**Achtung:** 

Sonntag, 4. Juni: B 51, Trier B 51, Stadtkyll

Dienstag, 6. Juni: B 53, Bernkastel B 51, Serrig

Mittwoch, 7. Juni: K 54, Wittlich-Neuerburg B 53, Kröv

Donnerstag, 8. Juni: B 327 / K100, Gutenthal

Freitag, 9. Juni: B 53, Graach L 190, Irmenach

Samstag 10. Juni: BAB 48, Mehren

Die Polizei weist darauf hin, dass sie außer den angekündigten Kontrollen weitere Geschwindigkeitsmessungen durchführen wird.

## Fruktoseintoleranz – wenn Früchte plötzlich nicht mehr vertragen werden

Immer mehr Menschen reagieren nach dem Genuss von Früchten mit Bauchweh. Blähungen, Krämpfen und Durchfall. Verantwortlich dafür ist häufig unser körpereigenes Transportsystem, das mit der Aufnahme und Umwandlung von Fruktose, dem in den Früchten vorhandenen Fruchtzucker, überfordert ist.

Dadurch kann der Fruchtzukker nicht vollständig aus dem Dünndarm entfernt werden und gelangt so in den Dickdarm. Dort wird die Fruktose von den hier ansässigen Darmbakterien fermentiert (umgewandelt) und dabei entstehen Gase, die zu starken Blähungen führen. Da Fruktose außerdem einen wasserbindenden Effekt hat, wird das Wasser nicht wie üblich im Dickdarm aus dem verdauten Nahrungsbrei entfernt, sondern bleibt im Stuhl, was zu Durchfall führt.

Liegt die Ursache ausschließlich in der Überlastung des Transportsystems, gibt es Tricks und Kniffe, wie man Obst dennoch genießen kann. Aber auch eine allgemeine Fehlbesiedlung des Darms kann ähnliche Symptome auslösen. Aus diesem Grund



Nicole Becker-Schmidt und Britta Salz

analysiert man die Zusammensetzung der Bakterien, die sowohl den Dünn- als auch den Dickdarm besiedeln und kann dann gezielt die Darmflora durch Gabe von zu gering vorhandener oder Elimination pathogener (krankmachender) Darmbakterien wieder ins Gleichgewicht bringen. Ist das Gleichgewicht wiederhergestellt, verschwinden auch die Beschwerden.

#### Kontakt

Praxis für Naturheilkunde Bruchhausenstraße 19 54290 Trier Telefon 0651/14555855 www.hp-trier.de

### **Worauf sollten Bauherren beim** Fensterkauf achten?

Bauherren gehen ohne kompetente Beratung Risiken beim Fensterkauf ein. Insbesondere bei Umbau und Altbau-Sanierungen. Oftmals werden Angebote der Fenster-Anbieter ausschließlich im Hinblick auf den Preis verglichen. Doch vermeintlich identische Angebote können sich bei näherem Hinsehen eklatant unterscheiden - insbesondere bei augenscheinlichen »Schnäppchen«.

Wichtig ist etwa der Dämm-Wert: Ein ug-Wert von 0,5 ist bei einer Dreifachverglasung optimal - höhere ug-Werte sind weniger gut. Im Hinblick auf die Sicherheit spielen Beschläge, Stahlarmierung und Profile eine entscheidende Rolle. Zertifikate, wie etwa das »Siegel Sicherheit« der Polizei, geben Aufschluss über den Sicherheitsstandard der angebotenen Fenster. Wer auch in punkto Langlebigkeit sicher sein will, sollte darauf achten, dass jedes Profil einzeln zugeschnitten wird. Wollen Bauherren eine KFW-Förderung nutzen, sollten diese sich vorab über die besonderen KFW- Anforderungen informieren. Darüber hinaus lohnt der



Frank Kalmes, Teamleiter Verkauf JOLEKA

Blick auf die Herkunft der Krankentransporte: 112 Fenster. Handelt es sich um **Zahnärztl. Notrufnummer** ein deutsches Qualitätspro- für den Eifelkreis Bitburgdukt? Sehr niedrige Preise Prüm: 0 18 05 / 06 51 00. deuten in der Fensterbranche nicht selten auf mangelnde Oualität hin. Zu bedenken ist, dass Reparaturen oder gar ein Austausch defekter Fenster nach Ablauf der gesetzlichen Gewährleistung von fünf Jahren stets auf eigene Rechnung gehen.

#### Kontakt

Joleka GmbH & Co.KG Hauptstraße 2 54570 Kalenborn-Scheuern 06591/95200 www.joleka.de

#### **NOTDIENSTE**

**■** Rettungsdienst DRK-Rettungswachen: Prüm/Arzfeld: 19 222 Polizei: 0 65 51 / 94 20 Giftnotrufzentrale Mainz: 0 61 31 / 1 92 404

■ Allgemein

Fachdienst Kinderschutz: 0 65 61 / 94 10 400 Frauenhaus Trier: 06 51 / 7 44 44 Beratung für Suchtkranke: 0 65 51 / 97 10 90 AIDS-Hilfe Trier: 06 51 / 97 04 40

Rettungsdienst/ **■DRK** 

- Tierschutzverein Südeifel:  $0\,65\,27\,/\,92\,56\,96$
- **■** Betreuungsverein Westei**fel:** 0.65 91 / 1.65 5
- Opfertelefon Kripo Wittlich: 01 60 / 97 85 61 55

#### **■**Ärztlicher Notdienst

Die ärztliche Bereitschaftsdienstzentrale Prüm im St. Joseph Krankenhaus ist von Mo. 19 Uhr bis Di. 7 Uhr, Di. 19 Uhr bis Mi. 7 Uhr, Mi. 14 Uhr bis Do. 7 Uhr, Do. 19 Uhr bis Freitag 7 Uhr, Fr. 16 Uhr bis Mo. 7 Uhr besetzt. Sowie

an Feiertagen vom Vorabend des Feiertages, 18 Uhr, bis zum nächsten Werktag 7 Uhr. Telefon: 11 61 17 (ohne Vorwahl)

**■** Apotheke

Der Apothekennotdienst ist aus dem Festnetz und Mobil $funknetz\,unter\,\,Rufnummer\,0$ 18 05 / 25 88 25 plus Postleitzahl des jeweiligen Standortes erreichbar. Beispiel: 0 18 05 / 25 88 25 54595 für Prüm.

■ Augenärzte

Aktueller Bereitschaftsdienst am Wochenende und Mittwochnachmittag unter Tel. 0 65 31 / 96 10 96

**■**«Frauen in Not«

Gewalt in engen sozialen Beziehungen: FIN, Tel. 0 65 91 / 98 06 22, Mo-Fr von 10-14 Uhr, sonst AB.

■ Tierärzte

Am 3. und 4. Juni haben Dienst: Tierärzte Dahmen & Dünner in Prüm (06551/95240) und Tierarzt May in Pronsfeld (06556/245). Am 5. Juni haben Dienst: Tierärztin Junk in Plütscheid (06554/9586444) und Tierärztin Milbert-Groben in Irrhausen (06550/4236).

Angaben ohne Garantie.

# FLEISCHEREI Einkaufszentrum "Zum Alten Bahnhof" Bei Preisangaben Druckfehler vorbehalter

## > SPEZIALITÄTEN VOM FLEISCHERMEISTER Lummer-Spießbraten 69 mit und ohne Käsefüllung on 069 Kamm-Spießbraten > DELIKATESS

	Bei Preisangaben Druckfehler vorbehalten.			
1	> SPITZENQUALITÄT	١.	> SPEZIALIT	ÄTEN
ľ	Hackfleisch Rind und Schwein 1 kg 3 99		<b>Grill-Steaks</b> vom frischen Kamm	100 g <b>0.59</b>
	Eifeler Backschinken aus dem Schäufle 100 g 0 69		Holzfäller-Scheiben vom Schweinebug	100 g <b>Q 49</b>
	Kamm Kotelett Alles Gute vom Rind		Honig-Senf-Steaks vom Schwein	100 g <b>0.69</b>
	Rinder-Hackfleisch auch für Hamburger 100 g 079		Rinder-Grill-Steaks aus der Hüfte	100 g <b>179</b>
	Rinder-Rouladen Rinder-Schmorbraten 100 g		<b>Schlemmer-Braten</b> Pute+Schwein, im Bratschlauch	100 g <b>0.79</b>
	Inh. Gerd Sifferath · Bahnhofstr. · Pri	im .	. Tel. N 65 51 / 7 N1 75 . A	lle Preise in Fl





# Firmlinge spenden

ausgebaut. Im zweiten Fall

ROTH/AUW. Mit dem Erlös aus eigenen Projekten, die sie allein planten und durchführten, konnten fünf Firmlinge aus Roth und sieben Firmlinge aus Auw bei Prüm eine Spende an den Förderverein krebskranker Kinder in Trier übergeben. Mit selbstgebackenem Kuchen zogen die Firmlinge durch ihre Heimatorte und die Bewohner von Roth und Auw spendeten großzügig, so dass Werner Ludgen vom Förderverein krebskranker Kinder 270 Euro von den Rother Firmlingen und 620 Euro von den Auwer Firmlingen entgegennehmen konnte. Bei der Übergabe bedankte er sich für das große Engagement der Jugendlichen und berichtete über die Arbeit des Förder-Projekte auf der Kinderkrebsstation des Mutterhauses.

45. Jahrgang ADA geprüfte Auflage: 14.144 Exemplare

#### **KONTAKT**

WochenSpiegel Saarstraße 35a 54634 Bitburg Tel.: 0 65 61 / 95 80 0 Fax: 0 65 61 / 95 80 80

Kleinanzeigen/ **Ticketverkauf** Tel.: 0 65 61 - 95 80 0

Tel.: 0 65 61 / 95 80 20

red-pruem@tw-verlag.de

Redaktion

**Zustellung** Tel.: 0 800 - 651 0 651 kostenlose Rufnummer









Messverfahren VO (EG) 715/2007 Space Star BASIS 1.0 MIVEC 5-Gang Kraftstoff-verbrauch (I/100 km) innerorts 5.0; außerorts 3.6; kombiniert 4.2. CQ\_-Emission kombiniert 96 g /km. Effizienzklasse B. Space Star TOP mit Extra-Paket 1.2 MIVEC ClearTec CVT Kraftstoffverbrauch (I/100 km) innerorts 4.9; außerorts 3.9; kombiniert 4,3. CO<sub>2</sub>-Emission kombiniert 99 g/km. Effizienzklasse B

l | Unverbindliche Preisempfehlung der MMD Automobile GmbH, ab Importlager, zzgl. Überführungskosten, M und Perfeffektlackierung gegen Auforeis. reis für Space Star BASIS 1.0 MIVEC 5-Gang, solange der Vorrat reicht, gültig bis 30.06.2017.



Auto Kloep Inh. Heidi Servos Fritz-von-Wille-Str. 2 54578 Kerpen Telefon 06593/366 www.autokloep.de

# **Farbenfrohes Gartenfestival auf Schloss Eicks**

Der WochenSpiegel verlost 10 x 2 Eintrittskarten für das Event vom 15. bis 18. Juni

Mit den »Country Homes« steigt vom 15. bis 18. Juni, täglich 10-18 Uhr, bereits zum sechsten Mal auf Schloss Eicks, Burgstrasse 7, bei Mechernich ein Gartenfestival der ganz besonderen Art. Der Wo-CHENSPIEGEL verlost 10 x 2 Eintrittskarten für diese Veranstaltung.

MECHERNICH. An vier Tagen öffnet das imposante Schloss mitsamt Park und Remisen seine wunderschönen Räumlichkeiten und präsentiert mehr als 120 internationale Aussteller anspruchsvoller Wohnkultur, Kunst und Design, Antiquitäten, Schmuck, Landhausmoden, Gartenmöbel, Rankhilfen, Obeliske, Feuerschalen, Hängematten, Klangobjekte und die schönsten Gartendekorationen aus aller Welt im Innen- und Außenbereich. Stauden, Palmen, Kräuter, Heil- und Giftpflanzen, Orangenbäume, Rosen und Lavendel bieten jedem Besucher etwas für den eige-



Das Schloss Eicks ist erneut die prachtvolle Bühne der »Country Homes«.

nen kleinen Gartentraum. So genannte Pflanzendoktoren beraten Interessierte bei allen Fragen rund um das Gedeihen ihrer Pflanzen. Künstler lassen sich gern an diesen Tagen über die Schulter schauen. Kulinarische Köstlichkeiten verwöhnen zusätzlich, während klassische Klänge den musikalischen Rahmen

bilden. Die Besucher kön-

nen übrigens kostenlos ihre

Einkäufe in einem gesonderten Zelt zwischenlagern oder bei schweren Gegenstän vom Lieferservice zum Auto Gebrauch machen. Hunde sind auf dem Gelände erlaubt. Parkplätze sind reichlich vorhanden. Vor Ort ist zudem ein Geldautomat. Einfach mit EC-Karte und Bargeld abheben.

**@** Mehr dazu im Netz: www.schloss-romantik.de

#### Gewinnspiel

WOCHENSPIEGEL Der verlost 10 x 2 Eintrittskarten für die »Country Homes«. Schreiben Sie einfach eine E-Mail an gewinnspiel@weiss-verlag. de oder eine Postkarte an WochenSpiegel, Hans-Georg-Weiss-Straßr 7, 52156 Monschau. Stichwort: »Country Homes«, Einsendeschluss: 12. Juni

NEU!



MIT UNS SIND SIE ONLINE!



www.wochenspiegel-marktplatz.de