

# Familien-Post

- ✓ Kamp-Lintfort
- ✓ Rheurdt
- ✓ Issum
- ✓ Sevelen
- ✓ Rheinberg

Gesamtauflage 30.000

Offizielles Vereinsorgan der Werbegemeinschaft Kamp-Lintfort e.V.



druckstudio  
kamp-lintfort

Freiherr-vom Stein-Straße 31  
47475 Kamp-Lintfort  
Tel. 0 28 42 / 5 67 77

**BLICK** Brillen &  
**WINKEL** Kontaktlinsen  
www.blickwinkel.biz



**Nissan QASHQAI**  
1.3 DIG-T Acenta 103 KW

Kurzzulassung ab **19.995,- €**

Auch als Automatik gegen Aufpreis lieferbar.

Kraftstoffverbrauch (Messverfahren nach EU-Norm) innerorts 6,6 l / 100 km  
außerorts 4,5 l / 100 km  
gesamt 5,3 l / 100 km

CO<sub>2</sub>-Emissionen kombiniert g/km 121 - Effizienzklasse A  
Abb. enthält Sonderausstattungen

Entdecken Sie den NISSAN QASHQAI und genießen Sie noch mehr Zuverlässigkeit und Komfort beim Fahren!

**JETZT PROBE FAHREN!**



Ihr Partner für alle Marken, Produkte und Dienstleistungen rund um das Auto

**AUTOHAUS  
GIEBICHENSTEIN GMBH**

Friedrichstraße 78 d · 47475 Kamp-Lintfort · Telefon 02842/1484

Gemütlich und atmosphärisch...

## Der 17. Nikolausmarkt am EK 3 vom 6. bis 8. Dezember 2019

Einen Tag später als sonst – also von Freitag bis Sonntag – öffnet der diesjährige Nikolausmarkt seine Pforten am EK 3. „Die Hütten werden so aufgestellt wie im vergangenen Jahr,“ erklärt Bettina Reiner von der Werbegemeinschaft Kamp-Lintfort. Den Händlern und Besuchern habe die „Dorfplatz-Situation“ sehr gefallen.

Neben Dekoration, Strickwaren, Thermomix, Selbstgebackenem gibt es diesmal einiges zu schnuppern. Aromen zu Weihnachten locken genauso an wie Seifendüfte und Parfümcreationen. Wem das alles zu bunt wird, der setzt seine Kinder ins Kinderkarussell und labt sich entweder bei Likören, bei einer Feuerzangenbowle, bei Kaffee mit Schuss oder Glühwein und bei anderen Leckereien wie Waffeln, Reibekuchen, Pommes oder der schärfsten Currywurst am Niederhein.

Siggi, der singende Santa Claus, ist am Freitagnachmittag zu Gast. Nachdem Bürgermeister Professor Dr. Christoph Landscheidt um 13 Uhr offiziell den Nikolausmarkt eröffnet, wird Siggi mit bekannten Weihnachtsliedern und seinem Akkordeon unterhalten. Der Weihnachtsmann kommt am Samstag, dem 7. Dezember 2019. Um 15 Uhr hat er sich – diesmal mit seiner Ente – angekündigt und freut sich schon, wenn der Empfang genauso herzlich und lautstark ausfällt wie im vergangenen Jahr. Er bringt übrigens auch die Nikolausstiefel der Kinder mit, die Ihre Stiefel vorher im Büro der Werbegemeinschaft abgegeben haben.

Schließlich am Sonntagnachmittag wird der Musikzug Kamp-Lintfort um 15 Uhr aufspielen und gleichzeitig für Nachwuchs werben. Selbstverständlich ist diesmal auch die Weihnachtsbäckerei



der Bäckerei Büsch auf dem Nikolausmarkt – es wird aber auch in den beiden Pagodenzelten mit den Kindern gebastelt und am Sonntag können sie sich etwas vorlesen lassen. Kathrin Herbig freut sich auf diese Aktionen ganz besonders. Sie ist Stammhändlerin auf den Kamp-Lintforter Weihnachtsmärkten und bietet allein mit ihren wunderschön gestalteten Buchseiten ausgefallene Ge-

schenkenideen und ungewöhnliches Kunsthandwerk.  
**Öffnungszeiten Nikolausmarkt:**  
Freitag 12 bis 20 Uhr,  
Samstag 12 bis 20 Uhr,  
Sonntag 12 bis 18 Uhr  
Die Weihnachtsbäckerei ist an allen drei Tagen geöffnet. Am Samstag wird bis 15 Uhr in der Pagode der Werbegemeinschaft gebastelt und am Sonntag gelesen.

## Dezembergedanken

Aber zum Fest sind wir alle zusammen – gestern, in der Schlange vor der Supermarktkasse, hörte ich hinter mir einen tiefen Seufzer. „Bei uns ist wieder voll der Weihnachtsmarathon angesagt,“ stöhnte eine junge Frau genervt und wischte dem kleinen Kind, das vorne in dem vollen Einkaufswagen saß, mit einem Taschentuch über die verschnupfte Nase. Neben ihr nickte eine andere Frau: „Ja, bei uns auch. Wir wissen gar nicht, wohin wir zuerst fahren sollen! Es ist einfach nur stressig!“

Hey, immerhin geht es doch um die schönsten Tage im Jahr? Oder vielleicht doch nicht? Ich bin mir da auch gar nicht mehr so sicher. Ich versuche mir beispielsweise das merkwürdige, etwas wehmütige Gefühl zu erklären, dass mich jedes Jahr schon zu Beginn der Adventzeit beschleicht. Dann, wenn die Häuser mit funkeln, hier und da so ein feierlicher Touch über Veranstaltungen und Märkten liegt. Heißt es nicht sowieso, wenn es um einen herum stiller wird, wird es in

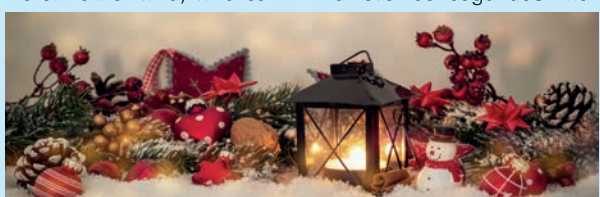
einem selbst lauter! Es ist die Zeit, in der mir meine Kinder besonders fehlen. In der mir die Entfernung, die eigentlich nur 100 km beträgt, unendlich weit vorkommt. In dieser Zeit fühle ich diese Leere, die entstanden ist, weil sie nicht mehr so um mich herum sind wie früher, ganz besonders. Und es fällt mir nicht ein, wie ich die füllen kann. Alle Jahre wieder habe ich näher am Wasser gebaut. Und so heißt es dann alljährlich auch bei uns: Driving home for christmas... oder so.

Jemand sagte mir neulich geizt: „Es ist schade, dass wir uns nicht hin und her beamen können! Ich weiß gar nicht, wie ich es schaffen soll, damit alle zufrieden sind!“ Doch die Herausforderung wird ja noch größer, denn die vielen verschiedenen Partner haben ja auch eine Familie, und die Eltern der Freundin vom Sohn würden auch gerne mal...

Wen treffen wir aus der Familie wann und wo? Wer kriegt den ersten, wer den zweiten Weihnachtsfeiertag? Wem kann man eine längere Fahrt zumuten; auf wen kann man eventuell sogar auch mal

verzichten? Hey, das geht ja gar nicht, meldet sich prompt das schlechte Gewissen, es ist doch Weihnachten! Trotzdem muss ich mir eingestehen: Es wird uns auch in diesem Jahr nicht gelingen, allen an den Festtagen die gleiche Zeit zu schenken. Macht uns das nun zu schlechteren Menschen? Vielleicht hilft es uns, das Ganze nicht ganz so emotional und egoistisch zu betrachten. Reicht nicht auch ein Familientreffen vorher, wenn es mal nicht anders geht, oder ein schönes gemeinsames Wochenende nachher? Vielleicht hilft es auch, es zu halten wie die alte Dame aus

Kamp-Lintfort, die zu der Überzeugung gelangt ist: „Weihnachten hat man im Herzen.“ Dort sorgfältig bewahrt sollte man sehr gut und ohne Traurigkeit oder gar Stress durch die Adventzeit kommen; vielleicht neben ein bisschen Dankbarkeit für das Alte und eine ordentliche Portion Zuversicht für das Kommende. Und eine liebe Freundin äußerte sich so dazu: „Familie ist doch nicht nur Weihnachten. Viel wichtiger ist die Zeit von Weihnachten bis Weihnachten!“ Ein einfacher, aber guter Denkanlass findet Eure Ka-Line



Das Lieblingsbuch, die Brosche oder die Handtasche.  
Individuelle Grabbeigaben für den ganz persönlichen Abschied.

Tel. 02842-5 63 63

Geschäftsräume: Moerser Str. 228  
Hoerstgener Str. 218 A · Kamp-Lintfort  
www.bestattungen-minten.de

Bestattungshaus  
**Minten** GmbH  
Beratung und Begleitung  
info@bestattungen-minten.de

seit über 35 Jahren... „Qualität setzt sich durch“

Ihr Küchenfachgeschäft

**Küchen PAULUS**

Claudia & Bernd Laumann

Moerser Str. 359-361 · 47475 Kamp-Lintfort · Telefon 02842-50270

**Türköz** KFZ-MEISTERBETRIEB

**GETRIEBE SERVICE**

Ihre Vorteile im Überblick:

- Schutz vor vorzeitigem Verschleiß
- Saubere Schaltvorgänge, verbesserter Fahrkomfort
- Wert- und Funktionserhaltung
- Günstige Alternative zu kostenintensiven Reparaturen

• Windschutzscheibentausch zum Nulltarif\*  
• Herstellerspezifische Wartungen ab 29,- €\*  
• Gutachten\* • Mobilität\*  
• Unfallschadenabwicklung\*

Vereinbaren Sie noch heute einen Termin mit uns!

Friedrichstraße 78 b · 47475 Kamp-Lintfort  
Tel. 0 28 42 / 2 19 49 56 · aliturkoz@hotmail.de

PROPERTY PASSION

Immobilienkontor Niederrhein

„Was ist meine Immobilie Wert?“

Wir sind Immobilienexperten aus Leidenschaft. Mit unserem kostenfreien Onlinetool beraten wir Sie gerne zur ersten Kaufpreiseinschätzung Ihrer Immobilie.

Die Immobilienbewertung:  
www.ik-niederrhein.de  
Tel. 02842/9292020  
f /immobilienkontor.niederrhein/

## TuS Lintfort Handball live im TV

Das Spiel der Handballerinnen des TuS Lintfort gegen die SG Kirchhof in der 2. Bundesliga wird von Sportdeutschland TV live im Internet übertragen. Damit wird erstmals ein Handballspiel der Region live zu sehen sein. Sportdeutschland TV und die Handballbundesliga haben dieses Angebot für die 2. Bundesliga möglich gemacht und der TuS

Lintfort kann seinen Fans das Heimspiel am 7. Dezember um 17.30 Uhr gegen Kirchhof anbieten.

„Für uns ist das eine hervorragende Sache, allen Fans, die nicht zum Spiel kommen können, diesen Service anzubieten“, erklärt Bettina Grenz-Klein, Trainerin beim Zweitligisten. „Und das ausgerechnet wir die erste Handballmannschaft im

Kreis sind, deren Spiel übertragen wird, ist natürlich eine Ehre“, so Grenz-Klein weiter.

Der TuS Lintfort möchte das Spiel auch nutzen, um darauf aufmerksam zu machen, dass der Verein Bundesligahandball in Kamp-Lintfort anbietet. „Wir haben die große Chance, auch dieses Jahr den Klassenerhalt zu schaffen. Das wäre eine ganz neue Herausforderung“ weiß die engagierte Trainerin. Der TuS Lintfort spielt gerade

seine achte Saison in der 2. Bundesliga seit dem ersten Aufstieg im Jahre 2004. Die finanziellen Herausforderung durch die Bundesliga sind enorm und früher konnte der Verein nach Abstiegen die Finanzen bei den geringeren Ausgaben in der 3. Liga neu aufstellen. „Das geht natürlich nicht, wenn wir uns dauerhaft in der 2. Bundesliga halten können“, erläutert Bettina Grenz-Klein.

Allein durch Abgaben an den Verband, Schiedsrichterkosten und Versicherungen von gut 23.000 Euro und Reisekosten in Höhe von 18.000 Euro für die 15 Auswärtsspiele kommt eine unglaubliche Summe von 41.000 Euro zusammen, die der Verein aufbringen muss, bevor der erste Ball geworfen ist.

„Unser Etat beträgt in etwa ein Drittel des Durchschnitts der Liga. Damit wird deutlich, dass wir den absolut niedrigsten Etat aller Zweitligisten haben. Wir wollen 2020 aktiver nach Unterstützern suchen. Dazu suchen wir 100 Personen, die bereit sind, das Abenteuer Bundesliga mit 100 Euro im Jahr zu unterstützen und wollen noch einige Trikotsponsoren finden, die gemeinsam weitere 10.000 Euro aufbringen. Damit wären wir dann einigermaßen wettbewerbsfähig“, erklärt Grenz-Klein die Überlegungen des Vereins.



*Setz' Dich, genieße und ruh' Dich aus!*



# PLATON

Griechische Spezialitäten vom Feinsten

Gemütlichkeit finden Sie bei uns.

Ganz in Ihrer Nähe.

**Mittagstisch**

Professionelles Catering ab 10 Personen  
 Räumlichkeiten für Familienfeiern und Gesellschaften bis 200 Personen.  
 Freiherr-vom-Stein-Straße 30-32, Kamp-Lintfort, Telefon (028 42) 3 00 01  
 Öffnungszeiten: Dienstag – Freitag 12.00 – 14.30 Uhr und 17.30 – 22.00 Uhr.  
 Sonn- und feiertags 12.00 - 22.00 Uhr. [www.gaststaette-platon.de](http://www.gaststaette-platon.de)

## Geflügelhof Bremenkamp



*direkt ab Hof*

---

### Bestellen Sie Ihren Festtagsbraten

**Öffnungszeiten:** Montag geschlossen.  
 Di - Do 9 - 13 Uhr und 15 - 18.30 Uhr  
 Freitag 9 - 18.30 Uhr  
 Samstag 9 - 13.30 Uhr  
 Mo. **23.12.19** von 6 - 17 Uhr  
 Di. **24.12.19** von 6 - 12 Uhr

Rheurder Str. 505 · 47475 Kamp-Lintfort  
 Tel. 02842 - 47806

# Ihre Handwerker stellen sich vor!

Planung – Beratung – Ausführung  
Notdienst 24 Stunden

## Buhl

---

DIE BADGESTALTER

und

MEISTER DER ELEMENTE

Wärme – Wasser – Umwelt – Luft

Buhl GmbH  
 Solar – Heizung – Bäder  
 Rheinberger Straße 361 – 47475 Kamp-Lintfort  
 Telefon 02842/92 1880 – Fax 02842/92 1881  
 info@buhl-gmbh.de [www.buhl-gmbh.de](http://www.buhl-gmbh.de)



## ÖL

HOLLAND-HEIZÖL

47475 Kamp-Lintfort  
Franzstraße 70 e  
Ruf 0 28 42 / 22 20  
und 51 61



## d+s

davids+schneider  
tischlerei  
einrichtung  
m o e b e l  
[www.ds-tischlerei.net](http://www.ds-tischlerei.net)



Günter Langen

ELEKTROTECHNIK  
MEISTERBETRIEB

Schulstraße 195  
47475 Kamp-Lintfort  
Tel. 0 28 42 / 64 88  
Fax 0 28 42/71 94 88  
info@elektriker-langen.de  
elektro.langen@cityweb.de

**Elektrotechnik  
Netzwerke  
Neuanlagen  
Sanierung  
Beleuchtungsanlagen  
Photovoltaikanlagen**  
[www.elektriker-langen.de](http://www.elektriker-langen.de)



## Michael Brüß

Brunnenbau  
Kanaldichtheitsprüfung nach § 61a

Michael Brüß · Ebertstraße 86A · 47475 Kamp-Lintfort  
 Tel. 0 28 42-73 02 · Fax 0 28 42-92 91 71  
 Mobil: 01 60-8 41 18 40  
 Email: m.bruess@t-online.de

JANZEN

RAUMGESTALTUNG

Service u. Pflege  
rund um's Fenster

47475 Kamp-Lintfort · Moerser Str. 371  
Telefon: 0 28 42 / 1 08 80

JANZEN

RAUMGESTALTUNG

POLSTERMÖBEL

neu beziehen  
– preiswert und gut –

47475 Kamp-Lintfort · Moerser Str. 371  
Telefon: 0 28 42 / 1 08 80



## Grünthal

Haus der Fliesen

\*jeden Sonntag  
Besichtigung  
von 13<sup>00</sup> bis 17<sup>00</sup>

\*Anzahl an gestückelten Öffnungen siehe Beratungstermin

**Öffnungszeiten:**  
 Mo bis Fr : 9.00 bis 18.00 Uhr  
 Sa : 9.00 bis 13.00 Uhr  
 Mittwoch-Nachmittag  
 geschlossen

Rheinberg-EVERSAEL-Zum Rhein!  
 Tel. 02843-990194 · Fax 990188



## Renovierung & Gestaltung KRANTZEN

Malerfachbetrieb – Spanndeckenfachbetrieb

Malerarbeiten  
Tapezierarbeiten  
Boden- und Treppenverlegung  
Fassadengestaltung  
Wärmedämm-Verbundsysteme  
Gestaltende Maltechniken  
Lackspanndecken

Kruppstr. 35 · 47475 Kamp-Lintfort · Telefon (028 42) 5295 · Telefax (028 42) 55489



## BAUEN+LEBEN

IHR BAUFACHHANDEL

Ihr Partner für Neubau, Umbau und Sanierung

- Hochbau
- Trockenbau
- GaLa-Bau

- Werkzeug
- Fenster, Türen und Tore
- Fliesen und Sanitär

**Öffnungszeiten:**  
 Montag – Freitag  
 7.00 – 18.00 Uhr  
 Samstag  
 8.00 – 13.00 Uhr

Oststr. 80 · 47475 Kamp-Lintfort · Tel.: 0 28 42/9 28 40 - 0 · Fax.: 0 28 42/9 28 40 - 99

Unser Spar- und Umweltheizöl reduziert den CO<sub>2</sub>-Ausstoß



Klimaschutz ist Zukunftssicherung.  
Wir haben nur diese Erde!

**Das moderne Premiumheizöl für die Zukunft**

**Stoffmehl** ...preiswert  
...pünktlich  
Mineraloel GmbH ...zuverlässig

Geldern • © 0 28 31-9 38 80 • www.stoffmehl-gmbh.de  
Heizöl • Kraftstoffe • Schmierstoffe • Tankschutz

**Unser Anspruch – die optimale Pflege**

- ☑ Krankenpflege
- ☑ Behandlungspflege nach Anweisung des Arztes
- ☑ Palliativ-Pflege
- ☑ Betreuungsangebote für dementiell Erkrankte
- ☑ Hauswirtschaftliche Versorgung
- ☑ Verhinderungspflege
- ☑ Urlaubsbetreuung
- ☑ Anleitung pflegender Angehöriger
- ☑ Demenz-Beratung
- ☑ Hausnotrufbetreuung
- ☑ Gesprächskreis für pflegende Angehörige
- ☑ Qualitätsnachweise der Pflegeversicherung
- ☑ Individuelle Beratung und Information



**Die Häusliche**  
Ambulante Kranken- und  
Seniorenpflege  
Martina Scharnowski

Kruppstraße 66  
47475 Kamp-Lintfort  
Telefon 02842-42553  
info@die-haeusliche.de  
www.die-haeusliche.de

Ihr Zentrum für häusliche Pflege.

**Mölders**  
Autohaus

Neu- und Gebrauchtwagen  
Verkauf und Service  
aller Marken  
Finanzierung auch ohne  
Anzahlung möglich  
Ihr zuverlässiger Partner in Ihrer Nähe.

Niederend 42 • 47509 Rheurdt  
www.autohaus-moelders.de  
Tel. 02845-9484900

**Häusliche Pflege**

- 24-Stunden Pflege-Notruf
- Hausnotrufgeräte
- Exam. Pflegekräfte
- Haushaltshilfen
- Beratungsbesuche zur Pflegeversicherung

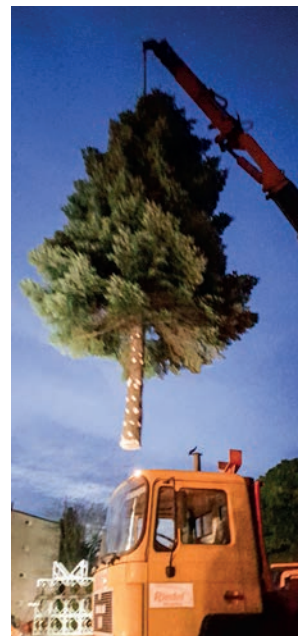


**Krankpflege KIRCHNER**

Moerser Straße 249a • 47475 Kamp-Lintfort  
☎ 02842/2667

„Ich war schon sehr ergriffen, als er so in der Luft hing...“  
**Der Abschied vom Tannenbaum...**

...ist Maria Speckamp nicht leicht gefallen. Vor ein paar Tagen wurde ihre schöne, 16 m hohe Edeltanne aus ihrem Garten in der Bruchstraße entfernt und steht seitdem beleuchtet im Kreisverkehr Eylerstraße/Moerser Straße.



1996 habe ihr Mann ihn gepflanzt – ein ganz normales, kleines Bäumchen, dass seinen Platz etwas erhöht ihm Garten der Familie fand. Er spendete Schatten, wenn es nötig war und – nicht nur der Familie, sondern der ganzen Nachbarschaft – richtig viel Freude, wenn er wieder gewachsen war. „Man konnte förmlich zusehen, wie er größer wurde.“ Tatsächlich schaut man von dem Wohnzimmerfenster aus in den Garten mitten auf die Erhöhung, wo einst die stolze Tanne gestanden hat. Nun erinnert ein Baumstumpf daran und eine große Lücke, die viel Licht spendet. Aber: „Hier vermisst ihn jeder,“ lächelt Maria Speckamp nachdenklich, denn sie war mehr als bewegt, als es soweit war. „Ich hatte meine Nachbarin im Arm und konnte gar nicht mit ansehen, als er so in der Luft hing. Da musste ich richtig schlucken.“

Warum aber trennt sich die Familie von dem Baum? „Er neigte sich bereits bei starkem Wind und drohte bei Sturm in eines der Nachbarhäuser oder in unser Haus zu fallen,“ erklärt Otto Speicher bedauernd, „es blieb uns sowieso keine andere Wahl. Den Baum aber einfach dem Häcksler zu überlassen, war für uns eigentlich keine Alternative. So hat er am Ende wenigstens noch eine richtig schöne Aufgabe.“

**Familien-Post** Die nächste Ausgabe der Familien-Post erscheint am 19. Dezember 2019

Apothekerin Silke Dietl informiert  
**Wenn der Magen gereizt ist**

Aufstoßen, Übelkeit, Magenschmerzen oder Appetitlosigkeit sind Anzeichen für eine Magenschleimhautentzündung der Magenschleimhaut, einer Gastritis. Schätzungen zufolge bekommen zirka 23 Prozent der Frauen und 18 Prozent der Männer im Laufe ihres Lebens eine akute Gastritis mit deutlich spürbaren Beschwerden. Mit dem Alter steigt das Risiko. Oft verläuft eine Magenschleimhautentzündung chronisch. Eine der häufigsten Ursachen einer Gastritis ist eine Infektion mit Helicobacter-pylori-Bakterien. Diese Bakterien stören die Regulierung der Magensäureproduktion. Es kommt zu einer Übersäuerung, die die Magenschleimhaut und Magenwand schädigt. Die Einnahme von entzündungshemmenden Schmerzmitteln, wie ASS oder Ibuprofen, kann ebenfalls zu einer Gastritis führen, da sie die Bildung des schützenden Magenschleims stört. Bei einer akuten Gastritis klingen die Beschwerden mit Einnahme von Medikamenten in der Regel nach einiger Zeit von selbst wieder ab. Patienten sollten zusätzlich auf fette Mahlzeiten, Alkohol und Nikotin verzichten und für mehr Entspannung im Alltag sorgen. Eine chronische Gastritis verursacht oft nur wenige oder gar keine Beschwerden. Daher bleibt sie häufig unentdeckt und wird erst diagnostiziert,



wenn bereits Schäden an der Magenwand, zum Beispiel Magengeschwüre, aufgetreten sind. Denn ist die Magenschleimhaut geschädigt, kann sie die Magenwand nicht mehr ausreichend vor Magensäure und Krankheitserregern schützen. Bei starker Entzündung der Magenschleimhaut sind Verletzungen und Geschwüre möglich, aus denen es bluten kann. Das zeigt sich zum Beispiel durch Erbrechen von kaffeefarbigem Blut oder auffallend schwarzem Stuhlgang. In solchen Fällen ist sofort ein Arzt zu alarmieren. Der Arzt stellt eine Gastritis mithilfe einer Magenspiegelung fest, bei der die Magenschleimhaut untersucht wird. Zusätzlich ist die Entnahme einer Gewebeprobe möglich, um die Ursache der Entzündung zu klären. Wer spürt, dass Stress, Alkohol oder Nikotin Einfluss auf die Beschwerden haben, sollte die Ernährung umstellen, auf Alkohol verzichten, das Rauchen aufgeben und für mehr Entspannung im Alltag sorgen. Sind Schmerzmittel die Ursache für eine Gastritis ist auf andere Therapien auszuweichen. Wenn Sie unter Magenproblemen leiden, sprechen Sie Ihre Apotheke vor Ort an. Diese unterstützt hilft Ihnen gern weiter und empfiehlt gegebenenfalls lindernde Medikamente.

**KÜCHENSTUDIO mali**  
Planen Sie mit uns Ihre Traumküche  
**Küchen-Lieferzeit ab 10 Tage!**  
mali K. Rennings GmbH  
Friedrich-Heinrich-Allee 188  
47475 Kamp-Lintfort  
Fon 0 28 42 / 4 20 26  
www.mali-geldern.de

**BORA**  
Fachhändler

**IMPRESSUM**  
Herausgeber  
Werbegemeinschaft Kamp-Lintfort e.V.  
Postfach 1902  
47475 Kamp-Lintfort  
klwergemeinschaft@onlinehome.de  
www.wergemeinschaft-kamp-lintfort.de

Vorstand  
Andreas Wiesner, Michael Schiff

Anzeigenannahme  
Tel. (02842) 15 23  
Fax (02842) 5 65 60

Auflage 30.000 Exemplare Satz & Litho  
art & design Werbeagentur GmbH & Co. KG  
Carl-Friedrich-Gauß-Str. 20  
47475 Kamp-Lintfort

Druck  
Axel Springer SE  
Im Teelbruch 100 • 45219 Essen

Verteilung  
Kurierdienst Ralf Lemmen  
Am Schmidtberg 1  
47475 Kamp-Lintfort  
Tel. (01 52) 05 11 39 89

**Dezember 2019** ventalis Apotheke im EK3

IHRE SPENDE HILFT!

**1 Euro für einen guten Zweck**

Mit unserem diesjährigen Kalender unterstützen Sie mit Ihrer Spende den

**2020**

Neun Zehntel UNSERES Glücks BERUHEN ALLEIN AUF DER GESUNDHEIT

Arthur Schopenhauer: 1788-1860

Wir sagen „Herzlichen Dank“ für Ihre Unterstützung,  
Ihr Team der ventalis Apotheke

St. Josef Kamp-Lintfort & Caritas

Unser diesjähriger Kalender steht unter dem Motto „Gesunde Zitate“.

T 02842.9048113 | www.ventalis-apo-lintfort.de



# Das Engelchen-Spiel

Gewinnen Sie einen von

**10 Wertschecks**  
in Höhe von **25 Euro**

Einzulösen bei den teilnehmenden  
Geschäften und Firmen.



**Konditorei  
Bäckerei  
Holland**  
Hier ist der Genuss zu Hause.  
Kaffeehaus, Moerser Straße 51  
Hauptgeschäft, Moerser Straße 398  
Café Brotzeit, Wiesenbruchstr. 64



Mitglied im **ivd**  
**Immobilienkontor Niederrhein**  
IHR IMMOBILIENMAKLER RUND UM KAMP-LINTFORT...  
WIR BERATEN UNABHÄNGIG UND PERSÖNLICH BEI  
• VERKAUF • VERMIETUNG • BEWERTUNG  
**Immobilienkontor Niederrhein e.k.**  
Inh. Tobias Schumacher • Moerser Strasse 262  
47475 Kamp-Lintfort



**GOLD GALERIE**  
Moerser Straße 275  
47475 Kamp-Lintfort  
www.Gold-Galerie.com



**Buhl**  
DIE BADGESTALTER  
und  
MEISTER DER ELEMENTE  
Wärme – Wasser – Umwelt – Luft  
– Heizung – Bäder  
**Buhl GmbH Solar**  
Rheinberger Straße 361 – 47475 Kamp-Lintfort  
Telefon 02842/921880 – Fax 0284/921881  
info@buhl-gmbh.de www.buhl-gmbh.de



seit über 30 Jahren...  
„Qualität setzt sich durch“  
Ihr Küchenfachgeschäft  
**Küchen PAULUS**  
Claudia & Bernd Laumann  
Moerser Str. 359-361 · 47475 Kamp-Lintfort  
Telefon 02842 - 50270



über  
30 Jahre  
**Schlüssel  
Schimpf** GmbH  
Moerser Str. 279 · 47475 Kamp-Lintfort  
Tel. 02842 - 56714



**UMZUGSSERVICE Jaeger  
& Bügelstation**  
Moerserstraße 272  
47475 Kamp-Lintfort  
Tel. 02842 7065620 · Mobil 0157 714 210 02  
www.umzuege-jaeger.de



**Czaykowski**  
KÜCHEN • HAUSGERÄTE • KUNDENDIENST  
Nordstraße 2 · 47475 Kamp-Lintfort  
Tel. 0 28 42 87 87  
czaykowski@t-online.de  
www.czaykowski.de

**PHOTO  
PORST**  
Friedrichstraße 13a  
47475 Kamp-Lintfort  
Telefon (02842) 10031  
www.porst-kali.de



**Josef Evertz GmbH & Co. KG**  
Autorisierter Mercedes-Benz Service  
und Vermittlung, 47445 Moers, Kamper  
Straße 310, www.evertz.mercedes-benz.de,  
Ansprechpartner: Wolfgang Evertz,  
Telefon: 02842-919030, E-Mail: wolfgang.  
evertz@evertz.mercedes-benz.de



**vental!s**  
Apotheke  
im EK3

**HODEY**  
Der Spezialist für Rehabilitation · Orthopädie · Pflege

**VitalCentrum HODEY KG**  
Kruppstr. 19  
Moerser Str. 295  
47475 Kamp-Lintfort  
Tel.: 02842 / 91 32 0

Einfach Gut – unsere  
**Löwenapotheke**  
Apothekerin Christiane Kanngießer e.K.  
Moerser Straße 220  
47475 Kamp-Lintfort  
Tel. 02842 / 2384  
info@meine-loewen-apotheke.de  
www.meine-loewen-apotheke.de

**Hüls**

SCHMUCK · UHREN  
Im Dezember haben wir  
für Sie geöffnet:  
Mo. - Fr. 9.00 bis 20.00 Uhr  
Samstags 9.00 bis 18.00 Uhr  
Moerser Straße 309 · 47475 Kamp-Lintfort  
www.juwelier-huels.de

Bei uns werden Sie fündig!  
**2-Rad-Behringer**

Friedrichstr. 100  
47475 Kamp-Lintfort  
Tel. 02842 42471  
www.zweirad-behringer.de/

**KFZ-Meisterbetrieb**  
PKW & LKW Reparaturen  
Unfallschadeninstandsetzung

**KLAUS KLEIN**  
Inspektionen, TÜV & AU  
Kruppstr. 6, 47475 Kamp-Lintfort  
Tel. 02842 / 330330  
www.pannendienst-klein.de

**PREISCHEL**  
Sicherheit & Sonnenschutz

Kruppstraße 44 · 47475 Kamp-Lintfort  
Tel. 0 28 42 9 29 10 - 0  
www.preischel.de

**INSEKTENSCHUTZSYSTEME  
BLAZEK**

Mobil 0176 / 52 44 52 44  
Tel. 02842 / 9735587  
info@insektenschutzsysteme-blazek.de  
www.insektenschutzsysteme-blazek.de

**Glückauf Apotheke**



Glückauf Apotheke  
Moerser Str. 271 · 47475 Kamp-Lintfort  
Telefon: 02842/22 18 · Fax: 02842/5 56 92  
info@glueck-apo.de / www.glueck-apo.de

**Greenbase | KMS**  
Natur trifft Technik

Ihr Partner für Kommunal- und Gartentechnik

Nordstr. 4 · 47475 Kamp-Lintfort  
Tel: 0 28 42 / 97 36 070  
www.kms-gmbh.com

**Zählen Sie die Engel und schreiben Sie uns, wieviele Engel auf dieser Doppelseite stehen!**

Werbegemeinschaft Kamp-Lintfort e.V., Friedrichstraße 7 · 47475 Kamp-Lintfort oder  
E-Mail: klwerbegemeinschaft@onlinehome.de oder Telefax 02842-56560

Einsendeschluss ist der 13. Dezember 2019

www. **Wein-Markt** .info

Helmut Wörpel  
Moerser Str. 152 · 47475 Kamp-Lintfort  
Tel. 0 28 42 / 50 651

Feine Weine aus  
Deutschland, Frankreich, Italien  
und vieles mehr...

Guten Geschmack  
kann man auch verschenken!



## Brillen Kaiser Kathage Neuer Hörakustik- Mitarbeiter



Rüdiger Schroer ist neuer Mitarbeiter bei Brillen Kaiser Kathage.

Seit dem 1. Oktober 2019 verstärkt der Kamp-Lintforter Rüdiger Schroer das Team von Brillen Kaiser Kathage auf der Moerser Straße 235 in Kamp-Lintfort. Geschäftsinhaber Björn Kathage freut sich, in Rüdiger Schroer einen exzellenten Hörakustiker gefunden zu haben. „Mit seiner über 20-jährigen Berufserfahrung in der Hörakustik passt er optimal in unserem Team.“ Neben der Augenoptik gehört die Hörakustik zu den tragenden Säulen der Kamp-Lintforter Firma. Innovativ und technisch auf dem neuesten Stand präsentiert sich die Hörakustik bei Brillen Kaiser Kathage. Die Mitarbeiter sind geschult, besuchen Fortbildungen und informieren sich auf Messen über den neuesten Stand der Hörakustik. Schauen Sie doch einfach mal vorbei und vereinbaren einen Termin zum kostenlosen Hörtest - Brillen Kaiser Kathage, ihr Experte für's Sehen und Hören in Kamp-Lintfort.

## Hall of Fame Stadt würdigt Ehrenamt

Einen gemütlichen und unterhaltsamen Abend gab es für die Besitzerinnen und Besitzer der Ehrenamtskarte in Kamp-Lintfort. Dazu lud Sozialdezernent Dr. Christoph Müllmann in das „Hall of Fame“-Kino ein.

„Mit Ihrer engagierten Arbeit in Sportvereinen, Kultureinrichtungen, Kirchen, in der Nachbarschafts- oder auch Flüchtlingshilfe leisten Sie einen wichtigen Beitrag für das Miteinander in unserer Stadt“, würdigt Müllmann das ehrenamtliche Engagement in seinen Begrüßungsworten. Auf der Kinoleinwand gab es dann einen exklusiven Einblick in die

Entstehung des Kinos in Kamp-Lintfort.

Seit 2012 stellt die Stadt Kamp-Lintfort die Ehrenamtskarte aus. Voraussetzung dafür ist eine ehrenamtliche Tätigkeit in einem Umfang von mindestens fünf Stunden pro Woche bzw. wenigstens 250 Stunden im Jahr. Engagement lohnt sich: Mit der Ehrenamtskarte gibt es zahlreiche Vergünstigungen, die auf der Homepage [www.engagiert-in-nrw.de](http://www.engagiert-in-nrw.de) aufgeführt sind. Im Rahmen der Veranstaltung überreichte Müllmann auch Hans Peter Lehmann, Gerda Etzien, Peter Etzien, Ulrike Reitz ihre Ehrenamtskarten.



## Parken an den Samstagen vor Weihnachten

Die Stadt Kamp-Lintfort zeigt sich in der Vorweihnachtszeit wie auch in den Vorjahren wieder kunden- und einzelhandelsfreundlich: An den Samstagen vor Weihnachten (7., 14., 21. Dezember) werden die Parkscheinautomaten abgeschaltet.

Jedoch ist die freie Parkzeit auf 2 Stunden begrenzt. Damit soll

gewährleistet werden, dass möglichst viele Kundinnen und Kunden einen Parkplatz in unmittelbarer Nähe der Einzelhandelsgeschäfte finden können und die Parkplätze nicht von Dauerparkern besetzt werden. Die Stadt bittet darum, die Parkscheibe gut sichtbar auszulegen, da insbesondere in der Innenstadt die Einhaltung der Parkzeit weiterhin kontrolliert wird.

Vortrag in der Themenabend-Reihe der Anlaufstelle für Menschen im Gestfeld

## Schlaganfall – Jede Minute zählt!

Schlaganfälle waren 2016 mit 5,75 Millionen Toten die zweithäufigste weltweite Todesursache. Ein Schlaganfall zählt zu den Herz-Kreislauf-Erkrankungen und kann weitreichende gesundheitliche Folgen für die Betroffenen haben.

Schlaganfälle sind nicht nur eine Erkrankung des Alters. Welche Ursachen es für das Auftreten eines Schlaganfalls gibt, welche Symptome sich dabei zeigen und was im Notfall zu tun ist, erklärt Pinar Taskin, Pflegedienstleitung des Lintforter Pflegeteams. Der Vortrag findet am 11. Dezember 2019 um 18.00 Uhr in der Anlaufstelle im Gestfeld, Rundstr. 37 a, Eingang im Innenhof des Gestfeldcenters statt.

Um Voranmeldung unter:  
Tel. 02842 912-276,  
Mobil: 0162 4274259  
[anlaufstelle-gestfeld@kamp-lintfort.net](mailto:anlaufstelle-gestfeld@kamp-lintfort.net)  
wird gebeten.

★ **Weihnachtsaktion** ★



3 Bilder in 13 x 18 cm  
1 x Bildvergrößerung in 30 x 45 cm  
und die 3 Dateien

**nur 39,95 €**

Kamp-Lintforter FOTOSTUDIO  
by PHOTO PORST  
Tel: 02842 - 10031 / Mail: [Porst@poeplinghaus.de](mailto:Porst@poeplinghaus.de)  
Friedrichstr. 13a 47475 Kamp-Lintfort

**SPAR-SPASS  
SONNTAG!**

Nur am 08.12.19  
von 13 bis 18 Uhr

**OBI**



Jetzt  
**15 %**  
auf einen Artikel  
Ihrer Wahl.

So funktioniert's:  
Den Coupon abtrennen und vor dem Bezahlen an der Kasse in Ihrem OBI Markt Kamp-Lintfort abgeben. Der Coupon ist nicht mit anderen Rabattaktionen/Coupons kombinierbar, einmalig und nicht nachträglich einlösbar. Ausgenommen sind Kauton, Pfand, Mietmaschinen, Zeitschriften, Bücher, Service und Geschenkkarten. Darüber hinaus nicht einlösbar bei Einsatz von OBI Kunden Karten im Sofortrabatt-Status und bei Online-Bestellungen.

1x15 %  
auf einen Artikel Ihrer Wahl  
Coupon nur gültig am 08.12.2019

206201445997304206

So funktioniert's:  
Den Coupon abtrennen und vor dem Bezahlen an der Kasse in Ihrem OBI Markt Kamp-Lintfort abgeben. Der Coupon ist nicht mit anderen Rabattaktionen/Coupons kombinierbar, einmalig und nicht nachträglich einlösbar. Ausgenommen sind Kauton, Pfand, Mietmaschinen, Zeitschriften, Bücher, Service und Geschenkkarten. Darüber hinaus nicht einlösbar bei Einsatz von OBI Kunden Karten im Sofortrabatt-Status und bei Online-Bestellungen.

1x15 %  
auf einen Artikel Ihrer Wahl  
Coupon nur gültig am 08.12.2019

206201445997304206

**DEIN BAD  
STATT EIN BAD.**

**ALLES MACHBAR**

Gemeinsam das Bad planen!

Egal ob Teilrenovierung oder Komplettrenovierung – unsere qualifizierten Badexperten begleiten euch von der ersten Idee bis zur Umsetzung. Vereinbart jetzt euren kostenlosen und unverbindlichen Beratungstermin auf [obi.de/badplaner](http://obi.de/badplaner) oder direkt im teilnehmendem Markt.

**BadPlaner**

**NEU! IN IHREM  
OBI MARKT!**

Dies ist eine Werbung der OBI GmbH & Co. Deutschland KG, Albert-Einstein-Str. 7-9, 42929 Wermelskirchen

Alle Angebote nur gültig am 08.12.2019  
Für Druckfehler übernehmen wir keine Haftung.

**OBI**

**OBI Markt Kamp-Lintfort**  
Kruppstr. 4  
47475 Kamp-Lintfort  
Tel. 02842 911610  
Öffnungszeiten: Mo.-Sa., 8-20 Uhr  
Baustoffhalle: Mo.-Sa., 7-20 Uhr

**Familien-  
Post**Die nächste Ausgabe der  
Familien-Post erscheint am**19. Dezember 2019**

Kamp-Lintfort

**Gratulation zur eisernen  
Hochzeit**Die stellvertretende Bürger-  
meisterin Barbara Drese hat  
nun dem Ehepaar Luise und  
Johannes Hender zur eisernen  
Hochzeit und damit zu  
65 Jahren Ehre gratuliert.Die gebürtige Moerserin und  
der Kamp-Lintforter haben sich  
im Grafschafter Kino in Moers  
kennengelernt. Seit der Hoch-  
zeit leben die beiden gemein-  
sam in Kamp-Lintfort.


Absicherung  
Braucht  
Vertrauen

ABV|MAKLER GmbH  
Moerser Str. 234  
47475 Kamp-Lintfort  
Tel. 0 28 42 - 97 59 68 - 0  
Fax 0 28 42 - 97 59 68 - 9  
service@abv-makler.de  
www.abv-makler.de

ABV|MAKLER GmbH  
die Versicherungsmakler seit 2005






Besuchen Sie uns auf dem Nikolausmarkt  
am EK3 vom 06.12 - 08.12.2019 oder in  
unserer Parfümerie Am Rathaus 8 mit  
über 500 Duftzwillingen.  
Dufterlebnisse pur, ob als Parfüm für sie  
selbst oder für Ihre Wohnung.



Landparfümerie  
Schnupper Stübchen



Am Rathaus 8, Kamp-Lintfort, Tel. 02842 / 1219944  
www.landparfuemerie.de, Whatsapp 0176 565 135 22

**WIR KÖNNEN MEHR!**

SCHENKEN SIE MEHR

SICHERHEIT UND

SELBSTÄNDIGKEIT



im Kreis Wesel  
**1 MONAT BASISPREIS +  
1 ROTKREUZDOSE GESCHENKT**



Aktionszeitraum 01.12-31.12.2019.

LASSEN SIE SICH BERATEN 08000 365 000  
DRK-Kreisverband Niederrhein e.V.  
www.drk-niederrhein.de


**Daheim statt Heim**Entlastungspflege gem. § 45 b,  
(Krankenkassen zahlen bei Vorlage  
eines Pflegegrades 125,00 €/Monat)

- Haus- und Wohnungspflege
- Fensterpflege
- Wäschepflege
- Gartenpflege u.v.m.

**aktiv**  
homeservice...endlich  
sorgenfreiaktiv homeservice / Kamp-Lintfort & Geldern  
Kruppstraße 58 / 47475 Kamp-Lintfort  
Tel.: 02842 / 9737-0 / Fax: 02842 / 9737-10  
Handy: 0178 / 3973723Weitere Informationen auch online unter  
[www.aktivhomeservice.de](http://www.aktivhomeservice.de)


**RENAULT**  
Passion for life

**Der neue Renault CLIO**  
Jetzt mit kostenlosen Winterkompletträdern\*

Renault Clio EXPERIENCE TCe 100  
ab mtl. **99,- €** | inkl. **5 Jahren Garantie\*\***

Fahrzeugpreis: 15.730,- € inkl. Renault flex PLUS Paket\*\* im Wert von 540,- €. Bei Finanzierung: Nach Anzahlung von 3.820,- €, Nettodarlehensbetrag 11.909,54 €, 60 Monate Laufzeit (59 Raten à 99,- € und eine Schlussrate: 6.972,16 €), Gesamtleistung 50.000 km, eff. Jahreszins 0 %, Sollzinssatz (gebunden) 0 %, Gesamtbetrag der Raten 12.813,17 €. Gesamtbetrag inkl. Anzahlung 16.633,63 €. Ein Finanzierungsangebot für Privatkunden der Renault Bank, Geschäftsbereich der RCI Banque S.A. Niederlassung Deutschland, Jagenbergstraße 1, 41468 Neuss. Gültig bis 24.09.2019.

- Klimaanlage • Audiosystem R&GO • Einparkhilfe hinten • Türgriffe und Außenspiegel in Wagenfarbe • Fahrersitz und Lenkrad höhenverstellbar

Renault Clio TCe 100, Benzin, 74 kW: Gesamtverbrauch (l/100 km): innerorts: 5,6; außerorts: 3,7; kombiniert: 4,4; CO<sub>2</sub>-Emissionen kombiniert: 100 g/km; Energieeffizienzklasse: A. Renault Clio: Gesamtverbrauch kombiniert (l/100 km): 5,2 - 4,4; CO<sub>2</sub>-Emissionen kombiniert: 119 - 100 g/km, Energieeffizienzklasse: B - A (Werte nach Messverfahren VO [EG] 715/2007)

Abb. zeigt Renault Clio INTENS mit Sonderausstattung.

Besuchen Sie uns im Autohaus. Wir freuen uns auf Sie.  
**AUTOHAUS TERHORST GMBH & CO.KG**  
Renault Vertragspartner  
Kruppstr. 9, 47475 Kamp-Lintfort, Tel. 02842-97590  
[www.renault-terhorst.de](http://www.renault-terhorst.de)

\*Gültig für vier Winterkompletträder. Reifenformat und Felgendesign nach Verfügbarkeit. Ein Angebot für Privatkunden und Kleingewerbetreibende, gültig bei Kaufantrag bis 31.10.2019 und Zulassung bis 31.12.2019. \*\*2 Jahre Renault Neuwagengarantie und 3 Jahre Renault PLUS Garantie (Anschlussgarantie nach der Neuwagengarantie) für 60 Monate bzw. 50.000 km ab Erstzulassung gem. Vertragsbedingungen, nur in Verbindung mit einer flex PLUS Finanzierung.

Beerdigungsinstitut  
Johann Roosen GmbH  
Inh. Fam. Otto

# ROOSEN

BEERDIGUNGSIINSTITUT SEIT 1938

Bei uns können Sie in privater Atmosphäre Abschied nehmen. **Aufbahrungsräume – Nachkaffeeraum**  
Roosen · Friedrichstraße 16 · Kamp-Lintfort · Telefon 02842/91614

**Brillen Kaiser Kathage**  
Qualitätstechnik seit 1930

Neue Brille oder Bügel gewechselt?

10 % Rabatt auf alle Switch-it

Besuchen Sie uns am 20. und 21.12. Finden Sie Ihre Brille aus der gesamten Switch-it-Kollektion

Moerser Str. 235, 47475 Kamp-Lintfort 02842-2295  
www.kaiser-kathage.de - brillen@kaiser-kathage.de

## Beim Nikolausmarkt im Einsatz Musikzug Kamp-Lintfort

Am Sonntagnachmittag sind sie live dabei. Ab 15.00 Uhr wird der Musikzug Kamp-Lintfort das Zepter auf dem Nikolausmarkt übernehmen und lautstark zeigen, was er drauf hat. Denn es werden ja nicht nur Märsche gespielt, so heißt es in einer Info über die Zug. Auch die Bereiche der Populärmusik und Filmmusik werden reichlich und gerne bedient. „Von Helene Fischer über Die Toten Hosen bis hin zum König der Löwen.“ „Wir freuen uns, dass es diesmal geklappt hat,“ so die Werbegemeinschaft stolz. Der Musikzug, der schon 13 Jahre alt ist, sucht Interessenten und möchte auf dem Nikolausmarkt dafür werben. „Es ist ein toller Verein, der einfach auch viel bietet. Warum soll man ihnen also nicht die Plattform dafür geben?“

**Kontakt:**  
Musikzug Kamp-Lintfort 2006 e.V.;  
Tel. 02842-4061599;  
www.musikzug-kamp-lintfort.de;  
musikzugkamplintfort@aol.de

**Räumungsverkauf** wegen Sortiments-Wechsel

# PREISCHEL

Sicherheit & Sonnenschutz

**Sonderrabatte** auf **Ausstellungsstrandkörbe**

- ▶ Sicherheitstechnik und Sicherheitssysteme
- ▶ Sonnenschutz für den Innen- und Außenbereich
- ▶ Terrassenüberdachung
- ▶ Wind- und Sichtschutz
- ▶ Strandkörbe
- ▶ Reparaturservice
- ▶ Zubehör

Preisichel GmbH | Kruppstraße 44 | 47475 Kamp-Lintfort | Tel. 02842 92910-0  
Fax 02842 92910-10 | info@preisichel.de | www.preisichel.de  
Öffnungszeiten Ausstellung: Mo.-Fr. 9.00 - 17.00 Uhr | Samstag 9.00 - 13.00 Uhr

**KFZ-Meisterbetrieb**  
PKW & LKW Reparaturen  
Unfallschadeninstandsetzung

**KLAUS KLEIN**  
Inspektionen, TÜV & AU

Kruppstraße 6  
Gewerbegebiet Nord  
47475 Kamp-Lintfort

Tel. 0 28 42 - 330 330  
Fax 0 28 42 - 330 332  
E-Mail: kk60@gmx.de

**Familien-Post**  
Anzeigen-Hotline:  
**02842 / 3397255**

**ALLE JAHRE WIEDER...**

...wird unser Magen in der Weihnachtszeit wieder sehr beansprucht: Plätzchen, Stollen, Glühwein, Gänseessen u.v.m. können uns schwer im Magen liegen. Und sobald man im Bauch Beschwerden hat, fühlt man sich, als ob der ganze Körper ausgebremst würde - inklusive Kopf und Laune.

Mein Tipp: Nux vomica, ein bewährtes homöopathisches Mittel hilft bei allen Beschwerden infolge von Nahrungs- und Genussmitteln, Stress und Ärger sowie bei Völlegefühl. Ein echtes Multitalent für Magen und Darm.

Auch bei Blähungen und Magen-Darm-Krämpfen gibt es Hilfe aus der Natur. Hier empfehle ich das pflanzliche Arzneimittel Carmenthin. Hochdosiertes Pfefferminz- und Kümmelöl in einer Kapsel, die sich erst im Darm auflöst und direkt dort wirkt, wo die Beschwerden sind, lässt wieder Ruhe und Entspannung im Darm einkehren.

Die Natur nimmt den sanften Weg! In diesem Sinne wünsche ich Ihnen eine entspannte Adventszeit.

*Silke Dietl*

**Hirsch Apotheke**  
... der Weg lohnt sich!  
Apothekerin Silke Dietl  
Auguststr. 45 (Ecke Kattenstr.)  
47475 Kamp-Lintfort  
Tel.: 02842 / 10433  
www.hirsch-apotheke-kamp-lintfort.de

gültig vom 01.12. - 08.12.19.

**10% Rabatt** auf einen Artikel Ihrer Wahl aus unserem rezeptfreien Apothekensortiment (ausgenommen bereits rabattierte Ware)

gültig vom 09.12. - 15.12.19.

**15% Rabatt** auf einen Artikel Ihrer Wahl aus unserem rezeptfreien Apothekensortiment (ausgenommen bereits rabattierte Ware)

gültig vom 16.12. - 31.12.19.

**20% Rabatt** auf einen Artikel Ihrer Wahl aus unserem rezeptfreien Apothekensortiment (ausgenommen bereits rabattierte Ware)

gültig vom 01.12. - 08.12.19.

**10% Rabatt** auf Ihren gesamten Einkauf aus unserem rezeptfreien Apothekensortiment (ausgenommen bereits rabattierte Ware)

gültig vom 09.12. - 15.12.19.

**15% Rabatt** auf Ihren gesamten Einkauf aus unserem rezeptfreien Apothekensortiment (ausgenommen bereits rabattierte Ware)

gültig vom 16.12. - 31.12.19.

**20% Rabatt** auf Ihren gesamten Einkauf aus unserem rezeptfreien Apothekensortiment (ausgenommen bereits rabattierte Ware)

Seit über 90 Jahren Ihre Apotheke in der Altsiedlung!