

HALLO

GREVEN · ALTENBERGE ·
NORDWALDE ·
RECKENFELD · SAERBECK
GIMBTE

Jeden Samstag · kostenlos
Samstag, 11. April 2020
Ausgabe xx/2020
Verteilte Auflage 23 750

Eine Empfehlung

Wer schneller als die Richtgeschwindigkeit fährt, begeht keinen Verstoß. Nach Unfällen kann es aber durchaus Konsequenzen geben. | Auto aktuell

Löschfahrzeug im Graben

Unfall der Feuerwehr
| Lokales

Kurznotiert

Das neue EFI-Magazin ist fertig

GREVEN. Greven ist eine liebenswerte Stadt – das finden viele EFI-Kursteilnehmer (EFI = Erfahrungswissen Für Initiativen). Schließlich haben sie seit 2010 mit inzwischen zehn gut funktionierenden Projekten dafür gesorgt, dass die große Vielfalt ehrenamtlicher Projekte in Greven noch weiter zugenommen hat. Um diese Projekte öffentlich bekannt zu machen, gibt es das „EFI-Magazin 53plus“, das in jeder seiner Ausgaben ein Projekt näher vorstellt und darüber hinaus Beiträge bringt, die sich mit kulturellen, historischen und gesellschaftskritischen Themen auseinandersetzen. Seit 2017 erscheint zweimal jährlich immer am 1. Oktober und am 1. April eine neue Ausgabe. In Zeiten von Corona haben sich Lebensmittelgeschäfte und manche Discounter dazu bereiterklärt, EFI-Magazine auszuliefern.

Kreativwettbewerb für Kinder und Jugendliche

Kreativ über die Ostertage

Lokales

Kontakt

Verteilung, Kleinanzeigen
0 25 71/93 68 40

Anzeigen
0 25 71/93 68-20, -31, -32
anzeigen.greven@ag-muensterland.de

Redaktion
02571/93 68 14
redaktion.greven@ag-muensterland.de

AGM | Anzeigenblattgruppe Münsterland
www.ag-muensterland.de

Reaktion auf Corona

Greven-Reckenfeld nur noch alle zwei Stunden

Greven/RECKENFELD. Die RVM Regionalverkehr Münsterland wird seit Mittwoch, 8. April 2020 einen reduzierten Fahrplan auf allen Linien anbieten. Diese Maßnahme gilt bis auf Weiteres. „Wir reagieren damit auf die gesunkenen Fahrgastzahlen aufgrund der anhaltenden Corona-Pandemie“, erklärt André Pieperjohanns, Geschäftsführer der RVM. Im Einzelnen heißt das für Greven, dass die Linie R61 (Greven – Saerbeck) Montag bis Freitag im 2-Stunden-Takt mit zusätzlichen Fahrten kehrt. Samstags und sonntags fahren die Busse nach den gewohnten Fahrplänen. „Wir werden einen Fahrplan anbieten, der die Orte in der Regel zwischen 6 Uhr und 21 Uhr im Stundentakt verbindet.“ Pieperjohanns betont, dass man selbstverständlich zusätzliche Fahrten in den frühen Morgenstunden bereitstellen wird, um den Berufsverkehr weiterhin zu ermöglichen. „Auch werden wir ganz genau beobachten, ob es einzelne Fahrten gibt, bei denen wir ein zweites Fahrzeug einsetzen müssen, damit die empfohlenen Abstände zwischen Fahrgästen eingehalten werden können.“ Die RVM hat ihre Sonderfahrpläne auf der Internetseite www.rvm-online.de veröffentlicht. Auch in der elektronischen Fahrplanauskunft auf der Internetseite werden die Kunden das aktuelle Fahrplanangebot abrufen können. Die RVM empfiehlt auch die BuBiM-App, die ebenfalls über alle Fahrten informiert und gleichzeitig die Möglichkeit bietet, Tickets zu erwerben.

GENIESSEN SIE MIT UNS DEN SOMMER!

AGM | Anzeigenblattgruppe Münsterland
www.ag-muensterland.de

25% FRÜHLINGSRABATT

auf alle Carports und ausgewählte Terrassendächer

Aktion läuft bis zum 30. Mai 2020

Rufen Sie uns an 0 25 43 - 2 18 28 44

Mo., Di., Do. 10.00 – 17.00 Uhr
Mi., Fr. 10.00 – 15.00 Uhr
Termine nur nach Vereinbarung.

VERANDADREAMS GMBH
Bergstraße 24
48727 Billerbeck
info@verandadreams.de
www.verandadreams.de

Verandadreams®
Terrassendächer und mehr!

VELOCEVILLE Green's Gazelle

...und viele andere

Fahrräder & Elektroräder
Beratung, Verkauf, Service & Reparatur

VeloGarten

Fahrräder und mehr
Greverer Straße 20 • SAERBECK • T. 0 25 74 / 93 94 40

MUKOVISZIDOSE

Gemeinsam Mukoviszidose besiegen!

Werden Sie Schutzengel, genau wie Massimo Sinatò.

Spendenkonto 70 888 00
IBAN DE 59 3702 0500 0007 0888 00
BIC BFSWDE33XXX
BLZ 370 205 00
Bank für Sozialwirtschaft
www.muko.info

karriere.ms

arbeiten im Münsterland

Das Stellenangebot Ihrer Tageszeitung.

WIR MACHEN IHRE WELT BUNTER!

AGM | Anzeigenblattgruppe Münsterland
www.ag-muensterland.de

Rätselspaß

Samstag, 11. April 2020

Papierband (Steuer)	Wirtschaftsnachrichten	zweiter Vorname Bob Marleys	Mutwille, Ausgelassenheit	Turngerät	Laut der Enttäuschung	Briefanrede	deutsche Anrede	klug	treibende Kraft	stark wünschen	einsteilige Zahl	geistiger Gehalt	Mutter der Nibelungenkönige	Zahnersatz	grotesk, entstellt	dt. Filmgesellschaft (Abk.)	an sich bringen	zweiter Vorname Russell Crowes	äußere Linienführung, Umriss	metallhaltiges Gestein
							Schwindler				enge Treppe				Dienstkleidung					
kaltes Dessert			verzaubern					Vorname von US-Filmstar Baldwin		höchstbegabter Mensch			zusammengekrümmt hocken	Empfehlung, Auskunft						asiatischer 'Schneemensch'
							kreisrunder Haarauschnitt	Amtsprache: beilegend			größter äthiop. Volksstamm	junges Reh			norwegische Popgruppe			Knorpelfische	Normzahl beim Golf	
kraftvoll					dalmatische Insel vor Split		unvollständig		innig wünschen	mit zu vielen Floskeln, geziert	vorsichtig berühren					Warngerät	Warn-einrichtung am Auto			
			Nordeuropäer (Mz.)	vorher					obere Mastverlängerung			öffentl. Verkehrsmittel		ein Balte	abgesondert, extra					
Nestorpapagei	unordentliche Arbeit (ugs.)	verdort					dumm-lustig	verdorben					Hauptstadt Kolumbiens	Ver-mächtnis-emp-fängerin				Druck-maschi-ne	japani-sches Längen-maß	
Marinedienstgrad				Schiff in Gefahr	hohe Spielkarten				ein Adverb			Ölliefer-länder-verbund (Abk.)	Teil des Oberkörpers			kleines Raubtier	Schrift-steller-verbund (Abk.)		Mann aus fernen Ländern	franzö-sischer unbest. Artikel
Farbton	Lautsprecherdurchsage		tiefer Berg-einschnitt		eine Firmen-form (Abk.)		Erb-anlagen	kleine jüdische Kopfbedeckung			Jäger der griechischen Sage			kleine Früchte	Wasser-stau-anlage			nicht ge-braucht		
												österr. Operet-tenkom-ponist		an-fangen				grau-samer altröm. Kaiser		
großes Gefäß						Wesen, Naturell	heiliger Drachenkämpfer			früherer dt. Fuß-baller (Uwe)		Rausch-gift (ugs.)			Tropen-strauch		ein Werk Heines (... Troll')	nein (ugs.)		
			bestimmte Gegend		seltene Augen-farbe			ring-förmige Korallen-inseln	zerklei-nernte Steine (Bau)						Sommer-monat	enthalt-samer Mensch				Rufname Warhols † 1987
Strichkode der Magazine	schmal		durch Los ermit-teln				kapabel, in der Lage	Kinder-frau			eine Groß-macht (Abk.)		bayeri-sche Porzel-lanstadt	starke Zweige				heikel, prekär	Jazzstil (heiß)	
venezianische Münze im MA.					bezahlter Mörder	her-stellen					Tauf-zeuge	Haupt-stadt Süd-Koreas				Karpfen-fisch	Spott			
		Vorname Clooneys		größte Antillen-insel		Schick-sal			österr.: Mut	junge Hotel-diener				noch mehr Krach	Kunst-stil der 20er (Kw.)		eine Schlaf-phase (Abk.)			
Hornschuh vieler Tiere		Vogelkleid						'bissige' Insekten	König-reich am Himalaja				Start-phase	Comi-c-Figur von Rolf Kauka		Feier				
niemals			obergärgiges Bier		Berg-stock im Kanton Schwyz	das 'gewisse Etwas'		Hühner-vogel mit Feder-rad		Flug-sand-hügel (Mz.)	Vorgang bei einer Personenkontrolle			Papa-gelen-name	über-glück-lich		dt. Schau-spieler, ... Wan-ders		Heil-gehilfe im MA.	römi-scher Liebes-gott
				Italien. Name des Rheins	längliche Vertiefung			ein Kohlen-wasser-stoff	US-Film-idol †, James ...			Teil des Pilzes			Salz-gewin-nungs-anlage	afrika-nische Holzart				
negatives elektrisches Teilchen	Hauptstadt von Algerien	Nerven betreffend	bußfertig								nach Art von (franz.)									
Freizeitfischer				Groß-industri-eller	flüssige Fette				'Freund' von Barbie		kleines Dach-fenster	gesetz-lich erlaubt				Pilger-reise nach Mekka	künst-liche Welt-sprache			
			Meeres-fisch	Mixtur					dt. Loko-motiv-bauer † 1854	Stadt im alten Ägypten			ein Frucht-brannt-wein	Radio-konsument						
Futterpflanze		Sitz-möbel		Lebens-bund		Polizei-sonder-einheit (Kw.)	Arbeits-tätigkeit					Schell-fisch-art	Kinder-tages-stätte (Kw.)				Zuruf an Zugtiere: Halt!			im Jahre (latein.)
verrückt			lateinisch: ich		pflanzl. Absud für Arznei	Gesell-schafts-zimmer				Bienen-königin	Tunke, Soße							Jauche	scheues Waldtier	
				zusätz-lich, plus	Graf-schaft in England			Berg-ein-schnitt	Droh-wort			italie-nisch: drei	winter-licher Nieder-schlag	Bildungs-einrich-tungen		Ab-schnitt des Korans		Faden		
mietkaufen			Land-schaft in Klein-asien	Informa-tionen		kath. Mitts-geist-licher	Zitter-pappel			nieder-trächtig										
schick-sal-haft	sehr kleine Teilchen	Edel-stein-gewicht		zutraulich machen	Monar-chin						bulga-rische Währung (Mz.)	Fußbe-kleidung					Schande, Schmach	Geschäft der ehe-maligen DDR		
				dünne Metall-platten	südamer. Drogen-pflanze		Beiname Odins		russ. Asien-forscher † 1741	frisches Gewürz				Wasser-rinne		Rufname d. eh. Fuß-bal-lers Hoeneß			Rufname des Musikers Baker	Fremd-wortteil: Wasser
selbstlos, wohl-tätig		Türein-fassungen	eine Frisur				Wortteil: Billion	Kehr-gerät				wohl-tätige Gabe	ver-gleich-bar							
				Rasse		Kleider-schmuck	Schiffs-tau-spann-gerät			rund ge-wasche-ner Stein	dünnkel-hafter Mensch		Märchen-gestalt				super-kurzer Rock			
Rasen schneiden				Haar-farbe im Alter	schweiz. Kantons-haupt-stadt				Wächter	Puppen-spiel-figur				Teil der Blumen	Teil des Arzttitels (Abk.)					
			an Jahren zu-nehmen	nicht für			Schiffs-eigner	hohe Ton-qualität (Abk.)		Wind-schatten-seite			artig	weit ausge-dehnt					Laub-baum	
mit Ver-gnügen	hinter-bliebene Ehefrau	Laub-baum			Holz zerteilen	Märchen-figur		kleine Straße	italie-nisch: gut	dt. Schau-spieler (Mario)				Schmier-stoff-abfall	eingesetztes Stoff-stück		Haar-tracht	Land-ungs-brücke		
kurze Zeit-spanne			Wiesen-pflanze	Gefühl der Er-leichte-rung				sich bräunen	Teile des Tisches									Vor-schlag zur Abhilfe		
verdorben	Pflanzen-trieb				Spaß	Impf-stoffe	Schiffs-lein-wand			Saug-wurm	Vorreiter einer Idee									
große Robben-art					Mittel-meer-anrainer-staat	spani-sche Anrede (Herr)		Volks-fest, Jahr-markt	Meeres-fisch		Zäune aus Pflanzen	semi-tischer Himmels-gott		heftiger Wind-stoß		Fremd-wortteil: lang, mächtig	alter-tümlich	die neue Welt		Strom zum Bal-schasch-see
				Getreide-frucht	antikes Zupf-instru-ment															
besitz-anzel-gendes Fürwort	griechi-sche Ruinen-stätte	AC/DC-Gitar-rist, ... Young	von geringer Größe			unge-kochte italien. Sauce	Teil des Beins			franzö-sisch: Straße		Steuerbe-raterge-nossen-schaft		furcht-samer Mensch				Hitliste (engl.)		
Staats-volk				Bär im 'Dschun-gelbuch'	Karten-spiel für eine Person						Haupt-stadt in Ost-europa	Fecht-waffe					Schnell-zug	span. National-heid (El ...)		
Abzähl-reim, mene, muh'			lateinisch: Luft	fester Stand-ort		Alpen-berg-massiv		Busch-gelände	Waren-gestell						franzö-sisch: Meer	Kniff, Trick			so-unds-ovielte (math.)	Abk.: Land-rat
Fisch-fang-korb		zu Beginn				europ. Staaten-gemein-schaft	chinese-scher Politiker (Peng)	nicht ver-hei-ratet				lauter Ausruf	eine Süßig-keit					privater TV-Sender (Abk.)		
				Spielstär-kezahl bei Schach-spielern		Fern-sprecher				Wild-park						über-deckter Markt im Orient				
griechi-sche Vorsilbe: Stern				folge-widrig						schwatzen						Holz-zaun				

raetselstunde.com

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

Kreativwettbewerb für Kinder und Jugendliche

Kreativ über die Ostertage

GREVEN. Im Moment können Kinder und Jugendliche leider nicht so mit den Großeltern, Verwandten und Freunden in Kontakt bleiben, wie sie es sich wünschen. Sie können sich nicht gegenseitig besuchen oder draußen treffen. Zugleich fühlen sich viele, vor allem ältere und allein lebende Menschen einsam. Um dem etwas entgegenzustellen und ein Signal der Verbundenheit zu senden veranstaltet die Jugendarbeit der Stadt Greven einen Kreativwettbewerb.

Unter dem Slogan „Einer für alle, alle für einen“ sind alle Kinder und Jugendlichen aufgerufen, über die Ostertage ein kreatives Werk zu gestalten. Es soll die Verbindung zu den Menschen deutlich machen, die die Kinder im Moment nicht treffen dürfen. „Ihr könnt malen, kleben, basteln, fotografieren etc. Vielleicht helfen euch eure Eltern dabei, Ideen zu sammeln“, heißt es in der Presse-



kulturzentrum Karderie, Friedrich-Ebert-Straße 3, karderie@stadt-greven.de schicken.

Die eingesendeten Werke werden auf dem städtischen Internetportal greven.net gezeigt, eine Auswahl von ihnen wird außerdem in den Lokalzeitungen veröffentlicht.

Außerdem ist eine Ausstellung beabsichtigt. Eine Jury wird die kreativsten Arbeiten mit tollen Preisen auszeichnen.

Trickdiebe und Trickbetrüger

Betrüger nutzen Angst vor dem Corona-Virus aus

GREVEN/RECKENFELD. Das Landeskriminalamt NRW warnt: Trickdiebe und Trickbetrüger nutzen aktuell die Angst vor dem Corona-Virus aus, um vor allem ältere Menschen in ihren Wohnungen zu bestehlen oder zu betrügen. Die Straftäter geben sich dabei auch als Ärzte oder medizinisches Fachpersonal aus. Das Ziel der Täter ist es, in die Wohnung der Opfer zu gelangen, um Bargeld, Schmuck oder andere Wertsachen zu entwenden. Mit Ablenkungsmanövern gelingt es ihnen trotz Anwesenheit der Wohnungsinhaber die Wohnung zu durchsuchen. Neben falschen Polizisten, vorgeblichen Handwerkern oder Mitarbeitern der Stadtwerke sind derzeit auch Betrüger als falsche Mitarbeiter vom Gesundheitsamt unterwegs, die unter anderem angeblich Geldscheine desinfizieren wollen. Dazu sollte man wissen, dass niemand unangekündigt Virentests oder Desinfektionsmaßnahmen an der Haustür oder in Ihrer Wohnung durchführt. Nur

wenn man bereits erkrankt ist, es sich um einen besonderen Härtefall handelt und man bereits einen Arzt oder das Gesundheitsamt informiert hat, ist es gelegentlich möglich, dass ein Arzt oder medizinisches Fachpersonal einen Virentest an der Haustür oder in der Wohnung durchführt. In der Regel haben sich alle Menschen, bei denen ein Verdacht der Infizierung besteht, bei be-

stimmten Institutionen einzufinden, um einen Virentest durchführen zu lassen.



Unter Einhaltung der vorgeschriebenen und empfohlenen Hygienestandards sowie der Umsetzung weiterer Maßnahmen sind wir weiterhin bei Problemen mit Feuchtigkeit oder Schimmel für Sie da.

ISOTEC Gehrmeier Abdichtungstechnik
Hansaring 142, 48268 Greven
☎ 02571 - 5 68 93 70

www.isotec.de/gehrmeier

ISOTEC
Wir machen Ihr Haus trocken

Unfall der Feuerwehr

Glanering: Löschfahrzeug im Graben

SCHMEDEHAUSEN. Das, was da am Sonntagnachmittag passierte, war ärgerlich, nein, sogar doppelt ärgerlich. Und es entstand ein relativ hoher Sachschaden. Aber: Bei dieser kuriosen Geschichte wurde zumindest niemand verletzt.

Die Geschichte begann mit dem Anruf von besorgten Fußgängern. Die waren in der Bauerschaft zwischen Schmedehausen und Postdamm unterwegs und sahen von weitem Rauch aufsteigen. Sie informierten die Feuerwehr, die dann auch sofort mit mehreren Fahrzeugen ausrückte.

„In solchen Fällen wird immer ein Löschzug Stadt und der Löschzug vor Ort alarmiert“, erklärt Stadtbrandmeister Sebastian Greufe. Die Fahrzeuge waren schnell vor Ort. Und genau so schnell stellte sich heraus, dass der vermeintliche Rauch nicht eben dieser, sondern eine weit sichtbare Staubfahne war, die von einem auf dem Acker fahrenden Trecker verursacht worden war.

So weit, so gut. Wenn da nicht die Gruppe Radfahrer gewesen wäre – vermutlich eine Familie. Denen wollte der Fahrer eine Löschfahrzeugs des Löschzuges Stadt



Das Ausweichmanöver des Fahrers des Löschfahrzeuges ging auf der engen Straße in die Hose, das Fahrzeug kippte in den Graben. Foto: Feuerwehr

– wie vorgeschrieben mit 1,50 Meter Abstand – Platz machen. Auf den engen Straßen des Glanerings nicht ganz einfach.

Es passierte, was passieren konnte. Der Fahrer bremste das Auto ab, lenkte nach rechts auf die Bankette. Aufgrund des Gewichtes des Löschfahrzeuges – immerhin bringt so ein Auto 16 Tonnen auf die Waage – brach die Bankette ab, das Löschfahrzeug kippte um in den Graben und blieb auf der rechten Seite liegen. Verletzt wurde dabei niemand, der

Fahrer konnte unverletzt aus dem Auto klettern.

Die Bergung des Feuerwehrfahrzeuges erwies sich dann allerdings als komplizierter als gedacht. „Wir konnten das Fahrzeug mit eigenen Mitteln nicht bergen, es musste ein Großkran der Firma Buller und ein Spezialabschlepper angefordert werden“, erzählt Greufe.

Das Fahrzeug wurde komplett ausgeräumt, die rund 2400 Liter Löschwasser abgelassen um das Gewicht zu verringern. Nachdem dann Teile der Beifahrerseite frei

gelegt worden waren und an den Radbolzen Befestigungswerkzeug befestigt werden konnte, wurde das Fahrzeug geborgen.

Das Auto steht inzwischen wieder auf allen vier Rädern und muss jetzt von einem Gutachter untersucht werden. Greufe: „Ich gehe eigentlich davon aus, dass wir hier keinen Totalschaden vorliegen haben und das Auto nach der Reparatur wieder einsatzbereit ist.“



Gegen Corona gibt es noch keinen Impfstoff. Am sichersten: gar nicht anstecken. Bleiben Sie daher so viel wie möglich zuhause. Und zum Osterspaziergang bitte höchstens zu zweit und mit 1,5 Meter Abstand zu anderen. Auch auf Osterbesuche sollten Sie dieses Jahr verzichten. Denn Ihre Gesundheit und die Ihrer Lieben sind das Wertvollste.

Das können Sie jetzt tun:

- Schützen!**
- Abstand halten
 - In Armbeuge oder Papiertaschentuch niesen/husten
 - Berührungen vermeiden
 - Hände regelmäßig mit Seife waschen – Minimum 20 Sekunden

- Erkennen!**
- Erste Krankheitszeichen: Husten, Schnupfen, Halskratzen, Fieber – manchmal Durchfall
 - Bei schwerem Verlauf Atemprobleme
 - Symptome können bis zu 14 Tage nach der Ansteckung auftreten

- Handeln!**
- Bei Krankheitszeichen Kontakt zu anderen vermeiden
 - Nach Möglichkeit zuhause bleiben
 - Hausärztin oder Hausarzt anrufen, bevor Sie in die Praxis gehen
 - Alternativ: Gesundheitsamt informieren oder 116 117 wählen

Alle Informationen unter **ZusammenGegenCorona.de**



Zusammen gegen Corona
#wirbleibenzuhause



Auch auf Autobahnen ohne streckenbezogenes Tempolimit gilt in Deutschland Tempo 130 als Richtgeschwindigkeit. Foto: dpa

Kurznotiert

Dachboxen sind bewertet worden

Gute Dachboxen für das Auto gibt es zu Preisen ab 300 Euro – das hat die Stiftung Warentest in einem Test zusammen mit dem ADAC herausgefunden. Sechs von zehn Modellen erhielten dabei das Urteil „gut“, berichtet die Stiftung in ihrer Zeitschrift „test“ (Ausgabe 03/2020). Testsieger wurde die Dachbox „Thule Motion XT L“ (590 Euro) vor der „Kamei Oyster 450“ (630 Euro) und der „Atera Casar L“ (420 Euro). Das günstigste Modell mit der Note „gut“ war die „Noraauto Bermude 400“ (300 Euro). (dpa)

Freigabe für E 10 beachten

Das Kürzel E 10 bezeichnet einen Kraftstoff, der bis zu zehn Prozent Bioethanol enthalten kann. Bioethanol ist Alkohol, der durch Fermentation und Destillation aus nachwachsenden Rohstoffen wie Getreide und Zuckerrüben hergestellt wird, erläutert die Expertenorganisation Dekra. Ob Alt- oder Neuwagen: Grundsätzlich können alle benzingetriebenen Fahrzeuge mit E 10 Benzin betankt werden, wenn sie für die Verwendung dieses Kraftstoffs freigegeben worden sind. Auskunft hierüber erteilen die jeweiligen Fahrzeughersteller. Infos gibt es aber auch bei Kfz-Werkstätten oder Autohändlern. (dpa)

Kein Schadensersatz bei Wissen

Käufer von Dieselaautos können sich im Zuge des Dieselskandals Hoffnungen auf eine Entschädigung machen. Wer das Auto aber kaufte, obwohl er von der verbauten Schummelsoftware wusste, erhält wohl keinen Schadensersatz. Das zeigt ein Urteil des Oberlandesgerichts Dresden (Az.: 9 U 2067/18). Der Fall: Im Juni 2016 kaufte ein Mann einen VW, der mit einer unzulässigen Abschaltvorrichtung ausgerüstet war. Zu diesem Zeitpunkt war der Dieselskandal seit mindestens einem halben Jahr bekannt – und ebenso die Tatsache, dass VW die Zulassungsvorschriften nur über ein Softwareupdate der Autos würde einhalten können. (dpa)

Autobahn: Was droht bei Überschreiten der Richtgeschwindigkeit?

Regeln ohne eigenes Zeichen

Dafür, dagegen unentschieden? Egal, wie Sie zur Tempolimit-Debatte stehen: Aktuell gibt es noch keine allgemeine Geschwindigkeitsbegrenzung auf deutschen Autobahnen. Doch selbst dort, wo keine Schilder abschnittsweise Tempolimits anzeigen, gilt die sogenannten Richtgeschwindigkeit von 130 Stundenkilometern. Was das bedeutet, erklärt der Auto Club Europa (ACE).

★ **Wo gilt die Richtgeschwindigkeit?** Die Richtgeschwindigkeit von 130 Stundenkilometern ist eine Empfehlung. Sie richtet sich an Fahrer von Autos, Motorrädern und Fahrzeugen bis zu einem zulässigen Gesamtgewicht von 3,5 Tonnen, auch bei günstigen Straßen-, Verkehrs-, Sicht- und Wetterver-

hältnissen nicht schneller zu fahren, erklärt der Autoclub. Sie gilt auf Autobahnen sowie auf autobahnähnlich ausgebauten Straßen außerorts. ★ **Wird die Richtgeschwindigkeit irgendwo angezeigt?** Die Richtgeschwindigkeit gilt laut ACE ohne eigenes Verkehrszeichen. Geregelt ist sie in der Autobahn-Richtgeschwindigkeits-Verordnung. Tatsächlich angezeigt wird die Richtgeschwindigkeit

aber auch an einer Stelle: auf dem Verkehrszeichen 393 an der Grenze bei der Einreise nach Deutschland. Diese Informationstafel zeigt zudem die verbindliche Höchstgeschwindigkeit innerhalb und außerhalb geschlossener Ortschaften an. ★ **Was passiert, wenn ich schneller fahre?** Wer schneller fährt, begeht keinen Verstoß. Es drohen also keine Bußgelder oder Punkte. Nach

Unfällen kann es aber durchaus Konsequenzen geben. Die Rechtsprechung geht nicht selten davon aus, dass die vom Auto ausgehende Gefahr vergrößert werde, erläutert der Autoclub. Passiert etwas, kann das Überschreiten als „haftungsbegründendes Mitverschulden“ bewertet werden. Es droht eine Mithaftung, auch bei nicht verursachten Unfällen, etwa wenn durch eine niedrigere Ge-

schwindigkeit das Ereignis abwendbar gewesen wäre. ★ **Gibt es eine Auswirkung bei der Versicherung?** Bei Kaskoversicherungen wird die Überschreitung zudem oft als Begründung für eine Mithaftung herangezogen und kann den Kaskoschutz beeinträchtigen. (dpa)



SW
ÜBERDACHUNGEN

... Immer gut bedacht.

Siegmar Winkler
Wilmersstraße 8, Emsdetten

Telefon: 0 25 72 / 87 73 60 - 0

Für Sie. Immer gut bedacht.

Terrassen

Vordächer

Haustüren

Wintergärten

Sonnenschutzanlagen

Carportanlagen

Balkone

Geländer

Fensterelemente



www.sw-ueberdachungen.de

20 Musterküchen
auf 420 m²

Von der Einzelgeräteküche bis zur Luxusausführung



Bauherren
aufgepasst!

Jetzt schon bei uns nach
Musterküchen Ausschau
halten oder Ihre ganz
persönliche Küche
bei uns planen
lassen!

Beste Küchen!
Zu besten Preisen!

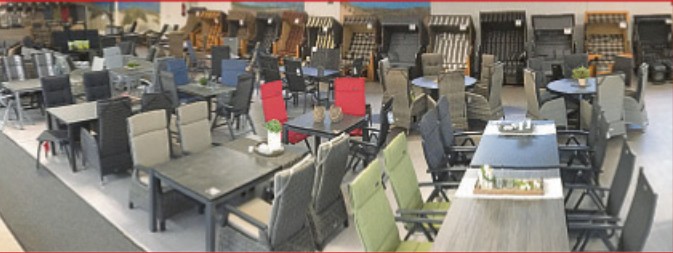
Küchen Kümper

49479 Ibbenbüren-Laggenbeck
im Gewerbegebiet „Auf der Lau“
Fuggerstraße 7 · Telefon 05451 9914-0
info@kuemper.de · www.kuemper.de

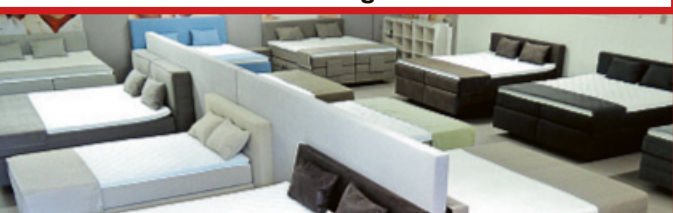
201010 Jahre2020

Diesel's-Gartenmöbelhalle

Hochwertige Gartenmöbel und exklusive Boxspringbetten zu knallhart kalkulierten Lagerpreisen!



Informieren Sie sich auf unserer WebSeite + nehmen Sie Kontakt per Mail oder Telefon mit uns auf. Egal ob Strandkorb, Gartenmöbel o. Boxspringbett, große Auswahl am Lager und auf Wunsch sofort lieferbar! Wir versprechen Ihnen eine kompetente telefonische Beratung und wir werden Ihnen ein attraktives Jubiläumsangebot unterbreiten.



Unsere Verkaufshalle bleibt laut Anordnung der Stadt Rheine bis zum 19.04.2020 geschlossen!

an der A30: Abfahrt Kanalhafen-Ost
Rheine - Kanalstraße 8 - 05971/8074400
www.diesels-gartenmoebelhalle.de
Kontakt: info@diesels-gartenmoebelhalle.de

Regeln bei einer Militärkolonne

Kein Quetschen erlaubt

Wenn etwa Polizei oder Militär große Einheiten verlagern, sind deren Fahrzeuge oftmals als Konvoi auf den Straßen unterwegs. Was müssen Autofahrer wissen? Wenn Fahrzeuge in einer Kolonne unterwegs sind, gelten sie verkehrsrechtlich als ein Fahrzeug und dürfen stets komplett zusammenbleiben, so der ADAC.

Wenn es das erste Fahrzeug zum Beispiel noch bei Grün über eine Ampel schafft, dürfen alle im Verband fahren. Und zwar auch dann noch, wenn die Ampel schon auf Rot geschaltet hat. Andere Verkehrsteilnehmer müssen dieses Sonderrecht beachten, gegebenenfalls auch bei Grün anhalten. Unterbrechen dürfen andere die Kolonne nicht. Dieses Sonderrecht gilt auch

bei Kreisverkehren, Zebrastrifen, Kreuzungen und Reißverschlussverfahren. „Reinquetschen“ ist tabu, so der ADAC. Auch bei der Auffahrt auf die Autobahn gilt „das streng genommen“, teilt die Bundeswehr in einem Merkblatt mit. Wenn 100 Meter Abstand zwischen den einzelnen Fahrzeugen liegen, könne man aber auch zügig auffahren und die Kolonne „bei nächster Gelegenheit“ wieder verlassen. Es ist zwar erlaubt, Kolonnen zu überholen, allerdings muss das in einem Zug gelingen. Auch hier: Kein Reinquetschen zwischendurch, der gesamte Verband muss in einem Rutsch geschafft werden. Sicher geht das fast nur auf Autobahnen oder anderen mehrspurigen Straßen. (dpa)

Für Bücherwürmer

Roman: „Zwei Handvoll Leben“

Deutschland 1914: Charlotte wächst auf dem archaischen Landgut ihres mächtigen Vaters in Sachsen auf. Die Welt scheint ihr zu Füßen zu liegen, als sie von ihrer Tante und deren jüdischem Ehemann in die Leipziger Ballsaison eingeführt werden soll. Sie begegnet ihrer ersten Liebe. Doch der Beginn des ersten Weltkriegs zerstört ihre Pläne. Und ihr Leben verändert sich für immer. Gleichzeitig gelingt es Anna, zwischen den Wasserstraßen des Spreewalds, dem Schicksal immer wieder ein Schnippchen zu schlagen.



Droemer Taschenbuch, 544 Seiten
9,90 Euro

FAZIT: ★★★★★

Für Couchpotatoes

„Der Schatz im Silbersee“

Der geldgierige Colonel Brinkley ist auf der Jagd nach dem legendären Indianerschatz vom Silbersee. Es fehlt ihm allerdings der letzte und entscheidende Teil einer alten Schatzkarte, die ihm und seinen Männern den Weg weisen kann. Brinkley vermutet das letzte Fragment bei dem gebrechlichen Farmer Patterson. Er überfällt den Farmer und entführt sowohl ihn als auch seine Tochter. Das ruft allerdings Winnetou (Pierre Brice) und Old Shatterhand (Lex Barker) auf den Schirm, die dem Treiben ein Ende setzen wollen.



Western, D/F/YU 1962
mit Pierre Brice und Lex Barker
Sa., 20.15 Uhr, Kabel 1

FAZIT: ★★☆☆☆

Oktoberfest ja oder nein: Noch zu früh für eine Entscheidung

Wackelt die Wiesn?

Die Wirte haben Reservierungswünsche aus aller Welt entgegengenommen, die Brauereien stehen in den Startlöchern, um das auch im Ausland begehrte Wiesnbier zu brauen. Doch noch ist alles auf „Hold“.

Bisher ist nicht entschieden, ob München dieses Jahr trotz der Corona-Krise das größte Volksfest der Welt feiern kann. Die Vorbereitungen laufen planmäßig, noch hofft man. „Natürlich wünsche ich mir als Veranstalter der Wiesn zusammen mit allen unseren Partnern sehr, dass es keine Absage geben muss“, sagt der Münchner Wirtschaftsreferent und Wiesnschef Clemens Baumgärtner (CSU).

Eine Absage hätte wirtschaftliche Folgen mit Millionen-Einbußen, aber auch ideale. Die bunten Bilder fröhlich feiernder Menschen in Tracht, das bierselige, (meist) friedliche Miteinander, und über allem der im Frühherbst oft bildbuchblau strahlende Himmel – das prägt das Image Münchens und Bayerns.

„Ich kann mir das emotional noch nicht vorstellen“, sagt Peter Inselkammer, Sprecher der Wiesnwirte, über eine mögliche Absage. „Die Wiesn gehört zum ganz normalen Jahresrhythmus. Wir freuen uns alle darauf. Aber wir müssen abwarten, ob es möglich ist.“

Bis in den Juli hinein sind Veranstaltungen weltweit bereits abgesagt oder verschoben: Theateraufführungen,



Die Entscheidung, ob das Münchener Oktoberfest in diesem Jahr stattfindet, soll spätestens Anfang Ende Mai oder Juni fallen. Foto: dpa

Fußballspiele, das Tennisturnier von Wimbledon, die Bayreuther Festspiele, die Oberammergauer Passion – sogar die Olympischen Spiele. Allerdings ist es bis zum Oktoberfest noch etwas länger hin: Am 16. September ist der Anstich geplant, bis zum 4. Oktober soll die Wiesn dauern.

Und so schieben die Verantwortlichen die Entscheidung

noch hinaus. Sie solle zum spätestmöglichen Zeitpunkt kommen, hieß es. Oberbürgermeister Dieter Reiter, der das Fest eröffnen würde, sprach zuletzt von „spätestens Ende Mai, Anfang Juni“ – vor Beginn der Aufbauarbeiten auf der Theresienwiese. Eine Absage wäre nicht die erste in der 210-jährigen Geschichte des berühmten

Volksfestes – und es wäre auch nicht die erste wegen einer Seuche. Schon das vierte Oktoberfest 1813 fiel aus – wegen der Kämpfe mit Napoleon. Ein paar Jahrzehnte später grassierte die Cholera. Zwei Mal wurde das Fest deswegen abgesagt: 1854 und 1873. (dpa)

WIR SIND WEITER FÜR SIE DA!

UNSER SERVICE WÄHREND DER CORONA-KRISE FÜR SIE!



**ONLINE
BESTELLEN**

LIEFERN LASSEN ODER ABHOLEN

www.expert.de/steinfurt
www.expert.de/emsdetten
www.expert.de/greven



**TELEFONISCH
BESTELLEN**

LIEFERN LASSEN ODER ABHOLEN

02551 – 2256 Steinfurt
02572 – 9237298 Emsdetten
02571 – 2804 Greven



**PER WHATSAPP
BESTELLEN**

LIEFERN LASSEN
ODER ABHOLEN
0170-21 40 73 9



**KOSTENLOSE
LIEFERUNG**

IM UMGEBUNGSRAD VON 10 km
AB EINEM EINKAUFSWERT
VON 30€

UNSEREN LIEFERSERVICE & KUNDENDIENST KÖNNEN SIE WEITERHIN IN ANSPRUCH NEHMEN!



GERÄT KAPUTT?
„UNSER REPARATURSERVICE
HILFT IHNEN GERNE WEITER!“
RUFEN SIE UNS AN!

expert



MEDIA-PARK

**ONLINE RESERVIEREN -
LIEFERN LASSEN ODER
IM MARKT ABHOLEN**



Gemeinsam. Mit Zuversicht. Füreinander.

www.media-park.de

48282 Emsdetten
(Filiale)
Media Park Steinfurt OHG
Hengelplatz 13
Tel. 02572/9237298
www.media-park.de
Mo.-Fr. 10⁰⁰-13⁰⁰ und 14⁰⁰-18⁰⁰ Uhr
Sa. 10⁰⁰-14⁰⁰ Uhr

Unsere
Werbung
online!



48268 Greven
(Filiale)
Media Park Steinfurt OHG
Alte Münsterstr. 5
Tel. 02571/2804
www.media-park.de
Mo.-Fr. 10⁰⁰-13⁰⁰ und 14⁰⁰-18⁰⁰ Uhr
Sa. 10⁰⁰-14⁰⁰ Uhr

Unsere
Werbung
online!



48565 Steinfurt
(Hauptsitz)
Media Park Steinfurt OHG
Goldstraße 4
Tel.: 02551/2256
www.media-park.de
Mo.-Fr. 10⁰⁰-13⁰⁰ und 14⁰⁰-18⁰⁰ Uhr
Sa. 10⁰⁰-17⁰⁰ Uhr

Unsere
Werbung
online!



Fleischlose Alternative

Gesund muss schmecken

Die persönliche Leibspeise jedes dritten Deutschen ist ein Fleischgericht. Gleichzeitig geht der Trend aber immer stärker zu vegetarischem oder sogar veganem Essen, denn die Menschen wollen sich gesünder ernähren und auch mal auf Fleisch verzichten.

Den inneren Schweinehund zu überwinden und die guten Vorsätze einzuhalten, funktioniert nur, wenn es auch schmeckt und sich die Alternativen ganz leicht in den Alltag integrieren lassen.

Wie soll man die Familie davon überzeugen, auch mal fleischlos zu essen? Die Kids schreien nach ihren heißgeliebten Hackbällchen mit Tomatensauce, Papa schmecken nur saftige Burger und Opa? Der kennt sowieso nur Schnitzel. Vielleicht gelingt es ja mit diesem Gericht: Fusilli in Tomatensoße mit fleischlosen Hackbällchen.

Die Zubereitung:
★ Fleischlose Hackbällchen und Pasta nach Packungsanweisung zubereiten.
★ Knoblauch und Zwiebeln hacken. Öl in einem Topf erhitzen, Zwiebeln und Knoblauch darin anschwitzen.
★ Brühe in einem separaten Topf aufkochen. Tomaten vierteln und mit Tomatenmark, Honig sowie der Brühe in den Topf mit Zwiebeln geben.
★ Soße für 20 Minuten kö-

cheln lassen, pürieren. Mit Salz, Pfeffer und Oregano würzen.

★ Pasta, Soße und Hackbällchen anrichten.

★ Für einen zusätzlichen Frischekick mit Basilikum garnieren.

Für all die, die nicht auf Fleisch verzichten wollen: Natürlich lässt sich das Rezept auch mit „richtigen“ Hackbällchen zubereiten. (djd-mk)

Rezept der Woche
Fusilli in Tomatensoße



Einkauf

Zutaten für zwei Portionen

- ★ 1 Packung vegetarische/vegane Hackbällchen
- ★ 200 g Pasta
- ★ 1 Knoblauchzehe
- ★ 2 kleine Zwiebeln
- ★ 1 TL Olivenöl
- ★ 10 Cherrytomaten
- ★ 200 ml passierte Tomaten
- ★ 100 ml Gemüsebrühe
- ★ 2 TL Tomatenmark
- ★ 1 TL Honig
- ★ Salz u. Pfeffer
- ★ Oregano
- ★ Basilikumblätter

Foto: djd-mk/iglo

Urgetreide als Alternative?

Emmer, Einkorn und Kamut

Sie sollen besonders natürlich, bekömmlich und gesund sein. Produkte aus Urgetreide sind angesagt. Wie bewerten Ernährungswissenschaftler und Ärzte diesen Trend?

„Im Vergleich etwa zu Weizen sind Produkte aus Urgetreide deutlich nahrhafter“, sagt Harald Seitz vom Bundeszentrum für Ernährung in Bonn. „Herausragend ist ihr Gehalt an Mineralstoffen, vor allem an Zink.“ Der Eiweißgehalt sei ebenfalls deutlich höher als der von Weizen, was Urgetreide für Veganer und Vegetarier besonders interessant mache.

Als Urgetreide gelten Getreidesorten, die schon vor Tausenden Jahren angebaut wurden. Je nach Definition zählen Emmer, Einkorn und Kamut dazu. Manchmal werden auch Hirse, Dinkel und Ur-Roggen in dieser Aufzählung genannt. Geschützt ist der Begriff nicht.

Gemeinsam haben diese Sorten, dass sie früher weit verbreitet waren, dann aber von anderem Getreide – vor allem Weizen und Roggen – verdrängt wurden. Bei diesen sind die Erträge nämlich deutlich höher. Sie sind damit besser fürs Geschäft der Produzenten.

Vor allem im Vergleich zu



Als Urgetreide gelten alle Sorten, die schon vor Hunderten und Tausenden von Jahren angebaut wurden. Dazu zählt zum Beispiel das Einkorn.

Foto: dpa/Armin Weigel

modernem Weizen gilt Urgetreide als bekömmlicher. „Eine aktuelle Untersuchung zeigt, dass Weizen als Ursache für atypische Allergien auf Platz eins liegt“, erklärt Professor Detlef Schuppan, Direktor des Instituts für Translationale Immunologie an der Johannes Gutenberg-Universität in Mainz. Das kann sich etwa durch Blähungen, Übelkeit oder Bauchkrämpfe äußern.

Das Problem: Oft bemerken Patienten gar nicht, dass ihre Symptome mit dem Verzehr von Weizen zusammenhängen, da diese Reaktionen nicht unmittelbar eintreten.

„Wenn man als Patient selbst das Gefühl hat, eine bestimmte Getreidesorte nicht zu vertragen, kann man einmal ausprobieren, Gluten oder moderne Weizenprodukte wegzulassen“, rät der Mediziner.

Wer selbst einmal Urgetreide ausprobieren möchte, kann das in verschiedener Form tun: „Urgetreide kommt zumeist als ganzes Korn, Schrot oder Flocken zum Einsatz“, erklärt Ernährungswissenschaftlerin Manuela Marin aus Berlin.

Beim Backen mit den alten Sorten kann man allerdings kein Rezept für Weizenmehl

verwenden und dieses einfach durch Emmer oder Kamut ersetzen: „Backtechnisch wird Urgetreide oft anderen Getreidesorten zugemischt“, sagt Marin.

Obwohl viele Bioläden und inzwischen auch klassische Supermärkte Produkte aus Urgetreide im Sortiment haben: Weizen und Roggen werden durch die alten Körner nicht so schnell zu ersetzen sein. Sie sind zwar laut Harald Seitz genügsamer beim Standort und der Versorgung mit Nährstoffen und müssten auch weniger gedüngt werden. Daran, dass sie im Vergleich weniger Ertrag bringen, hat sich aber über die Jahrtausende nichts geändert.

Und da Brötchen, Kuchen und andere Teigwaren stets gefragt sind, setzen Hersteller weiterhin eher auf die klassischen Getreide. Einfach, um den großen Bedarf zu decken. (dpa)

Schnell und lecker

Einfache Gerichte für die Corona-Zeit



So einfach wie möglich: Wer im Homeoffice ist und auch noch Kinder betreut, hat wenig Zeit zum Kochen.

Foto: dpa/Andrea Warnecke

Wer zur Zeit im Homeoffice sitzt und nebenbei auch noch Kinder versorgt, muss mehr kochen als sonst. Schnelle Gerichte sind dabei gefragt, die gesund sind und möglichst allen schmecken. Wichtigster Tipp: So einfach wie möglich halten. Jetzt sind keine elaborierten Menüs mit vielen Zutaten gefragt. Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung schlägt folgende Rezepte vor:
★ Couscoussalat mit Lauchzwiebeln und Radieschen

- ★ Kartoffeln mit Kräuterkäse
- ★ Geschmortes Ofengemüse
- ★ Nudelsalat mit Thunfisch
- ★ Gnocchi mit buntem Gemüse

Auch Fertiggerichte dürfen ab und an mal sein. Eine Tiefkühlpizza lässt sich zum Beispiel mit frischem Gemüse belegen. Pommes sollte man am besten im Backofen zubereiten und mit Salat, Gemüse oder einem Fischfilet kombinieren. Pasta aus dem Kühlregal kann anstatt mit Sah-

nesoße mit einer Gemüsesoße verfeinert werden. Suppen aus der Konservendose kann man ebenfalls gut mit Gemüse aufpeppen. So lässt sich beispielsweise eine fertige Hühnersuppe mit Mais aus der Dose oder Tiefkühlerbsen aufwerten. Und wer mehr Wasser zugibt als angegeben, verringert damit den oft hohen Salzgehalt vieler Fertigprodukte. (dpa)

Trockenes Haar lädt sich eher statisch auf

Tipp: Wenig föhnen

Mützen, Schals und Wollpullover laden die Haare elektrostatisch auf. Sie fliegen dann unkontrolliert in alle Richtungen – das geht meist auf Trockenheit zurück.

Daher lautet die schnelle Hilfe: „Finger und Handflächen benetzen mit Wasser und dicht an das Haar halten, aber nicht berühren“, rät Jens Dagné von der Friseurvereinigung Intercoiffure Mondial. Wer damit häufiger ein Problem hat, sollte seine Haarpflege umstellen. Die Haare brauchen mehr Feuchtigkeit, die sie etwa aus Conditioner und reichhaltigen Masken mit hohem Feuchtigkeitsanteil erhalten, erklärt Dagné. Diese Kuren wirkten umso effektiver, wenn sie unter Wärme auf das Haar einwirken können, ergänzt Birgit Huber vom Industrieverband Körperpflege- und Waschmittel. „Unter einem Handtuch dick und warm eingepackt, entfalten die Kuren beispielsweise während eines wohltuenden und entspannenden Aromabads ihre Wirkung“, lautet ihr Rat. „Aber beginnen sollte man hier schon mit dem richtigen Shampoo“, ergänzt Dagné die Pflegetipps gegen fliegende Haare. Er rät zu Produkten mit antistatischen Eigen-



Fliegendem Haar fehlt häufig Feuchtigkeit. Foto: dpa-mag

schaften wie zum Beispiel mit dem Inhaltsstoff aktives Panthenol. Für ganz schwierige Fälle, besonders wenn sich das

Haar bei sehr trockener Raumluft oder auch bei erhöhter Luftfeuchtigkeit kräuselt, sollte man ein Anti-Frizz-Balsam beim Styling

der Frisur verwenden. „Damit hat man dann den ganzen Tag Ruhe vor dem Problem“, so Dagné. Außerdem sollte man Haarbürsten aus Holz-

oder Naturborsten Metall- und Plastikborsten vorziehen. Ein weiterer Tipp: wenig föhnen. „Wenn dann möglichst nur den Ansatz über Kopf und auf alle Fälle mit einem Ionen-Föhn“, ergänzt der Friseurmeister aus Worms. Bei Geräten mit Ionentechnik erzeugt ein Generator ein elektrisches Feld mit hoher Spannung, indem negativ geladene Moleküle entstehen. Der Luftstrom reißt diese Teilchen mit und bläst sie auf das Haar. Sie sollen dort die positiv geladenen Teilchen auf dem Kopf neutralisieren, die das Haar fliegen lassen. (dpa)

Kurznotiert

Trockenöl besser für das Haar

Klassische Pflegeöle für die Haare haben einen Nachteil. Ihr hoher Anteil an gesättigten Fettsäuren, der auch die Pflege bewirkt, lässt sie nicht vollständig ins Haar einziehen. Besser sind in diesem Punkt sogenannte Trockenöle. Sie enthalten ungesättigte Fettsäuren, weshalb das Haar diese Produkte komplett aufnimmt. Daher raten die Experten der Zeitschrift „Cosmopolitan“ (Ausgabe Februar 2020) zu Trockenölen, wenn man die Haare nicht beschweren möchte. Sie pflegen allerdings nicht ganz so intensiv. (dpa)

Bürste nicht auf- und abbewegen

Viele machen es falsch: Um mehr Wimperntusche auf das Bürstchen zu bekommen, bewegt man dieses mehrfach in der Kartusche auf und ab. Dabei wird aber Luft in die Kartusche gepumpt, was zu einem schnelleren Austrocknen der Wimperntusche führt. So gelangen auch eher Keime in das Produkt, erläutert das Portal Haut.de. Es rät, die Auf- und Ab-Bewegungen zu vermeiden – übrigens auch in Kartuschen mit flüssigem Eyeliner. Außerdem sollte man ein Produkt nur so lange verwenden, wie auf der Verpackung angegeben wird. (dpa)

Medizin

ANZEIGE

Gesunde Gelenke im Alltag



So können Sie Knorpel und Knochen unterstützen!

Unsere Gelenke sind im Alltag enormen Belastungen ausgesetzt: Sie werden vielfach gebeugt, gestreckt und gedreht. Um die Gelenkgesundheit zu unterstützen, kann aber jeder etwas tun: mit speziellen Mikro-Nährstoffen, enthalten in Rubaxx Gelenknahrung (Apotheke). So fördert z.B. Ascorbinsäure die Funktion von Knorpel und Knochen und Phyllochinon trägt u.a. zum Erhalt gesunder Knochen bei. Außerdem enthält Rubaxx Gelenknahrung die vier wichtigen körpereigenen Gelenkbausteine Kollagenhydrolysat, Glucosamin, Chondroitinsulfat und Hyaluronsäure. Das Fazit einer begeisterten Anwenderin: „Für mich das Beste!“



Für Ihren Apotheker: **Rubaxx Gelenknahrung** (PZN 14290705)

Abbildung Betroffenen nachempfunden • www.rubaxx.de

Wenn ARTHROSE zur Last wird

Dieses natürliche Arzneimittel kann wirksam helfen!

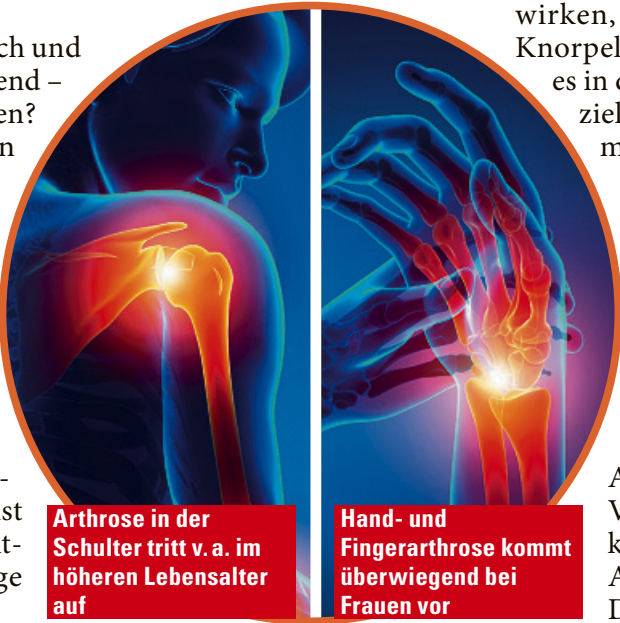


Lasttragende Gelenke wie Knie oder Hüfte sind am häufigsten von Arthrose betroffen

Deutsche Forscher haben den Wirkstoff einer besonderen Arthrose-Heilpflanze in dem Arzneimittel Rubaxx Arthro (Apotheke) aufbereitet.

Experten raten daher, schon bei ersten Anzeichen einer Arthrose aktiv zu werden. Ihre Empfehlung:

Noch einmal beweglich und vital sein wie in der Jugend – wer würde da nein sagen? Mehr als 15 Millionen Deutsche leiden jedoch an wiederkehrenden Gelenkschmerzen, meist in Knie, Hüfte, Schulter oder Hand. In 9 von 10 Fällen ist Gelenkverschleiß (Arthrose) die Ursache. Unbehandelt kann die Abnutzung der Gelenkknorpel ungebremst voranschreiten und Entzündungen zur Folge haben.



Arthrose in der Schulter tritt v.a. im höheren Lebensalter auf

Hand- und Fingerarthrose kommt überwiegend bei Frauen vor

Eine wirksame Therapie sollte speziell für Arthrose entwickelt sein. Dabei sollte sie nicht nur schmerzlindernd und entzündungshemmend wirken, sondern v.a. den Knorpel schützen. Jetzt gibt es in der Apotheke ein spezielles Arzneimittel namens Rubaxx Arthro (rezeptfrei), das genau diese Kriterien erfüllt!

Hochkonzentrierte Natur-Kraft für die Gelenke

Deutsche Forscher haben die besondere Arthrose-Heilpflanze Viscum album hochkonzentriert in Rubaxx Arthro aufbereitet. Dieser Arzneistoff be-

kämpft speziell Arthrose und wirkt dabei schmerzlindernd und entzündungshemmend! Dabei ist Rubaxx Arthro gut verträglich und hat keine bekannten Nebenwirkungen. Auch Wechselwirkungen mit anderen Arzneimitteln sind nicht bekannt. Dank der Tropfenform ist Rubaxx Arthro je

nach Stärke der Beschwerden individuell dosierbar.

Fazit: Mit Rubaxx Arthro kann Gelenkverschleiß wirksam behandelt und die Beweglichkeit so wieder verbessert werden. Fragen Sie jetzt in der Apotheke nach den wirksamen Arznetropfen Rubaxx Arthro (rezeptfrei).

Die Vorteile von Rubaxx Arthro auf einen Blick

- ✓ Bekämpft speziell Arthrose
- ✓ Wirksam & gut verträglich
- ✓ Individuell dosierbar

Für Ihren Apotheker: **Rubaxx Arthro** (PZN 15617516)

Jetzt NEU von Rubaxx

