

Karin Kossek
Naturheilpraxis

Anwendungsschwerpunkt:
Die Pollensaison beginnt.
Jetzt schon Heuschnupfen vorbeugen!
Ich berate gerne zu ganzheitlichen Behandlungsmöglichkeiten.

Naturheilpraxis Karin Kossek - Heilpraktikerin
Annelweg 5 · 47239 Duisburg · Tel. 02151-402767 · www.naturheilpraxis-duisburg.de

SEEYOU
Wunderbar. Wiedersehen.

Klick dich fit!
www.seeyousportpark.de

SEEYOU Sportpark • Lohfelder Weg 99 • 47239 Duisburg • Tel.: 0215 14090 05

OPTIK PEERBOOMS
KONTAKTKURSE

30 JAHRE

DIETMAR LIEBIG ARBEITEN IN UND UM'S HAUS

MAURER- KUNKER-, PUTZ- UND BETONARBEITEN

Dietmar Liebig | Leutfeldstraße 19 | 47239 Duisburg
Tel. 0 21 51 | 40 88 90 | Fax: 40 26 59 | Mobil: 0173 153 58883
www.dietmar-liebig.de | info@dietmar-liebig.de

„Weltretter“: Umwelt-Kabarett im Kulturtreff

Mit Musik und Kabarett für Weltretter und alle die es werden wollen, wird der Hamburger Jan Jahn am Samstag, 9. März, um 20 Uhr sein Publikum im Kulturtreff Alte Dorfschule Rumeln (Dorfstraße 19) begeistern. Höchste Zeit für Deutschlands erstes Umweltkabarett-Programm „In zehn Schritten zum Weltretter“! Jan Jahn hat sich von Greenpeace die zehn wichtigsten Maßnahmen nennen lassen, wie jeder von uns die Weltrettung in die eigene Hand nehmen kann - und bringt die jetzt gnadenlos in Wort und Lied unter's Volk. Karten für 9 Euro gibt es bei der Musikschule (Ruf: 02151/40 41 49) in der Bücheroase und bei Klatt Reisen & Shop, Dorfstraße und der Apotheke „Am Geistfeld“ Rathausallee, Rumeln. An der Abendkasse kosten die Karten 11 Euro!

www.stadt-panorama.de

Ihr Medienberater für Rheinhausen, Homberg, Baerl, Rumeln/Kaldenhausen, Neukirchen-Vluyn, Rheurdt/Schaepphusen

Kevin Kontermann · Tel. 0203/57 000 235
kevin.kontermann@stadt-panorama.de

DIE WELT DER TIERE
ZOO Duisburg

SONDERPREISE FÜR UNSERE LESER!!!

Tagesticket Erwachsener nur € 13,-
Tagesticket Kind/Jugendlicher nur € 6,- (8-17 Jahre)
Tagesticket Familienkarte 2x Erwachsene + 8x Kind nur € 32,- (4-tägig, keine Gewährleistung)

3657 Tiere!
262 Arten!

Diese Vorzugspreise gibt es exklusiv bei uns:

stadt-panorama | Duisburg · Hafenstr. 2
Moers · Mühlenstraße 32

Rumeln-Kaldenhausen

Wir in Rumeln-Kaldenhausen

... entdecke die Möglichkeiten!

Naturbau Niederrhein

Dämmstoffe, Farben, Putze und Bodenbeläge für ein gesünderes Raumklima

RUMELN - An der Düsseldorfer Straße 6 in Rumeln finden Sie seit vier Jahren mit Manfred Blechschmidt einen kompetenten Ansprechpartner rund um ökologische Baustoffe.



Manfred Blechschmidt: Naturbaustoffhändler, Bausachverständiger kdR und Bauberater kdR.

Ob Farben, Putze, Bodenbeläge oder Dämmstoffe, bei Naturbau Niederrhein gibt es fachmännische Beratung eines Handwerkers, der über mehr als 20 Jahre Erfahrung im Baustoffhandel verfügt und sich durch fundierte Fortbildung als Bauberater kdR (kontrolliert deklarierte Rohstoffe) und Bausachverständiger kdR auf den Bereich Naturbaustoffe spezialisiert hat. Mittlerweile ist Manfred Blechschmidt 1. Vorsitzender des Arbeitskreises „Ökobau Niederrhein“ und Vorstandsmitglied des Dachverbandes „Ökobau NRW“ und kooperiert eng mit Baubiologen, Architekten und Handwerkern. So erhalten Sie die geballte Fachkompetenz „aus einer Hand“. Wenn Ihnen also ein gesundes Raumklima und ökologische Nachhaltigkeit wichtig sind, dann finden Sie beim sympathischen Rumelner ein umfangreiches Angebot. Und wenn Sie jetzt meinen: „Öko gleich teuer“, weit gefehlt. Für „hochwertige“ konventionelle Baustoffe zahlen Sie nicht weniger und zahlen am Ende sogar drauf

– nicht zuletzt bei der Gesundheit, wo Allergien nur das kleinere Übel wären. Darüber hinaus haben Naturbaustoffe bauphysikalisch oftmals Vorteile, wie man in kleinen Experimenten in Manfred Blechschmidts Laden anschaulich demonstriert bekommt. Weichholzfaserplatten und Zellulose(Altpapier)-Dämmstoffe wie sie über Manfred Blechschmidt vertrieben werden, haben beispielsweise einen deutlich besseren Isolierwert als die weit verbreitete Glaswolle. „Gerade bei Altbausanierungen kann mit der falschen Dämmung viel Schaden angerichtet werden. Man denke an zentimeterdicke Styropordämmung, die die Außenwände nicht mehr atmen lässt. Schimmelbildung kann trotz Lüftung zum Problem werden“, so Blechschmidt. Das Problem kann sich verschlimmern, wenn auch noch industrielle Gipsputze an den Wänden verarbeitet sind. Die Kalk- und Lehmputze die Naturbau Niederrhein vertreibt, haben eine deutlich bessere Dampfdiffusion und somit Feuchtigkeitsregulierung. Auch im Bereich der Schalldämmung gibt es deutliche Vorteile: Weichholzfaserdämmplatten haben im Vergleich zu Steinwolle oder Styropor eine mindestens doppelt so hohe Schallsolisierung. Des Weiteren können konventionelle Farben und Lacke sowie Teppiche mit chemischen Stoffen belastet sein, die über Ausdünstung in die Raumluft gelangen oder durch Kontakt Gesundheitsprobleme verursachen. Nicht so bei den Produkten von Naturbau Niederrhein. Lacke sind hier auf pflanzlicher Basis, Wandfarben aus Naturharz und Pigmente aus natürlichen Mineralien. Alternative Bodenbeläge gibt es zudem aus Holz, Kork, Kokos-, Sisal- und als naturbelassene Schafwoll-Teppiche mit Jute- oder Latex-Rücken. Weitere Informationen direkt bei Manfred Blechschmidt unter Ruf: 02151/5167979.



Nachwuchskicker zu Gast beim MSV

Die Begeisterung beim Fußballnachwuchs des FC Rumeln-Kaldenhausen 1955 war groß, als die Stadtwerke Duisburg sie als Gewinner zogen. Elf Kinder durften zusammen mit dem MSV Duisburg beim Spiel gegen Kaiserslautern in der Schauinsland-Arena auflaufen. Als Erinnerung an diesen Tag gab es einen schicken Trikotsatz der Stadtwerke Duisburg, der sogar zu der grünen Vereinsfarbe passte. Die Sonne strahlte vom Himmel und alle hofften auf drei Punkte für den MSV. Leider wurde es am Ende nur ein 0:0. Im Zebra-Shop kehrte man noch ein und alle Kinder bekamen eine MSV-Fan-Mütze. Ein Interview bei Zebra TV stand ebenso auf dem Programm, wie ein Besuch in der Kabine und auf der Trainerbank. Die Jungs vom FC Rumeln-Kaldenhausen wollen nun in der Rückrunde ihren ersten Tabellenplatz in der Kreisklasse 2 des Fußballkreises Moers verteidigen. Ihr Ziel ist es den Herbstmeister-Titel auch am Ende der Saison zu behalten. Daneben ist die Truppe noch im Duisburger Stadtpokal im Rennen.

Rumeln-Kaldenhausen

Wir in Rumeln-Kaldenhausen

... entdecke die Möglichkeiten!

da bewegt sich was

Wir sind online!

www.Runder-Tisch-Rumeln-Kaldenhausen.de

Runder Tisch Rumeln-Kaldenhausen

NATURBAU Niederrhein
Handel mit Naturbaustoffen

Bei uns finden Sie:
▲ Ökologisch, gesunder, werbeschlüssiger Ausbau
▲ Allergiker- und Öko-Produkte
▲ Ökologische Dämmstoffe (Hart-, Zellulose, Weichholzfaser-Dämmplatten)
▲ Parkett und Massivholzer
▲ Allergikerböden / Korkböden
▲ Lehmputz und Kalk

Naturbau Niederrhein
Düsseldorfer Straße 6
47239 Duisburg (Rumeln)
www.naturbau-niederrhein.de

Telefon 02151 - 5 16 79 79
Fax 02151 - 5 16 79 80
Mobil 0170 - 2 16 96 05
info@naturbau-niederrhein.de

AUTOPARTNER die bessere Wahl!
Meisterbetrieb der Kfz-Innung

Öffnungszeiten:
Mo.-Do. 7.30 - 18.00 Uhr · Fr. 7.30 - 16.00 Uhr

Borgscherweg 8-12 | Tel.: 0 21 51 / 40 88 83
47239 Duisburg | info@autopartner-duisburg.de
Fax: 0 21 51 / 40 65 88 | www.autopartner-duisburg.de

Jeden Mittwoch ab 5.00 Uhr HU/AU durch DEKRA 51 Ützpunkt

Malteser
... weil Nähe zählt.

Malteserstift Veronika-Haus
Nelkenstraße 19-21 · 47239 Duisburg
Tel. 0 21 51/4 90 43 15 · Fax 0 21 51/40 83 30
angelika.piel@malteser.org
www.malteserstifte-rhein-ruhr-ems.de

APOTHEKE AM GEISTFELD
...gerne für Sie da!

KNOCHENSCHUTZ-AKTION
„Gesund bis auf die Knochen“ - wir bestimmen Ihre Knochenstärke
Donnerstag, 6. April 2013
9.00 - 17.00 Uhr
Knochenstärke ist ein Gesundheitsfaktor
info@geistfeld.de www.geistfeld.de

Ihre Apotheker
Michaela & Malthe Böhmer
Rathausallee 12-14
47239 Duisburg-Rumeln-Kaldenhausen
Tel. 02151/40106
Fax: 02151/400598

Schmerztherapie
Heuschnupfen
Migräne
Rückenschmerzen
Rheuma
Allergie

Naturheilpraxis für Kinder und Erwachsene
Monie Mprah-van den Bosch
Heilpraktikerin

Kirchstraße 15
47239 Duisburg-Rumeln
Tel. (02151) 41 95 38
Fax (02151) 40 37 51
www.naturheilpraxis-monie.de
info@naturheilpraxis-monie.de

Kosmetik Bieber
Inh. Katja Bieber

BABOR

Bei Abgabe einer Irrsige erhalten Sie eine
Kostenlose BABOR Hautanalyse
im Wert von 25,- €

Düsseldorfer Str. 111 a · 47239 Duisburg
Telefon 021 51 - 40 95 24
kosmetik@bierbeier.com

Mo. - Di. 9.00 - 18.00 Uhr · Mi. 9.00 - 14.00 Uhr
Do. - Fr. 9.00 - 18.00 Uhr · Sa. 9.00 - 13.00 Uhr

Wieder heiß begehrt!

DIE NEUEN GUTSCHEINBÜCHER
DUISBURG & KREIS WESEL

ENTDECKEN - ERLEBEN - SPAREN!

- attraktive 2-für-1-Gutscheine u.v.m.
- Gültigkeit bis 23.02.2014
- über 10.000 Online-Gutscheine für alle Gutscheinebuch-Inhaber

Was erwartet Sie?
* jede Menge neue Anbieter
* informativer Restaurant- und Freizeitführer
* hervorragendes Preis-Leistungs-Verhältnis

Praktisches Format!
SPARPREIS € 17,95

Jetzt hier erhältlich:
Duisburg-Ruhrort · Hafenstr. 2
Moers · Mühlenstr. 32