-Anzeige-

Kostenloser Testtag beim Institut Deuster

Rechen- und Schreibschwäche untersuchen

KOBLENZ. Wenn die Leistungen in den beiden Hauptfächern Deutsch oder Mathematik immer schlechter werden, dann wird die Schule schnell zum Albtraum. In vielen Fällen wird eine Rechen- bzw. Rechtschreibschwäche als Ursache für die Schwierigkeiten nicht rechtzeitig erkannt. Das Koblenzer Institut Deuster bietet deshalb Eltern die Möglichkeit, ihre Kinder mit der standardisierten Hamburger Schreibprobe testen zu lassen.

Bei bestehendem Verdacht auf Dyskalkulie bzw. Rechenschwäche können Kinder mit dem Heidelberger Rechentest untersucht werden.
Die Testungen sind kostenlos und finden am Samstag, 22. November, in den Räumen des Institut Deuster in Koblenz (Stegemannstr. 46 - 48) statt. -hel-

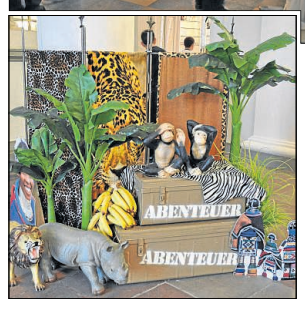
➪ Eine vorherige *Anmeldung ist erforderlich unter ☎ (0261) 300 20 62 oder per E-Mail an info@institut-deuster.de.*

-Anzeige

Lassen Sie sich inspirieren: 6. RZ Reisemesse

Tipps und Anregungen für den Urlaub gibt's am 30. November im Kurfürstlichen Schloss

KOBLENZ. Sie wissen noch nicht, wohin Sie im nächsten Jahr reisen möchten? Dann kommen Sie zur 6. RZ Reisemesse am Sonntag, 30. November (10 - 17 Uhr), im Kurfürstlichen Schloss in Koblenz.



Die RZ Reisemesse am 30. November im Kurfürstlichen Schloss liefert wieder eine Vielzahl an Tipps.

Wer Tipps und Anregungen für den Urlaub 2015 oder sogar schon für 2016 sucht, findet diese bei spannenden Vorträgen namhafter Veranstalter. In mehr als 20 Präsentationen können Sie auf der 6. RZ Reisemesse um die Welt reisen. Vom Nordkap bis nach Südafrika und von Südamerika nach Asien. Zum Beispiel auf einer Kreuzfahrt mit Hapag-Lloyd Kreuzfahrten „Große Momente Erleben“, mit Lernidee in der Eisenbahn von Namibia nach Johannesburg im „African Explorer“, oder mit Studiosus Reisen eine bequeme Busreise in „Usbekistan – Auf der alten Seidenstraße“.
Auch für die kleinen Momente wie einen Städtetrip mit Theater- oder Musicalbesuch oder ein entspanntes Wellness-Wochenende hält die RZ Reisemesse für Sie das richtige bereit.

➪ *Alle Informationen zum Veranstaltungsprogramm erhalten Sie persönlich im RZ Reisebüro, unter ☎ (0261) 1000 400 oder auf den RZ-Internetseiten.*
Der Eintritt beträgt 5 Euro/Person, gegen Vorlage des Rhein-Zeitung Abo-Ausweises nur 2,50 Euro/Person Mit Ihrer Eintrittskarte können Sie am großen Gewinnspiel teilnehmen.

➪ *Nach Voranmeldung unter ☎ (02 61) 1000 430 kostenloser Bustransfer vom Hauptbahnhof Koblenz/ Busbahnhof (Sparda-Bank) möglich.*

-Anzeige

Unikate aus Warschau

Edle Taschen und Face-Fitness bei E & K Hathor

Die beiden Inhaberinnen Katarzyna Dorota Pytlewska-Born (rechts) und Elzbieta Kuc (links) verkaufen handgefertigte Taschen. Foto: Korzilius

KOBLENZ. Mit „E & K Hathor“ eröffnete kürzlich ein neues Geschäft in der Löhrstraße 78 - 80, in dem neben edlen Taschen, Schmuck und Accessoires auch Face-Fitness angeboten wird.

Die beiden Inhaberinnen Katarzyna Dorota Pytlewska-Born und Elzbieta Kuc verkaufen in Handarbeit gefertigte Taschen der in Polen sehr bekannten Künstlerin Ela Birylo. Die Taschen werden in der Manufaktur „Boudoir on the Moon“ in Warschau hergestellt und sind stets Unikate. „Es können auch individuelle Wünsche der Kunden berücksichtigt werden“, bestätigt Katarzyna Dorota Pytlewska-Born.
Zudem bietet „E & K Hathor“ mit Face-Fitness Übungen an, die zur aktiven Schönheitspflege beitragen und gezielt die Gesichtsmuskulatur ansprechen. Und das alles ohne Operation, Spritze oder Lifting. Katarzyna Dorota Pytlewska-Born führt als zertifizierte Linergistin auch Permanent Make-up durch. -dko-

Info und Kontakt
E & K Hathor
Löhrstraße 78 - 80
56068 Koblenz
☎ 0151 51 39 76 66

Menschen in Not helfen

Die Kolping-Solidargemeinschaft und Globus helfen in Tasnad

LAHNSTEIN. Die Kolping-Solidargemeinschaft „Menschen in Not“ e.V. Lahnstein führt auch in diesem Jahr ihre „Aktion Weihnachtspäckchen für Kinder in Tasnad/ Rumänien“ durch.

Der Vorstand hofft auf viele Päckchen, die von den Kindern in Tasnad sehnsüchtig erwartet werden. Die Inhalte sollen sich an den Empfängern orientieren, ob für einen Jungen oder ein Mädchen in welcher Altersstufe. In den vergangenen Jahren konnten diese Aktionen mit großem Erfolg durchgeführt werden, dank der Hilfsbereitschaft der Spender in Lahnstein und Umgebung. Je mehr Päckchen mit dem Transport am 13. Dezember nach Tasnad geschickt werden können, desto mehr Kinder aus den Nachbarorten können mit beschenkt werden. Die Pfarreien der verschiedenen Konfessionen sind mit der Caritas-Station in Tasnad und untereinander gut verbunden und nehmen die Verteilung der Päckchen vor. Die Päckchen können ab sofort bei der Parfümerie Grünewald in der Burgstraße oder am Privathaus der Familie Grünewald in der Marienburger Straße 41 abgegeben oder in der Garage deponiert werden. Die Geschäftsleitung des Globus-SB-Warenhauses hat sich auch in diesem Jahr wieder bereit erklärt, die aus den Vorjahren sehr erfolgreiche „Aktion Sparschwein“ zugunsten der Caritas-Station und den älteren Mitmenschen in Tasnad und Umgebung durchzuführen.
An allen Kassen werden in der Zeit vom 24. November bis 13. Dezember Sparschweine mit dem Logo der Kolping-Solidargemeinschaft aufgestellt, in die die Kunden Wechselgeld oder auch freie Beträge einwerfen können. Von diesen Spenden werden Lebensmittel eingekauft, die die Geschäftsleitung großzügig durch haltbare Grundnahrungsmittel ergänzt. Die Empfänger werden die alten Menschen sein, die weit unter dem Existenzminimum in großer Armut leben und sonst keine Hilfe erwarten können. Diese Verfahrensweise wurde bei einem sehr erfreulichen Gesprächstermin mit dem Geschäftsleiter Martin Siebert und dem Werbeleiter des Globus-SB-Warenhauses, Christian Günther, so vereinbart. Auf diese Aktion wird durch großflächige Plakate und Informationssäulen aufmerksam gemacht. Bei entsprechendem Erfolg wird die Sparschweinaktion um eine Woche verlängert. Darüber hinaus vergisst die Kolping-Solidargemeinschaft aber nicht Not leidende Menschen in Lahnstein. In verlässlicher Weise erhält „Nachbarn in Not“ der Stadt Lahnstein eine Finanzzuweisung für Hilfsmaßnahmen, für die keine Krankenkasse einsteht, oder die nach den gesetzlichen Bestimmungen nicht bezuschusst werden können. Zuschüsse erhalten auch das Haus Christophers, in dem wohnungslose Menschen Hilfe finden können, sowie der Frauennotruf Koblenz. Ganz aktuell wird Hilfe in den Slums von Hyderabad/Indien gleistet Unsers Vorstandsmitglied Karin Meinen ist gerade dort hin gereist. In Ruanda ist vor wenigen Tagen der erste Spatenstich für eine neue Schule erfolgt. Das von der Kolping-Solidargemeinschaft unterstützte Projekt wird gewissenhaft überwacht und wesentlich mitfinanziert vom Ruanda-Büro beim Innenministerium in Mainz in Verbindung mit dem Ruanda-Büro in Kigali, sowie von Kolping Ruanda. -sd-

Dreiste Abzocke

evm warnt vor falschen Schreiben

KOBLENZ. Joachim Resch, Leiter Kundenservice bei der Energieversorgung Mittelrhein AG (evm), ist sauer über die neueste betrügerische Methode, mit der evm-Kunden absichtlich getäuscht werden.

Das Schreiben ist eine angebliche Zahlungserinnerung, bei der Kunden im Namen der evm dazu aufgefordert werden, ausstehende Beträge zu begleichen. Dies sei an Dreistigkeit kaum noch zu überbieten, erklärt Resch, denn das Schreiben trägt sogar das evm-Logo.
An folgenden Merkmalen kann die Fälschung erkannt werden:
• Die evm verschickt keine Überweisungsträger an ihre Kunden. Solche liegen den gefälschten Schreiben jedoch bei.
• Die Formatierung entspricht nicht der gängigen Kundenkommunikation. Ein Vergleich mit einem alten Schreiben und insbesondere das Überprüfen der eigenen Kundennummer sind sinnvoll.
• Auch die falsche Angabe der Bankverbindung und der Hausnummer 6 in der Ludwig-Erhard-Straße anstelle der 8 sind Beleg dafür.
• Zudem führt ein auf dem Schreiben abgedruckter QR-Code zu einem ganz anderen Unternehmen, nicht zur evm. -dko-

➪ *Wer sich unsicher ist, kann unter ☎ (0261) 402-11111 bei der evm anrufen und die Zahlungserinnerung mittels Kundennummer prüfen lassen.*

Notfall-Dienste

✦ **Ärztlicher Notfalldienst**
Der Bereitschaftsdienst-Zentrale Koblenz befindet sich im Gemeinschaftsklinikum Mittelrhein, Kemperhof (Koblenzer Str. 115), und ist bundesweit unter ☎ 116 117 zu erreichen. Öffnungszeiten (Besuch auch ohne vorherige Anmeldung): montags, dienstags und donnerstags von 19 Uhr an; mittwochs von 14 Uhr an; freitags von 16 Uhr an; samstags, sonntags und an Feiertagen durchgehend.

• Bei akuten lebensbedrohlichen Notfällen muss direkt der **Notruf- und Rettungsdienst unter der Nummer 112** angefordert werden.

✦ **Notdienst der Apotheken**
Unter ☎ 01805 258 825 -56068 (0,25 Euro/pro Minute aus dem dt. Festnetz) werden die beiden nächstgelegenen dienstbereiten Apotheken angesagt.

✦ **Kinderärztlicher Notfalldienst**
Der Notfalldienst der Koblenzer Kinderärzte ist zu erreichen unter ☎ 01805 112 056. Die Anrufe werden auf ein Sprachleitsystem umgeschaltet.
Die Anrufer erhalten dort Informationen über den diensthabenden Kinderarzt. Wird das persönliche Gespräch gewünscht, wird entsprechend weiterverbunden.

✦ **Patienten-Infostelle Bezirkszahnärztekammer**
☎ (0261) 912 011 11 oder www.zahnaerztehaus.de

✦ **Augenärzte**
☎ (01805) 112 060

✦ **Frauennotruf Koblenz**
☎ (0261) 35000, mail@frauennotruf-koblenz.de www.frauennotruf-koblenz.de.

✦ **Krankentransport**
☎ (0261) 192 22.

✦ **Weißer Ring**
Verein für Kriminalitätsopferhilfe der Außenstellen Koblenz und Kreis Koblenz-Mayen:
☎ (0261) 671 03 04.
Opfer-Notruf-Nummer:
☎ 0180 334 34 34.

✦ **Deutsche Parkinson Vereinigung**
☎ (02630) 13 93.

✦ **Koblenzer Frauenhaus**
Sozialdienst kath. Frauen,
☎ (0261) 942 10 20.

✦ **Kinder- und Jugendtelefon**
Die kostenlose Nummer gegen Kummer:
☎ 0800 111 03 33.

✦ **TelefonSeelsorge**
☎ 0800 111 0 111 und
☎ 0800 111 0 222 (beide Nummern sind kostenfrei)

✦ **Mutter-Kind-Hilfswerk**
Kostenlose Beratung.
Infos: ☎ 0800 22 55 100 oder im Internet unter www.mutter-kind-hilfswerk.de.

✦ **Selbsthilfe- und Helfergemeinschaft für Suchtkranke und Angehörige**
Kreuzbund Stadtverband Koblenz e.V., Löhrstr. 53
☎ (02606) 358036 oder (02606) 2541.
offene Infogruppe: Di., 19 - 21 Uhr.
für junge Menschen: Do., 19 - 21 Uhr.

✦ **Selbsthilfegruppe für Angehörige und Freunde von Alkoholkranken**
☎ 0170 1200 358 oder
☎ 01578 240 46 27 oder
☎ (0261) 274 08

✦ **Selbsthilfegruppe für Menschen mit Ängsten und Depressionen**
EA-Gruppe Koblenz
Bogenstr. 53
☎ (02621) 610 623
Treffen: Do., 19.30 - 21.30 Uhr.
Horizonte
Eisheiligenstr. 14
☎ (0261) 30 00 418
☎ 0157 72 38 998
Treffen: Fr., 18 Uhr

Ratgeber

-Anzeige-

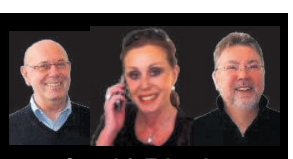
Zu wenig Fisch

Von Dr. Thomas Klose

Fisch führt nach wie vor ein Schattendasein bei uns – klar, die meisten Deutschen sitzen auch nicht direkt an der Quelle! Im Schnitt essen wir nicht mal die Hälfte der von Fachkreisen empfohlenen Verzehrmenge von Fisch und Krustentieren. Hoch ist auch der Anteil an „Fischverweigerern“ – über Geschmack lässt sich ja bekanntlich auch nicht streiten. Aber auch die steigenden Preise oder die schlechte Verfügbarkeit von frischem Fisch mögen Gründe hierfür sein.
Fachkreise empfehlen den Verzehr von mindesten zwei Portionen Fisch pro Woche. Besonders geeignet sind dabei fette Seefischarten wie Thunfisch, Hering, Lachs und Makrele. Fischstäbchen werden aufgrund ihre geringes Fischanteils und der fettigen Kruste nicht empfohlen.
Warum sollten wir mehr Fisch essen? Seefisch ist reich an Jod und Omega-3-Fettsäuren. Diese beugen gleich sieben Erkrankungen auf einmal vor: Sie regulieren die Blutfette, wirken gegen hohen Blutdruck, Herzrhythmusstörungen und Schlaganfall, sie verbessern die Gedächtnisleistung und das Sehvermögen und schützen vor entzündlichen Autoimmun-Erkrankungen.
Da die Omega-3-Fettsäuren nicht vom Körper selbst gebildet werden können (so genannte essenzielle Fettsäuren), müssen diese über die Nahrung zugeführt werden. Wer keinen, oder nur zu wenig Fisch ist, der sollte seiner Gesundheit zuliebe die Versorgungslücke durch Nahrungsergänzungsmittel schließen.
Wie können Sie die bestehenden Qualitätsunterschiede von Fischölkapseln erkennen? Zunächst sollten Sie sich nicht von der Menge an Fischöl beeindrucken lassen, sondern darauf achten, wie viel Omega-3-Fettsäuren enthalten sind. Alpha-Linolensäure kommt zum Beispiel auch in Pflanzen vor, während Eicopentaensäure und Docosahexansäure nur im Fischöl zu finden sind.

In ihrer Apotheke erhalten sie hochwertige Produkte. Wie freuen uns auf Ihren Besuch und beraten Sie gerne!

www.regenbogenapotheke.de
www.sonnenscheinapotheke.de
www.taufrischkosmetik.de


Graef & Friends
Ankauf
Goldschmuck
Silberschmuck
Tafelsilber
Zahngold
Altgold
Münzen
Zinn
BARGELD SOFORT
SCHAENGEL GOLD
56068 Koblenz | Casinostr. 3-5
Mo.-Fr. 9-18.00, Sa. 10-15.00
www.schaengelgold.de

Einzelnachhilfe
ab 19,95 EUR für 60 Minuten
bei Ihnen zuhause
Studentenring
0261-5796228

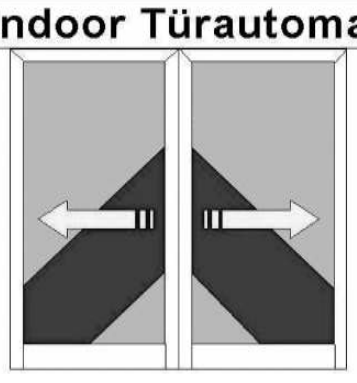
BeilagenHinweis
Unserer heutigen Ausgabe liegen Prospekte folgender Firmen bei:
Porta Möbel
Möbel Billi
Saturn
Rund ums Eck im Advent
Einem Teil unserer heutigen Ausgabe liegen Prospekte folgender Firmen bei:
Müllerland, Görgeshausen
Action, Mülheim-Kärlich
Möbel Boss
Aldi
Brillen Kramer
Cafe Hahn
DEVK Versicherungen
Möbel Billi
Unser Asterstein

Volkskrankheit Parodontitis
Neue Chancen für Ihr Zahnfleisch
Vortrag am 02.12.2014
Von 17.00 - 19.00 Uhr
Anschließende Fragerunde
Um Anmeldung wird gebeten

CROSSDENT
Dr. Michael Sieper
Am Plan 7
56068 Koblenz
Termine: 0261-33044
www.crossdent.de

3. Koblenzer KUNDENSPIEGEL® Platz 1 TESTSIEGER
Untersucht: 8 City-Apotheken
91,9 Durchschnittlicher Zufriedenheitsgrad
Freundlichkeit: 93,0 % (Platz 1)
Beratungsqualität: 93,8 % (Platz 1)
Medikamentenverfügbarkeit: 89,0 % (Platz 2)
Kundenbefragung 06/2008
N=639 (City-Apotheken) von N=905 (Gesamt)
MF Consulting Dipl.-Kfm. Marc Loibl
www.kundenspiegel.de Tel: 0991/2708847
REGENBOGEN APOTHEKE
Inh. Dr. Thomas Klose
Bahnhofstraße 37
56068 Koblenz
Tel. 0261 / 3 85 54 · Fax 0261 / 1 44 88 · www.regenbogenapotheke.de

BURBACH + GOETZ
Stegemannstr. 5 – 7
56068 Koblenz
Tel. 02 61/1 33 88-0
www.burbach-goetz.de
Sanitätshaus
HomeCare
Reha-Technik
Medizintechnik

Wir brauchen Unterstützung!!!
■ Techniker (w/m) im Innendienst
für Angebotserstellung u.a.
■ Servicetechniker (m/w) im Außendienst
für Wartung und Reparatur von automatischen Tür- und Toranlagen
■ Bürokaufmann (w/m)
für Verwaltungstätigkeiten u.a.
■ Bürokaufmann (w/m)
für Fakturierung u.a.
Sie sind auf der Suche nach einer neuen Herausforderung?
Dann bewerben Sie sich jetzt schriftlich!
Rundoor Türautomatik GmbH & Co. KG
Herrn Jürgen Portz
bewerbungen@rundoor.de
Römerstr. 43
56323 Waldesch
Rundoor Türautomatik


über 40 Jahre
Ihr kompetenter Küchenspezialist in Lahnstein
Küchenstudio KOCHEMS
Die besondere Küchenschau!
Jeden Sonntag von 13 - 16 Uhr schauoffen!*
musterhaus küchen FACHGESCHÄFT
*keine Beratung, kein Verkauf
56112 Lahnstein • Bahnhofstraße 10 • ☎ 02621-62622 • kochems-kuechen@rz-online.de • www.kuechen-kochems.de