

33 apotheke





Bahnhofstr.33 31737 Rinteln 05751-918595

Öffnungszeiten: Mo-Fr 8:00-20:00 Sa 9:00-16:00

















+ + + Sie können Ihre Medikamente nicht selbst abhloen? + + + Kein Probelm, wir bringen sie Ihnen kostenlos! + + + Gültig bis Ende Oktober. Abgabe in haushaltsüblichen Mengen. Solange der Vorrat reich

Das garantieren wir Ihnen:

WMP kümmern uns um Ihr neues Bad!



Der einfache Weg zum Badumbau! Wir zeigen Ihnen wie's geht!

Badrenovierung mit der 5- - Garantie



Heizsysteme mit Zukunft Bäder mit Ideen



Am Kreienbrink 11 • 32699 Extertal • Telefon 0 57 51 / 95 92 11

Lemgoer Str. 28 • 31737 Rinteln-Möllenbeck • Telefon 05751 / 32 64

Liebe Rintelnerinnen, liebe Rintelner, liebe Nachbarinnen und Nachbarn, liebe Gäste!

Sommer ade!

Die Titelzeile unserer aktuellen Ausgabe klingt auf den ersten Blick vielleicht etwas wehmütig. Wir hätten die Zeile auch anders formulieren können, wie etwa "Willkommen schöner Herbst!" Doch wir wollten gerne die gelungenen und fantasievoll ausgestalteten Erntefeste als Abschied von der warmen Jahreszeit noch einmal gebührend würdigen.

Der Herbst hat viele schöne Seiten. Nicht nur die Natur mit ihrem herrlichen Farbenspiel. Wenn die warmen Tage immer seltener werden, beginnt die gemütliche und genussvolle Zeit. Bestes Beispiel hierfür waren die Rintelner Weintage mit ihren kulinarischen Schlemmereien gleich zu Anfang dieses Monats. Die Liebhaber kultureller Leckerbissen kommen in den nächsten Wochen voll auf ihre Kosten: Die Göttinger Symphoniker reisen in großer Besetzung an und die Spielsaison des Kulturrings wartet gleich mit zwei Schauspielen auf. Oder wie wäre es mit einem spannenden DinnerKrimi? Mehr zu diesen und weiteren Höhenpunkten lesen Sie auf unseren Aktuell-Seiten.

Etwas Neues gibt es zum Herbstbeginn auch in unserem Stadtmagazin: Ab der Seite 16 finden Sie unseren neuen Veranstaltungskalender mit den aktuellen Veranstaltungen - übersichtlich und auf einen Blick! Wenn auch Sie Events jeglicher Art planen, die für die Öffentlichkeit zugänglich sind, informieren Sie uns bitte bis zum 22. des Monats telefonisch, per E-Mail oder per Fax. Wir nehmen Ihre Veranstaltung gerne in unseren Kalender auf.

Viel Freude beim Lesen wünschen Ihnen









Themenübersicht

RINTELN RÜCKBLICK Highlights im September	4
RINTELN AKTUELL Veranstaltungen - Vorschau, Aktuelles	7
GESCHÄFTSWELT Neues aus der Geschäftswelt	12
VERANSTALTUNGS- KALENDER	16
MITMACHEN Künstlerportrait & Meckerecke	19
MULTIMEDIA Neuigkeiten: Bücher / CD / DVD / Kino	20
AUTO & CO. Der neue BMW X 1 / Standheizungen	22
MODE & LIFESTYLE Modetrends Herbst/Winter 2009	23
GASTRONOMIE Rezept & Gastro-Steckbrief	24
NATUR & GARTEN Thema: Pflanzzeit	25
IHR GUTES RECHT Kündigung im Arbeitsverhältnis	26
KUNTERBUNT	28
SERVICE Wichtige Rufnummern für Hilfe, Beratung und Notfälle Apotheken-Notdienstplan	30
GESUND & FIT Vitamine - die fleißigen Helfer unseres Stoffwechsels	31



Herausgeber BERGMANN MEDIEN Inh. Heike Bergmann

Kirschenweg 12 31737 Rinteln Tel. 0 57 51 . 92 35 75 Fax 0 57 51 . 92 35 71 info@der-rintelner.de www.der-rintelner.de

Chefredaktion Heike Bergmann (v.i.S.d.P.) redaktion@der-rintelner.de

Anzeigenleitung Rolf Bergmann rolf.bergmann@ der-rintelner.de

Gast-Autoren Michael Box Ilka Droste

Fotos Rolf Bergmann Heike Bergmann Sophia Mahnert Diverse Agenturen

Titelfoto Bergmann Medien

Druck Meier Druck Nammen Rintelner Str. 134 32457 Porta Westfalica Tel. 0571 / 9 72 96 28

Auflage: 12.000 Exemplare Verbreitung: Haushalts- und Firmen-verteilung in Rinteln & Umgebung

Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder. Die Urheberrechte der Fotos, Artikel und Anzeigen-Entwürfe bleiben beim Verlag. Nachdruck, auch auszugsweise darf nur mit ausdrücklicher Genehmigung des Verlages erfol-gen. Für unverlangt eingesandte Manuskripte, Fotos und andere Vorlagen wird keine Haftung übernommen Der Absende versichert mit der Übersendung, dass die Vorlage frei von Rechten Dritter ist. Veranstaltungshinweise ohne Gewähr.

Kostenlos - 1. Jahrgang

RINTELN RÜCKBLICK



Klein aber oho in Engern!



Traktoren mussten die Erntewagen nicht ziehen, denn dafür reichte Muskelkraft. Festlich und fantasievoll geschmückt waren die Bollerwagen zum Erntefest in Engern aber allemal.

Kinderwagen als Erntewagen hergerichtet – das gibt es sicherlich nur in Engern. Und

MARION'S
KLEINE MODEWELT
MODE UND MEHR...
DESIGNER-MODE
ZU KLEINEN PREISEN
IN ALLEN GRÖSSEN
GEOFFNET
JEDEN 2. MITTWOCH
DES MONATS BIS SAMSTAG
MI 14.10.-FR 16.10.:
14-20 UHR
SA 17.10.: 10-15 UHR
UND NACH TEL. VEREINBARUNG
RINTELN-DECKBERGEN
HESSENWEG 4
TELEFON 0151-15391909

Jugendfeuerwehrleute mit Blaulicht auf dem Helm an der Spitze des Festumzuges ebenso. Am Ziel angekommen versammelten sich alle Festwagen in der Mehrzweckhalle zur Prämierung und bildeten eine schöne Kulisse für die anschließende Tanznacht.

Im nächsten Jahr wird größer gefeiert werden, denn Engern feiert sein 850-jähriges Jubiläum.



Lebendiges, farbenprächtiges Brauchtum in Hohenrode

Höhepunkt des Hohenroder Erntefestes war die Feierstunde am Sonntag.

Das scheidende Erntekönigspaar Simone und Thomas Jungnitz eroberte während seiner Amtszeit die Herzen der Hohenroder im Sturm. Dementsprechend viele lobende Worte fand der Vorsitzende der Dorfgemeinschaft Horst Böger zur Verleihung der traditionellen Ehrenschärpe. Großen Beifall der vielen Einheimischen und Gäste erhielten auch die sehenswerten Vorführungen der Hohenroder Mädchen, der Trachten- und Volkstanzgruppe Strücken und der Volkstanzgruppe Hohenrode und natürlich die musikalischen Darbietungen der Schlingborner. Nach der gleichsam festlichen wie unterhaltsamen Feierstunde am Dorfgemeinschaftshaus nahmen die beteiligten Gruppen und Erntewagen pünktlich Aufstellung zum farbenfrohen Festumzug. Nun wurde die ganze Pracht der in wochenlanger Vorbereitung geschmückten Erntewagen sichtbar und alle Beteiligten konnten mit Fug und Recht Stolz auf ihre Hohenroder Tradition sein. Seinen Ausklang fand ein wieder einmal gelungenes Erntefest beim Katerfrühstück am Montag. Simone und Thomas Jungnitz können nun zufrieden auf ein schönes Jahr als Erntekönigspaar zurückblicken. Die Amtsgeschäfte führen in den nächsten 12 Monaten ihre Nachfolger Petra und Horst Kuhlmann.

Die Möllenbecker zeigten sich von ihrer kreativen Seite

Weniger traditionell, dafür ab höchst kreativ gestalteten die Möllenbecker ihren Ernteumzug.



Ideenreicher kann selbst ein Karnevalsumzug im Rheinland nicht sein: Stolze Musketiere winkten in Möllenbeck ihrem Publikum entlang der Straßen huldvoll zu, auf dem Musicalwagen tanzten die Stars in originellen Kostümen und ein paar Meter weiter lebte Woodstock wieder auf. Die insgesamt 15 aufwendig und mit viel Geschick hergerichteten Erntewagen ließen nicht nur Geschichte wieder aufleben. Aktuelle Themen wurden auf's "Ernte-Korn" genommen, mit zwinkerndem Auge und einer großen Portion Ernst der Lage. So machten Bauern unübersehbar ihrem Unmut über zu tiefe Milchpreise Luft und die Möllenbecker Fraktion der Horst Schlämmer Partei skandierte ihren Wahlslogan "Wir prahlen, Sie zahlen!" Nicht nur die Deutschen Meister der Jugendfeuerwehr feierten ausgelassen. Auf allen Wagen und im Publikum herrschte fröhliche und ausgelassene Feierstimmung.











Die Sonne ließ sich zwar nicht blicken, dafür aber kamen Hunderte von Kindern mit ihren Familien zusammen, um das diesjährige Sonnenblumenfest des Kinderschutzbundes zu feiern.

Die Organisatoren vom Kinderschutzbund hatten sich tolle Spiele und Aktionen unter dem Motto "Ritter und Edelleute" ausgedacht - perfekt zur Kulisse des Klosters Möllenbeck passend. Helme und Kegelhauben wurden gebastelt, Kerzen gezogen und Hüte verziert. Spaß hatten die Kleinen auch an den traditionellen landwirtschaftlichen Geräten der Rintelner Ackerbürger. Nicht nur am Stand der Tombola, sondern auch am Buffet mit über 100 selbst gebackenen Kuchen und Torten war den Andrang sehr groß. Kein Wunder, denn viele tolle Preise waren in der Verlosung und die zahlreichen Hobby-Bäcker machten die Entscheidung nicht leicht. Die Erlöse des Sonnenblumenfestes kamen wie jedes Jahr der Arbeit des Kinderschutzbundes zu.

Erinnerung hat vielen Farben

Wer den ersten Rintelner "Tag des Friedhofs" auf dem Seetorfriedhof besuchte, wollte sich gezielt informieren.



Aufklärung, Abbau von Berührungsängsten und auch das Thematisieren geistlicher Fragen waren die Zielsetzungen der Stadt Rinteln in Zusammenarbeit mit dem Hospizverein Rinteln e. V. als Veranstalter. Das breite Informationsangebot reichte von Bestattungsformen und Grabpflege über Sterbegleitung bis hin zu allgemeinen Fragen zum Friedhofsbetrieb. Die Vertreter der Rintelner Kirchengemeinden standen den Besuchern in Gesprächen zur Verfügung. Um auch die Kinder an den Friedhof als einen normalen Bestandteil des Lebens heranzuführen, wurden Aktionen für sie vorbereitet: sie durften ein Beet in den Farben des Regenbogens gestalten und Luftballons mit Himmelsbotschaften steigen lassen.

GRABMALE Werner Wallbaum

Inhaber Lutz Heinze



Steinmetzmeister

Seetorstr. 16 b • 31737 Rinteln Tel.: 05751/2048 • Fax 957033

direkt neben der Tankstelle am Seetorfriedhof

Gelungene Premiere des Rintelner Drachenbootrennens

Das erste Drachenbootrennen in Rinteln ist bestens gelaufen und alles deutet darauf hin, dass es im nächsten Jahre eine Wiederholung gibt.



dingungen für den Wassersport und für die Zuschauer. Drinnen, in den Booten, braucht es jedoch noch andere Dinge: einen erfahrenen Steuermann, einen fähigen Trommler und 20 Paddler, die

sich durch nichts vom richtigen Takt ihrer Paddel-

schläge ablenken lassen. Das diesjährige Rennen hat bewiesen, dass nicht nur die Profis die Sprintstrecke zwischen Kanuclub und Weserbrücke schnell hinter sich bringen konnten, sondern auch die teilweise noch wenig geübten Teams. Als Sieger der Fun-Klasse durften sich die "Badestrandbewacher" von der Rintelner DLRG feiern lassen. Die Canoe-Rats aus Hameln waren als schnellste der Profi-Klasse im Ziel. Das wichtigste Ziel wurde von den Organisatoren und Helfern um Paul Egon Mense, den Teilnehmern und Zuschauern gemeinsam erreicht: jede Menge Spaß und sportliche Unterhaltung. Allerbeste Voraussetzungen dafür, dass der Rintelner Veranstaltungskalender auch in 2010 um ein attraktives Sportereignis reicher wird.



Anfassen, Probieren und Informieren



Der 13. Rintelner Öko- und Bauernmarkt lockte auch in diesem Jahr wieder zahlreiche Besucher aus nah und fern in die Innenstadt.

Unter dem Motto "Ökoerzeugnisse schmecken besser" gab es viel Leckeres zu probieren und zu kaufen. Den Kindern gefielen besonders die Tiere. Dennoch, den stolzen Widder und die zwar niedlichen, aber durchaus auch imposanten Highland-Rinder schauten sie sich lieber mit etwas Abstand an. Aber spätestens bei den Kaninchen war es mit der Zurückhaltung vorbei, denn die kleinen Tiere konnten bedenkenlos gestreichelt werden. Mit Interesse verfolgten die Besucher insbesondere auch die Vorführungen alter Handwerkskunst und ließen sich von den ausstellenden Gartenbaubetrieben kompetent beraten. Abgerundet wurde die zugleich unterhaltsame und informative Vielfalt des Öko- und Bauernmarktes durch die verschiedenen Anbieter moderner und regenerativer Energieformen. Am Sonntag bot sich darüber hinaus noch die Möglichkeit, mit Ruhe und Muße in den Rintelner Fachgeschäften shoppen zu gehen.



Am Tag des offenen Denkmals hatten die Bürgerrinnen und Bürger die Möglichkeit, Baudenkmäler zu besichtigen, die normalerweise für die Öffentlichkeit nicht zugänglich sind.

Wetterfest musste man an diesem verregneten Sonntag allerdings sein. Wer sich aber von den dunklen Regenwolken nicht abschrecken ließ, wurde mit interessanten Ein- und Ausblicken und am Nachmittag sogar mit einigen Sonnenstrahlen belohnt. Auf großes Interesse stieß, neben vielen anderen Objekten, die Öffnung des Alten Museums, welches laut Dr. Alexander Lattermann künftig einen Cafébetrieb im Erdgeschoss beherbergen soll. Viele Leute, die sich schon lange fragten, was es mit dem Pavillon an der Hartler Straße auf sich hat, nutzten die Gelegenheit einer Innenbesichtigung und erfuhren, dass das schöne Rokoko-Gebäude künftig auch an Urlauber und für Veranstaltungen vermietet wird. Eine Wiederholung des Tags des offenen Denkmals würden vielen Interessierten sicherlich entgegen kommen, war es doch nahezu unmöglich, auch nur annähernd alle historischen Baudenkmäler an einem Tage besichtigen zu können.

Spannende Einblicke in Rintelner Industriebetriebe

Wie in den vergangenen Jahren nahmen viele Hundert Besucher die Gelegenheit wahr, sich im Rahmen des "Tages der offenen Tür" zahlreiche Betriebe im Industriegebiet Nord einmal aus der Nähe anzuschauen.

So konnte man beobachten, wie bei OI-Glaspack aus glühendem Glas farbige Flaschen hergestellt werden oder versuchen, die verschiedenen Düfte in den Produktionshallen von Schwarze & Schlichte ohne Hilfe von Experten zu identifizieren. Viele Betriebe nutzten den "Tag der offenen Tür", um Ihr Produktund Leistungsspektrum vorzuführen und neueste Entwicklungen vorzustellen.

Auch für die Kinder hatten sich die Firmen viele Aktionen einfallen lassen. Bei Eggersmann zum Beispiel amüsierten sich die Kleinen bei der Mini-Playback Show, drehten fleißig am Glücksrad und erfreuten sich am Ponyreiten. Die große Resonnance auf die von Pro Rinteln organisierte Veranstaltung belegte, wie groß das Interesse der Bürgerinnen und Bürger am Wirtschaftsstandort Rinteln ist.









Die Krönung der Symphonik - Bruckners 8. Symphonie

in St. Nikolai

Schon Richard Wagner hielt Bruckner nach Beethoven und Brahms für den größten Symphoniker, seine Achte ist die Krönung der Symphonik - der Sieg des Lichts über die Finsternis. Das Werk wird gespielt vom Göttinger Symphonie Orchester in großer Besetzung mit ca. 80 Musikern, davon allein acht Hörner, vier Wagner-Tuben, drei Posaunen, drei Trompeten und eine Kontrabass-Tuba.

Karten für dieses besondere

Am Sonntag, 25. Oktober um 17.00 Uhr erklingt in St. Nikolai die grandiose 8. Symphonie c-moll von Anton Bruckner.



Konzert, das man sonst wohl Großstädten erleben kann, sind in der Geschäftsstelle der Schaumburger Zeitung und bei der Sparkasse in der Klosterstraße erhältlich.

Dirigent Wolfgang Westphal gibt eine Einführung in das Werk mit Klangbeispielen am Samstag, 17. Oktober um 19.30 in der Nikolai-Kirche.

2. Großes Oldtimertreffen mit Teilemarkt

Am Samstag und Sonntag, 10. + 11. Oktober, ab 10 Uhr treffen sich auch in diesem Jahr wieder Freunde und stolze Besitzer "alter Schätzchen" in Rinteln am Weseranger.



Besuchern bietet sich reichlich Gelegenheit, die Oldtimer in aller Ruhe anzuschauen und zu bewundern. Und wie immer, wenn sich Liebhaber alter Karossen versammeln, wird überall ausführlich "gefachsimpelt" werden. Wer selbst ein altes Fahrzeug besitzt, weiß nur zu gut, wie wichtig und hilfreich der Erfahrungsaustausch mit anderen Haltern ist. Denn das eine oder andere Problemchen mit dem alten Schätzchen taucht

immer auf. Mehrere Teilehändler haben sich ebenfalls angekündigt und stellen im Rahmen eines Teilemarktes aus. Damit das Oldtimertreffen in jeder Hinsicht gemütlich wird, gibt es auch Gegrilltes, Crêpes, Kuchen aus dem Holzofen und natürlich warme und kalte Getränke. Die Teilnahme ist übrigens kostenlos. Anmeldungen, auch noch kurzfristig, bitte unter Telefon (0173) 6263605 und (0177) 2767451.





Unsere Leistungen

- Zimmererarbeiten
- Dachdeckerarbeiten
- Dachgauben/Loggien
- Haussanierungen alles aus einer Hand
- Carports
- Holzterrassen
- Altbau- u. Fachwerksanierung
- Dachfenster
- Fassadenverkleidungen

- Balkone
- Gartenzäune
- Isolierungen
- Trockenbau
- Innenausbau
- Parkett- u.
- Laminatarbeiten
- Außenanlagen
- Stegbau
- Holzrahmenbau
- · und vieles mehr ...

Gesundheits- & Pflegemesse



Unter dem Motto "Lebensqualität erhalten – im Alltag und im Alter" präsentieren sich Leistungsanbieter aus den Bereichen Gesundheit und Pflege am 8. November im Brückentorsaal in Rinteln.

Von 10 – 18 Uhr können sich die Besucher an zahlreichen Ständen individuell informieren und beraten lassen. Das informative Vortragsprogramm bietet kompetente Informationen zu verschiedenen Themen:

12.00 Uhr: Dr. med Peter Jürgensmeier:

"Gelenkersatzoperationen an Hüft- und Kniegelenken"

13.00 Uhr: Dr. med. Wolfrid Lübke:

"Arthrose: Gelenkpflege geht vor Krankenpflege"

14.00 Uhr: Dr. med. Torsten Figura: "Sport im Alter aus kardiologischer Sicht"
15.00 Uhr: Dr. med. Thomas Tiemann:

"Diabetes – Die Epidemie rollt"

16.00 Uhr: Dr. med. Friedrich-Wilhelm Eichler:

"Moderne Narkoseverfahren: keine Angst vor Übelkeit, Erbrechen und Wundschmerz"

17.00 Uhr. Dr. med. Constanze Priebe-Richter:

"Palliativmedizinische Betreuung am Ende des Lebens" Zwischen den Arztvorträgen präsentiert die Vereinigte Turnerschaft Rinteln Vorführungen rund um den Gesundheitssport. So stehen Stepaerobic als Herz-Kreislauf-Training, Kraft-Ausdauertraining mit Leichtgewichten, Rückentraining mit dem Pezziball, Yoga für Kraft, Energie und innere Stärke sowie Pilates mit der Rolle auf dem Programm. "Ein leerer Bauch studiert nicht gern!" Deshalb ist auf der Gesundheits- & Pflegemesse auch für das leibliche Wohl gesorgt. Die Berufsbildenden Schulen Rinteln bereiten Säfte und Vollkornwaffeln zu. Um 11 bis 13 Uhr gibt es Linseneintopf mit Rauchenden, Bockwurst mit Brot und ab 14 Uhr Kaffee und Blechkuchen. Der Eintritt ist frei.







Pflegevollservice seit über 10 Jahren

Ambulante Pflege Kinderkrankenpflege Haus- und Familienpflege 24 Stunden Bereitschaftsdienst Hilfsmittelversorgung Hausnotruf Kassenzulassung

Bahnhofstr. 30 31737 Rinteln

Tel. 0 57 51 / 95 70 06



Die neue
Calida Herbstmode
jst da!

ORDELHETDE

Mo.-Fr. 9.00-18.00 Uhr durchgehend
Sa. 10.00-14.00 Uhr
Bahnhofstr. 1a · Rinteln
Telefon 0 57 51 - 5169
Kostenloses Parken am Weseranger!

"Endlich Frei – die Nelson Mandela Story"

Das Schauspiel mit Musik von Gerold Theobalt und Wolfgang Schmidt beginnt am Mitt-

woch, 21. Oktober um 20 Uhr im Brückentorsaal.

Das Stück erforscht einerseits das Leben von Nelson Mandela und setzt sich andererseits mit dem Kapitel Apartheid in Südafrika auseinander. Die Erzählwei-



se wird dramatisch, poetisch, jedoch dabei nie ohne Humor sein. Es wird auch kritisch mit der Lebensgeschichte Mandelas und der Geschichte seines Landes umgegangen. Sieben professionelle Schauspielerinnen und Schauspieler, schwarz und weiß, werden mit Text, Gesang, Bewegung, Tanz und Originalkompositionen von W. Schmidtke diese große, komplexe Geschichte auf der Bühne umsetzen.

Eintritt: 18 Euro / 15 Euro, Vorverkauf: Schaumburger Zeitung

"Werther"

Die Aufführung am Mittwoch, 4. November um 20 Uhr im Brückentorsaal ist ein modernes Ein-Personen-Stück. Die Vorlage, der Roman von Johann Wolfgang von Goethe, wurde als Pflichtlektüre für das niedersächsische Zentralabitur 2009/2010 ausgewählt.

Die Handlung: Die Stadt ist unschön, die Leute sind uninteressant. Er will weg, fühlt eine tiefe Abneigung gegen das berufliche und alltägliche Einerlei. Bar jeder Lebensaufgabe und Bindung spürt er "tief in seinem Inneren" eine Leere. Doch dann trifft Werther Lotte und sie allein, meint er, kann diese Leere in ihm füllen. Er nutzt fortan jede Gelegenheit, bei ihr zu sein. Die Liebe beherrscht ihn so, dass er Lottes anstehende Verlobung mit Albert völlig ignoriert ... Goethes Briefroman als emotionsgeladener Monoloa: Ein hoch sensibler junger Mann zerbricht an der gefühlsarmen, verständnislosen Umgebung und an der eigenen Unfähigkeit,

meisi Schuhfabrik Germany Fabrikverkauf

Alte Heerstraße 23 31737 Rinteln-Deckbergen



In der Titelrolle: Alexander Zieglarski. Landestheater Detmold.

das Leben zu ordnen. Eintritt: 18 Euro / 15 Euro, Schüler: 5 Euro, Vorverkauf: Schaumburger Zeitung





12. Rintelner Bockbieranstich - Herrenabend der besonderen Art

Wenn sich die gestandenen Herren am Freitag, 30. Oktober ab 19.30 Uhr im Brückentorsaal in Rinteln versammeln, wollen sie unter sich bleiben.

Aus allen Ecken kommen die Männer. Ob aus Politik, Verwaltung, Wirtschaft, Kultur, Vereinen oder Verbänden, in jedem Falle wird es ein unterhaltsamer und deftiger Abend. Und wie es sich für einen zünftigen Bockbieranstich gehört, gibt es neben jungem Bock und Schaumburger Pils aus der Schaumburger Privatbrauerei auch einen rustikalen Imbiss. Für die musikalische Unterhaltung und beste Stimmung sorgen die Vollblutmusiker der Band "Die Landstrei-

cher". Auf die beliebte Bockbierrede dürfen sich die Herren schon jetzt wieder freuen.

Eintritt: 15 Euro inkl. Bockbierkrug mit Jahrgangsmotiv. Infos: Franz Josef Stöckl, Telefon (05751) 5005.

23. Stadtbosselturnier

Der Versehrten-Sport-Verein Rinteln e. V. lädt auch in diesem Jahr wieder zum Stadtbosselturnier in die Kreissporthalle am Schulzentrum in Rinteln ein.

Am Samstag, 7. November um 14.00 Uhr beginnt die traditionelle Kontakt-Veranstaltung für Rintelner Vereine, Institutionen, Verwaltungen und Wirtschaft. Bei sportlichem Wettkampf und gemütlichem Beisammensein soll das gute Verhältnis unter den Vorständen und Institutionen erhalten und vertieft werden.

Die Mannschaften des Stadtbosselturniers bestehen aus drei Personen (Damen oder Herren), doch auch Einzelmel-



dungen können erfolgen. Anmeldungen bitte bis 23. Oktober bei Walter Kölling unter Telefon 0 57 51 / 4 65 26.

Kostenloser Sicherheitstest Rufen Sie uns an!



IT-Systemhaus Fon: 0 57 51 - 60 79 170 Mail: info@deblatek.de www.deblatek.de



DinnerKrimi – Bei Verlobung: Mord!

Der DinnerKrimi am Freitag, 30. Oktober im Ratskellersaal verspricht ein Hochgenuss für Liebhaber gepflegter Gastlichkeit und spannender Kriminalgeschichten zu werden.



Wer ist der Täter - und warum? Als Zuschauer haben Sie die Wahl: Entweder tatkräftig zur Überführung des Mörders beizutragen oder die Auflösung des Krimis als stiller Augenzeuge zu verfolgen. Wie auch immer Sie sich entscheiden, beim Dinnerkrimi erleben Sie erstklassige Unterhaltung hautnah. Täter und Opfer bewegen sich gleichermaßen unter den Gästen - denn eine Bühne gibt es beim bei dieser ungewöhnlichen Aufführung nicht. Begleitet von einem ausgesuchten 4-Gänge-Menü entwickelt sich inmitten des Publikums ein ebenso spannender wie humorvoller Kriminalfall.

Beginn: 19.30 Uhr. Einlass 30 Minuten vor Vorstellungsbeginn. Infos und Reservierungen beim Veranstalter Der Stadtkater oder im Hotel Waldkater.



Gesehen werden – lebenswichtig für Fahrradfahrer!

Dunkelheit und Nässe machen es anderen Verkehrsteilnehmern schwer, Fahrradfahrer rechtzeitig zu sehen. Reflektoren und moderne Beleuchtungstechnik sorgen für mehr Sicherheit.

Die Tage werden jetzt merklich

kürzer und damit steigt Unfallrisiko das für Fahrradfahrer. Höchste Zeit also, die Fahrradbeleuchtung zu überprüfen. Sitzt der Dynamo fest und ist er richtig positioniert? Sind alle Reflektoren vorhan-

den? Funktionieren der Scheinwerfer und die Rückleuchte? Sind die Lampengläser intakt und sauber? Sind alle Kabel eng am Rahmen verlegt und fest mit den Lampen verbunden?

Bei neuen Fahrrädern gehört das elektronische Standlicht mit LED-Technik mittlerweile zum Standard. Es leuchtet noch einige Minuten weiter, selbst wenn das Rad nicht fährt. So ist das Fahrrad auch dann zu erkennen, wenn es an Ampeln oder Kreuzungen steht. Die klassischen Seitenläuferdynamos sind auf dem Rückzug und wurden durch Nabendynamos ersetzt. Diese liefern im Gegensatz zu ihren Vorgängern auch bei nassem Wetter eine einwandfreie Lichtleistung, Sehr komfortabel sind die hochwertigen Versionen moderner Lichtanlagen, die sich bei Dämmerung oder Dunkelheit durch Sensoren selbstständig einschalten.

Doch unabhängig davon, welche Technik Sie verwenden: Für Ihre Sicherheit und vor allem auch die der Kinder, ist einwandfrei funktionierendes Licht am Fahrrad absolut wichtig. Deshalb muss die Lichtanlage regelmäßig überprüft werden!

Sylvester-Fete im VTR-Heim

Noch scheint es bis Sylvester lange hin zu sein. Aber jeder weiß, die Zeit vergeht schnell und plötzlich ist das Jahr zu Ende.

Wie früher, veranstaltet Marion Hausmann in diesem Jahr eine Sylvester-Fete mit allem, was dazu gehört. Für die richtige Stimmung sorgt eine 3-Mann-Live-Band und das kalt-warme Buffet wird keine Wünsche offen lassen. Eintritt pro Person: 70 Euro inkl. Essen und aller Getränke. Anmeldungen bitte bis zum 1. Dezember unter Telefon (05751) 59 89 oder (0160) 96042567.

Blasorchester Feuerwehr Rinteln mit neuer CD

Das Blasorchester Feuerwehr Rinteln hat rechtzeitig zur kommenden Advents- und Weihnachtszeit eine neue CD mit dem Titel "Weihnachtskonzert" produziert.

Bei dem Silberling handelt es sich um einen Live-Mitschnitt des Adventskonzertes 2008 in der St. Nikolai Kirche. Neben neuzeitlichen und traditionellen Weihnachtsliedern beinhaltet die CD auch anspruchsvolle klassische Werke wie beispielsweise "Air" von Bach oder ein getragenes Flügelhornsolo (Ave Maria). Mit dieser Live-Aufnahme unterstreicht das Orchester einmal mehr seine

musikalische Qualität und bietet sehr authentische Blasmusik zum Thema "Weihnachten". Für Freunde festlicher Blasmusik ist dieser Tonträger daher sicher ein ideales Weihnachtsgeschenk. Erhältlich ist die CD zum Preis von 13 EUR bei der Tourist-Info Rinteln, bei Foto-Struck in Rinteln, Radio-Zerbst in Engern sowie unter www. feubori.de.

Wir machen Ihnen den HOF

Zwei starke Partner, die natürlich beeindrucken

- Pflasterarbeiten jeglicher Art
- Hofbefestigungen, Garageneinfahrten und Terrassen
- Erdarbeiten
- Erstellen von Baugruben
- Entwässerungsarbeiten und Kanalbau
- Regenwassernutzungsanlagen
- Asphaltarbeiten

- Gartengestaltung u. Planung
- Pflanz- und Pflegearbeiten
- Baumfällungen und Ausästungen
- Grünflächenpflege und Rasen mähen
- Teichanlagen
- Natur- und Verbundsteinpflasterarbeiten
- Winterdienst



Koopmann & Wienkoop Straßen-, Asphaltu. Tiefbau GmbH

Hellenweg 3 32683 Barntruj Tel (0 52 63) 94 65-0 Fax (0 52 63) 94 65 40 info@kw-hameln.de www.kw-hameln.de

Hamelner Gartenund Landschaftsbau **GmbH**

Am Frettholz 5 31785 Hameln Tel (0 51 51) 93 88 04 Fax (0 52 63) 94 65 40 info@hamelner-galabau.de www.hamelner-galabau.de





5. Niedersächsische RutschMeisterschaft 2009

Noch nie gab es einen niedersächsischen Rutschmeister aus Rinteln. Das könnte sich am 12./13. Dezember in Wolfsburg ändern. Doch zuvor muss der Ortsentscheid im Tropicana Spaß- und Erlebnisbad in Stadthagen gewonnen werden.

Im Tropicana finden am 07. November die Vorläufe und am 14. November das Finale des Ortsentscheids statt. Mitmachen kann jeder ab acht Jahren. Wer die 70-Meter-Rutsche am schnellsten hinunterrutscht, gewinnt und qualifiziert sich für die Teilnahme am Landesentscheid am 12. und 13. Dezember im BadeLand Wolfsburg. Doch damit noch nicht genug. Die Kosten für die Übernachtung mit einer Begleitperson im Holiday Inn Hotel Wolfsburg werden von den Sponsoren der Gesamtveranstaltung übernommen. Und wenn es auch beim Ortsentscheid nicht ganz zum Sieg reichen sollte, jede Menge Spaß ist auf jeden Fall garantiert!

Weitere Infos unter: www.tropicana-stadthagen.de

Vielseitige Kunst in Rintelner Fachgeschäften – "Galerie Innenstadt"

Vom 5. bis 21. November stellen Künstler aus den Bereichen Malerei, Bildhauerei und Objektkunst auch in diesem Jahr ihre Kunstwerke in den Fachgeschäften der Rintelner Innenstadt aus.

Die Eröffnung der "Galerie Innenstadt" findet am 5. November um 18.30 Uhr in der Volksbank, Klosterstr. 30 statt. Hier können Sie sich während der gesamten Ausstellung einen Gesamtüberblick über die große Vielfalt der Werke verschaffen, denn von jedem der teilnehmenden Künstlerinnen und Künstler wird ein Objekt gezeigt.

Jeweils ein Künstler stellt in den Räumen von Alles-mit-Stiel, Apollo Optik, Bäckerei Dreimann,

Betten Maack, Eine Welt Laden, engbers, Intercoiffure Fricke, Jule - Mode und mehr, Lohse Bürotechnik, Modehaus Beckmann, Optik Henke, Pro Rinteln, Schaumburger Zeitung, Schuhhaus Kreth, Speisekorn Orthopädie, steinReich, StoffWerk und Top Foto aus. Einen ausführlichen Bericht zur "Galerie Innenstadt" können Sie in unserer November-Ausgabe lesen.

Kinderschutzbund sucht neue Familienpaten

Der Kinderschutzbund Rinteln e. V. sucht ab sofort weitere Ehrenamtliche, die sich als Familienpaten für Rintelner Familien engagieren wollen.

Am 24. Oktober startet in Rinteln eine neue Schulung, die interessierte Frauen und Männer an sechs Terminen auf die Tätigkeit als Familienpate vorbereitet. Gesucht werden im Moment vor allem Menschen, die nachmittags Zeit haben, Rintelner Familien zu besuchen und zu entlasten.



Albrecht Schäffer ist beim Kinderschutzbund verantwortlich für das Familienpaten-Projekt und erläutert, was bei dieser ehrenamtlichen Tätigkeit in den Familien gemacht wird: "Unsere Familienpaten besuchen ein bis zwei Mal pro Woche eine Familie. Je nachdem, was die Eltern an Entlastung wünschen, beschäftigen sich die Paten mit den Kindern, helfen bei den Schularbeiten, hören zu oder begleiten die Eltern bei schwierigen Gesprächen oder Amtsterminen." Ziel des Familienpatenprojektes ist es, Eltern Mut zu machen, Kinder zu fördern und die soziale Isolation von Familien zu überwinden. Familienpaten leisten auf freiwilliger Basis Hilfe von Mensch zu Mensch. Wer über Einfühlungsvermögen und Lebenserfahrung verfügt, gut zuhören kann und Geduld mitbringt, der hat gute Voraussetzungen für dieses verantwortungsvolle Ehrenamt.

Der Kinderschutzbund Rinteln e. V. hat das Familienpaten-Projekt im September 2008 gestartet. Gegenwärtig werden 17 Rintelner Familien mit bis zu vier Kindern regelmäßig von Familienpaten besucht und unterstützt. Dieses Angebot ist für die Familien freiwillig und dank der finanziellen Unterstützung aus öffentlichen Mitteln kostenlos. Als eine Form der "Frühen Hilfen" soll mit dem Familienpaten-Projekt auf dem Wege frühzeitiger, niederschwelliger Unterstützung erreicht werden, dass Eltern im Familienalltag unterstützt und Kinder in ihrer Entwicklung gefördert werden. Hinter diesem Ansatz steht die Erfahrung, dass Versäumnisse in den frühen Kindheitsjahren später nur schwer wieder aufgeholt werden können.

Wer sich über das Familienpaten-Projekt und die anstehende Schulung informieren möchte, kann sich montags bis freitags von 10 bis 14 Uhr unter der Telefonnummer (05751) 965 218 bei Albrecht Schäffer melden. Nähere Informationen auch unter: www.kinderschutzbund-rinteln.de



5-jähriges Jubiläum bei fashion point

Aus Kindergeschäft wurde hochaktuelle Mode für Sie und Ihn.



Vor nunmehr schon 5 Jahren begann Monika Balsmeyer entgegen allen Warnungen wegen der wirtschaftlich düsteren Lage mit der Selbstständigkeit. Alles begann mit der Kinderboutique kids fashion neben der Volksbank in der Klosterstraße. Nach wenigen Monaten musste das Geschäft wegen Umbaumaßnahmen dort weichen und zog an den jetzigen Standort in die

Fußgängerzone, Klosterstraße 13. Im August 2007 kam es dann zu einem folgenschweren Ereignis: Über Nacht wurde bei einem Einbruch der komplette Warenbestand entwendet. Zu diesem Zeitpunkt begann die Umstellung auf Bekleidung für Erwachsene. Zunächst mit den Trendmarken Bench, Dickies und SwissDenim. Auf vielfachen Wunsch der etwas älteren Kundschaft, die auch mal größere Größen benötigt, kam die Marke blue seven eines alteingesessenen deutschen Herstellers hinzu. Neuerdings gibt es auch italienische Jeans von GANG. Bei fashion point können die Kunden ihren Einkauf bei einer Tasse Kaffee genießen und sich von der Inhaberin persönlich und in Ruhe beraten lassen. In der Jubiläumswoche vom 17.-24. Oktober gibt es als kleines Dankeschön einen Rabatt von 25 % auf die komplette Winterware. Mehr Infos unter Telefon (05751) 964598.





Maßanfertigungen Schnitterstellung Änderungen Ritterstr. 1

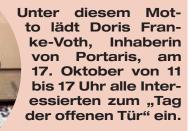
31737 Rinteln

Modeatelies Bärbel Koch

Dekorationen Haute Couture Stoffe aus Paris und Mailand Telefon 3252 und 0171/7591583

www.modeatelier-koch.de

Einfach: genießen, erleben & entspannen!



Die an der Paracelsus-Schule in Bielefeld ausgebildete psychologische Beraterin bietet seit April 2008 Le-

bensberatung und Kinesiologie-Balance an. Während des Tages der offenen Tür informiert Doris Franke-Voth über die verschiedenen Anwendungsgebiete der Kinesiologie, wie z. B. als Methode zur Förderung stressfreien Lernens und Arbeitens, zur Stabilisierung der Gesundheit und Steigerung der Kreativität. Auch die Kraft der Magneten wird ein großes Thema sein: Die neuen Magnetschmuck-Modelle von Energetix werden vorgestellt und auf Einzelstücke aus der alten Kollektion gibt es bis zu 50 % Rabatt. Ein Besuch bei Portaris in Eisbergen, Auf den Drohnen 14a, lohnt sich also in vielerlei Hinsicht. Mehr Infos unter Telefon (05751) 8960158 oder (0176) 20019735.

10 Jahre "VEDIC Fuss-Fit"

Anlässlich seines 10-jährigen Praxis-Bestehens liegt es Kathirgamar Kanagarajah besonders am Herzen, seinen Kunden für ihre Treue zu danken.

Vielen Kunden konnte der aus Sri Lanka stammende Fachmann seit seiner Praxiseröffnung schon helfen. Ob als Podologe, also als staatlich geprüfter medizinischer Fußpfleger, oder Ayurveda-Spezialist. In der medizinischen Fußpflege bie-Kathirgamar Kanagarajah das



ganze Spektrum der Fußpflege an und verfügt über die Zulassung aller Krankenkassen. Sein zweites Spezialgebiet sind Ayurveda-Behandlungen, wobei ihm die eingehende Beratung besonders wichtig ist. "Eine ganzheitliche Behandlung ist das Wichtigste. Dazu gehören natürlich auch eine ausgiebige Ernährungsberatung und Massagen", so Kanagarajah. Besonders Rückenleiden hat er schon erfolgreich behandelt. Viele seiner Kunden schätzen die angenehme, ruhige Atmosphäre seiner Praxis, doch auch Hausbesuche sind natürlich möglich. Weitere Infos unter VEDIC Fuss-Fit, Extertalstr. 9, Krankenhagen, Telefon (05751) 959511.



GROSSER MUSTER-KÜCHEI

"Duft & Mode" - außergewöhnliche Modenschau im "Haus der Schönheit"

Am Samstag, 24. Oktober um 14.30 Uhr, laden Petra Tschentscher und Marion Waltemathe-Sasse zu einer außergewöhnlichen Modenschau ins "Haus der Schönheit" in Krankenhagen ein.



"Die großen Parfümeure namhafter Düfte wie Armani, Boss, Bulgari, Lancaster, Rubenstein und viele andere, lassen sich auch von den wichtigsten Modetrends inspirieren und stimmen ihre Duftnuancen auf die verschiedenen Frauentypen ab. Da liegt es nahe, eine Modevorführung zu arrangieren, in der aktuelle Damenmode für jedes Alter und die Dufthighlights der Saison fein aufeinander abgestimmt werden" erklärt Petra Tschentscher, Inhaberin des "Hauses der Schönheit", ihre außergewöhnliche Idee. Ge-

meinsam mit Marion Waltemathe-Sasse, MARION's KLEINE MODEWELT aus Deckbergen, lädt sie alle modebegeisterten Damen zu dieser reizvollen Modenschau im ruhigen und stilvollen Ambiente ihrer Räumlichkeiten im Meierfeld 14 Krankenhagen ein und bittet um Anmeldung bis zum 22. Oktober bei Petra Tschentscher, Telefon (05751) 2292 oder bei Marion Waltemathe-Sasse (0151) 15391909. Der Eintritt in Höhe von 5 Euro wird komplett an den Kinderschutzbund Rinteln gespendet.

Gesundheitstag bei "fit & aktiv"

Am Donnerstag, 25. Oktober von 10 - 18 Uhr lädt das Gesundheits-Zentrum fit & aktiv zum Gesundheitstag ein.

Die Besucher haben an diesem Tag die Möglichkeit, sich in ungezwungener Atmosphäre über das vielfältige Angebot von fit & aktiv zu informieren und die Räumlichkeiten in der Heisterbreite 6 in Rinteln kennenzulernen. Außerdem erwartet sie neben einer Tombola mit attraktiven Preisen ein umfangreiches Vortragsprogramm:

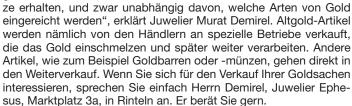
Um 11.00 Uhr stellt sich der Verein für Gesundheitssport Reha-Vital vor. Ab 12.00 Uhr referiert die Physiotherapeutin Martina Driftmann-Sjarow zum Thema "Rückenschmerz muss nicht sein." Weiter geht es um 14.00 Uhr mit dem Vortrag "IKK - Der Gesundheitssport" und um 15.00 Uhr informiert Dr. W. Lübke über Gesundheitstraining im Alter. Die Fachtrainerin Susanne Stenzel liefert ab 16.00 Uhr fachkundige Informationen zu Power-Plate-Vibrationstraining und Vacu-Walk Unterdrucktraining. Zum Abschluss der Vortragsreihe referiert Dipl. Fitnesstrainerin Ines Rothe ab 17.00 Uhr über gesunde und ausgewogene Ernährung. Weitere Infos unter Telefon (05751) 3414.

Goldankauf – ein Besuch lohnt sich!

In Zeit knapper Geldbeutel ist der Verkauf von Goldsachen, wie altem Schmuck oder Zahngold, ein unkompliziertes und lohnendes Geschäft.

Gold ist eines der wertvollsten Edelmetalle. Da es als wertstabil und somit auch als krisensicher gilt, wird es gern auch von Privatpersonen ge- und verkauft. Weil der Goldpreis in den vergangenen Jahren deutlich gestiegen ist, denken immer mehr Menschen darüber nach, die unterschiedlichsten Goldartikel zu verkaufen, um damit Geld zu verdienen. Zum Erstaunen vieler ist das Spektrum an Möglichkeiten sehr groß: Es gibt die unterschiedlichsten Goldartikel, die man lukrativ verkaufen kann. Oft werden bei Goldankäufern Ringe, Ketten oder auch Armbänder veräußert, aber auch Zahngold aus ausgefallenen Kronen kann ohne Probleme zu Geld gemacht werden.

"Im Grunde genommen, ist der Goldankauf eine sehr faire Sache, weil die Kunden vergleichsweise viel Geld für ihre Goldschät-









Schermer & Partner

Steuerberatungsgesellschaft

31737 Rinteln • Ostpreußenweg 9 Tel. (0 57 51) 967777 • Fax 967770

E-Mail: office@stb-schermer.de • www.stb-schermer.de





Der Beautygarten - alles rund 10 Jahre Marittas Hundesalon um Pflege und Schönheit

Neben hochpreisiger Mode verschiedener Premiummarken und exklusiven Düften namhafter Hersteller bieten Parfümerie Bianca und Donna Lifestyle in der 2. Etage im Beautygarten, Weserstr. 22, nun auch alles um das Thema Pflege und Schönheit an.



In der exklusiven Kosmetikkabine bietet das Team von Inhaberin Bianca Bilgin verschiedene Gesichts- und Körperbehandlungen bis hin zur Anti-Aging-Beratung mit Dr. Werntgen an. Die nächste Gelegenheit zur persönlichen Beratung durch Dr. Werntgen besteht am 3. November. Termine können ab sofort vereinbart werden.

Abgerundet wird das Beauty-Programm mit zwei Sonnenkabinen, einem Fingernagelstudio mit Alessandro-Produkten und medizinischer Fußpflege. In der Körperkabine werden Massagen und Umfangsreduzierung vom klassischen Body-wrap, über Thalasso-Therapie bis zum Powerplate angeboten. Aus dem umfangreichen Angebot des Beautygartens können sich die Kunden ihren ganz persönlichen Wellnesstag zusammen stellen oder auch einen Gutschein als Geschenk. Weitere Infos unter Telefon (05751) 43 477.









Personalvermittlung www.besser-personal-service.de

Seit 10 Jahren lebt Maritta Brtschitsch ihren Jugendtraum. Schon in ganz jungen Jahren wollte sie Hundefriseur werden.

1999 absolvierte die gelernte Krankenpflegerin ihre Ausbildung zur Hundefriseurin und eröffnete noch im gleichen Jahr ihren Hundesalon in Friedrichshöhe. Ihre vielen Stammkunden wissen ihr Können rund um das Trimmen und Scheren der verschiedenen Hunderassen zu schätzen. Jedes Tier bedarf einer



individuellen Behandlung und

Pflege, denn jeder Hund hat seinen eigenen Charakter und seine eigene Anatomie. Wer noch nie in Marittas Hundesalon war, sollte rechtzeitig einen Termin vereinbaren, um Wartezeiten zu vermeiden. Im kleinen Rahmen betreibt Maritta Brtschitsch auch eine Hundepension ohne Zwinger. Die Gasthunde wohnen zusammen mit den eigenen zwei Hunden, einem Pudel und einem Basset, mit im Haus. Weitere Infos unter Telefon (05754) 1721.

Optiker Bertram - moderner & schöner auf über 100 m²

Seit dem 29. September empfängt das traditionsreiche Optik-Fachgeschäft Bertram seine Kunden in den neuen Räumen in der Weserstraße 13.



Auf über 100 m² beraten die Augenoptikermeister Reiner und Stefan Bertram ihre Kunden rund um das Themen Sehen. "Wir als Augenoptiker verstehen uns als Beräter für die unterschiedlichen Seh-Situationen

unserer Kunden", erklärt Stefan Bertram. Welche Sehhilfe jeweils den individuellen Einsatzbereichen entspricht, wird ausführlich im persönlichen Beratungsgespräch abgestimmt. Dabei spielt natürlich auch der modische Aspekt eine Rolle. So können die Kunden bei Optiker Bertram aus einem umfangreichen Sortiment aktueller Brillenmode sowie Sonnen- und Sportbrillen wählen. Und für den schnellen Brillenreparatur- und Anfertigungsservice sorgt die eigene Meisterwerkstatt im Hause. Wer lieber Kontaktlinsen trägt, findet hier ebenso kompetente Hilfe und Beratung. Noch bis zum 10. Oktober wird der Umzug bei Optiker Bertram mit attraktiven Sonderangeboten und einer gro-Ben Verlosungsaktion gefeiert. Feiern Sie mit! Optiker Bertram, Weserstr. 13, Telefon (05751) 957074.



Waldgasthaus **Homberg**

> Restaurant > Festsaal > Sonnenterrasse

Catering & Partyservice

Wild-Wochen wir freuen uns auf sie!

Öffnungszeiten:

Mi - Sa 11.30 - 23.00 Uhr 11.00 - 23.00 Uhr

Kleine Heide 9 | 31737 Rinteln/Strücken Fon (0 57 51) 38 83 | Fax 95 96 20 www.waldgasthaus-homberg.de



Zeitarbeit

Reifen- und Autoservice Steinbergen spendet für Kindergärten

Die Erlöse in Höhe 320 Euro von dem Verkauf von Bratwurst, Kuchen, Torten und Getränken am "Tag der offenen Tür" erhielten der Comenius-Kindergarten Rinteln und der Kindergarten Steinbergen.

Yvonne Pape, Geschäftsführerin der Reifen- und Autoservice Steinbergen GmbH konnte mit dem "Tag der offenen Tür" im August hoch zufrieden sein. Viele Besucher nutzen die Gelegenheit, das seit Februar in



Steinbergen ansässige Unternehmen mit seinem breiten Leistungsspektrum näher kennenzulernen. Und die Kindergarten-Kinder können sich natürlich auch freuen, denn mit den Spendengeldern werden neue Spielzeuge angeschafft.

> Faszination auf Glas – Ausdruck von Individualität und Persönlichkeit

> > Schier unendliche Möglichkeiten, Kunst- und Echtglas individuell und kunstvoll zu gestalten, bietet die Firma Wecke Design in Möllenbeck an.

Türen sind hier nicht mehr nur noch die Öffnung eines Raumes, sondern Ausdruck von Individualität, Lebenseinstellung oder auch Unternehmensphilosophie. Mit künstlerischem Geschick werden bei Wecke Design mittels einer speziellen Airbrush-Spritztechnik Motive auf Oberflächen gesprüht. Dabei spielt es keine Rolle, ob die Oberflächen plan, rund oder gewölbt sind. Im Innen-, wie im Außenbereich, lassen sich so völlig neue Akzente setzten. Da keine Fugen entstehen, ist die Reinigung und Pflege einfach. Küchen verwandeln sich mit Rückwänden aus Glas in absolute Einzelstücke mit individuellem Design. Die Glasplatten bestehen aus 8 mm dickem Sicherheitsglas und werden ebenfalls in Airbrushtechnik besprüht. So entstehen außergewöhnliche Küchenrückwände, die sich durch einfache Pflege, Beständigkeit und Modernität auszeichnen.

Weitere Infos unter www.weckedesign.de oder Telefon (05751) 95 73 26.

ANDRÉ LAX BAUELEMENTE Handel und Montagetechnik

- Wintergarten
- Überdachungen
- Carports
- Fenster, Türen, Rolläden
- Parkett- und Laminatverlegung

Telefon 0 57 51 / 89 10 396 Mobil 0170 / 480 6300 Fax 0 57 51 / 89 10 397

Kostenlose Beratung vor Ort

Sparen Sie bis zu Heizkosten mit mod. Technik. Wir beraten Sie gern unverbindlich. www.hoefer-bad-heizung.de 31737 Rinteln • 0 57 51 - 91 84 80

Barrierefreiheit für maximales Duschvergnügen

Bei der Planung von Neubauten oder geplanten Renovierungs- und Sanierungsmaßnahmen spielen barrierefreie Bäder eine immer wichtigere Rolle.

Das Badezimmer als reine "Nasszelle" hat längst ausgedient. Immer mehr Kunden wünschen sich in den eigenen vier Wänden Wohlfühl-Bäder ohne Hindernisse für mehr Erholung und Unabhängigkeit", stellt Peter Franke von Ackmann Heizung Sanitär aus Möllenbeck bereits seit längerem fest. Die Lösung bieten schwellenlose Duschen mit viel Raum für Selbstständigkeit durch einen einfachen Zugang, maximale Bewegungsfreiheit und sicheren Komfort für alle Generationen.

Beste Erfahrungen haben die Möllenbecker Sanitärspezialisten mit dem neuen HSK-Bodeneinbau-System gemacht. Es bietet eine leichte Handhabung, zeit- und kostensparende Montage und zusätzliche Wärme- und Schallschutzdämmung bei geringer Einbautiefe und wurde bereits mit dem GGT-Siegel "gut" ausgezeichnet. Die Deutsche Gesellschaft für Gerontotechnik® (GGT) hat dieses Siegel für besonders empfehlenswerte Produkte eingeführt, welche relevante Kriterien wie Bedienkomfort, Design, Verarbeitung und Sicherheit optional



erfüllen. "Viele Kunden legen zudem großen Wert auf möglichst wenig Staub und Schmutz während der Einbaumaßnahmen. Dank der modernen Einbausysteme für Badezimmer können wir auch diesen Wunsch weitgehend erfüllen", so Peter Franke. Mehr Informationen erhalten Sie unter Telefon (05751) 32 64.



STALTUNGSKALE

Regelmäßige **Termine**

dienstags...

07.00-13.00 Uhr **Rintelner Wochenmarkt**

auf dem Marktplatz Info: Stadt Rinteln Tel: 05751-403187

samstags...

07.00-13.00 Uhr **Rintelner Wochenmarkt**

auf dem Kirchplatz Info: Stadt Rinteln Tel: 05751-403187

16.00 Uhr

Themen-Stadtführungen mit historischen Figuren durch die Rintelner Innenstadt

Treffpunkt am Nachtwächter auf dem Marktplatz Kosten: 4,00€ p.P. Stadt Rinteln Stadtführer

sonntags...

11.00 Uhr Stadtführungen durch die **Rintelner Innenstadt**

Treffpunkt am Nachtwächter auf dem Marktplatz Kosten: 3,00 € p.P. Stadt Rinteln Stadtführer

täglich...

bis Sa, 31.10. von 09.00-17.00 Uhr Mit der Fahrrad-Draisine durch das Extertal

Die Draisinen sind ideal für den Familienausflug, die Vereinsfahrt, für junge und "erfahrene" Paare und Busgesellschaften. Info und Reservierungen Pro Rinteln e.V. Tel: 05751-403988

bis Mo, 2.11. 10.00-20.00 Uhr Einlass bis 17.00 Uhr **Erlebniswelt steinzeichen**

Kultureller Freizeitpark Neue Attraktionen, Mach-Mit-Angebote, Work-Shops, Veranstaltungen am Samstag u. Sonntag

Info und Reservierungen: Erlebniswelt steinzeichen Tel 05751-917590

www.traubshop.de



Brennerstraße 13 31737 Rinteln Tel: 05751 890098 flieger

Kinder-drachen Lenkdrachen Katapultflieger Segelflieger Gummimotor-

Tagestipps

Do 08,10,

15.00 Uhr

Treffen der Ostpreußen, Westpreußen und Danziger

Filmvorführung von Friedhelm Gorski: "Die Samlandbahn", Gäste herzlich willkommen. Ort: Hotel Stadt Kassel, Klosterstraße 42. Rinteln Info: Telefon (05751) 3071 oder (05751) 5386

19.00 Uhr

Bierprobe in der Rintelner Vinothek

Probieren Sie an diesem Abend verschiedene Biere aus England, z. B. London Pride, Organic Honey Dew, London Porter, Vintage Ale, Imperial Stout, Nut Brown Ale.

Um Anmeldung unter (05751) 890950 wird gebeten. Ort: Rintelner Vinothek, im Innenhof Gut Exten

Fr 09.10.

10.30 - ca. 11.30 Uhr **SONSWAS - Kinderthea**ter: "Ein Gnuddel kommt selten allein"



Eine Geschichte mit Witz und Inhalt, toller Musik und eindrucksvollen Figuren. Alter: ab 4 Jahre, Kinder unter 7 Jahren nur in Begleitung eines Erwachsenen. Kosten: Kinder 3,- € / Erwachsene 4,- €. Ort: Kulisse, Ostertorstr. 2, Rinteln, Tel. 41924 (Mo+Mi 16-19 Uhr)



Sa 10.10.

ab 14.00 Uhr

Tag der offenen Tür und **Herbstfest**

Hausführungen, Unterhaltungsprogramm für Jung und Alt, kulinarisches aus der hauseigenen Küche.

Ort: AZURIT Seniorenzentrum Berghof, Heringerloh 14, Friedrichshöhe

Info: AZURIT Seniorenzentrum Berghof, Tel: 05754-92640

Sa 10.10. bis So 11.10.

ab 10.00 Uhr 2. Großes **Oldtimertreffen** für Autos, Motorräder, **Nutzfahrzeuge und** Youngtimer mit Teile-



Teilnahme kostenlos, Für Verpflegung ist gesorgt. Um Anmeldung wird gebeten. Ort: Rinteln, Am Weseranger Info: Herr Schwertfeger Tel: 0173-6263605

So 11,10,

11.00 Uhr

Führung durch das Kloster **Möllenbeck**

Teilnahme kostenlos Ort: Kloster Möllenbeck

Mi 14.10.

15.00 Uhr

Pommerscher Gesprächskreis

Ort: Bürgerhaus am Markt, Rinteln [Fahrstuhl 4. Etage] Info: (05751) 44535 oder (05751) 76829

Do 15,10,

15.00-16.00 Uhr

SchmökerPiratenClub: "Die SchmökerPiraten entdecken den Herbst"

Mitmach-Vorlesestunde rund um den Herbst für Kinder ab 6

Ort: Stadtbücherei Rinteln, Klosterstr. 21a Eintritt: 1,00 €, Anmeldung erforderlich Info: Stadtbücherei. Klosterstr. 21a

Tel: 05751-403164

Fr 16.10.

19.00-22.00 Uhr

"alludo" Brettspieler-Treff

Ein offener Spieltreff für alle ab 16 Jahren. Wer Spaß an Brettspielen hat, kann einfach vorbei kommen und mitspielen! Ort: Bürgerhaus, Marktplatz 7, Rinteln

Eintritt: frei

Info: Frau S. Semmler Tel: 05152-524955

Sa 17.10.

11.00 - 18.00 Uhr

"Tag der offenen Tür" bei **Portaris**

Inh. Doris Franke-Voth. Informationen über Kinesiologie, Magnetschmuck, Verlosung, u.v.m. Ort: Auf den Drohnen 14a (Ecke Raiffeisenstr.), PW-Eisbergen Info: Tel (05751) 8960158 oder (0176) 20019735



Sicherheits- und Dienstleistungs-Unternehmen Schaumburg

Copartner Zertifiziert nach DIN EN ISO 9001 VDS anerkannt

J. Sinen GmbH

31737 Rinteln

Behrenstr. 33 Tel. 0 57 51 / 9 41 88-0 Fax 0 57 51 / 9 41 88-40

Ausbildungsfachbetrieb

für Schutz und Sicherheit Anerkannte Schulungsstätte für den § 34 A für das Bewachungsgewerbe

www.sds-sinen.de



19.30 Uhr

"Der Sieg des Lichts über die Finsternis"

Einführung in Anton Bruckners grandiose 8. Symphonie. Referent: Wolfgang Westphal Ort: St. Nikolai-Kirche

20.00 Uhr Stadtkönigsball der Schützen

Karten in den Vereinen erhältlich. Für Gäste auch an der Abendkasse.

Ort: Brückentorsaal

Mi 21.10.

20.00 Uhr

Schauspiel mit Musik "Endlich Frei - Die Nelson Mandela Story"

Von Gerold Theobalt und Wolfgang Schmidtke. Mit Ron Williams in der Titelrolle. Eintritt: 18,00€ / 15,00€ Ort: Brückentorsaal VVK: Schaumburger Zeitung Info: Kulturring Rinteln e.V. Tel: 05751-2229

Do 22.10.

19.30 - 21.30 Uhr

Themenabend: "Räume optimal beleuchten"

Ort: Bürgerhaus Rinteln Veranstalter: Akzente Förderverein e.V., Preis: 8,- €. Infos: www. akzente-dienstleistung.de.

Sa 24.10.

11.00 - 12.00 Uhr

Kleines Schiff in großer

Eine Geschichte von der Sturmstillung, dazu Kirchenraumerkundung, singen, basteln und bewegen. Für Kinder von 4 - 8

Jahren, gern auch mit Beglei-

Ort: Nikolaikirche Rinteln Organisator: Nikolaikirche Rinteln

Kontakt:

Frau Duske (05751)75952, Frau Dreyer (05751) 76411

14.30 Uhr

Modenschau "Duft & Mode"

Modevorführung in persönlichem Ambiente in Zusammenarbeit mit Marion's Kleine Modewelt. Um Anmeldung bis 20.10. wird gebeten.

Ort: "Haus der Schönheit" Petra Tschentscher Meierfeld 14, Krankenhagen, Tel. (05751) 22 92

Eintritt: 5 €, komplett zugunsten des Kinderschutzbundes

Sa 24.10. und So 25.10.

10.00 - 17.00 Uhr

Präsentation BMW X1 und 5er BMW GT mit Ausstellung rund um den Reitsport.

Ort: Autohaus Becker-Tiemann Bückeburg (Bergdorfer Str. 42)

Stadthagen (Vornhäger Str. 59)

So 25.10.

10.00 - 18.00 Uhr

Gesundheitstag

Beratungen, Vorträge, Tombola und vieles mehr. Das Team von fit & aktiv freut sich auf Ihren Besuch!

Ort: Gesundheitszentrum fit & aktiv, Heisterbreite 6, Rinteln Tel: (05751) 3414

12.00 - 17.00 Uhr

Der Buchbinder und der **Schmied zeigen altes** Handwerk.

Eintritt frei.

Ort: im Hof der Schaumburg

17.00 Uhr

Symphonie-Konzert Anton Bruckner: Symphonie Nr. 8 c-moll "Die Krönung der Symphonik"

Göttinger Symphonie Orchester.

Dirigent: Wolfgang Westphal Ort: St. Nikolai-Kirche Rinteln Info: Herr Westphal Tel: 05751-41344 VVK: Schaumburger Zeitung,

Sparkasse Klosterstr.

16.00 Uhr-ca.17.00Uhr

Do 29.10.

"Der kleine König"

Eine poetische und humorvolle Inszenierung für die ganze Familie / Alter ab 3 Jahren Ort: Kulisse, Ostertorstr. 2, Rinteln

VVK: Ki / Erw 3,00 € / Tageskasse: Ki / Erw 4,00 € Anmeldung für Gruppen ab 10 Personen erforderlich Info: Kulisse, Tel: 05751-41924, Mo + Mi 16.00 - 19.00 Uhr

Fr 30.10.

18.30 Uhr

"Erkenne, wer Du wirklich bist - und lebe es auch!"

Vortrag von Stefan Hackemesser Ort: Samadhi. Brennerstr. 14, Rinteln

19.30 Uhr 12.

Rintelner **Bockbier**anstich

Herrenabend der besonderen Art mit deftigem

Imbiss, Bockbier und Pils der Schaumburger Privatbrauerei. Musikalische Unterhaltung mit der Band "Die Landstreicher" und beliebte Bockbierrede. Eintritt: 15,00 € inkl. Bockbierkrug mit Jahrgangsmotiv Ort: Brückentorsaal Rinteln Info: Herr Stöckl Tel: 05751-5005

FREUDE FÄHRT, WOHIN SIE WILL.

Der neue BMW X1



www.bmw.de/X1



Erleben Sie den neuen BMW X1. Mit seinen durchzugsstarken Motoren, die dank BMW EfficientDynamics mehr Fahrfreude bei weniger Verbrauch bieten, und seinem variablen Innenraum bringt er Sie an jedes Ziel. Wobei das eigentlich sekundär ist was zählt, ist der Weg. Lernen Sie ihn jetzt kennen. Am besten bei einer Probefahrt. Wir freuen uns auf Sie!

FREUDE IST DER NEUE BMW X1.

BMW EfficientDynamics



Kommen Sie am 24.+25.10.2009 zu unserer großen Premiere und erleben Sie exklusiv ein Fahrzeug voller Möglichkeiten: den BMW X1.

Autohaus

Autonaus Becker-Tiemann-Schaumburg Bergdorfer Str. 42

31655 Stadthagen Tel. 05721 9740-0 Fax 05721 9740-40 31675 Bückeburg Tel. 05722 8930-0 Fax 05722 8930-30

www.becker-tiemann.de

KAFFEE • KNEIPE rennbar

Kicker • Dart Flipper • W-Lan



- täglich ab 9 Uhr unser reichhaltiges Frühstücksangebot
- durchgehend warme Küche ab 12 Uhr
- täglich wechselndes Mittagsgericht ab 4,90 € und abwechslungsreiche Speisekarte - Alle Gerichte auch zum Mitnehmen!
- zum Kaffee leckerer, selbstgebackener Kuchen
- Fußball-Bundesliga und andere Sporthighlights LIVE im TV (

Rinteln · Enge Str. 12 · Tel. 05751/8904740

www.trennbar.com

VERANSTALTUNGSKALENDER

Fr 30₋10₋

19.30 - 23.30 Uhr

DinnerKrimi:

Bei Verlobung: Mord!

Ein kulinarisch- kriminalistischer Hochgenuss - bestehend aus einem Aperitif, einem 4-Gang-Menü und einer spannenden Kriminalgeschichte, die sich zwischen den einzelnen Gängen inmitten des Publikums rasant entwickelt. Einlass ist 30 Minuten vor Vorstellungsbeginn! Preis: 69,- € pro Person. Ort:

Bistro & Café Der Stadtkater Veranstalter: Der Stadtkater. Infos/Reservierungen/Buchungen: www.dinnerkrimi.de, Tel.: 01805 / 302022 + 06151 / 98009-12 oder direkt im Hotel Waldkater

Sa 31.10.

18.30 Uhr

DJ "D" Andreas aus Hannover mit Musik der 70er bis 90er Jahre,

Eintritt frei, Essen + Trinken à la Carte

Ort: Stadtgarten, Rinteln

Di 03.11.

10.00 - 18.00 Uhr

Anti-Aging-Beratung mit Dr. Werntgen

Ort: Beautygarten in der Parfümerie Bianca, Weserstr. 22, Rinteln. Terminvereinbarung: Telefon (05751) 43477.

15.00 Uhr

Seniorennachmittag

Ort: Ev. Stadtmissionsgemeinde, Waldkaterallee 1 a, Rinteln Info: (05751) 3675

Mi 04.11.

20.00 Uhr

Schauspiel "Werther"

Nach dem Roman von Johann Wolfgang von Goethe.

Modernes Ein-Personen-Stück mit Alexander Frank Zieglarski. Eintritt: 18,- € / 15,- €.

VVK: Schaumburger Zeitung Ort: Brückentorsaal

Info: Kulturring Rinteln, Tel. 0 57 51 / 22 29

Ihr Partner für Drucksachen

- Visitenkarten
- Prospekte
- Festschriften
- SD-Sätze
- Endlosformulare
- Geschäftsdrucksachen
- Kataloge
- Plakate

MEIER DRUCK NAMMEN

Dirk Strottmann Rintelner Straße 134 32457 Porta Westfalica Telefon (0571) 9729628 Telefax (0571) 9729629

email: MEIER DRUCK@GMX.DE

Fr 06.11.

16.30 - 21.30 Uhr Kindertage

Freizeitbad H2O. Zwei Riesen-Rutschen, Wellenbad, Wildbach, Dschungelinsel mit Tauchgrotte, u.v.m. Jede Menge Action und Spaß für Kinder ab 8 Jahren oder in Begleitung Erwachsener. Kosten: Kinder 6,-€/Erw. 9,-€. Anmeldung bis Montag, 2. November Abfahrt/Ankunft: Busbahnhof Nordstadt Info: Kulisse Tel: (05751) 41924.

Info: Kulisse Tel: (05751) 41924 Mo + Mi 16.00 – 19.00 Uhr

Sa 07.11.

ab 10.00 Uhr

5. Niedersächsische RutschMeisterschaft 2009– Ortsentscheid

Vorläufe. Mitmachen kann jeder ab 8 Jahre. Anmeldung ab sofort bei der Schwimmaufsicht. Ort: Tropicana Stadthagen www.tropicana-stadthagen.de

14 00 Uhr

23. Stadtbosselturnier

Ort: Kreissporthalle am Schulzentrum Rinteln Anmeldung bis 23.10. Telefon (05751) 4 65 26

So 08,11.

10.00 – 18.00 Uhr

Gesundheits- & Pflegemesse

Vorträge, Rahmenprogramm, individuelle Informationsmöglichkeiten. Eintritt frei. Ort: Brückentorsaal.

Fliesen Brug

Fliesen-, Platten-, Mosaik verlegen

Zur Lammert 5 Tel. 05751 / 91 66 99 31737 Rinteln/Exten Mobil 0170 / 54 86 884

Vorschau

Do 05.11. bis Sa 21.11.

Galerie Innenstadt

Fr 06.11. bis Mo 09.11.

Rintelner Herbstmesse

So 08.11.

Verkaufsoffener Sonntag

Fr 27.11. bis So 20.12.

Rintelner Adventszauber

So 20.12.

Einkaufssonntag

Möchten Sie Ihre Termine auch hier finden?

Dann schreiben Sie kurz die wichtigsten Fakten - am besten per E-Mail an: redaktion@ der-rintelner.de oder per Fax an: 05751 / 92 35 71



Lebensberatung, Kinesiologie-Balance, Wellness & Magnetschmuck u.v.m.

Tag der offenen Tür

Samstag, 17. Oktober 11.00-17.00 Uhr

Auf den Drohnen 14a (Ecke Raiffeisenstr.) - PW-Eisbergen Tel. 05751 - 89 60 158 Mobil 0176 - 20 01 97 35 www.du-wirst-getragen.de



Transporte bis zu 27 t - Sand, Kies u.v.m

Container von 3 - 10 m³

Am Eisenhammer 6 31737 Rinteln

E-Mail: phealdrescher@aol.com

Tel.: 0 57 51 - 92 24 31 Fax: 0 57 51 - 92 24 32

iun. 0172 - 515 98 01

sen. 0174 - 191 25 40

Telefon Containerdienst 0172-168 59 56



Taleutschuppen

Künstler-Portrait

Marlies Batz

Malerei ist eine der Facetten der freiberuflichen Selbstständigkeit der Grafik-Designerin und Sozialwissenschaftlerin Marlies Batz. Nach dem Grafik-Studium in Wuppertal zog sie mit ihrer Familie, zu der zwei inzwischen erwachsene Kinder gehören, ins Weserbergland und studierte Diplom-Sozialwissenschaften (Politik, Soziologie, Psychologie, Jura) in Hannover. Seit 2005



ist Marlies Batz selbstständig tätig im Be-

reich Grafik-Design, PR, Konzeption und Organisation kultureller Projekte und Ausstellungen, Kunstvermittlung sowie Schaffung von Kunstorten.

Ihre Bilder, von denen einige an den Wänden ihres Ateliers in der Ritterstraße 11 hängen, gehören zum Zyklus "Vis à Vis - Gegenüber", der im Jahr 2008 entstanden ist. Verschiedene Stilmittel in Anlehnung an Comic-Zeichnungen, gespickt mit Kunst-Zitaten, zeigen piktografierte Gefühle, teils beschnitten durch die Leinwand, teils durch Umrandungen, die sie "gefangen" zu halten scheinen. Das Strahlen der Bilder entsteht durch Acrylfarben und Farbpigmente, die durch Leuchtfarben unterstützt und teilweise auf Sand



Kontakt: Marlies Batz Telefon (05751) 71488822. Einige Bilder sind in der Rechtsanwaltskanzlei Box + Kretzer, Klosterstr. 27, ausgestellt.



Meckerecke

"Die Verkehrsführung in Riutelu uervt wich tierisch...

Es kann doch nicht sein, dass ich ca. 7 Kilometer fahren muss, wenn die eigentliche Strecke nur ca. 4 Kilometer beträgt. Damit meine ich die Einbahnstraßenregelung in der Ritterstraße. Es ist nicht nur umweltschädlich, es kann auch nicht sein, dass der Verkehr an einer Grundschule und einem Altenwohnheim vorbei geführt wird. Einen besonderen Hals bekomme ich allerdings jeden Dienstag, wenn ich meine Schwiegermutter morgens abhole und die Müllabfuhr unterwegs ist. Der Fahrer ist schon zu meinem persönlichen Feind geworden. Ich habe das Gefühl, wenn er mein Auto sieht, macht er sich extra breit. Es stört die Herren der Abfallbeseitigung in keiner Weise, wenn sich hinter ihnen eine ellenlange Schlange bildet. Es ist ja nicht so, dass es keine Möglichkeit gibt, ein bisschen an die Seite zu fahren. NEIN, es wird sich aufgeregt, wenn ich (auch noch als weibliche Person, die ja eigentlich 5 Meter Platz braucht) an ihm auf Millimeter-Abstand, weil er sich nicht breit genug gemacht hat, vorbei fahre. Also, liebe Herren der Abfallbeseitigung, es gibt durchaus auch Autofahrerinnen, die sich mit ihrem PKW auf kleinsten Raum bewegen können, es hat also keinen Zweck sich extra breit zu machen. Ich bin übrigens DIE MIT DEM SILBERNEN JEEP!"

Sylvia Krohne, Exten









N & S Industrie-Haustechnik Oldendorfer Str. 1

☎ (0 57 51) 7 68 36 Fax (0 57 51) 96 87 97

Auflösung Sudoku von Seite 29

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

Buch-Tipps

von Ilka Droste



Wolfram Fleischhauer Schule der Lügen

Piper Verlag 9,95 €

Es ist keine Seltenheit, dass der junge Student Edgar von Rabov seine Abende in der Berliner Eldorado-Bar zubringt. Doch in dieser Nacht des Jahres 1926 ist alles anders, mit ihr beginnt Edgar etwas Neues:

Eine bemerkenswert schöne junge Inderin erregt sein Interesse. Immer wieder scheint sie Edgars Blick zu suchen. Als sie das Eldorado in Begleitung eines mysteriösen älteren Herrn verlässt, steckt sie Edgar eine Notiz zu: "Übermorgen hier. Ich erwarte Sie."

Edgar, Erbe einer Farbenfabrik und Sohn einer norddeutschen Adelsfamilie, kann sich dem exotischen Zauber der jungen Frau nicht entziehen – und begibt sich damit auf eine verstörende Reise in die Vergangenheit seiner Familie, die ihn bis nach Indien führen wird.

Wolfram Fleischhauer verwebt die fiktive Familiengeschichte der von Rabovs mit der in den zwanziger Jahren weitverbreiteten Sehnsucht spirituellen Heil und Sinn, in dem die unterschiedlichen religiösen, esoterischen und auch politischen Strömungen reichen Nährboden fanden. Es ist ein Roman um Sinnsuche und Aufbruch, um das Aufbäumen gegen alte Traditionen und nicht zuletzt die Geschichte einer großen Liebe. Es ist ein Leseabenteuer, das berührt und fasziniert. Ein besonderes und anspruchsvolles Vergnügen mit Nachklang.

Simon Beckett Flammenbrut

Rowohlt Verlag 9,95 €

Die junge Geschäftsfrau Kate Powell steht mit beiden Beinen erfolgreich im Leben. Allein ihr sehnlichster Wunsch blieb bisher unerfüllt: ein Kind. Ein anonymer Spender kommt für Kate nicht in Frage. Also gibt sie eine Annonce auf, um einen geeigneten Vater zu finden. Alex Turner scheint der perfekte Kandidat zu sein...

Flammenbrut ist ein toller Krimi, der nicht nur Frauen sondern auch Männer in seinen Bann zieht. Sehr gut recherchiert, durchdacht und mit der Liebe zur Spannung niedergeschrieben.



Olivia Lichtenstein Seitensprung rückwärts

Fischer Verlag 8,95 €

Chloe Schiwago, 43, ist seit einer gefühlten Ewigkeit mit Greg verheiratet, der täglich sein Gedächtnis auf nervtötende Weise trainiert – indem er den Wasserkessel in die Waschmaschine, Schokoriegel im Buchregal oder Teebeutel im Putzeimer versteckt. Chloe ist eine erfolgreiche Psychotherapeutin, hat zwei Kinder, ein Au-pair-Mädchen, eine beste und eine

berühmt-berüchtigte Freundin. Sie hat alles. "War's das?", fragt sie sich. Werde ich nie wieder mit einem anderen Mann schlafen? Die Versuchung begegnet ihr in Gestalt des attraktiven Iwan. Soll sie eine leidenschaftliche Affäre wagen, bevor die Schwerkraft den Kampf mit ihrem Körper beginnt?

Olivia Lichtenstein trifft den Nerv nahezu jeder Frau ab vierzig. Dieses Buch ist für jede, die sich schon einmal mit dem Gedanken eines Seitensprungs befasst hat, sei es, weil man sich überlegt es selbst zu tun oder weil man in jeglicher Weise dagegen ist.

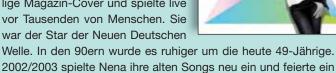
Ein humorvoller und warmherziger Debütroman.

NENA

"Made In Germany"

Nena wurde in den 80er Jahren durch Hits wie "99 Luftballons" weltweit bekannt. Sie zierte unzählige Magazin-Cover und spielte live vor Tausenden von Menschen. Sie war der Star der Neuen Deutschen

kurzes, sehr erfolgreiches Comeback.



Jetzt hat die vierfache Mutter und bald auch Oma wieder ein neues Studioalbum herausgebracht: "Made in Germany".

13 fantastische Popsongs, hypermodern und zeitgemäß, tanzbar und rockig.

Eben Pop vom Feinsten. Auch einfühlsame Balladen, direkt vom Herzen, gepaart mit Texten, die so direkt in die Seele schauen, dass man sie dem eigenen Leben entnommen glaubt.



Fenster und Wärmeschutzglas

24-Std.-Notdienst **05751-7179**

Rinteln-Westendorf Lustgartenstr. 4 Tel. 0 57 51 / 71 79 Fax 7 69 12

www.glas-schatzl.de



Fensterbau · Haustürenbau Sonderelemente

Uchtdorfer Str. 13 • 31737 Rinteln **Tel. 05751 - 29 08**

www.sievert-fensterbau.de info@sievert-fensterbau.de

Keine Werksvertretung!

Vorwerk-Geräte & Zubehör

Staubsauger Laden



An- und Verkauf
Zubehör
Gerätereinigungen
Reparaturen
und Ersatzteilbeschaffung

Bahnhofstr. 24 A • 31737 Rinteln Tel. 0 57 51 - 96 56 61

Mi. + Sa. 9.00-13.00 Uhr Do. + Fr. 9.00-13.00 u. 14.30-18.00 Uhr



"ZUR LINDE" Rinteln-Todenmann

BITTE DENKEN SIE AN IHRE WEIHNACHTSFEIER!

Traditionelle Deutsche Küche Spezialitäten vom Lavastein

Bundeskegelbahn, Biergarten Boulebahn

KOMFORTABLE ZIMMER MIT DUSCHE/WC UND KABEL-TV

Repräsentative Räumlichkeiten bis 120 Personen

AB 1. NOVEMBER AUCH DONNERSTAGS GEÖFFNET!

Hotel Gasthaus "Zur Linde" Hauptstr. 30 - 31737 Rinteln Tel. 05751-57 39 - Fax 05751-63 55 www.zur-linde-rinteln.de





Millionär

FSK: ab 12 Jahren Genre: Drama Länge: 120 Minuten Großbritannien/USA 2008 Regie: Danny Boyle

Es ist der größte Tag im Leben von Jamal (Dev Patel). In der indischen Ausgabe der TV-Show "Wer wird Millionär?" steht er vor der Jackpotfrage. 14 Mal hat er bereits richtig geantwortet, morgen winkt der Hauptgewinn. Doch der Moderator glaubt nicht, dass ein ungebildeter Armer, ein Slumdog aus Mumbai wie er, die Antworten wissen kann. Es kommt zum brutalen Verhör. Während zwei knallharte Polizisten ihn in die Mangel nehmen, um ein Geständnis aus ihm herauszupressen, kennt Jamal nur ein Ziel: seine große Liebe Latika (Freida Pinto) wiederfinden ...

Alles aus **EDELSTAHL**

- Geländer, Handläufe, Türgriffe, Fenstergitter
- Sonderanfertigungen nach Ihren Wünschen im Wohnbereich
- Blecharbeiten

inser Metallbau

Dieselstraße 7 • 31737 Rinteln Industriegebiet Süd Tel. 0 57 51 / 92 17 78 Fax 0 57 51 / 92 17 79 www.metallbau-zinser.de

Nachts im Museum 2

FSK: ab 6 Jahren Genre: Komödie/Fantasy Länge: 105 Min.

USA 2009

Regie: Shawn Levy

Gerade erst hat Nachtwächter Larry (Ben Stiller) in einem einzigartigen heroischen Akt sein Museum vor dem Chaos der Kreaturen bewahrt, da ist er seinen Job schon wieder los: Hologramme ersetzen die Exponate. Die Originale werden zur Archivierung ins Smithsonian National Museum nach Washington D.C. verschickt. Im weltgrößten Museumskomplex spielen plötzlich 136 Millionen Ausstellungsstücke verrückt, weil die Tafel von Ahkmenrah sie zum Leben erweckt ...

DVD-Verleih-Hitliste September: 1. Fast & Furious: Neues

- Modell. Originalteile
- The International
- Willkommen bei den Sch'tis
- 4. Knowing
- 5. 96 Hours
- 6. Crank 2: High Voltage
- 7. Der Kaufhaus-Cop
- 8. 1 1/2 Ritter
- 9. Watchmen Die Wächter
- 10. Trauzeuge gesucht!

Quelle: Videotaxi Media Store Rinteln, Peter Hofmann



MICHAEL JACKSON'S THIS IS IT

wird allen Jackson-Fans und Musikliebhabern auf der ganzen Welt einen seltenen Blick hinter die Kulissen gewähren, während der Künstler die ausverkaufte Konzertserie entwickelte, kreierte und probte, die diesen Sommer in der Londoner O2 Arena hätte stattfinden sollen. Der Film umfasst die



Monate von April bis Juni 2009 und wurde mit voller Unterstützung des Estate of Michael Jackson produziert. Er setzt sich aus mehr als 100 Stunden Behind-the-Scenes-Material zusammen, das Jackson bei den Proben einer Reihe seiner Songs für die Show zeigt. Die Zuschauer werden einen außergewöhnlichen und sehr privaten Blick auf Jackson erhalten und ihn erleben, wie sie ihn noch nie zuvor gesehen haben. MICHAEL JACKSON'S THIS IS IT fängt den Sänger, Tänzer, Filmemacher, Architekten und das Genie Jackson in ungeschönten und aufrichtigen Momenten ein und zeigt, wie er seine letzte Show entwickelte und perfektionierte.



Kenny Ortega, sowohl kreativer Partner von Michael Jackson als auch Regisseur der Bühnenshow, führt auch bei dem Film die Regie. Als Produzenten fungieren Randy Phillips, Kenny Ortega und Paul Gongaware. Executive Producers sind John Branca und John McClain. Sony Pictures Releasing bringt den Film weltweit ins Kino. Der Kartenvorverkauf für die auf zwei Wochen limitierte Spielzeit des Films begann bereits am 27. September.

Kinostart: Mittwoch, der 28. Oktober 2009

VIDEOTAXI Media

Öffnungszeiten: Mo.-Do.: 10 - 21 Uhr

Fr.-Sa.: 10 - 22 Uhr Sonn- & Feiertag: 14-19 Uhr

Stoevesandtstr. 7 31737 Rinteln Telefon 0 57 51 - 7 53 41

Standheizung -Kuschelkomfort statt Eisschrank

Schnee, Regen und Frost lassen nicht mehr lange auf sich warten. Harte Bedingungen für Autofahrer und Mitfahrer, denn im Winter heißt es wieder Scheiben freikratzen und ins eisgekühlte Auto einsteigen. AutoStandheizungen schaffen nicht nur kuschelige Temperaturen, sondern schonen auch den Motor und die Umwelt.

Während Ihr Nachbar noch mühsam den Frost von den Scheiben kratzt, steigen Sie direkt ins warme Auto ein. Eine schöne Vorstellung, die in der Realität viel sparsamer ist, als man denkt. Per Zeitschaltuhr, Fernbedienung oder auch per Telefon aktiviert, sorgt die Standheizung pünktlich für die gewünschte Temperatur. Die modernen Standheizungen heizen nicht nur den Fahrzeuginnenraum, sondern auch den Kühlkreislauf des Motors und umgehen so die äußerst verschleißfördernde Kaltstartphase. Mit einem so vorgewärmten Motor wird für die Start- und Warmfahrphase deutlich weniger Kraftstoff benötigt und damit der Mehrverbrauch der Standheizung im Regelfall nahezu ausgeglichen. Auch im Sommer leistet eine Standheizung komfortable Dienste. Schon vor dem Einsteigen wird die heiße Luft im Fahrzeuginneren von der Standlüftung durch frische Außenluft ersetzt. Und das hilft der Klimaanlage, das Fahrzeug schneller zu kühlen.









Der BMW X1 besticht durch selbstbewusste Eleganz, vielseitige Sportlichkeit und spontane Agilität.

Die typischen Merkmale und Charaktereigenschaften eines BMW X Modells werden besonders beim Karosseriedesign deutlich: Front, Seite und Heck ge-



hen nahtlos ineinander über, prägnante Linien erzeugen fließende Verbindungen zwischen den Karosserieelementen. Die Front gewinnt durch den kraftvollen Stoßfänger, die aufrecht stehende BMW Niere sowie die stark ausgeformte Motorhaube an Präsenz.

Die horizontalen Linien und die kräftigen Radhäuser unterstreichen die Breite des Hecks.

Auch im Inneren setzt sich diese jugendlich-dynamische Note fort. Die BMW-typische Fahrerorientierung wird durch nach vorn strebende Linien im Bereich des Cockpits zusätzlich betont. Hochwertige Materialien und natürliche Farbtöne unterstreichen das Flair. Moderne Antriebstechnologie verhilft dem neuen BMW X1 zu überlegenen Fahrleistungen und höchster Effizienz. Der Reihensechszylinder des BMW X1 xDrive28i leistet 190 kW/258 PS. Der BMW X1 XDrive23d wird von einem 150 kW/204 PS starken Dieselmotor mit BMW TwinPower Turbo und Common-Rail-Einspritzung angetrieben. Der Dieselantrieb des BMW X1 xDrive20d mit 130 kW/177 PS verfügt ebenfalls über Common-Rail-Einspritzung sowie einen Turbolader mit variabler Einlassgeometrie. Dieser Motor kommt auch im BMW X1 sDrive20d zum Einsatz. Der BMW X1 sDrive20d ist das erste Fahrzeug seiner Art, das im EU-Testzyklus einen CO2-Ausstoß von weniger als 140 Gramm pro Kilometer aufweist. Das jüngste BMW X Modell wird am 24. Oktober bei den Händlern vorgestellt.







Modetrends Herbst/Winter 2009:

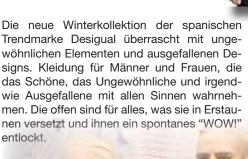
Je kreativer die Kombinationen,

Die gute Nachricht in Sachen aktuelle desto besser!

Modetrends: Eigentlich ist in dieser Sai-

son alles erlaubt, was gefällt. Bequeme und alltagstaugliche Kleidung kann getrost mit Designerstücken ergänzt werden - je kreativer, desto besser. Wir haben uns in Rintelns Fachgeschäften für Sie umgesehen und einige trendige Entdeckungen gemacht:

Trendmarke Desigual überrascht mit ungewöhnlichen Elementen und ausgefallenen Designs. Kleidung für Männer und Frauen, die das Schöne, das Ungewöhnliche und irgendwie Ausgefallene mit allen Sinnen wahrnehmen. Die offen sind für alles, was sie in Erstaunen versetzt und ihnen ein spontanes "WOW!"





...gesehen bei Donna Lifestyle,

Rinteln

...gesehen bei tashiou point, Rinteln

.gesehen bei Unikum,

Riutelu

"It's time to change!". STAMPS-Uhren sind für modische Individualisten ein tolles Modeaccessoire - modern, bunt, provokant, kreativ: über 180 unterschiedliche Motive für eine Welt ohne Langeweile. Je nach Stimmung, je nach Outfit. Täglich anders. Retro-Motive, florale oder punkige Images. Morgens so. Abends anders. Die Uhr kann als Armbanduhr oder als Kette getragen werden. Oder aufkleben, ruckzuck wieder entfernen und woanders aufkleben.

Bench

FRISOR

direkt am JIBI-Markt in Krankenhagen Extertalstr. 10 • 31737 Rinteln Tel: 0 57 51 / 96 51 21

Montag Dienstag-Freitag

10.00-18.00 Uhr 9.30-18.30 Uhr 9.00-13.00 Uhr



Dienstag-Freitag 10.00-18.00 Uhr

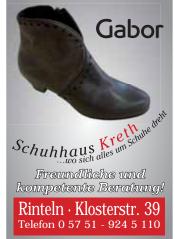
Industriegebiet Süd Braasstr. 29 im easyFITNESS Tel. 05751/8908739 MIT oder OHNE Anmeldung -Sie sind jederzeit Willkommen

www.bastelversand.de Bastelbedarf, Deko- und Geschenkartikel

Dörte Schmidt-Burrack Alter Kirchweg 71 32457 P.W.-Eisbergen Tel.: 0 57 51 - 83 85



Verkauf MO-FR 15-18 Uhr oder nach Vereinbarung



Ingrid Koch · med. Fußpflegepraxis Abholservice + Hausbesuche Termine Mo.-Fr. nach Vereinbarung Fasanenweg 15 · Exten Tel. 0 57 51 / 96 52 93



Inh. Monika Lieckfeld

Weserstraße 28 31737 Rinteln

Die Schönheit dieser Erde!

Öffnungszeiten:

Montag-Freitag 9:30 bis 18 Uhr Samstag 9:30 bis 14 Uhr

Telefon 0 57 51/924 42 42



Die Marktwirtschaft ist die Adresse für gemütliche Gastlichkeit am Rintelner Marktplatz. 50 Außenplätze laden bei schönem Wetter zum Verweilen ein. Zu moderaten Preisen servieren Karl Stramer und sein Team gepflegte Biere (Herforder hell und dunkel vom Fass, Weihenstephan-Weizen, Frankenheimer Altbier), deutsche Markenweine und eine kleine Auswahl leckerer Cocktails. "Kaffee und Liebe sind heiß am besten!" verspricht die umfangreiche Karte mit Kaffee- und Heißgetränke-Spezialiäten. Für beste Unterhaltung stehen ein Poolbillardtisch und ein Kicker bereit. Sportfans verpassen in der Marktwirtschaft kein sportliches Highlight, denn alle wichtigen Ereignisse, wie die Bundesliga und Champions League, werden komplett live übertragen.

SPEISEN:

Die Gäste können aus einer umfangreichen Speisenkarte mit deutscher Küche für den großen und den kleinen Hunger wählen. Eine besondere Spezialität ist der schmackhafte, hausgemachte Mittagstisch (ab 4,90 €)! Kaffee und Kuchen gibt es hier natürlich auch.

UNBEDINGT ZU ERWÄHNEN:

Happy Hour von 17-19 Uhr: 0,2 l Herforder Pils 1 Euro. Regelmäßige Live-Musik!





Rintelns Spitzenköche verraten ihre Rezepte

Werner Homberg vom Waldgasthaus Homberg verriet uns dieses köstliche Rezept:

Rosa gebratenes Rehrückenfilet mit Herbstpilzen, gefüllter Birne, Wirsing und frischen Spätzle in Portweinsoße

Zutaten für 4 Personen:

4 x 150g pariertes Rehrückenfilet
200 g frische Pilze (Pfifferlinge,
Steinpilze, Kräutersaitlinge etc.)
1 kleine Zwiebel fein gewürfelt
Butterschmalz zum Braten
Salz, Pfeffer
2 frische reife Birnen
½ Zimtstange, ½ Vanillestange
150 ml Weißwein
50 ml Wasser
80 g Zucker
40 g Preiselbeeren
150 ml Wildglace
50 ml Tawny Port

Spätzleteig:

4 Eier 425 g Weizenmehl 405 140 ml Milch Salz, Muskat

1/4 Kopf Wirsingkohl

Zubereitung:

1. Spätzleteig: Mehl in eine Schüssel geben, dann die Eier und die Milch dazugeben, verrühren. Mit der Hand einen geschmeidigen Teig schlagen, bis er Blasen bildet. Den fertigen Teig durch eine Spätzlepresse in kochendes Salzwasser pressen, aufkochen, herausnehmen, in kaltem Wasser abschrecken, auf ein Sieb gießen, mit ein wenig Öl beträufeln, vorsichtig vermengen, danach kaltstellen. Mein Tipp: Den Spätzleteig können

Sie ohne Probleme auch schon am Vortag herstellen

2. Wirsing: Den Wirsing vom Strunk befreien, die Blätter waschen, in Streifen schneiden, in kochendem Wasser blanchieren, danach in kaltem Wasser abschrecken. 3. Die Birnen schälen, längs halbieren, in Weißwein, Wasser mit Zimt- und Vanillestange sowie Zucker kurz aufkochen und zugedeckt beiseite stellen. 4. Die Wildglace auf kleiner Stufe erhitzen, kurz vor dem Anrichten den Portwein zugeben. 5. Rehrückenfilet mit Salz und Pfeffer würzen, ca 1 min von jeder Seite in Butterschmalz anbraten, aus der Pfanne nehmen, auf einen Teller legen und für ca. 35 min. bei 70 Grad im Ofen ruhen lassen. In der Zwischenzeit die geschnittenen Pilze in einer Pfanne mit Butter anbraten, Zwiebelwürfel dazugeben, mit Salz und Pfeffer würzen, die Pfanne mit den Pilzen ebenfalls in den Ofen stellen. 6. Nun die Spätzle in etwas Butter anschwitzen mit Salz und Muskat würzen. 7. Das Wirsinggemüse in Butter anschwitzen mit Salz, Zucker und Muskat abschmecken.

Jetzt wünsche ich viel Spaß beim Anrichten. Bitte verwenden Sie für dieses edle Essen warme Teller. Ihre Gäste werden es Ihnen mit Glückseligkeit

Mein Tipp: Den Rehrücken sollten Sie mit einem scharfen Messer in Tranchen schneiden.

Ich wünsche Ihnen guten Appetit und viel Freude beim Nachkochen.





danken.



Jetzt ist Hochsaison für das Pflanzen von Blütensträuchern, Heckenpflanzen, Nadelgehölzen, Rosen, Beerensträucher und Obstbäumen.

In der ersten Monatshälfte ist noch Zeit für die Pflanzung von immergrünen Laub- und Nadelgehölzen. Diese sollten möglichst nicht später gesetzt werden, damit ihre Wurzeln genügend Zeit haben, sich fest mit dem Boden zu verbinden. Nur so können sie im Winter genügend Wasser aufnehmen. Diese Gehölze verdunsten nämlich wegen ihrer immergrünen Nadeln oder Blätter auch im Winter besonders viel Wasser. Die Gefahr des Vertrocknens vergrößert sich, wenn in strengen Wintern das im Boden vorhandene Wasser gefriert und deswegen für die Pflanzen nicht verfügbar ist.

Auch winterharte frühiahrs- und sommerblühende Zwiebel- und Knollenpflanzen sind möglichst bald zu pflanzen, ebenso frühjahrs- und sommerblühende Stauden. Dies sollte möglichst Anfang des Monats geschehen, damit sich die Pflanzen vor Winterbeginn gut entwickeln können. Wer bisher noch keine Zweijahresblumen gepflanzt hat, sollte sich allerdings beeilen.

Laubabwerfende Gehölze sollten bald nach dem Laubfall gepflanzt werden, auch wenn sie in Containern gezogen wurden. Das gilt auch für Rosen, die ebenfalls sehr oft mit festen Wurzelballen verkauft werden. Alle Gehölze sind vor dem Pflanzen mit dem Wurzelballen für mehrere Stunden ins Wasser zu stellen.

Ende Oktober, wenn die Blätter fallen, kann mit dem Pflanzen von Bäumen. Hecken und Sträuchern begonnen werden.

Für den Pflanzerfolg ist eine optimale Vorbereitung des vorgesehenen Standorts wichtig.

Der Boden sollte gut, und vor allem tief gelockert und mit Humus angereichert werden. Dazu sind Kompost, Rindenhumus und ähnliches Material geeignet. Nach dem Pflanzen empfiehlt es sich, den Wurzelbereich mit einer schützenden Mulchdecke zu versehen. Dabei ist es wichtig, dass alles frisch Gepflanzte am Anfang häufig gegossen werden muss, besonders, wenn es noch warm und sonnig ist.

- Große Stauden- und Gehölzauswahl
- ✓ Kompetente Beratung bei Ihnen oder bei uns

Aktuell im Oktober:

Jetzt Rosen pflanzen!

mehr Info unter:

www.rosenbaumschule.de

31737 Rinteln OT Krankenhagen Extertalstraße 14 Telefon 05751 / 967880 Telefax 05152 / 529473 Mail: rosenshop@aol.com geänderte Zeiten)

Geschäftszeiten: Mo-Fr 9.00-18.00 Sa 9.00-13.00 Uhr oder nach Vereinbarung (im Winter

Baumschule & Gartengestaltung

Wattenberg

Pflanzen für Ihren Garten

- · Große Auswahl
- · Beste Qualität
- · Fachliche Beratung
- · Gartengestaltung · Grundstückspflege

31737 Rinteln-Exten

Hohenroder Str. 10 Tel. (05751) 33 73 · Fax 96 40 88



Tel. 0 57 51 / 56 30 · Fax 57 77 • www.bluko.de





Kündigung im Arbeitsverhältnis

Von Michael Box, Rechtsanwalt, Fachanwalt für Arbeitsrecht

I. Kündigungserklärung

Die Kündigung ist eine einseitige, empfangsbedürftige Willenserklärung. Sie muss dem Empfänger zugehen. Nach § 623 BGB bedürfen Kündigungen zu ihrer Wirksamkeit der Schriftform. Die mündlich ausgesprochene Kündigung, die Kündigung per E-Mail oder Fax ist daher unwirksam, auch wenn vertraglich etwas anderes vereinbart wurde. Eine Kündigung bedarf zunächst grundsätzlich keiner Begründung.

II. Kündigungsformen

Zu unterscheiden ist zwischen der außerordentlichen Kündigung aus wichtigem Grund – üblicherweise ohne Einhaltung einer Frist – und der ordentlichen Kündigung unter Fristeinhaltung sowie der Änderungskündigung.

1. Außerordentliche (fristlose) Kündigung

Sie setzt einen wichtigen Grund



voraus. Beispielhaft seien hier die Begehung von Straftaten im Rahmen des Arbeitsverhältnisses, beharrliche Arbeitsverweigerung und gravierender Arbeitsvertragsbruch erwähnt. Die außerordentliche Kündigung muss das letzte Mittel (UItima Ratio) sein. Ihr muss daher grundsätzlich eine Abmahnung vorausgehen. Eine außerordentliche Kündigung ist darüber hinaus nur wirksam, wenn die Kündigung innerhalb von zwei Wochen nach Kenntnis der für die Kündigung maßgebenden Tatsachen erfolgt (§ 626 Abs. 2

2. Ordentliche (fristgerechte) Kündigung

Die ordentliche Kündigung ist an die Fristen des § 622 BGB gebunden. Die Grundkündigungsfrist für beide Seiten beträgt vier Wochen zum 15. oder zum Ende eines Kalendermonats.

Während einer vereinbarten Probezeit, längstens für die



Dauer von 6 Monaten, kann eine Kündigungsfrist von 2 Wochen vereinbart werden. Bei Arbeitnehmern mit längerer Betriebszugehörigkeit (gerechnet ab Vollendung des 25. Lebensjahres) gelten für den Arbeitgeber die folgenden Mindestkündigungsfristen:

- 2 Jahre Betriebszugehörigkeit:
- 1 Monat Kündigungsfrist zum Monatsende
- 5 Jahre Betriebszugehörigkeit:2 Monate Kündigungsfrist zum Monatsende
- 8 Jahre Betriebszugehörigkeit: 3 Monate Kündigungsfrist zum Monatsende
- 10 Jahre Betriebszugehörigkeit:4 Monate Kündigungsfrist zum Monatsende
- 12 Jahre Betriebszugehörigkeit: 5 Monate Kündigungsfrist zum Monatsende
- 15 Jahre Betriebszugehörigkeit:6 Monate Kündigungsfrist zum Monatsende
- 20 Jahre Betriebszugehörigkeit: 7 Monate Kündigungsfrist zum Monatsende

Durch Tarifverträge oder einzelvertraglich können im gesetzlichen Rahmen abweichende Kündigungsfristen vereinbart werden. Es ist daher immer eine genaue Überprüfung der jeweils geltenden Kündigungsfristen geboten.

3. Änderungskündigung

Die Änderungskündigung ist eine Kündigung des bestehenden Arbeitsvertrages mit dem Angebot des Arbeitgebers, zu geänderten Arbeitsbedingungen weiterzuarbeiten. Als Beispiele sind Lohnminderungen oder die Beschäftigung an einem anderen Ort zu nennen. Sie kann unter dem Vorbehalt der gerichtlichen Nachprüfung ihrer sozialen Rechtfertigung angenommen werden.

III. Kündigungsschutzgesetz (KSchG)

Das KSchG ist anwendbar, wenn das Arbeitsverhältnis mindestens sechs Monate bestanden hat und in dem jeweiligen Betrieb in der Regel mehr als zehn Arbeitnehmer (ausgenommen der Auszubildenden) beschäftigt werden.

Bei der Ermittlung der Beschäftigtenzahl gilt Folgendes: Teilzeitkräfte bis 20 Wochenstunden werden gemäß § 23 Abs. 1 KSchG mit dem Faktor 0,5 berücksichtigt, Teilzeitkräfte bis 30 Wochenstunden mit dem Faktor 0,75 und diejenigen mit mehr als 30 Wochenstunden mit dem Faktor 1,0.

Liegt die Beschäftigtenzahl bei nicht mehr als 10 Arbeitnehmern, ist das KSchG nicht anwendbar und der Arbeitgeber benötigt für die Beendigung des Arbeitsverhältnisses keinen Kündigungsgrund. Ist das KSchG anwendbar, darf eine Kündigung nur erfolgen, wenn sie sozial gerechtfertigt ist (§ 1 Abs. 2 ff. KSchG). Dies kann beim Vorliegen folgender Gründe der Fall sein:

1. Personenbedingte Gründe Hierbei handelt es sich um



Frühmark & Vogt

Rechtsanwälte =

Thorsten Frühmark Fachanwalt für Arbeits-

recht und Familienrecht Interessenschwerpunkte:

- Arbeitsrecht
- Familienrecht
- Erbrecht
- Allg. Vertragsrecht
- Handels- und Gesellschaftsrecht

Marco Vogt

Fachanwalt für Verkehrsrecht

- Interessenschwerpunkte:Mietrecht
- Verkehrsrecht
- Strafrecht
- Forderungseinzug
- Versicherungsrecht

Stefan Frühmark

Fachanwalt

für Sozialrecht Interessenschwerpunkte:

- Sozialrecht
- Arzthaftungsrecht
- Erbrecht
- Baurecht

Klosterstraße 29 • 31737 Rinteln • Telefon: 0 57 51 / 92 57 70 • Fax: 0 57 51 / 93 57 71 Internet: www.fruehmark-vogt.de • e-mail: info@fruehmark-vogt.de Gründe in der Person des Arbeitnehmers, aufgrund derer er nicht mehr in der Lage ist, seine Leistung vertragsgemäß zu erfüllen. Dies kann z. B. bei lange andauernden oder häufigen Kurzerkrankungen oder Führerscheinverlust der Fall sein.

2. Verhaltensbedingte Gründe

Diese beziehen sich auf das Verhalten des Arbeitnehmers und setzen in der Regel voraus, dass der Arbeitnehmer schuldhaft gegen arbeitsvertragliche Pflichten verstoßen hat. Beispiele hierfür sind unberechtigte Arbeitsverweigerung, häufige Unpünktlichkeit oder strafbare Handlungen im Zusammenhang mit dem Arbeitsverhältnis. Regelmäßig muss der Arbeitgeber zuvor gleichartige Verstöße abgemahnt haben.

3. Betriebsbedingte Gründe

Es müssen dringende betriebliche Erfordernisse vorliegen, die eine Kündigung des Arbeitnehmers rechtfertigen. Anerkannt sind z. B. deutliche, nicht nur vorübergehende Umsatzeinbußen und Schließung von Betriebsteilen, die zum Wegfall von Arbeitsplätzen führen.

Der Arbeitgeber hat stets zu prüfen, ob er den Arbeitnehmer in demselben oder in einem anderen Betrieb des Unternehmens auf einen anderen vergleichbaren Arbeitsplatz versetzen kann. Er hat eine soziale Auswahl zwischen den Arbeitnehmern, die vergleichbare Tätigkeiten verrichten, durchzuführen. Dabei hängt die Auswahl der zu kündigenden Arbeitnehmer vom Lebensalter, der Dauer der Betriebszugehörigkeit, den Unterhaltspflichten und einer eventuellen Schwerbehinderung ab.

Von der Sozialauswahl können diejenigen Arbeitnehmer ausgenommen werden, deren Weiterbeschäftigung wegen ihrer besonderen Kenntnisse und Leistungen oder zur Erhaltung einer ausgewogenen Personalstruktur im berechtigten betrieblichen Interesse liegt.

Eine genaue Überprüfung der Sozialauswahl ist zu empfehlen, da sie erhebliche Fehlerquellen birat und die Kündigung nicht selten unwirksam ist.

IV. Anhörung des **Betriebs- oder** Personalrates

Besteht in Betrieben ein Betriebs- bzw. Personalrat, hat der Arbeitgeber diese(n) vor jeder Kündigung anzuhören bzw. zu informieren (§§ 102 BetrVG, 79 Abs. 4, 108 BPersVG). Bei Fehlern im Anhörungsverfahren kann die Kündigung unwirksam

V. Besonders geschützte Personengruppen

Besondere Kündigungsschutzbestimmungen gelten für Schwerbehinderte, werdende Mütter etc. Hier ist zuvor die Zustimmung des Integrationsamtes bzw. des Gewerbeaufsichtsamtes erforderlich.

VI. Kündigungsschutzklage

Gegen eine unwirksame Kündigung muss der Arbeitnehmer fristgerecht innerhalb von 3 Wochen nach Zugang der Kündigung Klage erheben, um zu vermeiden, dass die Kündigung rechtswirksam wird. Vor dem Arbeitsgericht gibt es zwar keinen Anwaltszwang, aufgrund der Komplexität des Kündigungs- und des Prozessrechts sollte jedoch zumindest anwaltlicher Rat eingeholt werden.

Es besteht auch die Möglichkeit, bei Gericht Prozesskostenhilfe und die Beiordnung eines Anwalts zu beantragen. Besteht eine Rechtsschutzversicherung für den Bereich Arbeitsrecht, übernimmt diese die Rechtsanwalts- und Gerichtskosten im Rahmen des Versicherungsschutzes.

VII. Abfindung

Einen Anspruch auf Abfindung hat ein Arbeitnehmer nur dann, wenn der Arbeitgeber wegen dringender betrieblicher Erfordernisse kündigt und zusätzlich gemäß § 1 a KSchG in der Kündigungserklärung darauf hinweist, dass der Arbeitnehmer bei Verstreichenlassen der Klaaefrist eine Abfindung in Höhe von 0,5 Monatsverdiensten für jedes Jahr des Bestehens des Arbeitsverhältnisses beanspruchen kann.

Ein Abfindungsanspruch besteht auch dann, wenn der Betriebsrat für den Fall von Entlassungen einen entsprechenden Sozialplan mit dem Arbeitgeber vereinbart hat.

Darüber hinaus kann in Ausnahmefällen im Kündigungsschutzprozess ein Auflösungsantrag gestellt werden, mit der Folge, dass dann das Arbeitsgericht eine Abfindung festsetzen kann.

In allen anderen Fällen ist eine Abfindung Verhandlungssache. Sie kann regelmäßig nur dann erreicht werden, wenn fristgerecht Kündigungsschutzklage erhoben wurde.

Fachbetrieb für Wintergärten



- Fenster und Türen
- Überdachungen
- Rollläden
- Markisen Markisen



Hohes Feld 35 • 31737 Rinteln Tel. 0 57 51 / 77 79 • Fax 62 77 www.Wintergaerten-Lohmann.de

Wohnungen zu vermieten!

Provisionsfrei!

Südstadt von Rinteln!

Graf-Otto-Str. 2, 2 ZKB, 58 m², KM 260,00 € + NK + MS

Graf-Otto-Str. 6, 3 ZKB, 75 m²,

KM 340.00 € + NK + MS

Graf-Otto-Str. 8, 3 ZKB, 76 m², KM 340,00 € + NK + MS

Bei Anmietung 250 € Gutschein!

Rufen Sie uns einfach an!

alt + kelber **Immobilienverwaltung**

Tel. 0511 - 64 64 17 53 anna.niespor@altundkelber.de

Ihr Recht in guten Händen!

KANZLEI CARELL <

Marcus Carell = RECHTSANWALT

Fachanwalt für Arbeitsrecht Fachanwalt für Miet- und Wohnungseigentumsrecht

Bäckerstraße 42 · 31737 Rinteln/Weser Tel: 05751/9245080 · Fax: 05751/9245088 www.kanzlei-carell.de · mc@kanzlei-carell.de

EP:Radio Zerbst

TV, Video, HiFi, Telecom, SAT-TV

Ihr Fachgeschäft vor Ort!

Fernseher verhext, hilft sehr schnell sechs vier vier sechs!

31737 Rinteln/Engern, Berliner Straße 76



Rintelner Str. 3

Tel. 05751-15610

Mobil 0171-1942901

Wanne 6 der Glashütte Stoevesandt, 1912



Öffnungszeiten: Täglich außer Montags von 14 bis 17 Uhr, für Gruppen auch vormittags nach Vereinbarung. Telefon (05751) 4 11 97

Dierks Gartenservice Objektpflege Baumschnitt Rasenpflege und mehr... Tel. 05751/917647

So sah es hier damals aus...



Furche, Kerbe	japan. Blumen- steck- kunst	Aas als Köder	Finan- zie- rungs- form	*	Stein mit einge- schnitte- nem Bild	*	Futter- pflanze	bebildert	₩	Getreide- art	griechi- scher Liebes- gott	¥	feuer- fester Faser- stoff
>	V				Vorder- asiat	•	•				•		
Gewürz- pflanze								Maler- bedarf	•				
nieder- ländi- sche Stadt	-		2		Unter- arm- knochen	•				Rand eines Gewäs- sers			landwirt schaft- liches Gerät
Kehr- gerät					 	ein Nord- euro- päer		Ost- slawe	•	•			
•				kleine Metall- schlinge				▼	Haus- vorbau		indi- scher Fürstin- nentitel		
Wickel- gewand der Inderin		kostbar; mensch- lich vor- nehm		reizen		junger Pflan- zen- spross					V	anbau- fähig	
•									tiefes Bedauern	-	1		
Holz bearbei- tender Betrieb	italien. Frei- heits- kämpfer		plasti- sches Bild- werk	•					(Körper- teil (Wasser- tiere)			Wort- schwall
Drachen- löter der Sage	-	:				zulässig, gestattet	-						•
von Bäu- men ein- gefasste Straße	4					Seiden- gewebe		gefall- süchtig; ein- gebildet		Monats- name	•		
Beistand		nordi- scher Gott des Feuers	lächer- lich, verzerrt	•						▼	Lehre von der Bewe- gung		
•					germa- nisches Volk	5	ägypti- sche Göttin	•	100			ober- italie- nischer Fluss	
Stadt am Rhein	-				amerik. Militär- fahr- zeug	\					Werk von Ibsen		
vor etwas davon- laufen			Bad an der Lahn	Freundin von Tarzan					Wasser- vogel		V		
→							Seerose	•					spani- scher Artikel
Ansamm- lung klei- ner runder Steine		Kose- name der Katze	•	6				verführe- rische Frau	•				
•				Gebirgs- über- gang					leer; ohne Laub				

Rätseln und Gewinnen

Es ist ganz einfach: Kreuzworträtsel lösen, das Lösungswort, das sich aus den Buchstaben in den roten Kreisen ergibt auf eine Postkarte schreiben und losschicken an:

Bergmann Medien Stichwort: Rätsel Kirschenweg 12 31737 Rinteln

Unter allen Einsendern verlosen wir einen Gutschein über 50 Euro der Buchhandlung Droste



DROSTE

PAPETERIE - BOCHER
WESENSTR J HYST RINTEIN
TEL. (0.57.51), 20.26 FAX (0.57.51), 4.20.30

(Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Einsendeschluß: 22. Oktober 09 - Datum des Poststempels).

Über den 50-Euro-Gutschein vom Stadtkater in Rinteln freute sich:

Margret Requardt-Kastning, Rinteln-Exten



SUDOKU

Füllen Sie die leeren Felder so aus, dass in jeder Zeile, in jeder Spalte und in jedem 3-x-3-Kästchen alle Zahlen von 1 bis 9 nur einmal vorkommen.

Die Auflösung finden Sie auf Seite 19

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

So was gibt's nur in den USA, dem Land der unbegrenzten (allerdings beschränkten) Möglichkeiten!

An alle Raucher und Nichtraucher!

Das ist wohl die beste Anwaltsgeschichte des Jahres und wohl auch des Jahrzehnts! Sie ist wahr und hat den ersten Platz im amerikanischen Wettbewerb der Strafverteidiger (Criminal Lawyer Award Contest) gewonnen: In Charlotte, NC, kaufte ein Rechtsanwalt eine Kiste mit sehr seltenen und sehr teuren Zigarren und versicherte diese dann, unter anderem, gegen Feuerschaden. Über die nächsten Monate rauchte er die Zigarren vollständig auf und forderte dann die Versicherung auf (die erste Prämienzahlung war noch nicht einmal erbracht), den Schaden zu ersetzen. In seinem Anspruchsschreiben führte der Anwalt auf, dass die Zigarren durch eine Serie kleiner Feuerschäden vernichtet worden seien. Die Versicherung weigerte sich zu bezahlen mit der einleuchtenden Argumentation, dass er die Zigarren bestimmungsgemäß ver(b)raucht habe. Der Rechtsanwalt klagte ... und gewann! Das Gericht stimmte mit der Versicherung überein, dass der Anspruch unverschämt sei, doch ergab sich aus der Versicherungspolice, dass die Zigarren gegen jede Art von Feuer versichert seien und Haftungsausschlüsse nicht bestünden. Folglich müsse die Versicherung bezahlen, was sie selbst vereinbart und unterschrieben habe. Statt ein langes und teueres Berufungsverfahren anzustrengen, akzeptierte die Versicherung das Urteil und bezahlte 15.000 US-Dollar an den Rechtsanwalt, der seine Zigarren in den zahlreichen "Feuerschäden" verloren hatte.

Jetzt kommt's! Nachdem der Anwalt den Scheck der Versicherung eingelöst hatte, wurde er auf deren Antrag in 24 Fällen von Brandstiftung verhaftet. Unter Hinweis auf seine zivilrechtliche Klage und seine Angaben vor Gericht wurde er wegen vorsätzlicher Inbrandsetzung seines versicherten Eigentums zu 24 Monaten Freiheitsstrafe (ohne Bewährung) und 24.000 US-Dollar Geldstrafe verurteilt.

Und jetzt soll noch einer sagen, dass die Amis keinen an der Klatsche haben!

Urlaub wie die sparsamen Holländer! Unsere Fahrt nach "Bella Italia"

Unsere Fahrt nach "Bella Italia" begann mit dem Verstauen des Gepäcks. Doch unser kleiner Fiat Campingbully hatte erstaunlich viele kleine Verstecke und so konnte unsere

persönliche "Giro d'Italia" beginnen. Nach einigen Staus in Bayern (Ferienbeginn!) landeten wir spontan am Gardasee. Wir erlebten in Bardolino einen wunderschönen Abend mit supergeiler Livemusik, Pizza und Unmengen leckeren heimischen Rotweins. Am nächsten Morgen ging es mit leichtem Schädel Richtung Venedig. Die ehrwürdige Lagunenstadt muss man einfach erlebt haben. Ich empfehle aber, den Besuch dieser Stadt in Anbetracht unser Erlebnisse (... Hitze, Durst, bleierne Füße und zu viele Touristen) in die Vor- oder Nachsaison zu verlegen. Tags drauf ging es nach Siena (neben Florenz die heimliche Hauptstadt der Toskana). Diese Landschaft hat uns sofort verzaubert und unsere Canon Kamera leistete Schwerstarbeit. Wir nahmen die pralle Natur mit viel Genuss in uns auf, wachten morgens in unserem Bully auf und hielten unsere Nasen in die blütenüberschwemmte Luft und abends in den duftenden Rotwein. Wir fühlten uns wie Gott in ... Italien.

Jetzt wollten wir es wissen und fuhren an Rom vorbei bis zum Golf von Neapel. Den Vesuv ließen wir links liegen und am südwestlichen Zipfel dieser imposanten Bucht im sonnigen Sorrento sahen wir die berühmte Insel: "Wenn bei Capri die rote Sonne im Meer versinkt …" Dann ging es wieder nordwärts und so verbrachten wir noch einige wundervolle sonnige Tage an der Mittelmeerküste. Hier noch ein super Tipp: Ca. 80 km von Genua entfernt, an der Riviera di Levante, erstrecken sich auf ca. 15 km zwischen Levanto und Portovenere die malerischen fünf Dörfer, die "Cinque Terre", eingeschmiegt in die Felsen der Steilküste. Hier mein kurzes Fazit unserer Italienreise 2009 (1 Punkt: sauschlecht /bis 10 Punkte: supergeil!): Wetter 10, Essen 10, Landschaft 10, Meer 9, Sauberkeit 5, Straßen 9, Verkehr 6, Liebe?

Ja die Liebe, ... wir wolln's mal so sagen: "Wo ein Wille, da ist auch ein Gebüsch." Aber, ... zu Hause ist es auch schön. Wir sehen uns in einer der vielen kleinen Kneipen Rintelns und trinken ein frisch Gezapftes!

Liebe Grüße Giovanni

Maria's Stüberl

Weihnachtsfeiern bis 40 Personen - jetzt reservieren! Hildburgstr. 16 - Möllenbeck Telefon 0 57 51/31 18

Heißer Tipp: Gänse- u. Entengerichte tägl. 16.00-23.00 u. So. 10.30-23.00 Uhr Montag Ruhetag







Hilfe und Beratung

Kinder- und Jugendtelefon gebührenfrei **0800 1 11 03 33**

Elterntelefon

gebührenfrei **0800 1 11 05 50**

Telefonseelsorge

Evangelisch

gebührenfrei 0800 1 11 01 11

Katholisch

gebührenfrei 0800 1 11 02 22

Bei den vorgenannten Nummern wird die Telefonnummer des Anrufenden nicht angezeigt!

Stadt Rinteln

Zentrale **05751 - 403-0**

Tourist-Information **05751-403-980**

Landkreis Schaumburg Zentrale **05721 - 703-0**

Zitat des Monats:

"Der Frühling ist zwar schön, doch wenn der Herbst nichť wär, wär zwar das Auge satt, der Magen aber leer."

Friedrich von Logau (1604-1655), dt. Dichter d. Barock



Die nächste Ausgabe erscheint am 6. November 2009 Anzeigenschluß: 23. Oktober 2009

Apothekennotdienst

Freitag 09.10.

Elefanten-Apotheke Steinbergen

Samstag 10.10.

Apotheke Krankenhagen

Sonntag 11.10.

Löwen-Apotheke Rinteln

Montag 12.10.

Apotheke am Rathaus Bückeburg

Rehrener-Apotheke Rehren

Dienstag 13.10.

Engel-Apotheke Rinteln

Mittwoch 14.10.

Herder-Apotheke Bückeburg

Donnerstag 15.10.

Bahnhofs-Apotheke Rinteln

Freitag 16.10.

Kur-Apotheke Bad Eilsen

Samstag 17.10.

Neue-Apotheke Rinteln

Sonntag 18.10.

Hirsch-Apotheke Bückeburg

Montag 19.10.

Post-Apotheke Rinteln

Dienstag 20.10.

Schloss-Apotheke Bückeburg

Mittwoch 21.10.

b33-Apotheke Rinteln

Donnerstag 22.10.

Julianen-Apotheke Bad Eilsen

Freitag 23.10.

Apotheke Wesermühle Rinteln

Samstag 24.10.

TDIENS

Neue-Apotheke Bückeburg

Sonntag 25.10.

Kur-Apotheke Bad Eilsen

Montag 26.10.

Apotheke Krankenhagen

Dienstag 27.10.

Löwen-Apotheke Rinteln

Mittwoch 28.10.

Apotheke am Rathaus Bückeburg

Rehrener-Apotheke Rehren

Donnerstag 29.10.

Engel-Apotheke Rinteln

Freitag 30.10.

Herder-Apotheke Bückeburg

Samstag 31.10.

Bahnhofs-Apotheke Rinteln

Sonntag 01.11.

Elefanten-Apotheke Steinbergen Montag 02.11.

Neue-Apotheke Rinteln

Dienstag 03.11.

Hirsch-Apotheke Bückeburg

Mittwoch 04.11.

Post-Apotheke Rinteln

Donnerstag 05.11.

Schloss-Apotheke Bückeburg

Freitag 06.11.

b33-Apotheke Rinteln

Der Notdienst wechselt

täglich morgens um 8:30 Uhr.

Wichtige Rufnummern für Notfälle

Ärztlicher Notdienst

Mo, Di, Do 19 Uhr - 7 Uhr, Mi 13 Uhr - 7 Uhr, Fr 19 Uhr - Mo 7 Uhr und an

Feiertagen bis zum Folgetag 7 Uhr: 05751 - 89 63 81

Chirurgischer Notdienst: 05751 - 21 5

Augenärztlicher Notdienst für Rinteln/Hameln:

05151 - 97 12 25

Zahnärztlicher Notdienst

am Wochenende und an Feiertagen von 11 - 12 Uhr:

0170 - 492 24 31

Kreiskrankenhaus Rinteln

Virchowstr. 5 05751 - 930

Notarztwagen/Leitstelle: 112

Feuerwehr-Notruf: 112

Polizeinotruf: 110

Bei Vergiftungen gibt Auskunft das Giftinformationszentrum

Göttingen 0551 - 1 92 40

Zentraler Sperrnotruf

für Bankkunden- und Maestrokarten, Kreditkarten, Mobilfunkkarten, Mitarbeiterausweise mit elektronischer Zugriffskontrolle, Kundenkarten mit Zahlungsfunktion, Online Banking- und E-Mail-Accounts, Remote Access Systeme und andere elektronische

Berechtigungen 116 116

Apotheker Peter Eulzer

ENGEL-APOTHEKE



Ätheria Erkältungsbäder

verschiedene

Sorten

4er **7,99**

B12



Vitasprint

Trinkfläschchen





Apothekerin B. Wowra

Markt 15 **7** 42060 Wepa **Vitamin C** plus Zink 60 Kapseln

Wepa

Heiße Zitrone

oder Holunder

10 x 10 g Btl.



Naturheil

Phytopharmazie

Homöopathie



Florimel Salbeibonbons

50 g Sonderpreis 0.75 €

10er **19,95** €

VICHY ESSENTIELLES - AB OKTOBER ERHÄLTLICH.

Eine Pflegeserie mit 5 Produkten

jeweils unter 10 €!







Filment)





Quelle: Löwen-Apotheke Rinteln

Vitamine – die fleißigen Helfer unseres Stoffwechsels

lebenswichtige Funktionen unseres Körper ins Stocken geraten. Gerade auch im Herbst und Winter, wenn das Abwehrsystem durch Erkältungen und Infekte zusätzlich geplagt wird, sollten wir unser Immunsystem mit einer ausreichenden Zufuhr von Vitaminen im Kampf gegen Bakterien und Viren stärken.

Wie viele Vitamine sind notwendig?

Unser Körper kann die meisten lebensnotwendigen Vitamine nicht selbst bilden, sie müssen über die Nahrung aufgenommen werden. Für eine ausgewogene Versorgung mit Vitaminen lautet die Faustregel: 5 Mal Grün am Tag! Es müssen natürlich nicht zwingend 5 Portionen oder 5-mal am Tag Obst und Gemüse gegessen werden. Schließlich kommt es darauf an, die Menge von rund 400 g Gemüse und 250 g Obst täglich zu verzehren. Ob dies jemand in zwei, drei oder fünf Portionen schafft, bleibt jedem selbst überlassen.

Haben Sie Probleme, sich zu bewegen? Chronische (Rücken-) Schmerzen? Oder wollen Sie sich entspannen lernen? Dann besuchen Sie mich! FELDENKRAIS-PRAXIS Elke Söffker Feldenkrais-Pädagogin * Schnupperstunden * private Gruppen * Einzelstunden Telefon: 05751 / 95 84 61 Landstr. 37 · 31737 Rinteln OT Hohenrode www.sensation-bewegung.de



Kann der Körper Vitamine speichern?

Es gibt zwei Gruppen von Vitaminen: wasserlösliche und fettlösliche. Wasserlösliche Vitamine (Vitamin C und alle B-Vitamine) verteilen sich in allen wasserhaltigen Bereichen des Körpers, zum Beispiel im Blut oder in den Zellzwischenräumen. Sie werden im Körper kaum gespeichert - ein Zuviel wird wieder ausgeschieden. Nur Vitamin B12 kann in der Leber gespeichert werden. Die fettlöslichen Vitamine A, E, D und K können im Körper gespeichert werden. Dies hat Vor- wie auch Nachteile: Eine regelmäßige

Zufuhr ist aufgrund des Vorrats nicht unbedingt notwendig, allerdings kann sich ein mitunter gesundheitsschädlicher Überschuss bilden.

Welche Vitamine sind besonders wichtig und wofür?

Vitamin A fördert besonders das Sehvermögen, unterstützt Schilddrüsenfunktion und steuert gezielt den Eiweiß-Stoffwechsel (d. h. die regelmäßige Zellerneuerung). Vitamin B1 unterstützt wichtige Funktionen im Energiestoffwechsel. Vitamin B2 ist auch als Riboflavin bekannt und besitzt ähnliche Eigenschaften wie Vitamin B1. Es stärkt zusätzlich das Sehvermögen und spielt eine wichtige Rolle bei der Energiegewinnung. Vitamin B6 spielt eine zentrale Rolle für unseren Eiweiß-Stoffwechsel und beim Aufbau einiger Hormone. Vitamin B12 ist unser wohl bekanntestes B-Vitamin. Es ist lebensnotwendia bei Aufbau von Zellkernen und roten Blutkörperchen. Vitamin C stimuliert die Bildung von Antikörpern und Interferon - zwei wichtige Komponenten des Immunsystems. Vitamin E unterstützt die Entgiftung, verhindert die Bildung von zellschädigenden Stoffen, schützt die mehrfach ungesättigten Fettsäuren vor Oxidation, schützt unsere Vitamin-A-Bestände und verbessert die körpereigene Abwehr. Vitamin D festigt den Knochenbau. Beim Sonnenbaden wird Vitamin D von unserer Haut produziert.

Vitamin K ist für die normale Blutgerinnung erforderlich. Zudem hemmt Vitamin K verschiedene Mikroorganismen (Bakterien, Pilze, Viren) und hat somit Einfluss auf immunologische











5. Niedersächsische RutschMeisterschaft

2009

Vorläufe am: 07.11.2009

Finale Stadthagen: 14.11.2009

jeweils ab: 10:00 Uhr

Ortsentscheid

Anmeldungen ab sofort bei der Schwimmaufsicht!

Tropicana Stadthagen Jahnstraße 2 31655 Stadthagen

Tel. 0 57 21 - 97 38 10 www.tropicana-stadthagen.de