

NACHRICHTEN

Individuelle Hilfe für den Schmerz

Rückenschmerzen gehören neben Kopf-, Nerven- und Tumorschmerzen zu den am weitesten verbreiteten Schmerzarten. Damit sind sie eine der häufigsten Ursachen für Arztbesuche und Krankschreibungen. 23 Prozent aller Krankschreibungen sind auf Kreuzschmerzen zurückzuführen. Das muss nicht sein – und schon gar nicht wegen der damit verbundenen Schmerzen und Beeinträchtigungen der Lebensqualität. Rückenschmerzen sind verhinderbar. Wie – das wollen Experten einer Telefonaktion unserer Zeitung darlegen. Viele Betroffene leiden allerdings unter chronischen Schmerzen – auch ihnen möchten die Experten weiterhelfen. Denn Schmerz ist nicht gleich Schmerz. In vielen Fällen ist heute individuelle Hilfe möglich. Für alle Fragen rund um das Thema Rückenschmerzen stehen Ihnen am Mittwoch (20. Juni) in der Zeit von 19 bis 21



Telefonaktion
Uhr Experten am Telefon zur Verfügung:
☎ 0251/690 58 20: Dr. Christof Mittmann, Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie
☎ 0251/690 58 25: Dr. Roswitha Eusterbrock, Fachärztin für Anästhesiologie und Schmerztherapie
☎ 0251/690 58 30: Ralf Heidlindemann, Facharzt für Anästhesiologie, Schmerztherapie und Akupunktur
☎ 0251/690 58 35: Jürgen Merx, Regionalgeschäftsführer der Barmer GEK Münster.
Wir freuen uns auf Ihre Fragen und sichern Ihnen zu, dass alle Anrufe vertraulich behandelt werden. -ash-



Erst pusten, dann fahren: Autofahrer müssen in Frankreich ab 1. Juli einen Alkoholttest mit sich führen. Foto: DAV

Kein Scherz: In Frankreich gilt ab dem 1. Juli die Mitföhrpflicht eines Alkoholtests. Dieser soll es Autofahrern ermöglichen, ihren Blutalkohol präventiv zu testen. Wer kein solches an Tankstellen erhältliches Set im Auto hat, muss mit einer Geldbuße rechnen. Was Sie auf europäischen Straßen noch beachten sollten, erklärt Dr. Frank Häcker, Mitglied der Arbeitsgemeinschaft Verkehrsrecht des Deutschen Anwaltvereins (DAV) e.V.

► Darf ich nach einem Bier noch Auto fahren? In Deutschland gilt eine 0,5 Promillegrenze für Autofahrer. Nach einem Glas Bier haben die meisten Menschen diesen Wert noch nicht erreicht. In vielen Ländern sollten sie darauf aber lieber verzichten. Denn in Estland, Schweden, Polen und Norwegen dürfen sich Autofahrer schon mit 0,2 Promille nicht mehr hinter Steuer setzen. In Rumänien, der Slowakei, Tschechien und Ungarn darf sogar nur Auto fahren, wer 0,0 Promille nachweisen kann. Übrigens: Den in Deutschland üblichen Bluttest, mit dem bei Straftaten der Alkoholspiegel im Blut belegt wird, gibt es im Ausland nicht. Hier ist das aus der Atemluft gewonnene Ergebnis des Alkoholtests bindend.

► Welche Strafen gelten für Geschwindigkeitsüberschreitungen? Was eine Geschwindigkeitsüberschreitung kostet, variiert im Ländervergleich stark. Bezahlt man in Deutschland beispielsweise für 20 km/h zu viel 35 Euro, sind es in Norwegen sogar über 465 Euro. Aus der Schweiz sind sogar Fälle bekannt, in denen Autofahrer über 200 000 Euro zahlen mussten, da sich dort die Höhe des Bußgeldes nach dem Monatsverdienst richtet. Generell besteht in Europa ein Trend zur Erhöhung der Bußgelder. In den Niederlanden beispielsweise wurde die Strafe zu Jahresbeginn 2012 im Schnitt um 40 Euro angehoben.

► Kann ich als Ausländer für Verkehrsdelikte belangt werden? Als Ausländer müssen Sie sich an die im Land üblichen Verkehrsregeln halten. Tun Sie das nicht, werden Sie auch nach den Regeln des jeweiligen Landes bestraft. Einfach nach Hause zu fahren und zu hoffen, dass nichts passiert, bringt dabei nichts, da die Strafen auch in Deutsch-

ADAC Verkehrssünden im Ausland

	Promille Grenze*	Alkohol am Steuer	20 km/h zu schnell	über 50 km/h zu schnell	Erhöhter Wert	Überhörschwindigkeit	Parkverstoß	Verstoß am Steuer	Mitbringen Schuttschilder
Belgien	0,5	ab 140	ab 100	ab 300	ab 150	ab 150	ab 50	ab 100	ab 50
Bosnien-Herz.	0,3	ab 200	ab 25	ab 200	ab 150	ab 150	25	ab 10	ab 20
Bulgarien	0,5	ab 100	ab 30	ab 120	ab 30	ab 30	ab 5	ab 25	25
Dänemark	0,5	ab 190	65-270	ab 295	135-200	125	65	65	65
Deutschland	0,5	ab 500	bis 35	ab 240	92-220	30-250	10-70	40	30
Estland	0,2	ab 1150	ab 115	ab 770	ab 385	ab 20	ab 20	ab 15	ab 150
Finnland	0,5	ab 1575	ab 70	ab 1475	ab 1075	ab 1075	10-50	ab 115	35
Frankreich	0,5	ab 135	ab 135	ab 1500	ab 135	ab 135	ab 10	ab 135	ab 135
Griechenland	0,5	ab 80	ab 100	ab 350	ab 350	ab 350	ab 40	100	ab 350
Großbritannien	0,8	ab 5820	ab 75	ab 3000	ab 70	ab 70	ab 35	ab 75	ab 600
Irland	0,5	ab 200	ab 80	ab 80	ab 80	ab 80	ab 50	ab 60	ab 60
Island	0,5	ab 430	ab 60	ab 90	90	ab 90	ab 10	30	60
Italien	0,5	ab 500	ab 150**	ab 500	ab 150**	ab 80	ab 40	ab 150	ab 80
Kroatien	0,5	ab 90	ab 130	ab 660	ab 260	ab 90	ab 40	ab 65	65
Litauen	0,5	ab 215	ab 5	ab 110	ab 30	ab 20	ab 5	15	30
Litauen	0,4	ab 290	ab 10	ab 250	ab 115	ab 115	ab 10	ab 10	ab 30
Luxemburg	0,5	ab 100	ab 30	ab 145	145	145	ab 25	75	75
Malta	0,8	ab 665	ab 25	ab 25	ab 25	ab 25	ab 25	ab 25	ab 25
Malta	0,5	ab 250	ab 20	ab 65	ab 300	ab 35	ab 65	45	20
Montenegro	0,5	ab 60	ab 20	15	ab 20	ab 20	ab 20	20	20
Niederlande	0,5	ab 340	ab 155	ab 530	220	220	ab 85	220	120
Norwegen	0,2	ab 770	ab 465	ab 1500	670	670	ab 65	165	100
Österreich	0,5	ab 300	ab 20	ab 2380	ab 70	ab 70	ab 20	ab 50	ab 35
Polen	0,2	ab 145	ab 25	ab 100	ab 75	ab 60	ab 25	ab 50	25
Portugal	0,5	ab 250	ab 60	ab 300	ab 120	ab 120	ab 30	ab 120	ab 120
Rumänien	0,0	ab 130	ab 85	ab 130	ab 60	ab 85	ab 30	ab 60	ab 30
Schweden	0,2	ab 6075	ab 270	ab 450	ab 310	ab 330	ab 20	ab 100	170
Schweiz	0,5	ab 565	ab 140	ab 950	190	ab 230	ab 30	75	50
Serbien	0,3	ab 45	ab 45	ab 140	ab 140	ab 55	45	45	45
Slowakei	0,0	ab 150	ab 50	ab 350	150	150	ab 30	ab 60	ab 25
Slowenien	0,5	ab 300	ab 50	ab 300	250	ab 500	ab 40	120	120
Spanien	0,5	ab 300	ab 100	ab 600	ab 200	ab 200	ab 200	ab 200	ab 200
Schweden	0,0	ab 100	ab 60	ab 200	ab 100	ab 200	ab 60	ab 60	80
Türkei	0,5	ab 250	ab 60	ab 80	ab 60	ab 80	ab 30	n.A.	30
Ungarn	0,0	ab 680	ab 150	ab 270	ab 370	ab 370	ab 110	ab 75	ab 50
Zypern	0,5	75	ab 35	ab 85	ab 85	ab 85	85	85	85

Beläge in Euro (gerundet); HW = Halbtagesverweilzeit; TS = Tageszeit (Strafbesetzung nach Monatsverdienst); in Island: maximal 120 TL; n.A. = keine Informationen erhältlich; ** für Falschfahrer und Berufskraftfahrer gelten teilweise niedrigere Promillegrenzen; ** = Mindestalter tagsüber, nachts (22-7 Uhr) um ein Drittel höheres Bußgeld; Ähnliche Strafen wie für Alkohol werden in vielen Ländern für „Drogen am Steuer“ verhängt. Außerdem Führerscheinmaßnahmen und in schweren Fällen unter Umständen auch Freiheitsstrafen. Angaben ohne Gewähr.

Stand: März 2012

ADAC-Regelungen

Bauernmarkt im Rosengarten

LÜDINGHAUSEN. An diesem Wochenende lohnt der Besuch im Aushängeschild der Stadt Lüdinghausen besonders. Es sind nicht alleine die Blumen, die im Rosengarten in voller Blüte stehen. Der Bauernmarkt, den die landwirtschaftlichen Vereine des Rosendorfes organisieren, bildet einen besonderen Leckerbissen. Rund 40 Aussteller bieten einen bunten Mix an kreativen Dingen – von Glasbläserarbeiten bis zu Kunstwerken, die mit der Kettensäge entstan-



Beim Bauernmarkt Foto: mib

den. Wer einen Abstecher ins Dorf machen will, hat ab 13 Uhr auch noch die Gelegenheit zum Einkauf, denn am Sonntag sind die Geschäfte im Rosendorf geöffnet. Der Bauernmarkt findet am Sonntag von 11 bis 18 Uhr statt.

„Mehr Komfort im Alltag“!

MAP: Designanspruch trifft italienische Lebensfreude

Raffiniert, zeitgemäß und komfortabel: Der Schlafbereich ist Zentrum für Eleganz und maximale Funktionalität – individuell geplant vom Beraterteam des Bettenhauses Schröder. Um moderne Wohnbedürfnisse zu beantworten, bietet der italienische Hersteller MAP exklusives Design auf höchstem Niveau. So beeindruckt das Modell „Nadir extended“ mit klarer Formensprache

und schwebende Konsolen. Die besondere Aufmerksamkeit

„Unsere Möbel prägen modernen Wohnstil“

Gerd Schröder

der italienischen Designer gilt der Ästhetik, den Proportionen, den Farben und neuen Holzarten. Fasziniert von dieser größtmöglichen Gestaltungsfreiheit,

präsentiert Innenarchitekt Gerd Schröder das ausgesuchte Programm in der großzügigen Ausstellung an der Weseler Straße 77 in Münster. Die große Auswahl an modularen Elementen verspricht die bestmögliche Lösung für jedes Ambiente. Modernste Technologien beim Öffnen und Schließen von Türen und Schubkästen und raffinierten Zubehör schreiben ein neues Kapitel eleganten Wohnens.

Anspruchsvolle Trends für Individualisten

Maßgefertigte Kleiderschränke beantworten Anspruch an exklusives Design und Stauraum

Wir vergrößern und verschönern Ihr Schlafzimmer“, verspricht Innenarchitekt Gerd Schröder, wenn er den Einbau eines maßgeschneiderten Kleiderschranks empfiehlt. Die Modelle der großzügigen Ausstellung sind dabei Ideengeber.

Gern berät das Kompetenzteam auch beim Kunden vor Ort. Varianten aus dem Hause Schröder vereinen durchdachte

Funktionalität und formschönes Design, Raumteiler übernehmen ordnende Funktion. Nützliche Ordnungshilfen wie Schubla-

densysteme mit Selbsteinzug, Kleiderlifte oder vorgefertigte Container, bieten großzügigen Stauraum und helfen, die Übersicht zu behalten. Wandhohe Schiebetüren in eleganter Optik fungieren überdies als gestaltendes Element.

Die Umsetzung der Planungen und die Auslieferung der exklusiven Möbel erfolgen aus einer Hand: Der Innenarchitekt koordiniert dank des firmeneigenen Netzwerkes alle Handwerker und anfallenden Arbeiten – vom Raumausstatter über den Maler bis zum Elektriker.



Maßgeschneidert in Form und Funktion: begehbare Kleiderschränke. Foto: Noteborn

Ihre persönliche Schlafberatung

SCHRÖDER

Ihr Kleiderschrank – maßgeschneidert, bequem und stilvoller wie Ihre Garderobe.

NOTEBORN

Schröder Münster Tel.: 02 51 - 66 33 74 Fax: 02 51 - 66 33 78
Weseler Straße 77 info@schröder.de
48151 Münster www.schröder.de

Wir haben für Sie Parkplätze reserviert! Außerdem erreichen Sie uns bequem mit den Bussen 2, 7, 13, 16 (Haltestelle: Gewandweg)

Deutschlands Bettenfachgeschäft des Jahres

Sonntag ist Schautag

Nicht nur Berufstätigen kommt das Bettenhaus Schröder mit dem Schautag am Sonntag entgegen: Von 11 bis 18 Uhr können Interessierte die Ausstellung in den eleganten Räumlichkeiten an der Weseler Straße 77 in Münster entdecken. Dann allerdings ohne Beratung und Verkauf.

Gerne informiert das Team um Gerd Schröder montags bis freitags von 10 bis 19 Uhr und samstags von 10 bis 18 Uhr. Termine für ein persönliches Beratungsgespräch können unter 02 51 / 7 13 26 13 vereinbart werden.