubt oder nicht, aber hier oben ist das Netz und die Geschwindigkeit einfach super“, gibt sie lachend zu. Auf der anderen Seite rechts der Eingangstür stehen zwei große Regale, ausgefüllt mit verschiedensten Büchern. „Mein Vorgänger hat bereits die kleine Turmbibliothek aufgebaut und ich führe sie mit Freude weiter. Zeit habe

ich hier oben ja zum lesen“, scherzt sie. Doch auch künstlerisch ist Martjes kleine Stube auf vieles vorbereitet: Neben den vielen Büchern finden sich zwei Gitarren und mehrere Ordner mit der Aufschrift „Songs und Akkorde“. „Wenn ich zwischen den Signalen mal etwas entspannen möchte, greife ich auch wirklich gerne zur Gitarre“. Sie habe auch schon den ein oder anderen Song aufgenommen, erzählt Martje stolz. „Das ist dann aber eher als Privatperson. Als Türmerin mache ich zwar auch gerne Musik, aber muss mich natürlich auch auf andere Dinge konzentrieren.“ Schade, dass die eine Gitarre aktuell kaputt ist und nicht gespielt werden kann, denke ich mir. Ansonsten wäre das wohl eine ziemlich einzigartige Gelegenheit zum jammen gewesen.

Generell hat Martje zu fast allem, das sich in ihrer Stube findet, eine Geschichte parat, egal ob Bilder von ihren Vorgängern, historische Stadt-



karten, zahlreiche Bücher oder ein altes Radio, das bereits ihr Vorgänger mitgebracht habe. Ich finde das faszinierend. Auch wenn ich mich beim Anblick des großen Radios direkt frage, wie man das alles eigentlich nach hier oben bekommt. Martje scheint meine Frage bereits bemerkt zu haben: „Wir hatten in gewisser Weise Glück“, erzählt sie. „Als ich hier „eingezogen“ bin, war gerade ein großer Kran für die Überprüfung und Ausbesserung der Kirche aufgebaut. Da habe ich die Jungs nett gebeten, ob sie

mir mit dem Kran ein paar Kisten nach oben mitnehmen könnten. Das hat wirklich super funktioniert, wir haben das Ganze dann durch das Fenster in die Turmstube heben können.“

Der Beginn der Schicht

Noch von den Eindrücken erschlagen unterhalten wir uns kurz, bevor um viertel vor neun Martjes erster Wecker anspringt. „Das ist das Signal für die Anmeldung bei der Feuerwehr“, sagt sie und nimmt den Hörer ihres Telefons in die Hand: „Ja hallo, hier ist die Türmerin. Ich bin jetzt oben angekommen und habe einen Gast dabei“. Die Meldung bei der Feuerwehr sei wichtig, damit im Ernstfall Hilfe kommen kann.

Kurz vor 21 Uhr greift Martje das Turmhorn, das bereits auf seinen Einsatz gewartet hat und öffnet die Tür zum Umgang nach draußen. Jetzt sehe ich, was sie vorhin mit der noch besseren Aussicht gemeint hat. Ein wirklich umwerfender Ausblick, 65 Meter über den Straßen Münsters! Aber leider auch ganz schön eng. „Höhenangst sollte man hier genauso wenig haben wie Platzangst. Es ist aber jedes Mal aufs Neue unbeschreiblich schön, nach dem Aufstieg mit dieser Aussicht belohnt zu werden.“

Ab jetzt heißt es tuten, und zwar jeweils drei Mal von Norden, Süden und Westen. Richtung Osten, der Richtung des Heiligen Landes Jerusalem, werde extra kein Signal abgegeben, erklärt sie. Das Türmerwesen kennt dabei fast keine Pausen. Egal ob Wind, Regen, Schnee, egal ob Wochenende, Weihnachten oder andere Festtage, Martje steht jedes Mal aufs Neue auf dem Turm der Lamberti Kirche und tutet (ja, das heißt tatsächlich so) mit ihrem Turmhorn Signale. Für sie ist das in Ordnung, sagt sie. Eine Türmerin müsse halt zuverlässig sein. Das

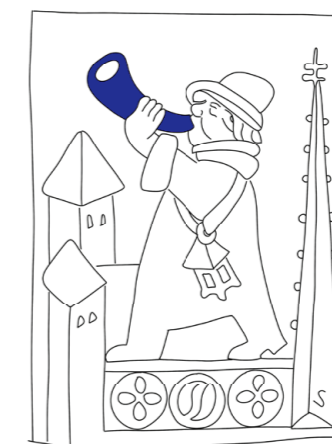
klings für mich erst einmal hart. „Man braucht natürlich auch eine gewisse Brise Idealismus für den Job“, meint sie. Und ganz so „hart“ sei es dann doch nicht, schließlich habe sie als Arbeitnehmerin im öffentlichen Dienst auch einige Urlaubstage. „Und jeden Dienstag ist sowieso frei“. Daneben sei es allein schon die Aussicht und die Ruhe in der Türmerstube wert, täglich nach oben zu steigen. Seit sie 2014 die Überflutung der Stadt von ihrer Stube aus mit-

Wer noch mehr über Martje und ihre Arbeit als Türmerin erfahren möchte, kann auf ihrem Blog „tuermerinvonmuenster.de“ vorbeischaun oder ihrem persönlichen Blog „martjesalje.blog“ folgen, auf dem sie vor allem ihre eigene Musik vorstellt.

erlebt hat, gibt es jedoch eine Ausnahme. „Bei meiner ersten Schicht wurde mir von meinem Vorgänger geraten, mich über den Deutschen Wetterdienst vor dem Aufstieg über mögliche Unwetter zu informieren. Wenn der DWD eine rote oder gar violette Warnung ausgibt, ist der Turm daher auch für die Türmerin aus Sicherheitsgründen gesperrt.“

Welche Aufgaben hat man als Türmerin von Münster?

„Historisch betrachtet waren die Türmer dafür da, die Bevölkerung der Stadt durch das Turmhorn vor Feuer und ankommenden Feinden zu warnen. Und das ist bis heute so, auch wenn ich statt für Feinde eher für den Frieden Signale gebe.“ Gesagt getan. Jede halbe Stunde tritt sie im Mantel und mit dem Turmhorn in der Hand auf den Umgang außerhalb ihrer Turmstube, um das Signal zu geben. Und das ist streng durchgeplant: Für die richtige Abfolge hat sie einen eigenen Plan, der genau aufschlüsselt, zu welcher Zeit wie oft in welche Himmelsrichtung getutet wird. Gestartet wird ab



21 Uhr mit jeweils 3 Signalen in jede der drei Himmelsrichtungen. Später ändert sich dies jedoch jede Stunde. Um da den Überblick zu behalten, muss man sich ganz schön konzentrieren. „Zuverlässigkeit ist hier oben sehr wichtig“, sagt sie. „Wenn ich zu spät tute, würde das so manchen Münsteranern mit Sicherheit auffallen. Die Menschen verlassen sich nun mal auf die Türmerin.“ Während Martje bereits Richtung Norden zum Tuten ihr Horn ansetzt, beobachte ich von hier oben so manche Passanten, die sich sichtlich verwirrt nach der Quelle des lauten „Tuuuut“ umzusehen scheinen.

Neben den Hornsignalen hat Martje aber auch noch ganz andere Aufgaben. „Das Türmerwesen ist ja in Münster auf eine sehr lange Tradition zurückzuführen. Wir wissen heute jedoch über viele dieser Menschen, die auf dem Turm die Aufgabe des Türmers übernommen haben, kaum Bescheid. Das möchte ich durch Nach-

forschungen gerne ändern“, erklärt sie. Als studierte Historikerin recherchiert sie daher vor allem in Archiven und durchforstet tausende von Seiten alter Quellen, um Hinweise über ihre Vorgänger:innen zu finden. „Im Stadtarchiv bin ich mittlerweile eine Art Stammgast.“ Und tatsächlich hat sie bereits so einiges über die Geschichte ihrer Vorgänger:innen herausfinden können. „Es ist faszinierend, wer hier schon alles das Amt ausgeführt hat, das ich heute verkörpern darf“, schwärmt sie. „In den 60er Jahren hat hier auch mal ein junger Student gearbeitet, während seine Freundin in der Turmstube für ihre Abiturprüfung gelernt hat. Das sind einfach Geschichten, die diesen Ort hier so besonders machen.“ Doch neben der Recherche bringt der Job noch etwas wesentliches mit sich: Medienpräsenz. Martje hat schon mit vielen Medienvertreter:innen gesprochen. Neben zahlreichen Berichten in Deutschland ist sie auch in der internationalen Medienwelt

sehr gefragt. Sogar dem BBC habe sie schon ein Interview gegeben. Sie ist aber auch selbst in den Medien aktiv. Unter dem Titel „tuermerinvonmünster.de“ führt sie einen eigenen Blog, in welchem sie jeden Monat neue Artikel rund um das Türmerwesen veröffentlicht. Und das mit großem Erfolg: Ihr Blog hat über die Jahre eine treue Leserschaft aufgebaut, die meist schon gespannt auf den nächsten Artikel wartet. Für sie sei das sehr erfüllend, sagt sie. „Ich freue mich wirklich riesig über das große Interesse der Leute an diesem Stück lebendiger Geschichte.“

Die Türmerin von Münster ist zudem auch selbst unterwegs. Neben Vorträgen bei Veranstaltungen und in Schulen reist Martje selbst gerne zu anderen Türmer:innen und besucht diese. „Wir haben da fast schon eine Art Netzwerk und tauschen uns oft und gerne über unsere Arbeit aus“, erzählt sie. „Und dann wäre da noch das Thema Fans“, fügt sie lachend hinzu. Egal ob direkt unter ihren Blogartikeln oder durch Fanpost; Martje liebt es, sich mit interessierten Menschen über ihre Arbeit und deren lange Tradition auszutauschen. „Ich habe auch ein eigenes Postfach bei der Stadt, in dem öfters mal Fanpost ankommt.“ Für sie sei diese Art von historischem Interesse und Wertschätzung sehr erfüllend, sagt sie.

Eine Tradition mit praktischem Nutzen

Das Türmerwesen in Münster ist heute vor allem eine fortgeführte Tradition. Dennoch gehe es bei dem Job nicht nur um ideelle Aufgaben, sondern auch um einen ernsten Hintergrund,

betont Martje. „Als Türmerin bin ich in gewisser Weise auch ein Auge der Feuerwehr.“ Auf die Frage, ob sie von hier oben bereits Gefahren entdeckt habe, antwortet sie: „Vor ein paar Jahren habe ich tatsächlich mal Anzeichen für ein Feuer im Wald entdeckt und den Jungs von

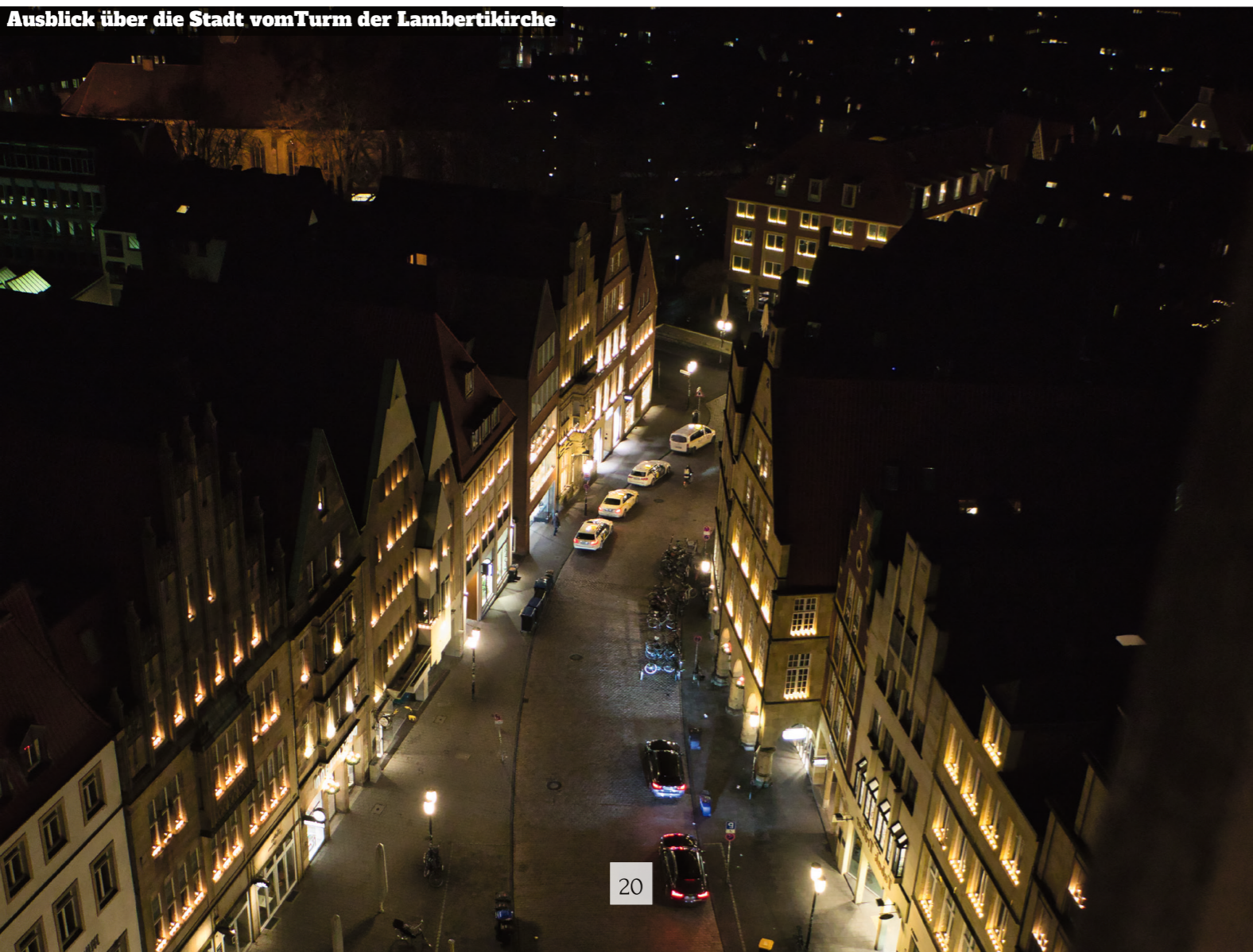
Das Türmerwesen in Münster: Erstmals nachweislich erwähnt wird das Türmerwesen in Münster im Jahr 1383. Anders als heute handelte es sich jedoch damals um einen unehrenhaften, wenig angesehenen Job für gesellschaftlich nicht anerkannte Menschen. Das Besondere: Die Arbeit des Türmers steht in Münster seit jeher unter Verwaltung der Stadt. Bereits 1383 war das Amt strikt von der Kirche und ihrer geistlichen Macht getrennt. Die Tradition des Türmerwesens hat sich in Münster seitdem mit nur wenigen Ausfällen bis heute erhalten. Selbst zu Kriegszeiten, etwa während der beiden Weltkriege, war der Turm fast durchgehend besetzt. Lediglich zwischen 1942 und 1950 gab es aufgrund der Zerstörung Münsters durch den Alliierten Bombenkrieg keine Besetzung der Stelle. Zu den heutigen Aufgaben des Amtes gehören heute neben dem Warnen vor Feuer und Tuten auch Gastvorträge sowie Pressearbeit, um die historische Tradition aufrecht zu erhalten.

der Feuerwehr Bescheid gesagt. Wie sich später herausstellte, hatte jemand illegal seine Gartenabfälle im Wald verbrennen wollen. Und das bei trockener Hitze. Ich war laut Feuerwehr tatsächlich die Erste, die es von hier oben mitbekommen hat. Das hätte wirklich böse ins Auge gehen können.“ Solche Vorfälle würden aber zum Glück nur selten vorkommen. „In der Regel ist mein Tuten eher ein Signal des Friedens.“

Der Abstieg

Nach zwei beeindruckenden Stunden auf der Turmstube verabschiede ich mich herzlich von Martje und wage mich selbst an den Abstieg. Unten schließe ich die schwere Holztür hinter mir und finde mich auf dem nun leeren Prinzipalmarkt wieder. Plötzlich ertönt ein lautes „tuuuut“ direkt über mir. Ein kurzer Blick auf die Uhr: Punkt 10. Für mich Zeit, meine Fülle an Eindrücken zu sammeln. Für Martje Zeit, mit ihrem Turmhorn und einem lauten „tuuuut“ Geschichte lebendig werden zu lassen.

Ausblick über die Stadt vom Turm der Lambertikirche



AUSFLUGS

ZIELE

Rund um Münster.

Text & Bild: Marie Quedenfeld

Keine Frage – unsere Stadt Münster hat viel zu bieten! Doch wie sieht es im Umland aus? Wenn ihr euch an der Lambertikirche sattgesehen habt und die Spaziergänge am Aasee langweilig werden, sind diese Ausflugsziele genau das Richtige!

SCHLOSS NORDKIRCHEN



Foto: Julian Wortmann

Die barocke Schlossanlage mit dem rund 170 Hektar großen Park lädt zu einem ausgiebigen Spaziergang ein. Nicht umsonst trägt das Schloss den Spitznamen „Westfälisches Versailles“. Von innen kann das prächtige Anwesen nur im Rahmen einer Führung besichtigt werden. Informationen zur Anmeldung und Preisen findest Du auf der Website der Stadt Nordkirchen.

Adresse

Schloss 1
59394 Nordkirchen

<https://www.nordkirchen.de/de/tourismus/schloss-park/fuehrungen/schlossfuehrung>



Foto: Julian Wortmann

BURG HÜLSHOFF

Ein Besuch der Wasserburg Hülshoff ist ein Muss für alle Literatur-Interessierten. Die Burg ist nämlich – wie der Name schon verrät – das Geburts- und Elternhaus der Dichterin Annette von Droste-Hülshoff. Heute befindet sich dort unter anderem ein Restaurant und das Droste-Museum, welches Einblicke in das Leben der Dichterin und des Adels eröffnet. Die Website der Burg informiert über die Annette von Droste zu Hülshoff-Stiftung, kommende Veranstaltungen und über Führungen.

Adresse

Schonebeck 6
48329 Havixbeck

<https://www.burg-huelshoff.de/>

HALTERNER STAUSEE

Das perfekte Ausflugsziel bei gutem Wetter! Der 10 Kilometer lange Rundweg bietet wunderschöne Seeblicke sowie idyllische Aussichts- und Rastplätze. Im Sommer können Paddel-, Tret-, Kanu- und Ruderboote ausgeliehen werden. Wer es weniger sportlich mag, kann auch auf dem Fahrgastschiff Platz nehmen, welches regelmäßig seine Runden über den See dreht. Ein Highlight ist mit Sicherheit auch der 800 Meter lange Natursandstrand im anliegenden Seebad. Hier finden sich Strandkörbe, Kinderspieplätze und viele Spiel- und Sportmöglichkeiten.

Noch mehr Informationen findest Du unter:
<https://www.haltern-am-see.de/>

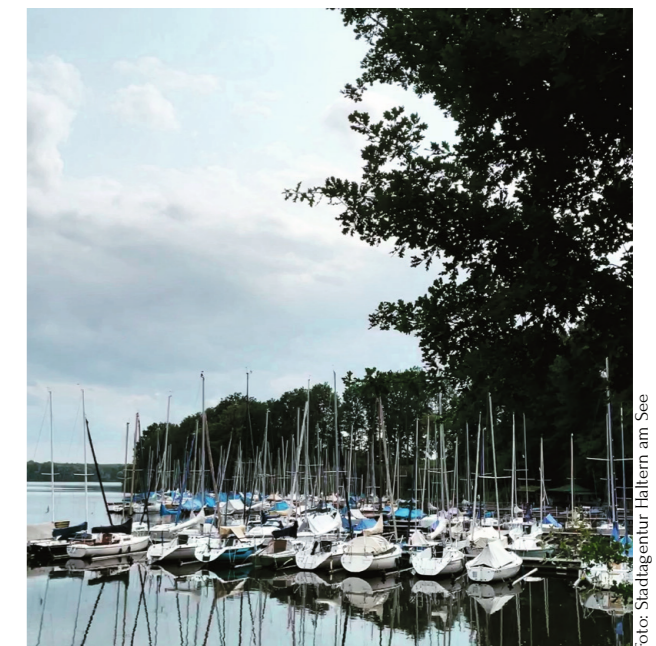


Foto: Stadtagentur Haltern am See

PLEISTER MÜHLE

Der Landgasthof mit Restaurant, Cafe, Biergarten, Hotel und einem großen Saal zum Feiern ist einen Ausflug wert! Im Sommer ist die Pleister Mühle sehr beliebt bei Radfahrern und Wanderern. Aber auch Wassersportler kommen hier auf ihre Kosten: neben der Mühle befindet sich die Kanustation. Hier können neben Kanus auch Stand-Up-Paddleboards und Kajaks für individuelle Bootstouren ausgeliehen werden.

Adresse

Pleistemühlenweg 196
48157 Münster

Pleister Mühle:

<https://www.pleistemuehle.de/>

Kanuverleih:

<https://www.kanuverleih-pleistemuehle.de/>



Foto: Pleister Mühle

RIESELFELDER MÜNSTER



Foto: Thomas Kepp

Wer eine Auszeit vom Trubel in der Stadt braucht, findet hier Erholung. Bei einem Gang um den Großen Stauteich lässt sich die reichhaltige Wasservogelwelt beobachten. Die Rieselfelder bieten vielen bedrohten Vogelarten eine Zuflucht und sind gelten damit als Europäisches Vogelschutzgebiet.

Aktuelle Informationen – auch zur Anreise und den vier Parkplätzen - findest Du unter:

<http://www.biostation-muenster.org/>

WILDFREIGEHEGE NÖTLER BERG

Spaziergang mal anders! Das ca. 25 Hektar große Waldgebiet beheimatet 40 Arten von Hoch- und Niederwild in natürlicher Umgebung. Einige Tiere können gefüttert und gestreichelt werden. Auch Führungen werden angeboten.

Adresse

Westladbergen 30
48369 Saerbeck

<https://www.wildfreigehege-saerbeck.de/start.html>



Foto: Wildfreigehege Nöttler Berg

FREILICHTBÜHNE TECKLENBURG

Mit mehr als 2.300 Sitzplätzen ist die Freilichtbühne Tecklenburg das größte Freilichtmusiktheater Deutschlands. Die Bühne ist eingebettet in die Ruine der Burg Tecklenburg. Seit 1924 werden hier Theaterstücke, Opern, Musicals und andere Musikveranstaltungen aufgeführt.

Adresse

Schlossstraße 7
49545 Tecklenburg

Den aktuellen Spielplan findest Du unter:

<https://www.freilichtspiele-tecklenburg.de/>



Foto: Stephan Grothues

WAR DOCH

NETT GEMEINT

Sexuelle Belästigung im Alltag.

Text & Bild: Franziska Schuder

CATCALL

Cat (engl.), also wie die Katze. Und Call (engl.), wie rufen, herbeirufen, oder in der Tierwelt auch Lockruf.

Catcalling bedeutet also wortwörtlich übersetzt, jemanden wie eine Katze herbeizurufen oder anzulocken. Und wer wird schon gerne wie ein Tier behandelt oder gerufen?

Genau diese Behandlung müssen leider viel zu viele Menschen draußen über sich ergehen lassen. Denn Catcalling ist zu einem alltäglichen Problem geworden.

Aber was genau ist Catcalling denn nun?

Unter Catcalling versteht man maßgeblich Belästigung im öffentlichen Raum durch sexuell konnotiertes Rufen, Pfeifen oder sonstige Laute und Bewegungen. Kurz gesagt geht es also um verbale sexuelle Belästigung, aber auch sexuelle Körper- und Handbewegungen in der Öffentlichkeit.

Dabei werde Catcalls von den Tätern oftmals abgetan mit Rechtfertigungen wie „Das war doch nett gemeint“ oder „Stell dich nicht so an und freu dich über das Kompliment“.

Überwiegend betroffen sind FINTA-Personen, also Frauen, Inter-, nicht-binäre, Trans- und Agender-Personen. Aber auch Männer werden

gecatcalled. Laut einer Studie des Familienministeriums erleben 44 Prozent aller Frauen und 32 Prozent aller Männer Situationen, die sie als sexuell übergriffig empfinden.

Auch aus persönlicher Erfahrung kann ich sagen: Catcalling kommt extrem oft vor. Dabei spielt es keine Rolle, ob es Tag oder Nacht ist, ob ich eine lange oder kurze Hose trage, ob ich lächle oder ernst schaue – die Catcalls und deren Intentionen bleiben die Gleichen.

Meine Suche nach anderen Betroffenen war leider nicht schwer. So gut wie jede Frau in mei-

„Bei dir hat man zumindest noch was zum Anfassen!“

nem Umfeld wurde schon mehrmals gecatcalled. Einige haben es deutlich schlimmer wahrgenommen als andere (was aber nichts an der Übergriffigkeit ändert!).

Leonie ist 25 Jahre alt und lebt seit über sechs Jahren in Münster. Auch sie erlebt leider viel zu oft sexuelle Belästigung in Form von Catcalls. Wir haben mit ihr gesprochen und sie hat uns erzählt, was ein solches übergriffiges Verhalten in einem auslöst:

„Ich habe schon so viele übergriffige Situationen erlebt, dass ich sie gar nicht alle aufzählen kann. An eine Situation kann ich mich aber genau erinnern: Auf dem Rückweg vom Einkaufen habe ich eine Melone getragen, die nicht mehr in meinen Rucksack gepasst hat. Auf dem Weg begegnete ich zwei jungen Männern. Schon durch die Blicke der beiden war mit klar, dass da gleich was kommt. Im Vorbeigehen rief der eine dann: „Was für geile Melonen!“ Und dabei

bringt. Für viele Betroffene ist es mittlerweile nicht mehr so entspannt, nach draußen zu gehen. Egal, ob Tag oder Nacht. Man wird ängstlicher, da man immer in der Erwartungshaltung ist, im nächsten Moment in eine übergriffige Situation zu geraten. Dadurch werden sogar bestimmte Orte, die gewissenmaßen bekannt für die Häufigkeit der Catcalls dort sind, umgangen. Ebenso bestimmte Menschenansammlungen.

„Hast du die fetten T*tten von der N*tte gesehen!?“

war klar, dass er nicht das Stück Obst meinte, das ich getragen habe. In dem Moment war ich so perplex und konnte gar nichts dazu sagen. Im Nachhinein habe ich mich über mich selbst geärgert, dass ich dem Catcaller keine Ansage gemacht habe. Aber seitdem versuche ich den Ort des Catcalls zu vermeiden und laufe manchmal extra einen Umweg, um nicht dort vorbeigehen zu müssen.“

Nicht nur der Übergriff an sich ist also ein Problem. Auch die Folgen, die das Erlebte mit sich

„Wenn ich ahne, gleich gecatcalled werden zu können, stelle ich die Musik auf meinen Kopfhörern immer extra laut. Damit ich es in dem Fall bloß nicht hören muss.“

Während Leonie über ihre Erfahrungen spricht, merkt man sofort, wie wütend sie über die Hilflosigkeit in einer solchen Situation ist. Und dieses Gefühl spiegelt sich auch bei vielen anderen Betroffenen wider: Sich in der Situation nicht wehren zu können. Nicht, weil man es nicht will, oder weil man nicht weiß, wie. Sondern, weil man viel zu schockiert ist, um überhaupt reagieren zu können. Sobald man wieder zu sich kommt und reagieren kann, ist die Situation schon meistens schon vorüber und der Täter bereits weg. Denn ein Catcall dauert meistens nur wenige Sekunden. Vielleicht wird das übergriffige Ver-



halten gerade deshalb oftmals nicht als solches wahrgenommen. Nicht von der belästigenden Person, und oft auch nicht von den Personen, die die Belästigung erleben. Man ist es eben „gewöhnt“.

Aber das ist nur noch ein Grund mehr, auf das gesamte Thema aufmerksam zu machen und die Allgemeinheit darüber aufzuklären.

Catcalls of Münster

Dieser Aufgabe haben sich schon viele Menschen angenommen. Weltweit kann man in Städten Ankreidungen auf den Straßen entdecken, die auf eine übergriffige Begegnung aufmerksam machen. Daraus eine ganze Bewegung gegen das Catcalling entstanden.

In Münster wird die Ankreidung von Catcalls von den vier Studentinnen Kristina, Julia, Teresa und Johanna übernommen. Sie bezeichnen sich selbst als „feministische Gruppe, die sich gegen Catcalling im öffentlichen Raum einsetzt“.

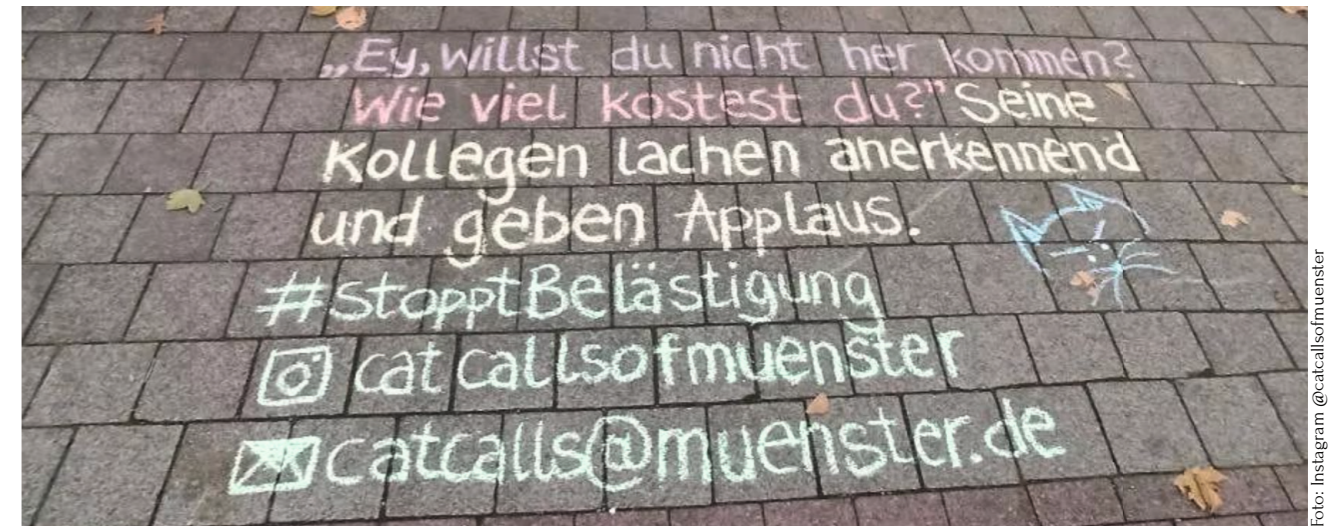
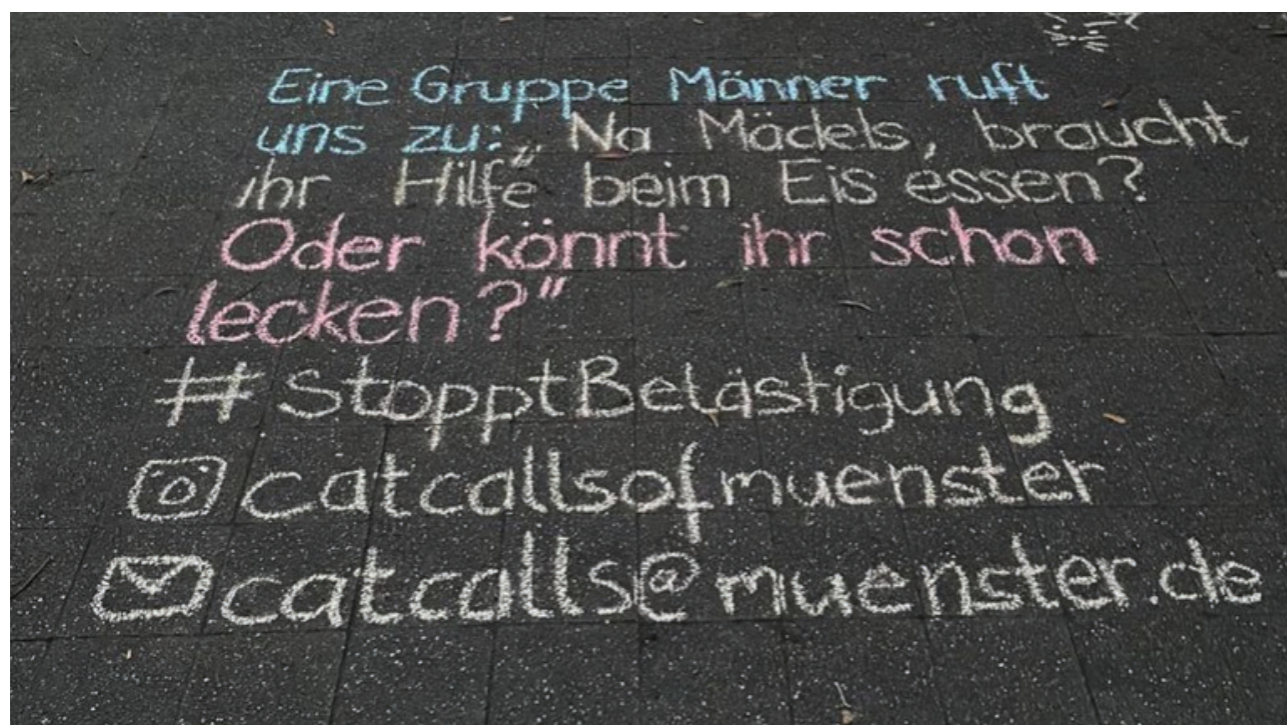
Über ihren Instagram-Kanal [@catcallsofmuenster](https://www.instagram.com/catcallsofmuenster) können Betroffene via Direct Message

einsenden, wo und was sie erlebt haben. „Wir gehen dahin und kreiden das dann an Ort und Stelle an, um somit auf das Problem der sexuellen Belästigung aufmerksam zu machen. Und auch, um Straßenraum für die betroffene Person zurückzugewinnen.“

Auf ihrem Instagram-Kanal werden dann regelmäßig Bilder der Kreide-Botschaften gepostet. Übrigens: Unterstützen könnt ihr die Bewegung zum Beispiel durch Kreidespenden, die beim Café Teilchen & Beschleuniger abgegeben werden können. Auch über ein Abo von der Instagram-Seite [@catcallsofmuenster](https://www.instagram.com/catcallsofmuenster) freuen sich die vier Studentinnen sehr.

Wie kann ich helfen als Außenstehende:r helfen?

Eingreifen! Viele Betroffene erzählen, dass so gut wie nie jemand der umstehenden Menschen in die übergriffige Situation eingreift – obwohl es nicht zu übersehen bzw. -hören ist. Als Außenstehende:r hilft es schon, wenn man den Catcall als solchen wahrnimmt und dies auch zu erkennen gibt.



Wo bekomme ich als betroffene Person Hilfe?

Die Beratungsstelle Frauen-Notruf Münster e.V. ist eine Fachberatungsstelle für Frauen und Mädchen bei sexualisierter Gewalt. Und auch Catcalling bzw. sexualisierte Belästigung ist eine Form sexualisierter Gewalt. Deshalb berät die Hilfestelle auch Frauen und Mädchen bei Belästigungserfahrungen. Laut dem Frauen-Notruf spielt beim Catcalling der Machtaspekt eine große Rolle. Dabei wird die Verantwortung der betroffenen Person zugeschrieben. Den Betroffenen wird also das Gefühl vermittelt, sie haben selbst Schuld an der Be-

lästigung, die sie erleben mussten. Als Grund für die Belästigung wird von vielen Tätern die Kleidung oder ein generelles freizügiges Auftreten vorgeschoben.

Doch die Lösung fürs Catcalling ist keinesfalls nur noch in Rollkragenpullover vor die Tür zu gehen. Der beste Schutz vor Belästigung wäre laut dem Frauen-Notruf, wenn der Täter nicht belästigen würde. Denn das Opfer macht nichts falsch und ist nicht verantwortlich für die Belästigung.

INFO

KONTAKTSTELLEN FÜR HILFE

Beratungsstelle Frauen-Notruf Münster e.V.
Tel.: 0251 34443

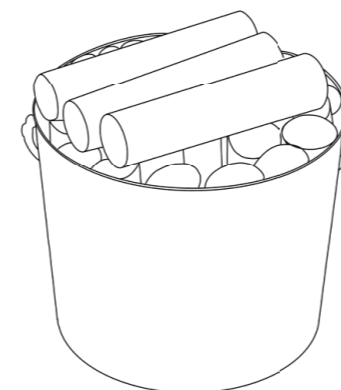
Beratungsstelle Frauen helfen Frauen e.V., Münster
Tel.: 0251 67666

Frauenhausberatungsstelle – Frauenhaus und Beratung e.V., Münster
Tel.: 0251 1420810

Zartbitter Münster e.V.
Tel.: 0251 4140555

Nightline Münster e.V.
Tel.: 0251 8345400

Das Bundesweite Hilfetelefon
Tel.: 08000 116016



MÜNSTER

QUIZ

**Münster Experte oder Münster-Neuling?
Teste Dein Wissen!**

Text & Bild: Marie Quedenfeld

1.

Studentenstadt Münster – wie viele der 315.000 Einwohner sind Studierende?

- a) 44.000
- b) 22.000
- c) 66.000



2.

Münster hat über 10 Innenstadtkirchen! Doch welche sehen wir hier auf dem Bild?

- a) Clemenskirche
- b) Erlöserkirche
- c) Apostelkirche

3.

Münster ist Fahrradstadt! Aber wie viele Fahrräder befinden sich denn nun in der Stadt der „Leezen“?

- a) über 300.000
- b) über 200.000
- c) über 500.000

4.

Wie viele Gebäude der Universität Münster liegen in der Stadt verteilt?

- a) 158 Gebäude
- b) 390 Gebäude
- c) 246 Gebäude

5.

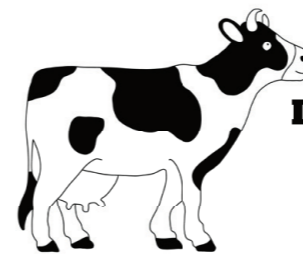
Schon mal in dem Kunstmuseum neben den Münster Arkaden gewesen und aus dem Fenster geguckt? Dann kannst Du sicher sagen, welcher Künstler dort auf dem Boden abgebildet ist.

- a) Vincent van Gogh
- b) Albrecht Dürer
- c) Pablo Picasso

6.

Was sollen die Kugeln am Aasee eigentlich darstellen?

- a) Bomben (Denkmal des zweiten Weltkriegs)
- b) Billard-Kugeln (Infragestellender Ästhetik von Alltagsgegenständen)
- c) Planeten (Skulptur des Planetariums in Münster)



Das Kuhviertel ist besonders beliebt bei Studierenden – wieso?

- a) Hier werden in der Klausurenphase an bestimmten Terminen Altklausuren verteilt.
- b) Es handelt sich um das Kneipenviertel Münsters.
- c) Hier können Studierende besonders günstig essen.

7.

8.

Wie viele Anbieter verkaufen auf dem Markt am Dom ihre Waren?

- a) an 89 Ständen
- b) an 54 Ständen
- c) an 47 Ständen

9.

Drei Mal im Jahr findet auf dem Schlossplatz in Münster die „Send“ statt. Wie viele Besucher zählt das Volksfest pro Jahr?

- a) über 500.000
- b) über 1,5 Millionen
- c) über 1 Millionen



10.

Das Passagierschiff MS Günther ist eine bekannte Eventlocation im Stadthafen Münster. Wie kam das Schiff zu seinem Namen?

- a) Ein Psychologiestudent gewinnt „Wer wird Millionär?“ und kaufte sich von seinem Gewinn dieses Schiff. Der Moderator wurde Namensgeber.
- b) 1974 setzte der Schiffsinhaber 500 DM auf zwei Tore von Günter Netzer. Als die zwei Tore fielen, gab er seinem Schiff den Namen des Fußballers. Der Rechtschreibfehler im Namen fiel erst später auf und wurde nie verbessert.
- c) Die Inhaberin des Schiffes verliebte sich in jungen Jahren in einen Kommilitonen namens Günther. Auch nach vielen Jahren konnte sie ihre Jugendliebe nicht vergessen und taufte ihre Eventlocation daher „MS Günther“.

LÖSUNG

Die gute Nachricht: Die Lösungen findet ihr auch hier im Magazin.

Die schlechte Nachricht: Ihr müsst euch unser ganzes Magazin aufmerksam durchlesen...

UNSERE

UNI



WG GEFUNDEN!

Im Wintersemester 2021/2022 waren 44.842 Studierende an der WWU eingeschrieben. An der FH waren es im Jahr 2019 rund 15.000 Studierende. Mehr als 1100 Studierende sind an der KATHO Münster immatrikuliert. Die Kunstakademie Münster deckt mit 360 Studierenden nur einen geringen Teil der Studierenden ab. Für eine Stadt mit 312.000 Einwohnern sind das ganz schön viele Studierende. Aber wie und wo wohnen die eigentlich?

Text & Bild: Luna Baumann Dominguez

Das Haus wurde ursprünglich im Jahr 1972 von Studierenden wegen Wohnraummangel besetzt. Heute wird das Haus von den Mitbewohnenden selbst verwaltet. Wer dort einziehen möchte, muss zunächst einen Wohnberechtigungsschein beantragen. Die Mieten der einzelnen Zimmer sind dementsprechend günstig und bewegen sich im Rahmen von 210 bis 270 Euro. In dem Haus leben insgesamt 20 Menschen, aufgeteilt in drei WGs auf vier Etagen. Es fühlt sich an, als wäre ich in einem Museum. Im ganzen Haus finden sich Sticker und Kunstwerke mit Statements, die zum Nachdenken anregen.



Enni wohnt in einer WG und hat das WG-Zimmer mit diesem Fenster ergattert. Bei gutem Wetter kann sie sogar die Lambertikirche, die Überwasserkirche und den Dom von ihrem Fenster aus sehen. Sie hat damit den perfekten Blick auf die Münsteraner Skyline. Aber auch bei Regen liebt sie es, es sich mit einer Tasse Tee am Fenster gemütlich zu machen.



Alexia erzählt mir, dass ihre Wohnung ein absoluter Glücksgriff war. Auf den ersten Blick wirkt die Wohnung überhaupt nicht wie eine Studierendenwohnung. Die Wohnung ist stilvoll eingerichtet und hat definitiv etwas Künstlerisches. Ich kann gut nachvollziehen, dass Alexia und ihre beiden Mitbewohnerinnen sich hier wohlfühlen. Als ich die Wohnung fotografiert habe, konnte ich einen kleinen Einblick gewinnen, wie der Alltag in der Wohnung abläuft. In der gemütlichen Küche kümmert Joana sich um ihren Unikram.



Anna wohnt alleine in einer 42 qm großen Wohnung in der Nähe vom Aasee. Die Wohnung hat sie von ihrer Schwester übernommen - in Münster ist es schließlich nicht leicht, an eine Wohnung zu kommen. Da läuft alles über Vitamin B. In ihrem Zimmer liest sie am liebsten und macht es sich dabei so richtig gemütlich. Auch in ihrem Wohnzimmer verbringt sie gerne Zeit. Hier kann sie den Abend ausklingen lassen nach einem stressigen Uni-Tag.





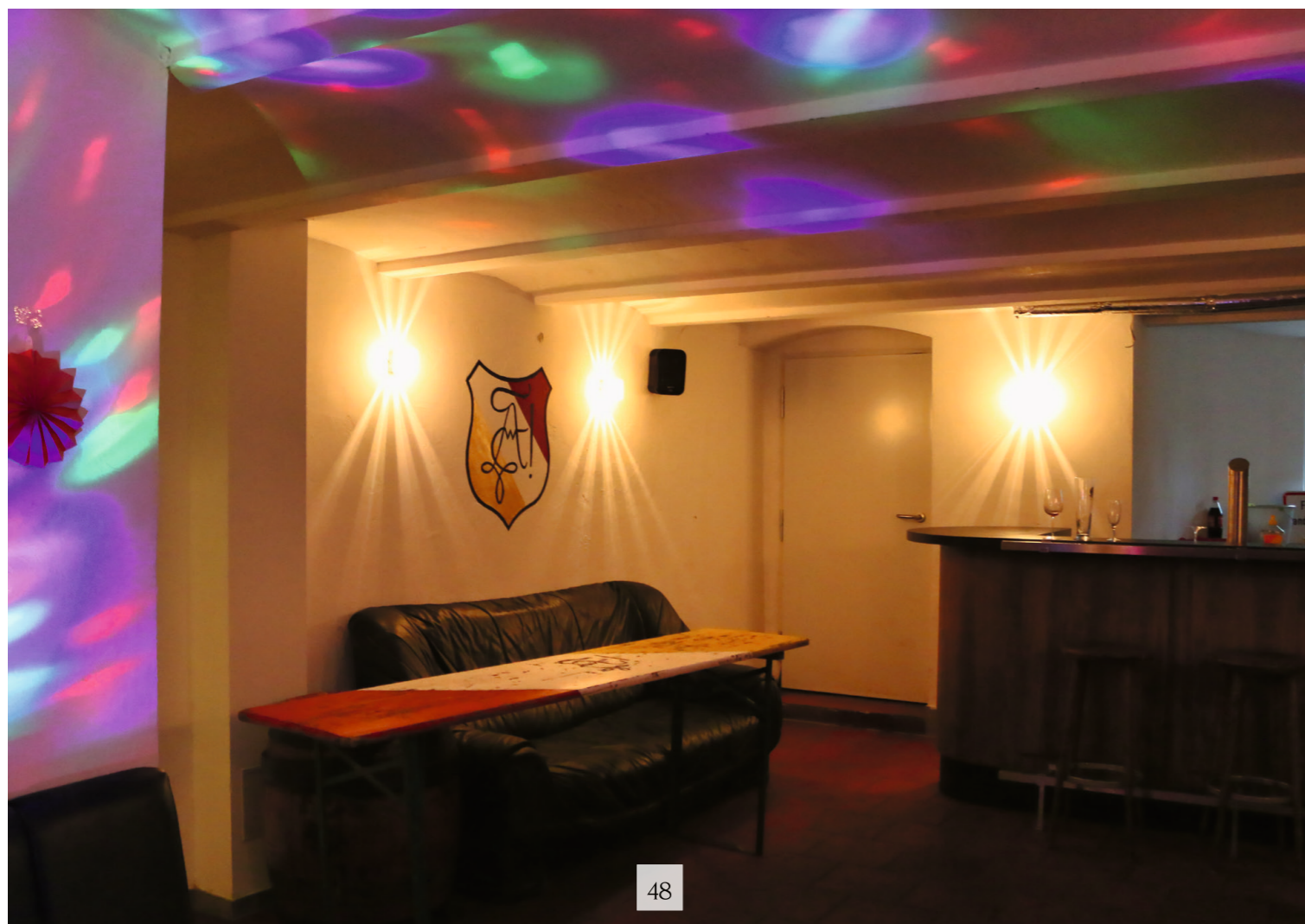
Anna wohnt in einer 6er WG mit guten Freunden. Die WG ist eine klassische Studi-WG, wie sie im Bilderbuch stehen würde. Alle machen, was sie möchten, und, Ordnung und Sauberkeit zu halten ist nicht immer ganz so einfach bei einer 85 qm großen Wohnung mit 6 Bewohnenden. Aber trotzdem mögen sich alle super gerne und es gibt ein richtiges Gemeinschaftsgefühl. Das merkt man sofort, sobald man die Wohnung betritt. Man wird herzlich empfangen und sogar zum Essen eingeladen. Als ich zu Besuch war, gab es Bratkartoffeln mit veganem Speck. Ich würde sagen, mein Besuch in der WG hat sich richtig gelohnt. Fotos in der Tasche und einen vollen Bauch.

Daniel wohnt in einem Studentenwohnheim. Zusammen mit 13 Mitbewohnern teilt er sich einen Flur. Sein Zimmer ist zwar nur 11 qm groß, dafür zahlt er aber auch nur 175 € Miete im Monat. Als ich das Zimmer von Daniel betreten habe, schrie er „Stopp! Es gibt eine Regel: Jeder, der dieses Zimmer betritt, muss eine lustige Mütze aufziehen.“ Um sein außergewöhnliches Zimmer zu fotografieren, blieb mir nichts anderes übrig, als die lustige Mütze aufzuziehen. Am Ende hätte ich fast vergessen, sie auszuziehen.





In dem schicken Haus leben 12 Studierende der akademischen Turnverbindung Westmark zu Münster. Als ich das Haus betrat, kam mir der Geruch von Party und Bier entgegen. Na klar, am Abend davor gab es auch eine Party im Keller mit Bierpong-Turnier und Co. Das Party-Klischee hat die Verbindung auf jeden Fall erfüllt!



Elli teilt sich mit einer Mitbewohnerin eine Wohnung mit Ausblick auf den Aasee. Sie erzählt mir, dass es besonders schön im Sommer ist, wenn der Blick aus dem Fenster ins Grüne geht. Aber auch in der kalten Jahreszeit macht sie es sich mit einem Tee und einem Buch bequem auf der Fensterbank und genießt zwischendurch den Blick auf den Aasee.



PROBIER MAL

WAS NEUES!

Text & Bild: Klara Ella Engler

Beim Hochschulsport der Westfälischen-Wilhelms Universität bekommst du die Möglichkeit dazu. Das umfangreiche Angebot des Hochschulsports reicht von diversen außergewöhnlichen Tänzen wie dem Orientalischen Tanz oder Poledance über unübliche Team sportarten wie Quidditch oder Lacrosse bis hin zu Kartenspielen wie Doppelkopf in einer gemütlichen Runde. Einige Teilnehmende haben über ihre Erfahrungen in den jeweiligen Kursen berichtet. Sie lüften zum Beispiel das Geheimnis darum, wie Quidditch in die Realität umgesetzt wird oder wie man von einer Kampfsportlerin zu einer begeisterten Teamspielerin wird.

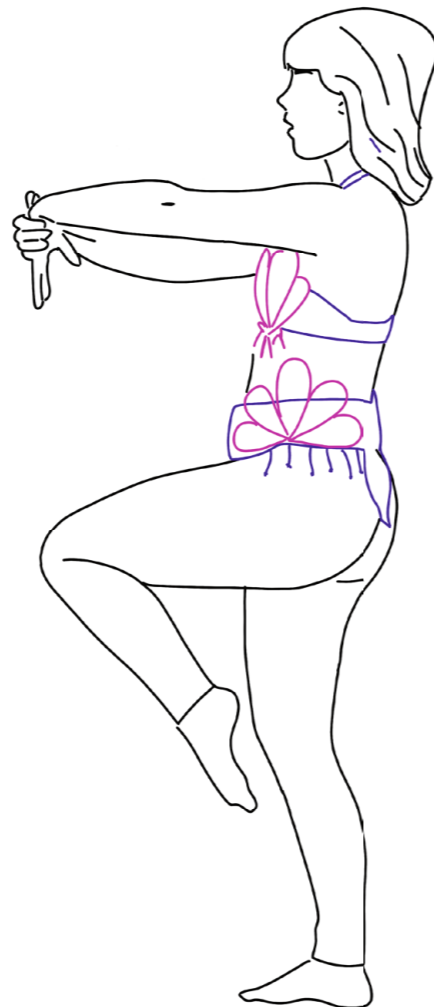
ORIENTALISCHER TANZ

Auf ins Unbekannte!

Im Volksmund ist der orientalische Tanz auch als „Bauchtanz“ bekannt und weckt bei den meisten die Vorstellung von Frauen, die in bunten Kostümen zu orientalischer Musik tanzen. Tatsächlich bezeichnet der Begriff „orientalischer Tanz“ den ägyptischen Solotanz.

Elisabeth ist 20 Jahre alt und Studentin der Kommunikationswissenschaft im dritten Semester an der Westfälischen-Wilhelms Universität Münster. Seit dem ersten Semester ihres Studiums möchte sie an dem Hochschulsportkurs Orientalischer Tanz teilnehmen und konnte dies dieses Semester in die Tat umsetzen. Sie ist durch den Instagram-Account des Hoch-

schulsports auf den Tanzkurs aufmerksam geworden, da dort ein Bild vom orientalischen Showtanz gepostet wurde. Die farbenfrohen Hüfttücher, die positive Stimmung und die ungewöhnliche Musik haben Elisabeth auf Anhieb gefallen. Letztendlich hat sie den Kurs aufgrund der außergewöhnlichen und einzigartigen Musik, sowie der besonderen Bewegungen belegt, die den gesamten Körper involvieren. Zu Be-



POLEDANCE Dirty Dancing!

ginn der Stunde werden Ausdauer- und Kraftübungen zum Aufwärmen durchgeführt. Im Anschluss gibt es einige technische Übungen, in denen spezifische Körperregionen besonders betont werden und deren elegante Bewegung einzeln geübt wird. Dann werden die geübten Techniken zu einer fließenden Bewegung zusammengeführt. Nach und nach werden kleine Choreos getanzt, die von Stunde zu Stunde erweitert und verfeinert werden. Die Tanzstunden enden mit einem Cooldown, in dem Dehn- und Entspannungsübungen den Körper herunterfahren.

Kraft und Koordination sind laut Elisabeth die beiden Fähigkeiten, die beim orientalischen Tanz besonders beansprucht werden. Während des Tanzens werden bunte, mit kleinen klimpernden Münzen verzierte Bauchtanztücher eingesetzt. Diese werden von der Trainerin mitgebracht, allerdings besteht die Möglichkeit, sich selbst ein Tuch zu kaufen und dieses in den Stunden zu nutzen.

Für den Kurs, der über das gesamte Semester einmal wöchentlich stattfindet, bezahlen die Teilnehmer:innen 45 Euro. Im Vergleich zu Tanzkursen außerhalb des Hochschulsports beurteilt Elisabeth das Preisverhältnis als relativ günstig. Sieht man dies allerdings im Verhältnis zu Kursen mit einem höheren räumlichen Aufwand und mehr Geräten, sind 45 Euro für Studenten etwas teuer, befindet Elisabeth. Alles in allem hält sie es aber für einen akzeptablen Preis.

Elisabeth gefällt der orientalische Tanzkurs sehr gut, da alle Teilnehmenden sowie die Trainerin sehr nett und motiviert sind, sodass eine schöne Gruppendynamik und ein Gemeinschaftsgefühl entstehen. Zudem gefällt der Studentin die Bewegung mit den klimpernden Bauchtanztüchern und dass sie jede Stunde etwas Neues hinzulernt. Sie hat bisher sehr viel Spaß bei diesem Kurs und würde ihn auf jeden Fall weiterempfehlen.

Poledance oder übersetzt auch Stangentanz stammt ursprünglich aus dem chinesischen Zirkus, wo die Akrobaten ihre Kunststücke an Stangen vorführen. Später wurde dies vom Rotlichtmilieu übernommen und erhielt infolgedessen eine anzügliche Konnotation. Diese ist allerdings nicht gerechtfertigt, da Poledance eine sehr kraftaufwändige und koordinativ anspruchsvolle Sportart ist.

Einen Poledance-Kurs belegt dieses Semester die 20-jährige Studentin Marina. Sie studiert Kommunikationswissenschaft im dritten Semester und hat vor diesem Kurs schon viel Erfahrung im Bereich Tanz gesammelt und ein hohes Interesse am Tanzsport. Ihr Interesse speziell für das Tanzen mit bzw. an einer Pole besteht, weil dies Kraftsport mit Eleganz und Koordination verbindet. Es ist mal was ganz Anderes und sehr einzigartig, erklärt Marina. Sie ist darauf aufmerksam geworden, dass Poledance beim Hochschulsport angeboten wird, indem sie die Angebote auf der Webseite des Hochschulsports durchgeschaut hat.

Der Kurs hat damit begonnen, einige grundlegende Figuren zu erlernen und das Verhalten sowie das Bewegen mit der Pole kennenzulernen und zu üben. Am Anfang jeder Stunde steht ein kleines Aufwärmprogramm. Fortgefahren wird mit einer stundenübergreifenden Choreografie, die wiederholt und erweitert wird. Ein Cooldown bildet das Ende der Stunden.

Marina beschreibt den Schwierigkeitsgrad des Kurses als sehr hoch, da die einzelnen Bewegungen oft sehr kompliziert sind. Insbesondere, wenn diese im Zuge einer kompletten Choreografie hintereinander gesetzt werden und im Takt der Musik durchgeführt werden müssen, erfordert der Kurs viel Geduld. Zudem beansprucht der Tanzkurs einige unterschiedliche Fähigkeiten wie Taktgefühl, Koordination und Kraft. Mit genügend Motivation und Ge-

duld steigert man sich aber jede Stunde und wird immer besser, berichtet Marina aus eigener Erfahrung.

Da ein Poledance-Kurs außerhalb des Angebots vom Hochschulsport deutlich teurer wäre, bewertet Marina den Preis von 85 Euro für das Semester als gut und angemessen. Der Kurs gefällt Marina insgesamt sehr gut. Sie hat sich den Tanz etwas einfacher vorgestellt, allerdings verbessert sie sich stetig und kann ihren Erfolg von Stunde zu Stunde beobachten, worüber sie sich sehr freut und was sie ebenfalls motiviert. Auch sie würde den gewählten Kurs unbedingt weiterempfehlen.

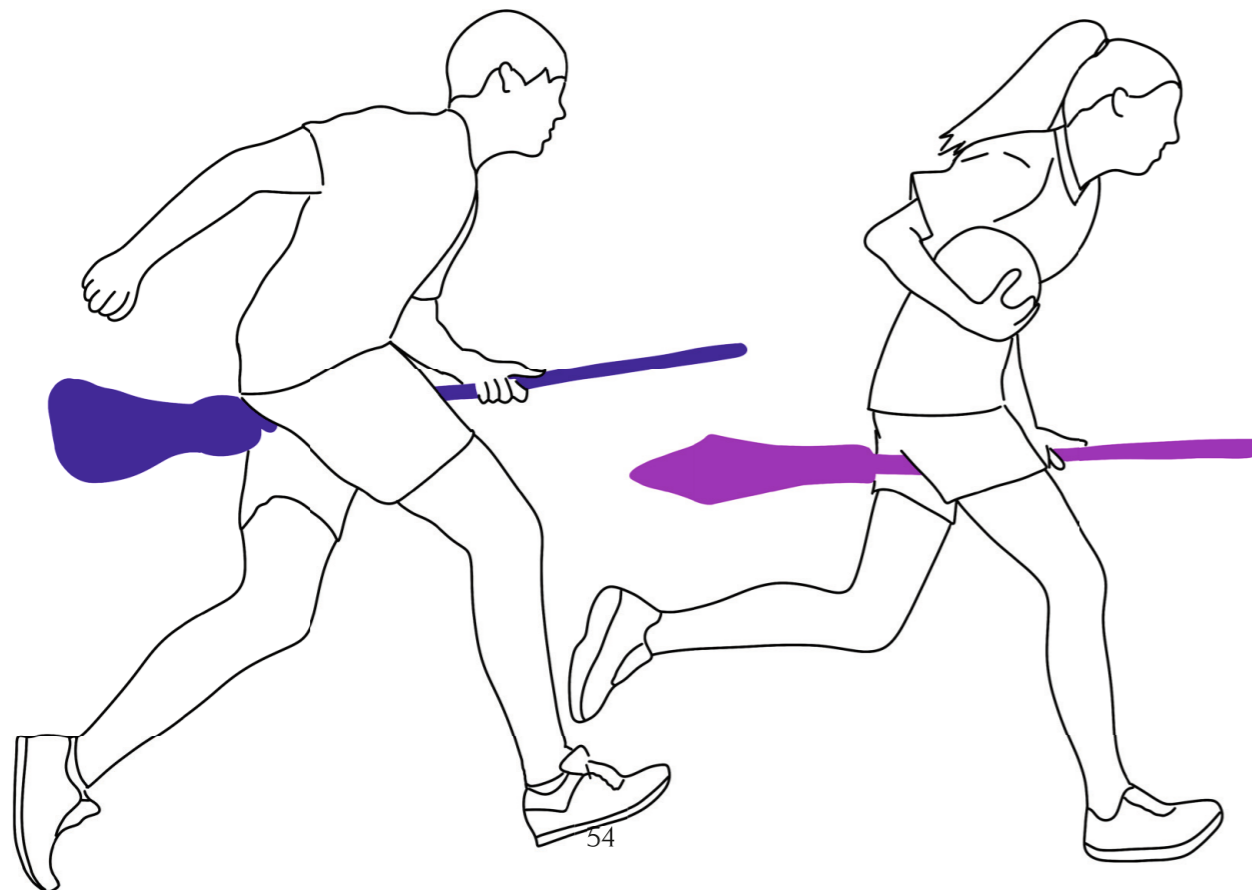
QUIDDITCH

Verzaubere deinen Alltag!

Seit April 2016 wird beim Hochschulsport der WWU auch Quidditch angeboten. Die 26-jährige Lehramtsstudentin Lisa ist seitdem der Kurs das erste Mal angeboten wurde mit dabei. Vorher war sie selbst drei Jahre lang Trainerin für diese außergewöhnliche Team sportart. Zudem hat Lisa auch ein paar andere Sportarten beim Hochschulsport ausprobiert, ist jedoch

von Quidditch so begeistert, dass sie sich in den letzten vier Jahren immer für den Kurs angemeldet hat. Als die Sportart 2016 neu in das Angebot der Universität aufgenommen wurde, hat man Lisa kontaktiert und gefragt, ob sie teilnehmen möchte. Auf diesem Wege ist die Studentin auf den Kurs aufmerksam geworden. Da sie außerdem ein begeisterter Harry Potter Fan ist, hat sie sich sofort für die Teilnahme beworben.

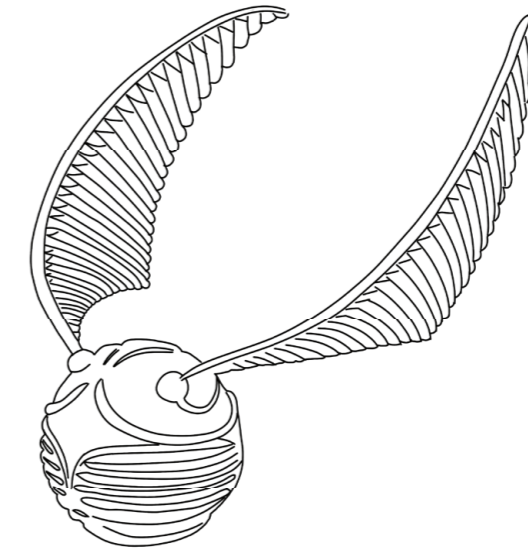
Als erstes werden bei dem Quidditch-Kurs ein paar Grundlagenfähigkeiten wie das Werfen, Fangen, Schießen und Annehmen der Bälle geübt. Ebenfalls Inhalt des Kurses ist regelmäßiges Fitness- und Ausdauertraining. Sobald in diesen Bereichen eine einheitliche Basis geschaffen wurde und jede:r Teilnehmer:in mit dem Spiel und seinen Regeln durch das Spielen am Ende der Stunde vertraut gemacht wurde, werden ergänzend taktische Übungen eingebaut. An Equipment für das Spiel gibt es fünf Bälle, einen Besen bzw. eine bunte Stange für jede:n Spieler:in und insgesamt sechs Tore. Für die restlichen Übungen werden z.B. kleine Hütchen und Springseile genutzt. Alle erforderlichen Gerätschaften werden vom Hochschulsport gestellt.



Das Spiel am Ende einer jeden Stunde sieht folgendermaßen aus: Es gibt zwei Mannschaften, die gegeneinander spielen. In jedem Team gibt es sieben Spieler:innen. Drei dieser Spieler:innen sind sogenannte Chaser bzw. Jäger, deren Aufgabe es ist mit einem Volleyball, der den Quaffel darstellt, eines der drei Tore der gegnerischen Mannschaft zu treffen.

Zudem gibt es pro Mannschaft einen Hüter, der die eigenen Tore schützt und versucht die Angriffe des gegnerischen Teams abzuwehren. Hinzu kommen zwei Beater (Treiber) pro Team. Diese Spieler:innen sind dafür zuständig, mit den drei Völkerbällen (Klatschern) die gegnerischen Spieler:innen abzutreffen und somit vom Besen zu werfen. Wurde ein:e Spieler:in getroffen, muss die getroffene Person sofort alle Bälle fallen lassen und zu den eigenen Toren laufen. Erst, wenn die Person ein der eigenen Tore abgeklatscht hat, darf diese wieder am Spiel teilnehmen. Der letzte Spieler in jeder Mannschaft ist der Seeker (Sucher), dessen Aufgabe es ist den Schnatz (Snitch) zu fangen. Der Schnatz ist ein Tennisball, der in einer Socke an der Hüfte des Snitch Runners befestigt ist. Der Snitch Runner ist ein:e neutraler Spieler:in, der/die zu verhindern hat, dass einer der beiden Seeker den Tennisball an sich nimmt und somit das Spiel beendet. Jedes Tor zählt zehn Punkte und das Fangen des Schnatzes bringt der Mannschaft zusätzlich 30 Punkte. Der Schnatz kommt nach 18 Minuten Spielzeit hinzu. Das Spiel dauert dann solange, bis der Schnatz gefangen wurde. Jede:r Spieler:in hat einen Besen, der während des gesamten Spiels zwischen den Beinen mitzuführen ist und als Handicap dient.

Lisa beschreibt den Schwierigkeitsgrad des Kurses als sehr hoch, weil der Spielverlauf mit den fünf Bällen, den vielen verschiedenen Positio-



nen und ihren Aufgaben sehr kompliziert ist und es ziemlich anspruchsvoll ist, den Überblick zu behalten. Außerdem gibt es eine Menge Regeln bezüglich der Bälle und Spielzüge, die beachtet werden müssen und das Spiel zusätzlich erschweren. Man benötigt ausgefeilte Taktiken und ein eingespieltes Team, um Tore zu erzielen und das Spiel zu gewinnen.

Darüber hinaus ist Quidditch ein Vollkontaktsport, bei dem Tackling erlaubt ist. Da man allerdings langsam an das Spiel und angemessene Taktiken herangeführt wird, lernt man alles relativ schnell. Eigenschaften und Fähigkeiten, die man, laut Lisa, mitbringen sollte, sind Spaß sowie keine Angst vor den Bällen oder vor Körperkontakt.

Die Studentin zahlt 15 Euro für den Quidditch-Kurs, der über das ganze Semester stattfindet und empfindet dies als einen sehr günstigen Preis. Zudem gefällt ihr der Kurs sehr gut und auch Lisa würde ihre Wahl auf jeden Fall weiterempfehlen.

LACROSSE

American Style!

Eine weitere besondere Sportart, die aus Amerika kommt und sich erst Anfang der 1990er Jahre in Deutschland etabliert hat, ist Lacrosse. Für diese Sportart hat sich Henrike entschieden. Sie studiert Erziehungswissenschaft im fünften Bachelorsemester und hat Lacrosse bereits in ihrer Schulzeit ausprobiert. Schon damals hat ihr der Sport sehr viel Spaß gemacht, besonders, da es ein Mannschaftssport ist. Henrike hat zuvor lange Taekwondo gemacht und war vom Teamgefühl beim Lacrosse total begeistert. Aufgrund dessen will sie nun in ihrer Studienzeit an diesen positiven Erfahrungen anknüpfen und hat sich für den Lacrosse-Kurs

angemeldet. Durch die Website vom Hochschulsport ist sie darauf aufmerksam geworden, dass Lacrosse an der Uni angeboten wird. Zu Beginn des Kurses liegt der Fokus darauf, zu lernen mit dem Ball und dem Stick umzugehen, indem man übt mit dem Stick in der Hand zu laufen, Pässe zu spielen sowie diese zu fangen. Am Ende jeder Stunde wird ein kleines Spiel durchgeführt, um das Geübte direkt in einer schnelleren Spielsituation umzusetzen und zu festigen. Im Laufe der Stunden steigert sich der Schwierigkeitsgrad ein wenig, indem strategische Inhalte und Übungen hinzukommen. Die Teilnehmenden lernen nach und nach diverse Verteidigungsstrategien und wie man diese durchbricht, um ein Tor zu erzielen. Das Ende besteht, wie zuvor, aus einem kleinen Übungsspiel, in dem dann auch die gelernten Strategien umgesetzt werden sollen.

Die Stunden bauen aufeinander auf, sodass man Techniken und Taktiken schnell und einfach lernen kann. Überwiegend sind die einzelnen Übungen, aber auch das Spiel an sich mit intensivem Laufen verbunden, sodass man etwas Grundlagenausdauer mitbringen sollte. Zudem ist ein Gefühl für den Schläger und den Ball vorteilhaft. Allerdings lernt man auch alles, was man für das Spiel braucht, in dem Kurs. Einen Stick bzw. Schläger bekommt man gestellt. Es ist allerdings auch möglich einen eigenen Schläger zu nutzen.



Den Semesterbeitrag von 15 Euro hält Henrike für sehr günstig. Insgesamt ist die Studentin speziell von dem Kurs und allgemein von dem Mannschaftssport Lacrosse begeistert. Ihre Begeisterung reicht so weit, dass sie zusätzlich zum Hochschulsportkurs in einen Lacrosse-Verein eingetreten ist. Auch Henrike würde ihren gewählten Kurs weiterempfehlen, denn die Gruppe, mit der sie trainiert, sowie der Trainer sind sehr nett. Es hat sich schnell ein Gemeinschaftsgefühl entwickelt, sodass das Team gut funktioniert und das Training viel Spaß macht.

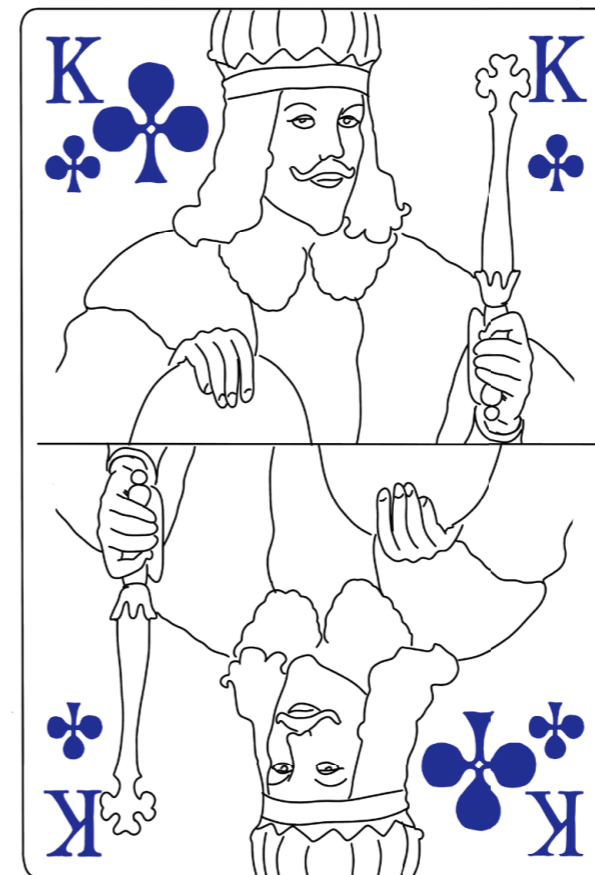
DOPPELKOPF

Lass dir nicht in die Karten schauen!

Der Hochschulsport hat allerdings nicht nur actionreiche oder ausländische Sportarten zu bieten, sondern stellt ebenfalls die Möglichkeit in einer gemütlichen Runde zusammen zu sitzen und Karten zu spielen.

Diese Möglichkeit nimmt die 24-jährige Selin, Masterstudentin der sozialen Arbeit, wahr, indem sie sich für den Doppelkopf-Kurs des Hochschulsports entschieden hat. Selin hat zuvor jedes Semester Handball gespielt. Gegen Ende ihres Studiums will sie jedoch noch einmal etwas Neues und Anderes ausprobieren. Auf die Idee Doppelkopf zu spielen ist sie gekommen, weil sie das Kartenspiel regelmäßig mit ihren Eltern spielt und daraufhin das Kursangebot auf der Website des Hochschulsports durchgeschaut und den Doppelkopfkurs entdeckt hat.

In den Stunden finden sich die Teilnehmenden zu Vierergruppen zusammen und setzen sich gemeinsam an einen Tisch. Bei verschiedenen Kaltgetränken wird dann Doppelkopf gespielt. Die Karten sowie ein Stift und einen Block erhalten die Spielenden vom Hochschulsport. Selin berichtet, dass die meisten, die an dem Kurs teilnehmen, bereits mit dem Spiel vertraut sind, man allerdings nicht notwendigerweise



Doppelkopf spielen können muss, um an dem Kurs teilzunehmen. Wer nicht spielen kann, dem wird es dort beigebracht.

Solange man ein Student oder eine Studentin ist, hält Selin das Preisverhältnis (15€) vom Hochschulsport für gut und angemessen. Zählt man allerdings nicht als Student sind die Preise relativ teuer (Beschäftigte: 30€, Alumni: 45€, Gäste: 60€).

Der Doppelkopf-Kurs gefällt der angehenden Sozialpädagogin sehr gut, da man viele nette Leute aus verschiedensten Studiengängen kennenlernt und das Spielen und Austauschen mit anderen Spaß macht. Auch sie würde den Kurs weiterempfehlen.

Alles in allem bietet die Vielfalt des Hochschulsportangebots eine Fülle an außergewöhnlichen Sportarten, die es sich lohnt auszuprobieren.

INFOS

28.01.2022, 9 Uhr:

Start der Anmeldung für Sporttouren für die Statusgruppen 1 (Studierende), 2 (Beschäftigte), 3 (Alumni)

10.02.2022, 18 Uhr:

Start der Anmeldung Breitensport für die Statusgruppen 1, 2, 3

14.02.2022, 9 Uhr:

Start der Anmeldung Breitensport und Sporttouren für die Statusgruppe 4 (Gäste/Externe) und Beginn des Programms

<https://www.uni-muenster.de/Hochschulsport/>

Zeit und Schnelligkeit sind die wichtigsten zwei Aspekte bei einer Anmeldung beim Hochschulsport. Zunächst sollte man sich vorher über die Angebote informieren und sich für einen Kurs entscheiden, sowie den dazugehörigen Anmeldestart herausfinden. Sobald dann die Anmeldung möglich ist, sollte man seinen vollen Namen, seine Matrikelnummer und seine Kontodaten bereithalten, um sich so schnell wie möglich um einen Platz in dem gewünschten Kurs zu bewerben.

LANGE HAARE.

KURZE

GEDANKEN?

Text & Bild:
Maja Giesbert

Der schwierige Weg zum Frauenstudium in Münster.

Heute sind 56% der Studierenden an der WWU Frauen. Doch noch zu Beginn des 20. Jahrhunderts war dies kaum vorstellbar. Davon zeugt das damals geläufige Sprichwort „lange Haare – kurze Gedanken“. Diese verbreitete Annahme, dass Frauen weniger klug seien als Männer, konnten die ersten Studentinnen an der Uni Münster schon bald widerlegen. Es folgt ein Gang durch knapp 120 Jahre Geschichte, in denen Frauen sich ihr Recht auf Bildung erkämpft haben:

Die ersten Grundsteine im Kampf für Gleichberechtigung legten die Frauenbewegungen im 19. Jahrhundert. Sie bildeten sich im Zuge der Industrialisierung und der Revolution im Jahre 1848 und forderten Selbstbestimmung und Unabhängigkeit. Vor allem die bürgerliche Frauenbewegung setzte sich immer mehr für das Recht auf Bildung ein. Auch in Münster wurden die Forderungen nach der Zulassung zum Studium immer lauter. Doch um 1900 sahen viele die Frauenbildung kritisch. Einige Männer sahen die Sittsamkeit oder gar die Fruchtbarkeit der Frauen in Gefahr, andere sprachen ihnen die geistigen Fähigkeiten völlig ab. So schlussfolgerte ein Arzt um 1900, dass das weibliche Gehirn naturgemäß schlechter sei als das des Mannes. Er schreibt: „Uebermässige Gehirn-thätigkeit macht das Weib nicht nur verkehrt, sondern auch krank“. Hatten die Männer damals wohlmöglich Angst vor Konkurrenz durch ihre weiblichen Mitstreiterinnen?

Im Jahre 1902 konnten die Frauen in Münster erste Erfolge erreichen: Der Senat der Universität beschloss eine Zulassung für Frauen zu medizinischen Vorlesungen sowie zu Veranstaltungen der juristischen und der philosophisch-naturwissenschaftlichen Fakultät – allerdings nur als Gasthörerinnen. Die ersten Frauen nutzten diese Neureglung ab dem Jahr 1905.

Drei Jahre später, ab dem Wintersemester 1908/1909, konnten sich die Frauen in Münster dann ordentlich immatrikulieren. Der damalige Rektor Heinrich Ermann hielt zu diesem Anlass eine Rede vor der Studentenschaft, in der er zur Versöhnlichkeit aufrief. Um den Frieden an der Universität zu wahren, sollten sich die Frauen möglichst anpassen und sich gefälligst sittsam verhalten. Die Männer sollten die neuen Studentinnen aufgrund ihres schwachen Geschlechts ritterlich behandeln – trotz der „Durchlöcherung“ ihrer „Männerprivilegien“. Progressiv klingt anders – aber immerhin erkannte der Rektor mögliche Vorteile des Frauenstudiums an und ermahnte die Männer zur Friedsamkeit.

Doch was dachten die Männer dazu? In der

Universitätszeitschrift wurde, in Form von Leserbriefen, über die neuen Frauen an der Uni diskutiert. Dabei ergriffen einige Studenten das Wort für die Studentinnen und kritisierten den Umgang mit ihren Kommilitoninnen, wie zum Beispiel das Scharren mit den Füßen, wenn eine Frau den Raum betrat. Andere Studenten taten dieses Verhalten als wenig problematisch ab und erfreuten sich am „Erröten“ der Frauen, wenn sie den Raum betraten. Es wurden jedoch auch wesentlich kritischere Stimmen deutlich, so beendete ein Dr. YZ am 26.02.1910 seinen Brief mit den Worten: „Alles in Allem, wir nähern uns einer trüben Zeit. Wenn nicht alles trägt, wird eine künftige Aera des gelehrten Unterrichts im Zeichen des weiblichen Elements und der Halbbildung stehen“.

Kurz darauf brach 1914 dann der Erste Weltkrieg aus und durch den Fronteinsatz mussten nun viele Männer ihr Studium unterbrechen. Die Zahl der Studentinnen hingegen stieg leicht an, in Preußen waren nun 6% aller Studierenden weiblich. Während dieses Zeitraums gründeten die Studentinnen auch erste „Damenverbindungen“, um sich für gemeinsame Interessen zusammenzuschließen.

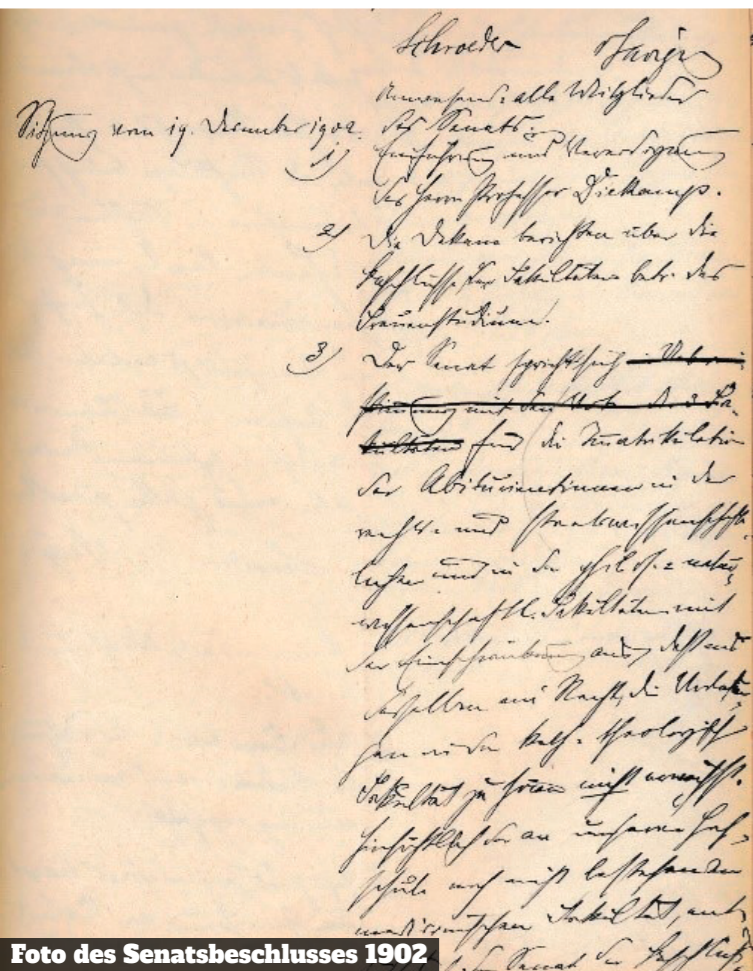


Foto des Senatsbeschlusses 1902

Foto: Universitätsarchiv Münster



Verbindung von Studentinnen um 1920

Foto: Universitätsarchiv Münster

Mit Ende des Krieges und der Gründung der Weimarer Republik begannen die goldenen 20er Jahre, die auch für die Frauen eine Blütezeit waren. Das Frauenwahlrecht und die demokratisch-liberale Stimmung sorgten für eine Verbesserung der Frauenbildung. Ab 1920 war es den Studentinnen auch erlaubt, zu habilitieren, im Laufe der 20er Jahre konnten sie Berufe wie RichterIn ergreifen und LehrerInnen wurde es schließlich gestattet zu heiraten. Auch in Münster zeigt sich diese Entwicklung: 1931 waren 21% der Studierenden Frauen – der zweithöchste Wert in Deutschland. Diese Zeit des Aufschwungs endete jedoch mit dem Aufstieg der Nationalsozialisten. Frauen sollten nun wieder verstärkt als Hausfrau und Mutter tätig sein und das Studium wurde durch zusätzliche Verpflichtungen und Arbeitsdienste erschwert. Am härtesten traf es jedoch jüdische Studierende und andere verfolgte Bevölkerungsgruppen.

Für sie wurde es nach 1933 quasi unmöglich, ein Studium zu beginnen, viele wurde entlassen oder aus den Universitäten vertrieben. Durch den nahenden Krieg wurde die Situation für nicht-jüdische Studentinnen jedoch teilweise erleichtert, vor allem in technisch-naturwissenschaftlichen Fächern wurden Frauen nun ebenfalls gerne gesehen – als Unterstützung für den Krieg natürlich. Mit Kriegsbeginn mussten die Männer schließlich an die Front, für Frauen waren nun Studium und Berufseintritt durch die tragischen Umstände einfacher geworden. Doch der Krieg ließ auch die Universitäten nicht unberührt, in Münster konnten ab dem Winter 1944 keine Veranstaltungen mehr stattfinden, da die Universitätsgebäude in Schutt und Asche lagen.

1945

Mit dem Kriegsende 1945 begann dann der Wiederaufbau der Universität. Doch für die Frauen hatte sich die Situation erneut erschwert, ihre Rolle wurde nun wieder verstärkt als Hausfrau und Mutter gesehen. Dieses rückläufige Rollenbild schlägt sich auch in der Erwerbstätigkeit nieder: Vor dem Krieg arbeitete jede dritte Frau, 1950 war es nun noch jede vierte in der BRD. In Münster dagegen lassen sich einige erfreuliche Entwicklungen beobachten: Nun waren Frauen endlich für jedes Fach zugelassen. Hier war der Frauenanteil zudem deutlich höher als im Durchschnitt, so lag der Anteil 1950 in Westdeutschland bei 19,7% und in Münster bei 23%. 1953 habilitierte dann auch mit Angela Nolte die erste Frau in Münster.

1950

Durch Reformen und den Ausbau der Universitäten stieg die Zahl der Studierenden immer weiter an, in Münster verdoppelte sich die Zahl in den 1950er Jahren von 5000 auf 10.000 Personen. Besonders die Studentenbewegung der 1968er machte sich für weitere Reformen stark. Sie forderte mehr Mitbestimmung und die Demokratisierung der Universitäten und setzte sich für eine Aufarbeitung der NS-Zeit ein. Hier entstand auch eine neue Frauenbewegung, die sich unter anderem für Selbstbestimmung und das Recht auf Abtreibung stark machte. Es bildeten sich Frauengruppen und feministische Zentren, in denen sich Frauen für ihre Ziele zusammenschlossen. Die veränderten Rollenbilder, finanzielle Erleichterungen und weitere Maßnahmen sorgten in den Folgejahren für einen stetigen Zuwachs von Frauen an den Universitäten und Hochschulen.

1990

1990 wurde die Universität dann erstmals von einer Frau geleitet: Maria Wasna übernahm das Amt der Rektorin von 1990 bis 1994. Zu dieser Zeit etablieren sich auch immer mehr Gleichstellungsangebote und Förderungsprogramme. Mit Erfolg: Im Jahr 1998 lag der Frauenanteil erstmals bei über 50%.



Aufmarsch der Nationalsozialisten vor dem Schoss

Foto: Universitätsarchiv Münster

Heute

Im Wintersemester 20/21 gab es an der WWU 44.842 Studierende, 56% davon sind Frauen. Bei der Fächerwahl, Abschlüssen und der Lehre lassen sich noch einige Unterschiede finden. Hier ist eine Auswahl von Studierenden im ersten Studienfach, sortiert nach Geschlecht und Fachbereich.

Die Größten Differenzen lassen sich bei folgenden Fachbereichen feststellen:

Philologie:	75,6% weiblich und 24,7% männlich
Erziehungs- und Sozialwissenschaften:	70,6% weiblich und 29,4% männlich
Wirtschaftswissenschaften:	37,2% weiblich und 62,8% männlich
Physik:	39,4% weiblich und 60,5% männlich

Besonders ausgeglichen sind diese Fachbereiche:

Geschichte und Philosophie:	50/50
Mathe und Informatik:	49,5% weiblich und 50,5% männlich

Bei den Abschlüssen sieht dann schon wieder anders aus:

Promotionen:	45,3% weiblich und 54,7% männlich
Habilitationen:	30,6% weiblich und 69,4% männlich

KULTUR

FÜR LAU

Text & Bild:
Ana Suffrian

Was kann das Kultursemesterticket eigentlich?

Wer sein Studium an der WWU beginnt bekommt zusammen mit dem praktischen Semesterticket für die Bahn auch sein Kultursemesterticket. Aber sind wir mal ehrlich: Wer weiß denn wirklich, wofür man dieses blaue Stück Papier mit dem K überhaupt nutzen kann? Das Kultursemesterticket bietet euch in Münster einige Möglichkeiten, kulturelle Veranstaltungen umsonst zu besuchen.

MUSEEN

Hier habe ich ein wenig geschummelt: der Eintritt zu den beiden Museen ist unabhängig vom Kultursemester für jeden frei. Aber möchte ich sie nicht unerwähnt lassen, denn umsonst ist umsonst.

Museum für Lackkunst

Das Museum für Lackkunst zeigt, wie der Name schon erraten lässt, verschiedene Lackkunst. Entstanden ist das Museum aus der Kombination der Stücke von zwei Lackkunstsammlern, einem Kunstliebhaber und einem Vorsitzenden einer Kölner Lackfabrik.

Wie komme ich an Freikarten?

Der Eintritt ist kostenlos.

Mehr Infos findet ihr hier: www.museum-fuer-lackkunst.de/de/museum_fuer_lackkunst.



Foto: Presseamt Münster / MünsterView

Stadtmuseum Münster

Das Stadtmuseum Münster bietet einen Überblick über die Geschichte der Stadt. Dabei geht die Ausstellung von den Anfängen Münsters bis zur Gegenwart.

Zusätzlich werden in Sonderausstellungen weitere interessante Aspekte der Münsteraner Kunst und Kultur vorgestellt.

Wie komme ich an Freikarten?

Der Eintritt ist hier kostenlos. Mehr Infos unter www.stadt-muenster.de/museum/aktuelles.



Foto: Presseamt Münster / Angelika Klausner

THEATER

Theater Münster

Das Theater Münster bezeichnet sich selber als die größte und traditionsreichste Kultureinrichtung Münsters. Dafür bietet es auch eine große Vielfalt aus fünf Sparten: Musiktheater, Schauspiel, Tanztheater, Konzert und junges Theater werden in rund 600 Vorstellungen im Jahr aufgeführt. Einen Blick ins Programm werfen könnt ihr hier: www.theater-muenster.com/spielplan/januar-2022.html.



Foto: Presseamt Münster / MünsterView

Wie komme ich an Freikarten?

Für die Freikarten im Theater Münster braucht ihr erstmal eine Kundennummer. Die bekommt ihr, wenn ihr euch einfach auf der Internetseite (theater-muenster.eventim-inhouse.de/webshop/webticket/customerlogin.secure) registriert. Mit der Kundennummer, eurem Semesterticket und einem Ausweis könnt ihr dann ab dem dritten Tag vor der Vorstellung eine der noch verfügbaren Karten holen.

Achtung: Bei folgenden Veranstaltungen bekommt ihr keine Freikarten:

Premieren, Gastspielen und Sonderveranstaltungen. Überprüft also vorher einmal, ob es sich bei eurer Veranstaltung um eine dieser handelt.

Wolfgang Borchert Theater

Das Wolfgang Borchert Theater am Hafen ist mit seinen 146 Plätzen relativ klein. Dennoch hat es ein diverses Repertoire mit über 20 laufenden Stücken im Jahr. Die Stücke reichen von Klassikern zu modernen gesellschaftskritischen Stücken. Das aktuelle Programm findet ihr hier: www.wolfgang-borchert-theater.de/spielplan.html.

Wie komme ich an Freikarten?

Das Wolfgang Borchert Theater vergibt bis zu 25 Freikarten bis sieben Tage vor der Veranstaltung. Um diese Karten zu bekommen, müsst ihr sie eine Woche vor der Veranstaltung beim Theater mit eurem Ausweis und dem Kultursemesterticket abholen. Wenn ihr spontan Lust habt, könnt ihr euer Glück auch 30 Minuten vor Vorstellungsbeginn versuchen. Da gibt das Theater Restkarten umsonst an Studierende mit Semesterticket raus. Achtung: Auch hier gibt es Veranstaltungen, die davon ausgeschlossen sind. Keine Freikarten gibt es bei Premieren, Silvestervorstellungen, Gastspielen, Konzerten und anderen Sonderveranstaltungen.



Foto: Presseamt Münster / MünsterView

SPORT

SC Preußen Münster (Fußball)

Der SC Preußen Münster besteht seit 1906 und stand 1951 als Finalist in der deutschen Fußballmeisterschaft. Seit 2020 spielt SC Preußen nicht mehr in der 3. Liga, sondern in der Regionalliga West. Trotzdem gibt es in Münster viele Fans, die das Preußenstadion bei Heimspielen füllen.

Wie komme ich an Freikarten?

Vor jedem Heimspiel gibt der Asta 50 Freikarten aus. Um diese zu bekommen, müsst ihr euren Studierendenausweis und das Kultursemesterticket beim Asta vorzeigen. Wann genau ihr die Karten abholen könnt, steht im Asta Kalender (www.asta.ms/termine). Wie bei den anderen Veranstaltungen gilt hier: Jeder Studierende kann nur eine Karte für sich abholen.

WWU Baskets (Basketball)

Der UBC Münster wurde 1961 als Universitätsclub gegründet. Seit 2015 nennt sich die Mannschaft allerdings die WWU Baskets. Die WWU Baskets spielen in der ProB und wurden in der letzten Saison Tabellenführer des ProB Nord. Der Aufstieg in die ProA ist dabei nur knapp misslungen.



Foto: UBC Münster

Wie komme ich an Freikarten?

Insgesamt gibt es bei den Heimspielen der WWU Baskets 400 Freikarten in den Blöcken D und H. Ihr könnt aber auch in anderen Blöcken Karten zu ermäßigten Preisen bekommen. Um an die Freikarten zu kommen, müsst ihr auf der Internetseite (www.wwubaskets.ms/tickets/ticketshop/) das Passwort WWUKULTUR eingeben und am Einlass euren Studierendenausweis vorzeigen.

Achtung: Abendkasse ist hier nicht möglich.

USC Münster (Volleyball)

Die erste Frauen-Mannschaft des USC Münster ist mit neun Meistertiteln und vier Titeln im Europapokal eine der erfolgreichsten deutschen Volleyball Mannschaften. Der Verein entstand 1961 und während zunächst die Männer dominierten, hat ab 1982 die Frauenmannschaft die Führung übernommen.

Wie komme ich an Freikarten?

Bei Heimspielen des USC Münster könnt ihr auf der Internetseite (vivenu.com/seller/usc-munster-ev-ahad/asta-k3fh) bis um 15 Uhr am Spieltag umsonst Tickets buchen. Die Tickets sind personalisiert und nur gültig, wenn ihr am Einlass euer Kultursemesterticket vorzeigt.

SONSTIGES

Literaturverein

Der Literaturverein Münster hat es sich zum Ziel gesetzt, Autoren und literarisch interessierte Bürger zusammenzubringen. Dafür veranstaltet der Verein regelmäßig Lesungen mit mehr oder weniger bekannten in- und ausländischen Autoren. Wann wieder Lesungen stattfinden, könnt ihr auf der Internetseite sehen (www.literaturverein-muenster.de/index.htm).

Wie komme ich an Freikarten?

Mit dem Kultursemesterticket und eurem Ausweis bekommt ihr an der Abendkasse Freikarten.



Foto: Christophe Levat

Westfälischer Kunstverein

Der Westfälische Kunstverein besteht seit 1831 und gibt verschiedenster Kunst seitdem durch Ausstellungen eine Plattform. Die aktuelle Ausstellung "Nimmersatt" äußert Kritik an der heutigen Konsumgesellschaft. Zusätzlich dazu organisiert der Verein auch einige Veranstaltungen, die passend zum Thema der Ausstellung zum Beispiel Lesungen oder Diskussionsrunden anbieten.

Aktuelle Veranstaltungen findet ihr hier

(www.westfaelischer-kunstverein.de/veranstaltungen/aktuell/).

Wie komme ich an Freikarten?

Zu den Veranstaltungen müsst ihr euch bei der Emailadresse info@westfaelischer-kunstverein.de anmelden.

KIRA

SAWILLA

Zwischen Hörsaal und Wahlkampf.

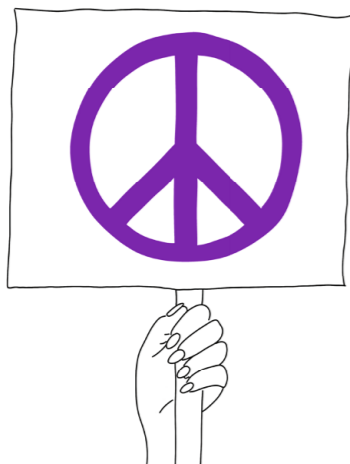
Text & Bild: Anna Höhne

Stellt man sich eine 21-jährige Münsteraner Studentin vor, so denkt man wahrscheinlich an lange Tage in der Bibliothek und längere Nächte in der Jüdefelderstraße – der Bundestag hat in der Regel keinen Platz in dieser Vorstellung. Der Gegenbeweis heißt Kira Sawilla. Sie studiert im fünften Semester Kommunikationswissenschaft an der WWU in Münster, geht regelmäßig zum Hochschulsport, arbeitet beim Campusradio und engagiert sich voller Begeisterung bei der Linksjugend und der LINKEN Münster. Im September 2021 hat sie sogar, als einzige Studentin, als Direktkandidatin für den Bundestag kandidiert.

Die Vorlesungen und Seminare aus dem Studium mit der Parteiarbeit und dem Wahlkampf unter einen Hut zu bekommen, ohne dabei sämtliche Freizeitaktivitäten aufzugeben, ist allerdings gar nicht so einfach. Wie sie es schafft Studium, Nebenjob und politisches Engagement miteinander zu vereinen, war das Thema unseres Interviews.

Kannst Du einmal Deinen typischen Arbeitsalltag beschreiben, damit man einen groben Überblick erhält?

Das kommt ganz auf den Wochentag an, aber zumindest die Vormittage sehen aus wie bei allen Studierenden, also hauptsächlich Seminare oder Vorlesungen. Nach dem Mittagessen in der Mensa kommt dann entweder mehr Arbeit für die Uni oder Politik - meistens hält sich das die Waage. Der Abend gehört dann aber fast immer der Politik, zum Beispiel finden wöchentlich Aktiventreffen statt, die ich häufig besuche.



Da kommen ja schon einige Stunden zusammen, wie hast Du das denn im September während der Bundestagswahl wahrgenommen? Wie bist Du mit der Verantwortung und dem Druck während des Wahlkampfes umgegangen?

Der Druck kam vor allem von innen, also von mir selbst, weil ich mir natürlich bewusst war, was für eine große Aufgabe das ist zu kandidieren. Ich muss aber sagen, dass meine Parteigenoss:innen sehr unterstützend und ermutigend waren und auch versucht haben, mir da wo es ging ein paar Aufgaben abzunehmen. Das Wahlergebnis war ja leider nicht sonderlich gut, ich hatte aber zu keiner Zeit das Gefühl, dass mir das angekreidet wurde, also ich habe auch viel Dankbarkeit erfahren, was ich sehr zu schätzen weiß.

Was hast Du denn für Tipps und Tricks, um Deinen Alltag zu organisieren, die vielleicht auch anderen Studierenden helfen könnten?

Oh ja, die kann ich selbst auch immer noch gut gebrauchen, ich bin nämlich auch der Typ der ganz gerne mal 5 Minuten zu spät kommt. Aber ich mache mir bspw. jede Woche einen neuen Wochenplan, in den ich alle wichtigen Termine, Fristen und Veranstaltungen eintrage. Außerdem habe ich immer zwei verschiedene To-Do-Listen. Eine mit sehr dringlichen Punkten und eine mit langfristigen Zielen darauf. Unterwegs mache ich mir auch häufig nebenbei Notizen auf meinem Handy oder meinem Laptop.

Gibt es etwas, das Du im Studium gelernt, das Dir während der politischen Arbeit hilft?

Ich studiere Kommunikationswissenschaft und hatte deswegen schon Seminare z.B. zum Thema "Politische PR", da kann man natürlich schon Parallelen ziehen zur Öffentlichkeitsarbeit, die ich in der Partei mache. Generell das Handwerkszeug, das einem im Studium nahegelegt

wird, wie z.B. das wissenschaftliche Arbeiten hilft dabei professionell zu arbeiten.

Und gibt es auch umgekehrt etwas, das Du aus Deiner politischen Arbeit mitnimmst?

Ja das natürlich auch. Bei Referaten z.B. kommt mir zugute, dass ich in der Politik gelernt habe, frei und selbstsicher zu sprechen. Denn im Rahmen des Wahlkampfes habe ich Rhetorik und Interviewtraining bekommen, was ich übrigens jedem empfehlen kann, denn ein sicheres Auftreten braucht man ja nicht nur in der Politik, sondern überall im Berufsleben.

Gibt es denn Vor- oder Nachteile, weil Du Studentin bist? Ich könnte mir vorstellen, dass die zwei Welten nicht immer gut zu vereinen sind.

Ein Nachteil war z.B. im Wahlkampf spürbar, weil die, die schon Abgeordnete sind, natürlich schon einen ganzen Apparat von Menschen haben, der ihnen zuarbeitet, das hatte ich jetzt nicht und musste mich auch um ganz viel administrativen Kram kümmern. Trotzdem würde



Foto: Instagram @kirasawilla



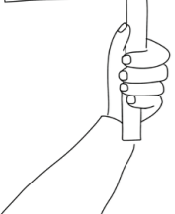
Kira unterstützt auch verschiedene soziale Bewegungen.

Foto: Instagram @kirasawilla

ich sagen, dass die Vorteile überwiegen. Junge Politiker:innen kommen bei jungen Wähler:innen häufig besser an, da man die Probleme unserer Generation und eine studentische Perspektive mit in die Diskussionen einbringen kann. Trotzdem gibt es immer noch relativ wenige junge Politiker:innen, da es schon noch viele einge-

fleischte Machtbündnisse gibt. Personen, die sich schon einen Namen gemacht und Erfahrungen gesammelt haben, stehen jungen Leuten manchmal im Weg und es wird oft verkannt, dass wir als Generation, die während vieler Krisen aufgewachsen ist, eine andere Art von Erfahrungen gemacht haben und einige Probleme daher vielleicht anders einschätzen. Aber da tut sich jetzt aktuell auch viel, also es werden immer mehr Posten auch mit Jüngeren be-

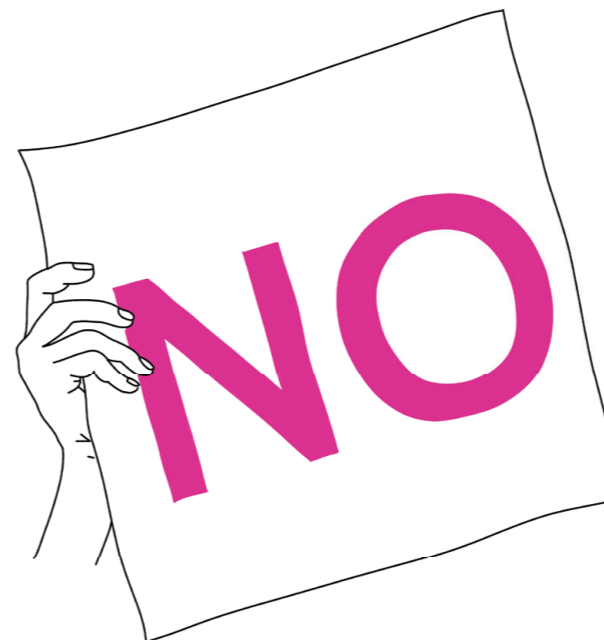
PROTEST



setzt und das wird in den kommenden Jahren hoffentlich noch so weiter gehen. Ein Nachteil, der sich zwar eher weniger auf das Studentendasein bezieht, mit dem aber heutzutage recht viele Politiker:innen zu kämpfen haben, sind die Kommentare im Netz. Letztens hat z.B. jemand geschrieben: „Hörsaal, Kreissaal, Plenarsaal - so läuft das also jetzt.“ Sowas bleibt einem dann schon im Gedächtnis. Ich bekomme also eher Anfeindungen ab, die darauf basieren, dass ich eine Frau bin und nicht, weil ich noch studiere.

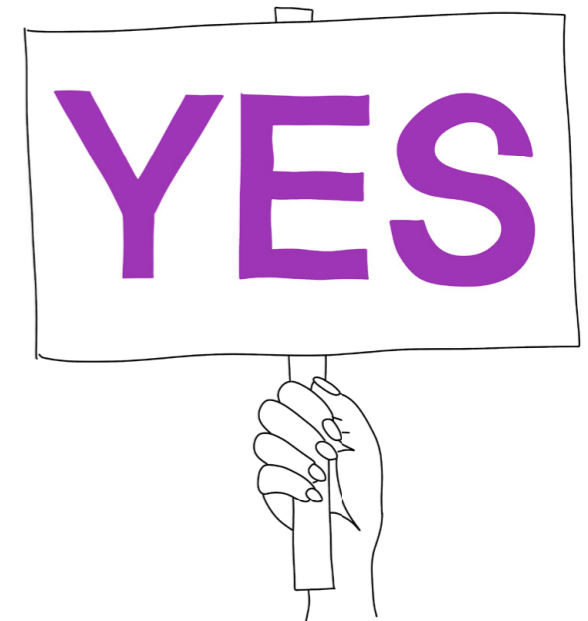
Wie gehst Du denn dann mit solchen Anfeindungen um? Geht Dir das nicht nah?

Mit dem, was online so abgeht, kann ich persönlich glaube ich ganz gut umgehen, das prallt ziemlich schnell an mir ab, weil die Kommentare auch meistens weder Hand noch Fuß haben. Auf Social Media blocke ich solche User dann einfach. Ich glaube auch tatsächlich, dass solche Hasskommentare weniger mit meiner Person als mit dem persönlichen Frust der Verfasser zu tun haben. Solche Leute suchen sich



Vielen Dank für das Gespräch, Kira!

dann einfach einen Kanal mal Dampf abzulassen, da hilft Missachtung am besten.



Fallen Dir Wege ein, wie man noch mehr junge Menschen mobilisieren könnte, politisch aktiv zu werden? Oder sonst noch abschließende Gedanken?

Politische Arbeit ist nicht so verstaubt wie man denkt. Es gibt viele konkrete, wichtige Fragen, die uns alle betreffen, die diskutiert werden. Es gibt auch viele soziale Angebote und ansprechende Initiativen zur Verbesserung der politischen Bildung. Also wenn ihr politisch interessiert seid, geht einfach mal zu einem offenen Treffen!

UNSER

LEBEN



DIE ZEIT ALS WICHTIGSTE RESSOURCE

**Über die Angst zu verpassen und
die Chance, den Moment zu genießen.**

*Text und Bild:
Luca Hannah Roters & Ana Suffrian*

THE FEAR OF MISSING OUT

Ana Suffrian

Seine Zeit bestmöglich nutzen und bloß nichts verpassen.

Immer schneller, immer weiter, immer mehr. So scheint unsere Welt heute zu funktionieren. Vieles ist möglich und das Leben ist kurz. Dadurch verspüren immer mehr Leute den Druck, ihre Freizeit zu perfektionieren und so viele schöne Erfahrungen zu machen, wie möglich. Sie haben Angst, etwas zu verpassen.

Fear Of Missing Out, kurz FOMO, bezeichnet dieses Phänomen. Viele kennen das wahrscheinlich in irgendeiner Form, denn FOMO ist nicht selten. Gerade unter jüngeren Frauen leiden auch viele unter stärker ausgeprägten Formen. Dass gerade die Generation Z darunter leidet, ist kein Zufall. Wir haben in vielen Aspekten mehr Möglichkeiten und Freiheiten als unsere Eltern und vor allem unsere Großeltern. Dabei ist eine Frage immer wieder unterbewusst präsent: Warum ist mein Leben dann so langweilig?

Soziale Medien spielen dabei eine wichtige Rolle, denn sie verstärken das Gefühl und werden demnach oft als Ursache für FOMO genannt. Ein paar Minuten auf Instagram reichen oft, um unzufrieden mit der eigenen Situation zu sein: Die eine Freundin ist gerade im Urlaub, eine andere mit ihrem Freund feiern und der Bruder probiert gerade das neue Restaurant aus. Und was mache ich? Die schier endlosen Möglichkeiten und der permanente Vergleich mit anderen sorgt für Stress. Man ist frustriert und zweifelt an sich selbst. Manchmal führt das sogar zu Depressionen.

Wer unter FOMO leidet, verspürt meist innere Unruhe, oft verbunden mit Schlaflosigkeit oder dem ständigen Überprüfen von Nachrichten und den sozialen Medien. Bei extremen Fällen kommt es auch zu Juckreiz oder Schweißausbrüchen. Dabei begleitet einen die Ungewissheit, ob man nicht doch etwas verpasst. Alleine entspannt einen zu Film gucken oder am Wochenende früh ins Bett zu gehen, wird dabei zur Unmöglichkeit. Ständig stellt sich einem die Frage: Was machen die anderen gerade?

Nicht überraschend erschwert FOMO dadurch auch, nein zu sagen. Absagen sind immer die allerletzte Option, was für überfüllte Terminkalender und wenig Zeit zur Ruhe sorgt. Auch wenn zwei Veranstaltungen gleichzeitig stattfinden, versucht man immer, wenn irgendwie möglich, an beiden teilzunehmen. Die Freizeit wird ähnlich durchgetaktet, wie Termine auf der Arbeit.

Paradoxe Weise können viele, die unter FOMO leiden, ihre Unternehmungen dann aber gar nicht wirklich genießen. Da es so viele Möglichkeiten gibt, stellt sich immer die Frage, ob es nicht ein noch besseres Event gibt, auf dem man gerade sein könnte: Bin ich gerade auf der besten Party? Das Streben nach dem meisten Spaß hindert also daran, Spaß zu haben.

Aber hat FOMO auch positive Seiten? Die ständige Angst, etwas zu verpassen, kann auch ein guter Motivator sein. Manchmal braucht man einfach einen Anstoß, um sich aufzuraffen, und da kann FOMO helfen. Wichtig ist aber, auch mal zu entspannen und sich Zeit für sich zu nehmen.

FOMO im Fokus: Selina und Franziska erzählen über ihre Angst, etwas zu verpassen.

Wir haben mit zwei jungen Frauen gesprochen, die von sich aus sagen würden: „Ich verspüre häufig die Angst, etwas zu verpassen – ich habe FOMO.“

Franzi (21) und Selina (20) sind zwei Studentinnen aus Münster. Sie berichten, wie sich FOMO bei ihnen äußert, wie sie mit der Angst umgehen und wie sich ihre FOMO so zwischen Lockdown und Pandemie verhält.



**Selina, 20, Studentin,
hat Angst etwas zu verpassen**



Franziska, 21, Studentin, sagt zu Unternehmungen nur sehr ungerne nein.

FOMO im Alltag?

Franzi:

„Ich kann schlecht zu Sachen nein sagen. Ich denke dann immer, ich will aber dahin, weil ich sonst was verpasse. Durch die FOMO habe ich immer viel zu viel zu tun, was ich gar nicht alles schaffen kann und denke dann trotzdem noch, dies und das würde ich auch noch gerne machen.“

Selina:

„Seitdem ich in der sehr belebten Hafengegend wohne, bin ich öfter damit konfrontiert, dass gefühlt alle anderen gerade unterwegs sind. Dadurch ist meine FOMO auf jeden Fall extremer geworden. Dann hab' ich schon das Gefühl, dass ich dabei sein und nichts verpassen möchte. Das beeinflusst mich dann insofern, dass ich traurig werde und auch sogar Angst verspüre oder aber versuche, selbst was zu organisieren. Es gibt mir dann oft einen Motivationsschub, selber rauszugehen.“

Strategien im Umgang?

Franzi:

„Manchmal kann ich mich zwingen, nicht zu einer Feier oder einem Treffen zu gehen, zum Beispiel wenn ich wichtige Abgaben habe, aber das ist schon sehr schwer für mich. Vor allem, weil ich dann weiß, dass die Feier viel mehr Spaß machen würde. Eine wirkliche Strategie habe ich ansonsten nicht.“

Selina:

„Ich habe da so Zwischenlösungen, die sind aber nicht so befriedigend. Eine Serie gucken oder einen Podcast hören. Das gibt mir aber nicht so viel, wie sich mit Freunden zu treffen oder aktiv zu werden. Einmal hatte ich auch einen Putzfall und hab die ganze Wohnung geputzt. Mir hilft generell Ablenkung da gut.“

Verstärkte Angst durch Social Media?

Franzi:

„Social Media hat auf jeden Fall einen Einfluss. Einmal habe ich zum Beispiel überlegt, nicht mit Freunden in den Urlaub fahren. Wenn meine Freunde dann aber Stories aus dem Urlaub posten, würde ich mir denken: Oh man, da hätte ich jetzt auch sein können. Ich glaube, wenn ich während ihres Urlaubs gar nichts davon mitbekommen würde, sondern mir nur danach davon erzählt wird, dann fände ich es nicht so schlimm, als wenn ich die ganze Zeit damit konfrontiert bin.“

Selina:

„Social Media beeinflusst mich da schon ein bisschen. Da wird man ja noch stärker damit konfrontiert, weil einem wieder gezeigt wird, dass die anderen was Schönes zusammen machen. Ich finde den Einfluss aber nicht so krass, weil ich Leute, die viele Stories posten, eher anstrengend finde. Manchmal denke ich mir: Würde ich jedes Mal posten, wenn ich was mit Freunden mache, könnte ich das auch mega krass darstellen.“

Negative Konsequenzen?

Franzi:

„Meistens komme ich gut damit klar, aber wenn es gefühlte 100 Sachen werden, hab' ich auch manchmal keine Energie mehr. Dann denk ich mir: Was ist denn los mit mir, wieso kann ich nicht auch einfach mal was absagen? Manchmal wär' weniger schon besser.“

Selina:

„Da setze ich meine Prioritäten auch manchmal anders. Oben steht dann eher: Was kann ich noch mitnehmen, was kann ich machen, wo kann ich möglichst vielen sozialen Kontakt haben? Und erst unten auf der Liste dann Me-Time.“

FOMO & Lockdown?

Franzi:

„Ich hatte auf jeden Fall nach dem Lockdown das Gefühl, dass ich alles mitnehmen muss, solange es möglich ist. Ich war viel in Cafés, Restaurants und Bars. Ich war immer feiern, weil ich dachte, dass das bald bestimmt nicht mehr geht.“

Selina:

„Der Lockdown hat mich am Anfang entlastet, weil keiner was gemacht hat. Aber nach einer gewissen Zeit war ich nur noch frustriert, dass ich nichts mehr machen kann, weil ich es gewohnt war, immer viel um die Ohren zu haben. Alleine 14 Tage in Quarantäne wäre der Horror für mich. Ich will mich unter anderem nicht anstecken, weil ich nicht weiß, was ich 14 Tage in Isolation machen soll. Dann dreh ich durch.“

THE JOY OF MISSING OUT

Luca Hannah Roters

Umdenken & das Leben besser gestalten.

Back to the roots: Moderne Trends stehen im Wandel der Zeit und Gegentrends erobern die Gesellschaft. Menschen wollen sich von der Globalisierung abwenden, einen Weg zurück zur Nachhaltigkeit finden, mehr sich selbst in den Fokus stellen. FOMO war gestern, denn der neue Trend lautet Joy of Missing Out, kurz: JOMO.

Stets überall dabei sein, mitreden können, über den neusten Gossip Bescheid wissen und die coolsten Storys bei Instagram haben – Die Etablierung diverser Social-Media-Kanäle in der Gesellschaft hat insbesondere in jüngeren Altersgruppen sozialen Druck erzeugt, nie etwas verpassen zu dürfen. Die Freude, auch einmal etwas zu verpassen, ein Event ausfallen zu las-

sen, ohne dabei ein schlechtes Gewissen zu verspüren, gewinnt an Beliebtheit. JOMO setzt sich daher klar und deutlich von der FOMO ab, um der Angst entgegenzusteuern.

Denn JOMO verleiht den Menschen eine neue Einstellung, mit Hilfe welcher sie sich dem sozialen Druck widersetzen können.

Es geht jedoch nicht nur darum, sich mit Mühe und Anstrengung dem Wunsch, kein einziges Treffen oder Event sausen zu lassen, Stand zu halten, sondern Freude darin zu finden, bewusst und gewollt zu verpassen. Wobei das Wort „verpassen“ nicht optimal gewählt ist und die eigentliche Message hinter JOMO schnell verfälschen kann. Denn das Gefühl, dass überhaupt etwas verpasst wird, sollte im besten Fall erst gar nicht aufkommen. Die ruhige Zeit zuhause ist für diesen Moment die beste aller Möglichkeiten. Um der FOMO den Rücken zu kehren, muss also ein Umdenken stattfinden.

Wie genau kann man sich nun aber das Mindset der Joy of Missing out vorstellen?

Qualität steht über Quantität: Anstatt vieler flüchtiger Bekanntschaften und mittelmäßiger Veranstaltungen stehen wenige, aber dafür umso intensivere und wertvollere Beziehungen zu ausgewählten Menschen im Vordergrund. Der Fokus liegt also auf den bedeutsamsten Personen und Tätigkeiten. Klar ist, dass dafür eine Priorisierung stattfinden muss, welche Veranstaltung und welches Treffen für die eigenen Bedürfnisse wichtiger sind als andere.

Wichtig an dieser Stelle: JOMO ist nicht mit Egoismus zu verwechseln! Während beim Egoismus von drastischer Selbstsucht ohne Rücksicht auf Bedürfnisse Anderer, also einer sehr problematischen Haltung der eigenen Person gegenüber, die Rede ist, geht es bei der JOMO darum, eine stärkere und gesünderer Bezie-

hung zu sich selbst aufzubauen ohne Mitmenschen komplett aus den Augen zu verlieren. Da eventuell die Beziehung zu sich selbst durch die FOMO zuvor gestört wurde, gilt es nun herauszufinden, was für das eigene Ich überhaupt von Bedeutung ist. Eine verstärkte Beachtung der eigenen Bedürfnisse kann helfen, sich nicht von Anderen oder von zufälligen Trends aus dem Internet stressen zu lassen. Konkreter besteht die JOMO aus Zeit die, man sich selbst schenkt und nimmt.

In dieser Zeit liegt die Freude am Entgehenlassen, Zuhausebleiben, Entspannen und dem Moment des Nichtstuns. Nicht mehr täglich und ständig auf die Uhr schauen zu müssen, um ja pünktlich beim nächsten Treffen aufzutauchen, um am Ende des Tages schließlich viel zu spät und übermüdet nach Hause kommen.

Auch wenn die FOMO vielerseits durch soziale Netzwerke ausgelöst wurde, so bedeutet JOMO nicht unbedingt der Verzicht auf digitale Medien. JOMO ist nicht mit einem „Digital Detox“ (digitale Entgiftung) gleichzusetzen, bei welchem es um einen strikten Entzug des Gebrauchs digitaler Medien geht.

Ebenso paradox ist es, dass die sozialen Netzwerke als Quelle der JOMO hervorgehen. Auf der einen Seite erzeugt Social Media einen sozialen Druck, wie er sonst nie existiert hat und auf der anderen Seite scheinen Nutzende begriffen zu haben, dass es nicht Ziel sein kann, jedes erdenkliche Event mitzunehmen und im Gegenzug sich selbst zu vergessen. Die ausgestreckten Beine vorm Fernseher am Samstagabend finden so mehr und mehr Einzug in die Social Media-Welt. Es scheint, als würde die Plattformen versuchen, seine User heilen zu wollen oder zumindest einigen die JOMO-Message verbreiten zu wollen.

Schlussendlich bleibt die Zeit als wichtigste Ressource, die es gilt für sich individuell zu seinem besten zu machen.

DIE LÖSUNG ALLMEINER PROBLEME?

Second-Hand-Shops in Münster

Text & Bild: Matilda Kastien

Es gibt Dinge, für die sollte man als Studentin einfach nicht so viel Geld ausgeben. Jeder spart an unterschiedlichen Ecken. Leider spare ich nicht beim Kaufen von Klamotten. In einen Teufelskreis aus Fast Fashion, günstigen Preisen und großer Menge ist es nicht schwer, hineinzugeraten. Also habe ich mich auf die Suche nach einer Alternative gemacht. Shoppen ohne schlechtes Gewissen und außerdem Glücksgefühle über weitere Neuzugänge im Kleiderschrank. Ist das möglich?

Klamotten werden nicht schlechter, auch nicht, wenn sie schon eine oder mehrere Personen zuvor getragen haben. Das Konzept von Second-Hand-Mode ist definitiv nicht neu, auch wenn es einige Jahre, zumindest bei mir, in Vergessenheit geraten ist. Aktuell höre ich davon so viel wie nie zuvor. Deshalb habe auch ich mich auf die Suche begeben; Und zwar nach den besten Second-Hand-Läden in Münster. Und meine Funde könnten nicht unterschiedlicher sein.



Jacke von Barbour (Coco Second Hand, 49 Euro)
Hose von Mac (Oxfam Shop, 9 Euro)
Shirt von Polo Ralph Lauren (Oxfam Shop, 9 Euro)

Coco Second Hand

Wenn ich an den stereotypischen Second-Hand-Laden denke, in den meine Mutter früher die alten Kinderklamotten meiner Schwestern und mir gebracht hat, dann habe ich immer einen ganz bestimmten Geruch in der Nase. Eine Mischung aus Dachboden und alter Dame. Ich habe mich also etwas in der Zeit zurückversetzt gefühlt, als ich den Laden Coco Second Hand betreten habe.

Der Geruch war schnell vergessen und ich konnte mich im größten Second-Hand Münsters umsehen. Die Auswahl war riesig. Eine für mich neue Barbour-Jacke für 49 Euro musste so dringend mit nach Hause kommen, dass ich erst zum nächsten Bankautomaten gefahren bin, dort Bargeld abgehoben habe und dann wie eine Irre zurückgefahren bin, um mir diese Jacke zu kaufen, bevor irgendjemand anderes das Teil auch nur angucken konnte.



Wollmütze von Loevenich (Freiraum Secondhand Store, 19 Euro)
Wollpullover von unbekannt (OMT Vintage, 35 Euro)
Ledertasche von unbekannt (OMT Vintage, 23 Euro)

Crocodile

Ein noch etwas anderer Geruch hielt sich im Crocodile Second-Hand-Laden in der Luft. Ich hatte das Gefühl, ich würde eine geschlossene Höhle voller Zigarettenrauch betreten, in welcher man vollkommen das Gefühl für die Tageszeit verliert, weil alle Fenster über und über mit Klamotten behängt sind. Auch von der Decke hängen Taschen, Regenschirme und Kleider, die teilweise eher an Halloween-Kostüme erinnern.

Wer individuelle Teile sucht, wird im Crocodile auf jeden Fall fündig, ohne zu tief in den Geldbeutel greifen zu müssen. Für mich kam aber nach langem Stöbern doch nichts mit nach Hause. Ich hätte alles sicherlich auch mindestens zweimal vor dem Tragen waschen müssen und dafür bin ich eindeutig viel zu ungeduldig.

Hella Good

Eine komplett andere Erfahrung kann man bei Hella Good in der Salzstraße machen. Alles riecht frisch gewaschen und noch mit extra Duft besprüht. Der Laden ist schöner eingerichtet als meine komplette Wohnung und hat von außen definitiv nicht den Anschein eines Second-Hand-Ladens. Neben den Klamotten werden auch eigene Accessoires angeboten. Da ich den Shop schon länger kenne, habe ich dort schon einiges an Geld gelassen. Zuletzt kam jedoch nichts weiteres mehr hinzu. Die Teile sind nicht vintage, sondern fast alle so gut wie neu. Dafür liegen sie preislich im Vergleich relativ hoch.

Freiraum

Diese Atmosphäre und Preise sind im Freiraum Second-Hand ähnlich. Im Gegensatz zu Hella Good ist aber noch eine kleine Männerabteilung vorhanden, die auch ich grundsätzlich gerne für alle möglichen Oberteile durchstöbere. Dieses Mal kam allerdings nur eine Baskenmütze aus Wolle für circa 20 Euro für mich mit. Rückblickend ist diese Kopfbedeckung der Kauf, den ich am meisten bereue. Meiner jetzigen Meinung nach ist es einfach zu teuer, für eine Mütze, die meine Ohren nicht wärmt, dieses

Geld auszugeben. Aber wenn sie mir gar nicht mehr gefällt, könnte ich sie zur Not auch immer noch wieder selbst in einen Second-Hand bringen. Ich habe mir sagen lassen, das soll in beide Richtungen funktionieren.

OMT Vintage

Ähnlich teuer, aber vom Angebot anders ist OMT Vintage im Hansaviertel. Wie der Name schon sagt, gibt es eine große Auswahl an Vintage-Kleidung. Auch hier lässt sich viel Zeit und Geld lassen. Ich habe in einen Wollpullover und eine neue Tasche investiert und bin immer wieder bin ich überrascht von mir selbst, wie glücklich mich Klamotten machen können.

Oxfam Shop

Mein persönlicher Favorit aller Läden ist mit Abstand jedoch der Oxfam Shop in der Innen-

stadt. Oxfam ist eine Hilfsorganisation, die Second-Hand-Standorte in ganz Deutschland hat, deren Erlöse an Not- und Entwicklungshilfen gespendet werden. Neben Kleidung für Männer und Frauen werden auch viele weitere Sachspenden angeboten. Von allen Läden, die ich besucht habe, habe ich im Oxfam die niedrigsten Preise entdecken können. Kaum ein Teil lag preislich über 10 Euro. Unter anderem auch eine Hose von Mac und ein Ralph Lauren Shirt für jeweils 9 Euro, die ich stolz mit nach Hause nehmen konnte. Ich war so begeistert vom Preis und Gesamtkonzept des Ladens, dass sich das sonst immer laute schlechte Gewissen einfach nicht bemerkbar machte. Auch wenn ich weiß, dass ich absolut keine weiteren Kleidungsstücke brauche, gibt es



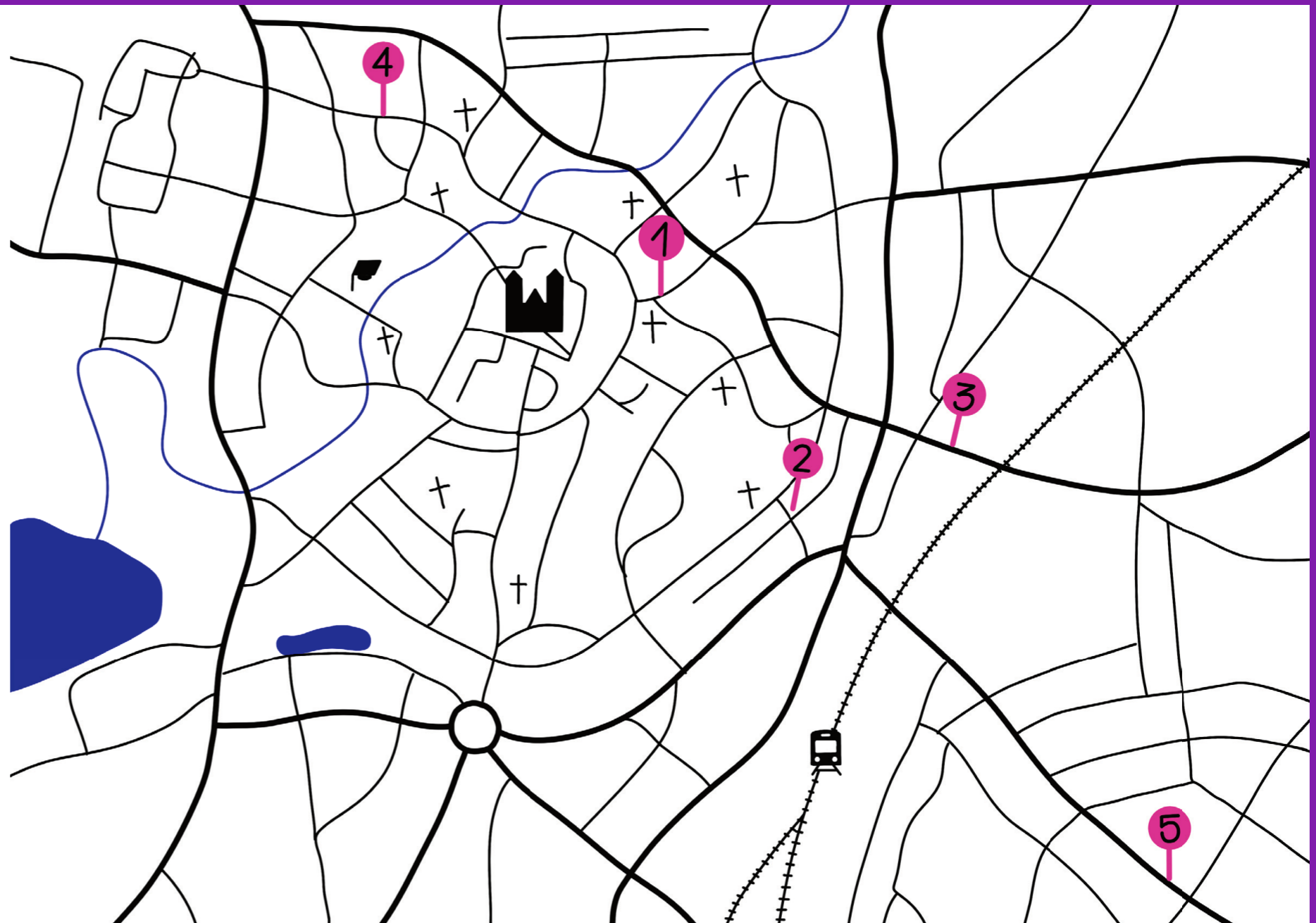
trotzdem Menschen in Not, die ein kleines bisschen von meinen Käufen profitieren.

Ich finde, Second-Hand-Läden sind voller Win-Win-Situationen. Für Personen, die günstige Teile oder Vintage-Klamotten suchen, für Leute, die Klamotten aussortieren und spenden wollen und eventuell auch für profitierenden Dritte, die auf Spendenerlöse angewiesen sind. Eine Sache verliere ich allerdings immer noch; und das ist mein Geld. Am Ende des Tages ist es ausgegeben und kommt so schnell nicht wieder. Im Vergleich zu neuen Artikeln, werde ich Second-Hand-Mode in der Zukunft auf jeden Fall bevorzugen. Auch wenn mir jedes Teil Freude bereitet hat, muss ich finanziell jetzt erstmal etwas herunterfahren. In meinem Kleiderschrank herrscht jetzt Aufnahme-stopp... glaube ich.

TOP 5

SECOND-HAND-SHOPS IN MÜNSTER:

Lust in allen möglichen Second-Hand-Läden in Münster herumzustöbern? In diesen fünf solltet ihr unbedingt vorbeigucken!



1. Oxfam Shop (Alter Fischmarkt 3, 48143 Münster)

Preise ★★★★★
 Auswahl ★★★★★
 Atmosphäre ★★★★★

2. Hella Good (Salzstraße 30, 48143 Münster)

Preise ★★★★★
 Auswahl ★★★★★
 Atmosphäre ★★★★★

3. Coco Second Hand (Warendorfer Straße 7, 48145 Münster)

Preise ★★★★★
 Auswahl ★★★★★
 Atmosphäre ★★★★★

4. Freiraum Secondhand Store (Rosenplatz 11-12, 48143 Münster)

Preise ★★★★★
 Auswahl ★★★★★
 Atmosphäre ★★★★★

5. OMT Vintage (Wolbecker Straße 87, 48155 Münster)

Preise ★★★★★
 Auswahl ★★★★★
 Atmosphäre ★★★★★

FAIR TEIL BAR

Text & Bild:
Isabel Strathmann

Günstig einkaufen und kochen als Studierende.

Mit der Fairteilbar Nachhaltigkeit und gleichzeitig günstiges Essen möglich machen. Ende des Monats, der Kühlschrank ist leer und das Konto auch? Nur noch einige labbrige Möhren mit Grün und ein paar Nudeln sind noch im Schrank? Bei der Fairteilbar kauft die Kundschaft nach dem Prinzip „Pay what you feel“ ein. So haben alle unabhängig vom Geld die Möglichkeit, gute und frische Lebensmittel zu konsumieren und gleichzeitig nachhaltig zu leben. Wie genau das funktioniert? Wir zeigen es Euch!



Foto: Fairteilbar



Foto: Fairteilbar



Foto: Fairteilbar



Foto: Fairteilbar



Foto: Fairteilbar

Geld sparen beim Kochen

Mit der ersten eigenen Wohnung kommt häufig auch der Zeitpunkt, an dem man sich das erste Mal allein und vollständig um einkaufen, kochen und Co. kümmert. Klar, dass da mal zu viel im Kühlschrank landet, einem die fünf Standardgerichte irgendwann zu den Ohren heraushängen und Reste übrigbleiben, mit denen man nichts anzufangen weiß. Ärgerlich, wenn genau diese Reste am Ende des Monats weggeschmissen werden müssen, aber kaum noch Geld für neue Lebensmittel übrig ist.

Das Konzept der Fairteilbar mit der Pay-What-

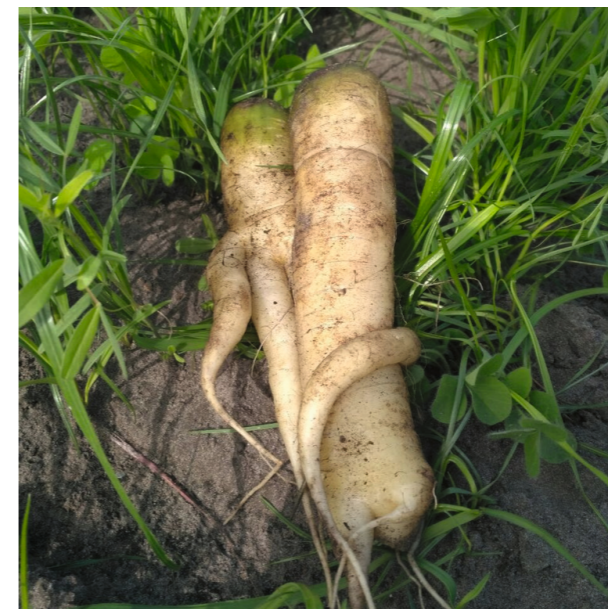


Foto: Fairteilbar

You-Feel-Bezahlung und ihrem Bildungsangebot bietet einen guten Einstieg für junge Menschen, die wenig Budget und / oder Lust am Kochen haben.

Lebensmittel retten in der Region

Die Fairteilbar hat ein buntes Angebot an verschiedenen Lebensmitteln: Obst und Gemüse, unverpackte Trockenprodukte, Getränke, Snacks und alles andere, was gerettet werden kann. Die Fairteilbar verkauft nur gerettete Lebensmittel oder Produkte, die aus diesen in der eigenen Manufaktur hergestellt wurden. Was genau, ist dabei von Tag zu Tag ganz unterschiedlich. „Man

Laut dem Statistischen Bundesamt haben Studierende von durchschnittlich 1060 Euro monatlich etwa 140 Euro für Lebensmittel zur Verfügung. Der Rest des Geldes verteilt sich auf Miete, Freizeit und Co.

weiß nie, was gerettet wird“, erzählt Jana Gowitzke, Bildungsbeauftragte der Fairteilbar, über Großrettungen der Fairteilbar.

Das schätzt auch Stephan (29), Student aus Münster: „Ich mag es dort einzukaufen, weil es zum einen immer ein bisschen Überraschung ist, welches Obst und Gemüse im Angebot ist oder welche anderen Lebensmittel gerettet wurden. Außerdem kann ich durch den Einkauf einen Beitrag gegen Lebensmittelverschwendung leisten.“

Die Gründe für die Rettung sind vielfältig: Überproduktion, Erntereste, die die Maschinen nicht erfasst haben, Überschreitung des Min-

desthaltbarkeitsdatums, volle Obstbäume im Schrebergarten oder schlichtweg nicht dem Schönheitsstandard im Supermarkt entsprechend. Genauso unterschiedlich sind auch die Rettungswege, erzählt Gowitzke. Neben der Rettung beim Bio-Großhandel einmal in der Woche fährt das Team außerdem zu Bauernhöfen und Schrebergärten oder bekommt die Lebensmittel über Kooperationspartnerschaften, mit denen sie regelmäßig zusammenarbeiten. Ein Beispiel ist dafür der Smoothie-Hersteller Innocent, von dem sie regelmäßig Ware retten. Die Lebensmittel bekommen sie umsonst, unter anderem ein Grund dafür, dass das Prinzip Pay what you feel gut funktioniert.



Solidaritätsprinzip und Wertschätzung der Lebensmittel

Die geretteten Lebensmittel werden je nach Haltbarkeit gelagert und anschließend im Ladenlokal verkauft – entweder frisch oder verarbeitet. Bei großen geretteten Mengen werden verderbbare Lebensmittel nämlich durch Einkochen, entsaften oder ähnliches haltbar gemacht. Die Kundschaft zahlt bei ihrem Einkauf dann das, was ihnen der Einkauf wert ist. Nur für die selbstgemachten Produkte gilt ein Festpreis. Aber die Rechnung geht auf, wie Janis Matheja erzählt: „Wir haben uns natürlich Gedanken gemacht, mit dem System Pay What You

Was ist dir dein Einkauf wert?

Als ich für diesen Artikel das erste Mal in der Fairteilar eingekauft habe, hat mich diese Frage ganz schön überfordert. Ja, was ist denn angemessen? Was sind mir die Lebensmittel wert? Im Alltagstrott vergleiche ich zwar Preise und schaue, ob mir der Aufpreis für ein höherwertiges Produkt es wert ist, aber über Herstellung, Lieferung und Produktionskette mache ich mir sonst eher weniger Gedanken, um ehrlich zu sein.

Feel als Geschäftsmodell einzusteigen“, meint die Geschäftsführerin. „Kommt ja nicht oft jemand vorbei und sagt sich, die Kunden sollen entscheiden, was sie bezahlen. Aber wir haben viele Erfahrungen sammeln dürfen, indem wir vor der Eröffnung 2018 PopUps gemacht haben. Dort hatten wir die Möglichkeit, mit unserer Kundschaft ins Gespräch zu kommen und sie zu befragen. Und auch einfach still zu schauen, was denn passiert, wenn die Bezahlung so offen ist.“

Durch das Solidaritätsprinzip zahlen häufig diejenigen, die etwas mehr Geld zur Verfügung haben, auch mehr für ihren Einkauf. Dadurch



können etwa Studierende mit weniger Budget trotzdem das einkaufen, was sie benötigen.

„Der Vorteil für Studis liegt natürlich auf der einen Seite in der Möglichkeit, mit kleinem Budget einkaufen gehen zu können“, erzählt auch Stephan. „Daneben gibt's auch Rezeptvorschläge zu unterschiedlichem Gemüse, sodass man auch,ne Idee hat, was daraus Leckeres gezaubert werden kann. Für Studis mit noch nicht allzu viel Kocherfahrung eine gute Sache“, findet er.

Lebensmittel ganz verwerten

Neben dem Verkauf geretteter Lebensmittel bietet die Fairteilar seit eineinhalb Jahren auch Workshops an, in denen verschiedene Themen zu Nachhaltigkeit und Kochen angeboten werden.

Das Steckenpferd ist aktuell der Fermentationskurs, in denen Teilnehmende lernen, wie sie etwa zu viel gekaufte Lebensmittel haltbar machen. „Nur weil alle Lebensmittel für uns vorhanden sind, müssen wir nicht verschwenderisch damit umgehen“, meint Gowitzke. Auch die anderen Workshops werden nach dem Motto „From Leaf to Root“ gestaltet. Der Strunk vom Brokkoli kann beispielsweise gut mitverwendet werden – das spart Geld und schützt die Umwelt. Das Ziel der Workshops: Ein Bewusstsein für Umwelt und Lebensmittelverschwendung schaffen, aber die Leute nicht mit den Problemen alleinstehen lassen.

Erinnert Ihr euch etwa noch an die labbrigen Möhren mit dem Grün aus der Einleitung? Viele würden das Grün vermutlich wegschmeißen, aber aus diesem lässt sich beispielsweise ein leckeres Pesto zaubern. Hier gilt: Probieren geht über Studieren!

Unsere Tipps, um lecker zu essen & Geld zu sparen

- Lernen, wie richtig mit Lebensmitteln umgegangen wird (z.B. Lagerung & Verwertung).
- Rezepte kennenlernen, um Reste zu verwerten und sie nicht wegzuschmeißen.
- Essensplanung für die Woche aufstellen und dafür passend einkaufen.
- Lebensmittel wieder genießbar machen: Ein schlaffer Salat ist etwa nach einigen Stunden in kaltem Wasser wieder knackig und frisch. Hier gibt's noch eine Menge anderer Hacks im Internet!

STUDENTEN

KÜCHE

Genial und lecker kochen für 1,50 Euro.

Text & Bild:

Elisabeth Sauer & Ana Suffrian

Seid ihr gelangweilt von Nudeln mit Pesto und Reis mit Bohnen, aber sehr knapp bei Kasse? Kein Problem! Wir zeigen euch drei super leckere Rezepte, die einfach zu machen sind und nicht mehr als 1,50€ kosten. Guten Appetit und viel Spaß beim Kochen.

RAHM FLADENBROT

Preis: 0,90 Euro
Dauer: ca. 1 h 45 Min

Zutaten für den Teig:

2g Trockenhefe (bei frischer Hefe die doppelte Menge) (3,5 Cent)
200g Weizenmehl (9 Cent)
120ml lauwarmes Wasser
1 Prise Salz (1 Cent)

Zutaten für den Belag

50g Schmand (19,5 Cent)
40g geriebener Mozzarella (25,5 Cent)
1/2 Zwiebel (3,5 Cent)
Salz und Pfeffer (2 Cent)



Zubereitung

Lauwarmes Wasser in eine Schüssel geben und die Hefe darin auflösen. Dann in eine andere Rührschüssel das Mehl geben und eine Mulde in der Mitte formen. Anschließend das Hefewasser in die Mulde hineingießen und mit dem Handmixer zu einem weichen Teig kneten. Die Schüssel mit einem Handtuch abdecken und den Hefeteig an einem warmen Ort (ggf. Im Backofen bei niedriger Temperatur) eine Stunde gehen lassen.

In der Zwischenzeit die Zwiebel schälen und in dünne Scheiben schneiden. Diese dann in einer Schüssel mit etwas Schmand und Salz und Pfeffer verrühren.

Wenn der Hefeteig aufgegangen ist, den Backofen auf ca. 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Währenddessen den Teig zu einem Fladen formen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Dann mit dem Belag bestreichen und zum Schluss den geriebenen Käse auf das Brot streuen. In dem vorgeheizten Backofen für ungefähr 15 - 20 Minuten backen lassen, bis das Brot und der Käse goldbraun geworden sind. Gerne mit weiteren Zutaten verfeinern.

Unser Tipp: (getrocknete) Tomaten!

Jetzt noch abkühlen lassen und genießen. Guten Appetit!

KAISERSCHMARRN

Preis: 0,88 Euro
(1,42 Euro mit Marmelade)
Dauer: 25 Minuten

Zutaten

250ml Milch (18 Cent)
2 Eier (50 Cent)
200g Weizenmehl (9 Cent)
1 TL Zucker (1 Cent)
2 TL Margarine (7 Cent)
1 Schuss Mineralwasser (2 Cent)
1 Prise Salz (1 Cent)



Zubereitung

Zuerst Eigelb vom Eiweiß trennen. Anschließend Milch, Eigelb, Zucker, Mineralwasser und etwas Salz in einer Schüssel verrühren. Dann das Mehl einrühren, bis eine dickflüssige Masse entsteht. Zum Schluss das Eiweiß steif schlagen und unter den Teig heben. In einer großen Pfanne die Margarine bei mittlerer Stufe erhitzen und den Schmarrnteig für circa 5 Minuten backen. Nachfolgend den Teig wenden und weitere 4 Minuten backen lassen.

Abschließend den Teig mit dem Pfannenwender in kleine Stücke reißen und solange backen lassen, bis alle Seiten goldbraun gebacken sind. Gerne mit weiteren Zutaten verfeinern.

Unser Tipp: leckere Erdbeermarmelade!

CHAMPIGNONSUPPE

Preis: 1,46 Euro
Dauer: 25 Minuten

Zutaten

1 EL Butter (11 Cent)
1/2 Zwiebel (3,5 Cent)
1,5 EL Mehl (1 Cent)
250ml Gemüsebrühe (2,5 Cent)
100ml Sahne (33 Cent)
250g Champignons (93 Cent)
Salz und Pfeffer (2 Cent)



Zubereitung

Zuerst Butter in einem Topf schmelzen. Anschließend Zwiebeln und Champignons würfeln und in der Butter 1-2 Minuten anbraten. Mehl darüber streuen und gut rühren. Dann mit der Gemüsebrühe ablöschen und weiter rühren, damit keine Klümpchen entstehen. Sahne hinzufügen, einmal aufkochen und ca 5 Minuten bei mittlerer Hitze köcheln lassen.

Anschließend vom Herd nehmen und mit einem Stabmixer pürieren. Zum Schluss noch mit Salz und Pfeffer abschmecken. Guten Appetit!

Unser Tipp: Einige der Champignons angebraten schmecken super als Topping.

SOCIAL TINDER

Text & Bild: Elisabeth Sauer

Auf der Suche nach der wahren Freundschaft.

Echte Freunde finden in Zeiten von Distanz-Lehre und Abstandspflicht? Gar nicht so einfach. Vielleicht ist ja die allseits beliebte Dating-App „Tinder“ die Lösung des Problems. Um das zu klären, habe ich, die angehende Kommunikationswissenschaftlerin, einen einmonatigen Selbsttest gewagt.

Warme Kuschelhose an, unbequeme Alltags-Jeans aus. Es ist Freitag, 20.52 Uhr. Ich bin müde, hungrig und ein bisschen gelangweilt. Meine Mitbewohnerin besucht ihre Familie, mein Freund macht den Weihnachtsmarkt unsicher. Ich habe immerhin mich – und genieße mit einer heißen Tasse „Winterzeit“ den Blick in

eine kalte regnerische Nacht: Ideale Voraussetzungen für einen Netflix-Abend. Ich scrolle also durch die Startseite und frage mich, ob jemand wohl Lust hätte „Prinzessinentausch 3 - Auf der Jagd nach dem Stern“ mit mir zu sehen. Unmittelbar überkommt mich das Verlangen nach Keksen, guten Gesprächen und etwas

Abwechslung. Es muss gehandelt werden! Die Google-Suche „Kekse, Gespräche und Abwechslung“ führt mich aber lediglich zu einem Nuss-Nougatstern Rezept, es bringt mich aber nicht ans Ziel: Jemanden zu finden, der einen guten Keks- und Filmgeschmack hat. Die nächste Suche unter „Wo finde ich Freunde schnell“ ist deutlich erfolgreicher. Ich lande beim Video „Online Freunde finden. Geht das?“. Und stelle mir die gleiche Frage. Schließlich gibt uns das Internet die Chance uns zu vernetzen und so das zu finden, wonach wir suchen. Egal, ob es das kleine Vergnügen für Zwischendurch ist, die große Liebe oder eben eine Freundschaft.

Ich bin nervös, ich überlege kurz und drücke dann auf „Installieren“. Erster Gedanke: Herzlich Willkommen bei Tinder, Elli! Mein zweiter: Was zum Teufel hast du da gemacht? Naja, was

tut man nicht alles für Nuss-Nougatsterne... Es geht los mit unzähligen Fragen. Bei meiner sexuellen Orientierung wähle ich „derzeit unklar“, um so kein Geschlecht auszuschließen und mir alle (freundschaftlichen) Karten offen zu halten. In meinen Profiltext schreibe ich die wichtigsten Fakten und stelle klar, dass ich glücklich vergeben (um es auch nach dem Experiment weiterhin zu sein) und nur auf der Suche nach coolen neuen Leuten bin. Bevor ich meinen Profiltext überhaupt beendet habe, erhalte ich 23 Likes und die Benachrichtigung „Peter hat dich geliked“. Läuft! Sein Profil kann ich mir aber nicht ansehen ohne die kostenpflichtige Tinder Gold Version zu installieren. Das heißt ich muss Peter auch interessant finden, damit wir Freunde werden können. Mich überkommt das schleichende Gefühl, dass das Ganze hier doch etwas länger dauern könnte als geplant.

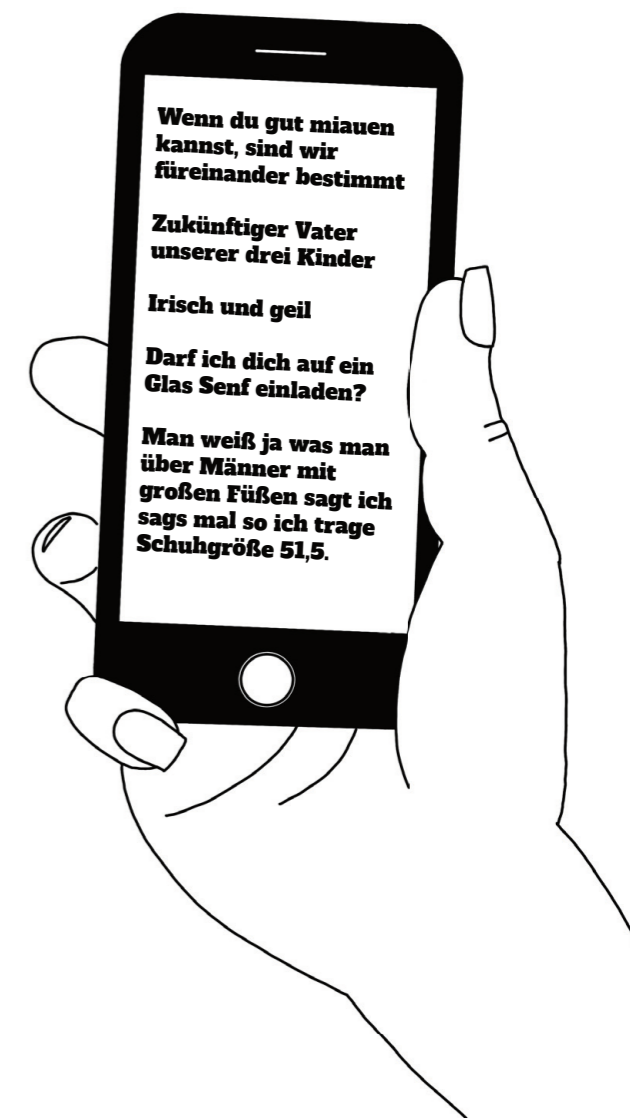
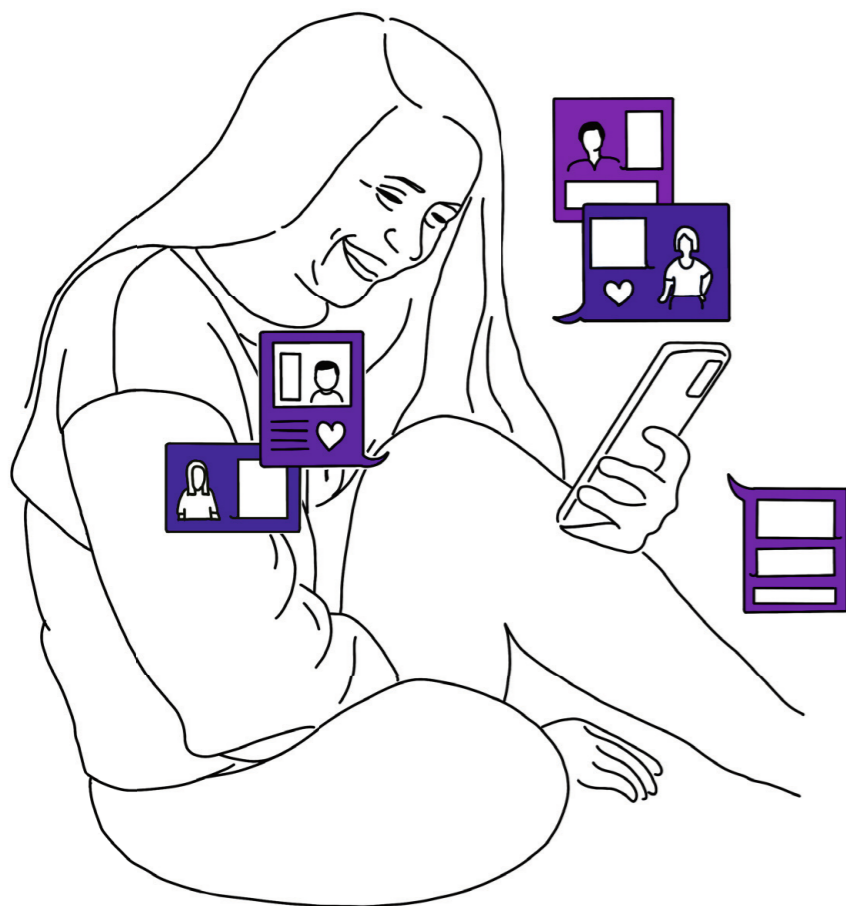
Läuft mit den Likes

Wir sind bei 45 Likes. Mir ist klar, dass ich wohl auch mal aktiv werden muss, um Matches zu bekommen. Also wische ich munter vorgeschlagene Personen nach rechts oder links. Naja, eigentlich nur nach links, was soviel heißt wie: Es passt nicht mit uns. Das liegt vielleicht daran, dass ich neu bei Tinder bin. Oder auch an der Tatsache, dass neben Marcel (18) und Nora (20) auch Profile wie „Nur Syx Treffen“ (23) zu finden sind. Ich fühle mich etwas unwohl. Bis ich das Profil von meinem Nachbarn entdecke und mir das Schmunzeln nicht verkneifen kann. Um 23.40 Uhr dann endlich das erste „Match“. Finn, 20 Jahre alt. Er sucht Leute zum Abhängen. Also hier meine erste spektakuläre Nachricht: „Hey, alles klärchen?“ (Wie ich im Nachhinein erfahren habe, wohl kein guter Start für eine Konversation). Derweil bin ich bei 98 Likes und frage mich, ob die alle wohl wirklich nur mit mir befreundet sein wollen. Finns erste Nachricht ist jedenfalls sympathisch: „Ich hab glaube ich jetzt 6 Monate auf jemanden mit deiner BIO gewartet“. Mittlerweile ist die 100-Like-Marke geknackt.

Der nächste Morgen

Ich wache auf, gucke verschlafen auf mein Handy. Toll, jemand hat mir einen Superlike gegeben. Keine Ahnung, was das ist. Einen Moment später erhalte ich mein zweites Match. Celin und mich verbindet das „Lesen“. Doch eine wirklich flüssige Konversation entwickelt sich daraus nicht. Könnte daran liegen, dass sie mich an meine Mutter erinnert. Immerhin antwortet sie mir im Gegensatz zu meinen beiden anderen Matches Hendrik und Svenja.

Vier Matches in 72 Stunden ist etwas dürftig. Liegt wohl aber auch an meinem harten Auswahlraster. Da fallen durch: Bilder mit Drogen, oberkörperfreie Selfies im Fitnessstudio, romantische Texte, seltsame Bildunterschriften und Zwinker-Emojis. Im Grunde müsste ich ein Handbuch verfassen. Sowas wie „Was Du nicht in dein Tinder Profil schreiben solltest - 10 Tipps mit Elli“. Meine Flop 5 gibt's hier in der Grafik.



Das erste Tinder-Treffen

Tinder fungiert als mein neues persönliches Abendprogramm. Passend zur Prime Time antworte ich allen offenen Chats. Finn und ich kommen immer mehr ins Gespräch und er wirft den Gedanken eines Treffens in den virtuellen Raum. Ich sage zu, bin nervös – und erzähle meinem Freund davon. Der glaubt inzwischen daran, dass das mit Freundschaft über Tinder sogar klappen könnte. Auch wenn er sich sarkastische Sprüche dann doch nicht verkneifen kann. Beispiel gefällig? Als ich ihn fragte, ob er mir Wasserflaschen mitbringen kann, war die Antwort: „Kannst du nicht Finn fragen? Der bringt dir bestimmt gerne Wasser vorbei!“ Am Nachmittag ist er sogar früher nach Hause gefahren, damit das Treffen mit Finn nicht allzu spät stattfinden muss. Trotz seiner Skepsis, ob nicht doch ein 75-jähriger Bernhardt mit einem ausgeprägten Fußfetisch auftaucht, wünscht er uns viel Spaß.

Mittwochnachmittag, 17.04 Uhr. Ich stehe vor dem LWL-Museum und freue mich darüber, dass Finn noch unpünktlicher ist als ich. Wir begrüßen uns so herzlich wie es eben zwei Fremde, die sich über Tinder kennengelernt haben, tun. Geplant war ein Besuch auf dem Weihnachtsmarkt, doch wir entscheiden uns erst für einen kleinen Spaziergang über den Domplatz. Es zeigt sich, dass wir uns nicht nur beim Thema Pünktlichkeit nicht viel nehmen,



Meine Tipps für ein gute Tinder Konversation:

- 🔥 **Authentische Fotos**
- 🔥 **Erzähl etwas von dir (Sternzeichen reicht nicht aus)**
- 🔥 **Du kannst auch den ersten Schritt machen**
- 🔥 **Sei dir im Vorhinein bewusst, was Du auf Tinder suchst**

sondern auch hinsichtlich unserer Vergesslichkeit. So wollte er mir eigentlich Schokolade mitbringen und ich ihm selbst gemachte Plätzchen. Hat beides nicht geklappt.

Wir schlendern weiter in Richtung Weihnachtsmarkt und unterhalten uns. Ich rechne ihm hoch an, dass er mich noch nicht in irgendeinen Graben geschubst hat und erwähne die Absprache mit meiner Mitbewohnerin, die Polizei zu rufen, wenn ich nach 23 Uhr noch nicht Zuhause bin. Sicher ist sicher. Er nimmt es mit Humor. Bei einer heißen Schokolade unterhalten wir uns über seine früheren Tinder-Bekanntschaften und ich frage ihn, ob er glaubt, dass man über Tinder echte Freunde finden kann. Er sagt ja und ich könnte mir inzwischen vorstellen, dass er damit Recht hat.

Bloß nicht nach rechts wischen...

Die nächsten Tage sind ruhig auf Tinder. Ich like ab und zu jemanden, schreibe mit meinen Matches. Das einzige erwähnenswerte Match ist Ena, meine erste potenzielle Tinder-Freundin! Während unseres Gesprächs haben wir Gemeinsamkeiten festgestellt, etwa die Liebe zu Musicals und die Freude am Backen. Hoffentlich kommt es bald mal zu einem Treffen. Da

Ich habe mich dann wieder auf die Konversation mit Ena konzentriert. Sie ist sehr sympathisch und ich frage sie spontan nach einem Treffen. Das Wiedersehen mit Finn steht auch schon fest. Er hat sein Versprechen gehalten und mir meine Schokolade mitgebracht (die von mir versprochenen Plätzchen hatte meine Mitbewohnerin leider aufgefuttert).

Ich glaube, ich beende das Gespräch jetzt lieber, bevor du mir zu sehr gefällt!

ansonsten nicht viel los war in meinem Postfach, werfe ich meine sorgfältig gewählten Kriterien über Bord und gebe jedem angezeigten Profil eine Chance. Okay, fast jedem, manche waren einfach zu durchgeknallt.

Ich wische jede Person nach rechts und siehe da, 26 Matches in knapp 10 Minuten. Das Highlight war Jonas (19). Aufgrund vermehrter Nachfragen, erkläre ich ihm, dass ich weder auf der Suche nach einer F+ noch nach einem ONS bin. Er schlägt mir vor, dass ich ihn doch einfach wie eine meiner Freundinnen behandeln könnte und wir zusammen wie waschechte BFFs „zusammen kochen, quatschen, Filme gucken und kuscheln“. Ich lehne sein verführerisches Angebot ab. Daraufhin wurde der Chat mit den Worten: „Ich glaube ich beende das Gespräch jetzt lieber, bevor du mir zu sehr gefällt“ eingestellt und anschließend von ihm gelöscht.

Ende eines Selbstversuchs

Das Treffen mit Finn war dann offiziell die letzte Verabredung meines Tinder-Selbstexperimentes. Denn Kontakt zu ihm will ich halten, den zu Ena auch.

Bilanz? So wirklich lässt sich das nach eineinhalb Monaten Selbstexperiment und mehreren Matches nicht sagen. Freundschaften sind sicher denkbar, aber ob sie halten? Keine Ahnung, werde ich ja bald sehen. Manche Matches haben ins Leere geführt, manche waren bereichernd. Ich habe in dieser Zeit viele besondere Menschen kennengelernt und schöne Momente erleben dürfen.

Am Ende gilt – wie im echten Leben: „Es muss halt einfach matchen!“

WAS LIEST DU.

MÜNSTER?

Buchrezensionen.

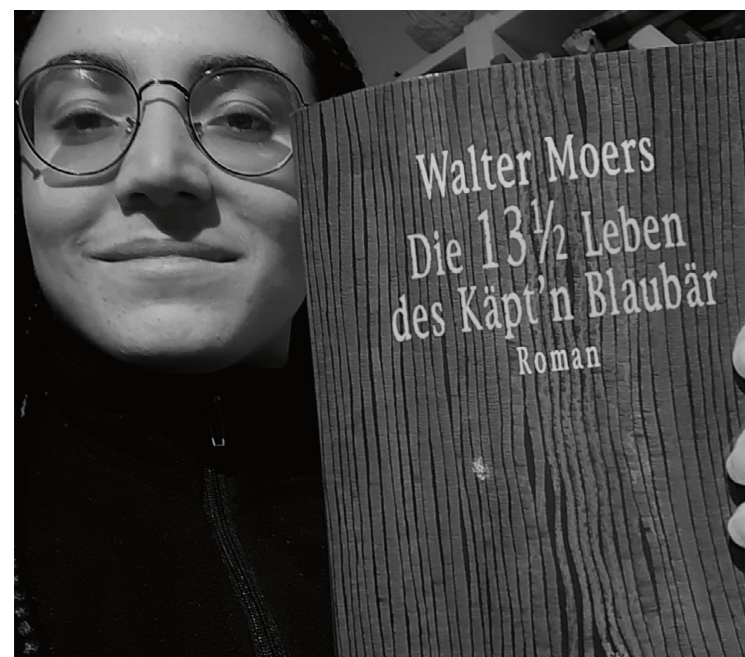


Foto: Joana Kneist

Das Buch „Die 13 1/2 Leben des Käpt'n Blaubär“ von Walter Moers erzählt in 14 Kapiteln die ersten 13 1/2 von 27 Leben des Blaubären, von dessen Kindheit an. Diese werden aus der Ich-Perspektive vom Blaubären selbst erzählt. Die Handlung und die fiktive Welt auf dem Kontinent Zamonien sind komplett absurd, werden aber vom Hauptcharakter als ganz normal wahrgenommen. Der Roman hat mir wegen seiner Absurdität und der sehr fantasievollen Schreibweise und Handlung sehr gut gefallen.

Taschenbuch 16 Euro
ISBN 978-3-328-10768-2



MATHUSHAJINI

Ich lese gerade das Buch „Rich Dad Poor Dad“ von Robert T. Kiyosaki. Viele erfolgreiche Influencer:innen empfahlen ihren Nutzer:innen, dieses Buch zu lesen. So bin ich auf dieses Buch aufmerksam geworden. Schön verpackte Story mit wichtigen Aussagen, die meiner Meinung nach auch im Buch gut zur Geltung kommen. Man ist von Anfang an mittendrin und kann sich gut in die Charaktere einfügen. Das Buch hat mich dazu motiviert mich mit meinen Finanzen zu beschäftigen und mich mit weiterführender Literatur damit zu befassen. Ein Abzug ist für die recht häufigen Wiederholungen. Am Ende eines Kapitels wird immer nochmal zusammengefasst. Ansonsten kann man das Buch schon lesen als Augenöffner und Motivationsschub seine Finanzen in die Hand zu nehmen um das Geld für sich arbeiten zu lassen und nicht um immer nur für das Geld zu arbeiten.

Taschenbuch (englisch) 8,19 Euro
ISBN 978-1-61268-019-4



Foto: Mathushajini Jayakanthan

Text & Bild:
Johanna Kreisner

JOANA

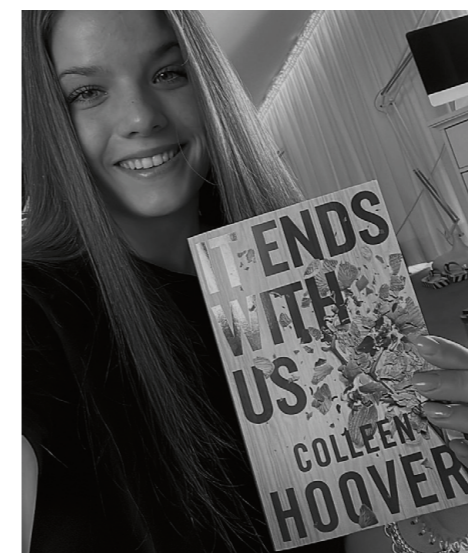


Foto: Laura Zardach

Taschenbuch (englisch) 14,39 Euro
ISBN 978-1-5011-1036-8

MICHAEL

Ich lese im Moment „Das Lied von Eis und Feuer“ auf Englisch, weil ich es günstig bekommen habe. Ich habe Game of Thrones geguckt und fand die ersten Staffeln, die ja direkt auf den Büchern basieren, sehr gut. Dazu kommt, dass ich vorher immer von der puren Anzahl an Charakteren abgeschreckt war, aber jetzt habe ich bei vielen schon ein Bild vor Augen. Auch wenn es natürlich Abweichungen gibt. Aber ich habe auch viel wieder vergessen. Es ist schon ein paar Jahre her. Ich finde es wirklich gut. Auch die Handwerkskunst diese ganzen Geschichten so zu verweben und dass sie sich trotzdem natürlich anfühlen.

Taschenbuch (englisch) 6,39 Euro
ISBN 978-0-00-647988-8



JOHANNES



Foto: Johannes Thiel

Ich lese gerade das Buch Oathbringer von Brandon Sanderson. Das ist das dritte Buch der Reihe „Die Sturmlicht Chroniken“. Bei dieser Reihe handelt es sich um eine High Fantasy Geschichte. Die Akteur:innen kommen aus unterschiedlichen Verhältnissen, z.B. sind sie Sklav:innen, Prinzen, Adlige und so weiter. Diese müssen sich mit einer aufziehenden Apokalypse auseinandersetzen. Dies tun sie auf ganz verschiedene Arten und auch auf ganz unterschiedlichen Leveln, von persönlich bis zu dem Lenken ganzer Nationen. Ich bin auf die Reihe gestoßen, da ich schon andere Bücher des Autors gelesen habe und diese sehr gut fand. Auch diese Reihe finde ich sehr gut, da sie sehr spannend ist und in einer großartigen fantasiereichen Welt spielt.

Taschenbuch (englisch) 13,19 Euro
ISBN 978-1-250-29714-3

SURVIVAL

TIPPS

Wie bekommen wir unser Leben auf die Reihe?

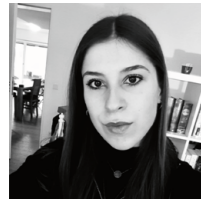
Text & Bild:
Die Redaktion



Geh immer erst nach dem Sport zum Supermarkt. Glaub mir, dein Wocheneinkauf war noch nie so gesund!

Tipp: Falls Du schon immer mal Yoga ausprobieren wolltest – MACH ES! Hier ist Dein Zeichen, endlich damit anzufangen. Aber: nicht direkt entmutigen lassen!

Wenn Du regelmäßig praktizierst, wirst du schnell Fortschritte sehen und dir schließlich mit 80 Jahren noch die Schuhe im Stehen zubinden können. Besser geht's doch gar nicht!



Erdrückt von einem Berg von Arbeit? Um alles rechtzeitig zu schaffen, hilft es mir meistens mir einen genauen Überblick über die anstehenden Aufgaben und den Zeitpunkt ihrer Abgabe zu verschaffen. Anschließend teile ich diese auf die verfügbare Zeit auf und erledige sie Stück für Stück.

Ich nutze meinen Lernplan als Motivations-Coach, indem ich pro Semester ein Word-Dok erstelle, in welchem täglich die gelernten Inhalte gekennzeichnet werden. Was ich nicht geschafft habe, lösche ich und trage es für den nächsten Tag ein. So sehe ich alles, was ich schon erledigt habe und nicht, was ich noch hätte schaffen können.



Mein Tipp: Musik machen! Wenn ich beim Lernen mal einen Motivationsschub brauche, greife ich zur Gitarre und spiele ein paar meiner Lieblings Songs an. Das macht jedes Mal aufs neue Spaß, steigert die Laune und gibt mir die Möglichkeit, zwischen dem Lernen einfach mal kurz abzuschalten.

Bei mir hilft Schokolade immer. Wenn ich keine Motivation habe? Schokolade. Wenn ich so gestresst bin, dass ich heulen könnte? Schokolade. Wenn ich stolz bin, dass ich fünf Sätze für meine Hausarbeit geschrieben habe? Schokolade.



Mein Abendprogramm – meine Motivation! Sind die Tage zu vollgestopft, ist mein Wundermittel für Motivation eine spannende Abendplanung. Vorfreude ist ja bekanntlich die beste Freude und Abwechslung tut gut. Ein ätzender Morgen am Schreibtisch? Dafür ein cooler Abend!

Du bist immer auf der Suche nach neuen Pflanzen? Dann schau mal beim Teilchen & Beschleuniger auf der Wolbecker Straße vorbei. Hier gibt es ein Pflanzenregal, bei dem man einen mitgebrachten Ableger gegen einen neuen eintauschen kann. Außerdem gibt's dort leckeren Kaffee und Bagels!



Ich glaube, jeder kennt es, wenn man vom Lernen genug hat und man einfach mal eine Abwechslung braucht. Mein Tipp für eine gut genutzte Lernpause: Möbel umstellen. Ein kleiner Perspektivwechsel hat noch niemandem geschadet. Mir hilft es sogar bei der Lernmotivation.

Mein Tipp: eBay Kleinanzeigen! Bevor ich mir Dinge wie einen Wasserkocher oder ein Buch kaufe, schaue ich dort immer einmal durch – und bin schon häufig fündig geworden. Gerade, wenn die Sachen kaum in Benutzung waren, bekommt man ein fast neuwertiges Produkt für wenig Geld.



Mein Tipp: Tanzen! Gerade nach stundenlangem Lernen ist eine Tanzpause die perfekte Abwechslung. Die Bewegung macht wach, laute Musik gibt dem Gehirn eine Pause und die Laune steigt wieder. Also: Kopfhörer rein und einfach mal alles rauslassen! Keine Angst, sieht ja keiner.

Klausurenphase? Keine Zeit und Lust zu kochen aber genug von der Aasee Mensa und auch im Bispinghof macht dich das Essen nicht mehr glücklich? Auf in die Frauenstraße! Im Café Milagro gibt es ein Hauptgericht (Veggie, Vegan oder Fleisch) plus einen Salat und Nachtisch für Vier Euro!



Mein Tipp um Klausuren gut zu überstehen: Am Abend vorher alle Lernsachen weglegen und sich einen schönen Abend mit Freunden und Trash-TV machen. Dann kommt man auf andere Gedanken und hat im Anschluss keine Alpträume von Theorien und Modellen!

Du nutzt den Snooze-Button häufiger als du solltest? Dann stell deinen Wecker bzw. dein Handy an das andere Ende deines Zimmers. Jetzt musst du nämlich aufstehen, um den Wecker auszuschalten. Das schlimmste ist dann getan und du kannst direkt den Weg zur Kaffeemaschine einschlagen.



Impressum

Institut für Kommunikationswissenschaft (IfK),
Uni Münster
Bispinghof 9-14
48143 Münster

Das Magazin ist von Studierenden des
Instituts für Kommunikationswissenschaft (IfK)
der WWU Münster im Rahmen eines
medienpraktischen Seminars erstellt worden.

Ausgabe 1 / Februar 2022

Seminarleitung:

Christoph Wüllner

Chefredaktion:

Isabel Strahtmann
Stellv. Odile Löding

Satz & Layout:

Johanna Kreisner
Luca Hannah Roters
Franziska Schuder

Fotoredaktion:

Luna Teresa Baumann Dominguez
Julian Wortmann

Redaktion:

Klara Ella Engler
Maja Giesbert
Anna Höhne
Matilda Kastien
Marie Quedenfeld
Elisabeth Sauer
Ana Suffrian