

Hey!



Von Reporter
Ludger Bickschlag

Jetlag

Ich war schon mehrmals in Brasilien, zum Beispiel zur Fußball-WM 2014. Die Zeitumstellung, fünf Stunden vor Mitteleuropa, hat mir an der Copa Cabana kaum etwas ausgemacht. Irgendwie hatte ich Fußball und Feiern im Kopf. Auch nach der Heimreise gab's keine Probleme. Jetlag – was ist das?

Vor gut zwei Wochen bin ich von meiner ersten Asien-Reise aus Phuket zurückgekommen. Erstmals in die andere Richtung, fünf Stunden voraus. An den traumhaften Stränden habe ich davon nichts gespürt. Aber zurück in Cloppenburg war diesmal alles anders: Schon früh am Abend hundemüde, dafür um 4 Uhr morgens hellwach. Mein Labrador Carlo schaute mich fragend an: So früh Gassi gehen?

Eigentlich bin ich eine Nachteule. Das Gefühl des sprichwörtlichen frühen Vogels hatte ich noch nie so erlebt. War aber nicht schlecht: Was man alles so schafft, wenn man früh aufsteht. So langsam verschwindet das Phänomen aber wieder. Man kann eben doch nicht aus seine Haut – ääh, aus seinem Biorhythmus...

Backtag

Löningen

Im Backhaus in Böen duftet es am Mittwoch, 1. Juni, wieder nach Kartoffel-, Schmalz-, Viersaat-, Rosinen- und Dinkelhaferbrot. Verkauf ab 14.30 Uhr. Vorbestellung bei Sandker unter Tel. 05432/1202.

Noch Plätze frei

Molbergen

Die Parkinson-Selbsthilfegruppe Molbergen fährt am Samstag, 28. Mai, 9.40 Uhr, Pfarrheim Molbergen, zum Parkinson-Patiententag nach Oldenburg. Es sind noch einige Plätze frei. Anmeldung: Tel. 04475/460 oder 04475/9414.

Molberger Kulturabend mit Songwriter Klaus-André Eickhoff

Molbergen

In der evangelischen Kirche „Zum-Schifflein-Christi“ in Molbergen steht am Freitag, 24. Juni, um 19.30 Uhr endlich wieder ein Kulturabend auf dem Programm. Zu Gast ist Liedermacher Klaus-André Eickhoff. Er begleitet sich selbst am Klavier und wird auf seiner „Alles muss raus“-Tour 2022 hochklassig unterstützt von Torsten Harder (Cello) und Willi Platzer (Percussions).

Mit „Alles muss raus“ hat Eickhoff ein Konzertprogramm zusammengestellt, das die Vielfalt seines Schaffens aus über zwanzig Jahren darstellt. Die Karten für diesen Musikabend sind für 15 Euro erhältlich im Kiebitzmarkt Rita Bäker, Cloppenburg, Straße 11A, Molbergen (Tel. 04475/930050) und bei Imke Rosiejka, Händelstraße 11, Molbergen (Tel. 04475/5327, Mail an imke.rosiejka@ewetel.net). Für Schüler/Studenten/Azubis gibt es ermäßigte Karten für 10 Euro (nur bei Rosiejka).



Marathon: Kids & Bambini kostenfrei am Start



Freuen sich auf die kostenfreien Nachwuchs-Läufe beim Hasetal-Marathon (von links): Armin Beyer, Jens Lücken, Carlo und Felix Graepel sowie Stefan Beumker. Foto: Cora van Slooten.

Löningen

Bereits zum 20. Mal organisiert der VfL Löningen den Remmers-Hasetal-Marathon. Die Organisatoren erhoffen sich viele laufbegeisterte Aktive, aber selbstverständlich auch Zuschauer, die die Läufer anfeuern. Wichtig: Die Anmeldefrist läuft bald ab. Wer mitlaufen will, muss sich online unter www.remmers-hasetal-marathon.de bis zum 12. Juni eintragen.

Das gilt auch für die Jüngsten. Denn: Nur wer sich anmeldet und eine Startnummer hat, darf an den Nachwuchs-Läufen teil-

nehmen und kann anschließend eine Urkunde. „Wir sind stolz, dass wir unsere Veranstaltung für Bambini, Kinder, Schüler und Jugendliche weiterhin kostenfrei anbieten können. Dies ist dem Engagement der Löninger Unternehmen Graepel und Reifen Labetzke zu verdanken“, erläutert Stefan Beumker vom Organisationsteam.

Startberechtigt für den Bambini-Lauf (ca. 300m, ohne Zeitmessung) sind alle Jungen und Mädchen im Kindergarten-Alter – in Begleitung eines Erwachsenen. „Spätestens auf der

Zielgeraden gilt: loslassen! Jedes Kind muss alleine – die Ziellinie überqueren“, erklärt Beyer. Der Start erfolgt um 15 Uhr beim Gelbrink-Parkplatz. Das Ziel befindet sich auf dem Lönninger Markt. Gleiches gilt für die Schülerläufe der Geburtenjahrgänge 2016 bis einschließlich 2007 über 1800m; sie starten beim K+K-Markt. Im Ziel erhalten alle Nachwuchsläufer eine Finisher-Medaille sowie einen Überraschungspreis. Darüber hinaus ist ein kostenloser Urkundendruck noch am Veranstaltungstag über das Internet möglich.

Gesundheit

ANZEIGE

Apotheken-Tipp des Tages

Das Nr. 1* Cannabis CBD Gel

Eine CBD-Innovation aus der Apotheke begeistert derzeit Millionen Deutsche. Denn: Experten ist es gelungen, ~600 mg reines CBD (Cannabidiol) aus der Cannabispflanze sativa L. zu isolieren und in dem frei verkäuflichen Rubaxx Cannabis CBD Gel als Kosmetikum (Apotheke) aufzubereiten. Das Nr. 1* CBD Gel aus der Apotheke wurde zusätzlich mit Menthol und Minzöl zur Pflege beanspruchter Muskeln angereichert.

Cannabis ist eine der ältesten traditionellen Pflanzen. Schon seit tausenden von Jahren werden ihre Blüten vielseitig genutzt. Heute gilt Cannabis als zukunftsweisende Pflanze, die in der modernen Forschung in verschiedensten Bereichen zum Einsatz kommt. Insbesondere der nicht berauschende Inhaltsstoff CBD (Cannabidiol) begeistert Wissenschaftler und Verbraucher gleichermaßen.

Reines CBD, aufwendig isoliert

Auch Experten der Qualitätsmarke Rubaxx haben sich intensiv mit Cannabis beschäftigt. So ist es ihnen gelungen, eine spezielle Cannabispflanze der Sorte sativa L. mit hohem CBD-Gehalt zu finden. Aus ihr wird mittels eines komplexen CO₂-Verfahrens reines CBD isoliert und aufwen-



dig in Rubaxx Cannabis CBD Gel aufbereitet. Neben ~600 mg CBD enthält das Gel zudem Menthol und Minzöl zur Pflege beanspruchter Muskeln. Weiterer Pluspunkt: Die leichte Formel des Gels zieht schnell ein.



„Ich habe mir von Rubaxx sehr viel versprochen und was soll ich sagen: Es ist wunderbar zum Auftragen und ich spüre die Erleichterung jeden Tag. Es tut mir einfach gut dieses Rubaxx Cannabis CBD Gel!“

(Johannes B.)

Geprüfte Qualität von der Pflanze bis zum Produkt

Die Herstellung des Gels findet unter höchsten Qualitäts- und Sicherheitsstandards statt. Das Gel wurde speziell für die tägliche Anwendung entwickelt und ist dermatologisch getestet. Verbraucher können das CBD Gel je nach Bedarf mehrmals täglich auf die Haut auftragen. Das Rubaxx Cannabis CBD Gel wird ganz einfach auf die betroffene Stelle einmassiert. Anwender wie Johannes B. berichten über eine Erleichterung nach der Pflege mit dem hochwertigen CBD Gel: „Ich habe mir von Rubaxx sehr viel versprochen und was soll ich sagen: Es ist wunderbar zum Auftragen und ich spüre die Erleichterung jeden Tag. Es tut mir einfach gut dieses Rubaxx Cannabis CBD Gel!“

- ✓ Einzigartig – mit ~600 mg CBD
- ✓ Geprüfte Qualität aus Deutschland
- ✓ Frei verkäuflich in der Apotheke

Für Ihre Apotheke:
Rubaxx Cannabis CBD Gel
(PZN 16330053)

Das Nr. 1* CBD Gel aus der Apotheke!



www.rubaxx-cannabis.de



Arthrose (Gelenkverschleiß) ist für viele Betroffene äußerst schmerzhaft.

Doppelt so schnell schmerzfrei

Arthrose ist die weltweit häufigste Gelenkerkrankung. Wenn sich der Knorpel abbaut und die Knochen aufeinander reiben, wird es besonders schmerzhaft und Entzündungen im Gelenk kommen hinzu. Nimmt der Schmerz mal wieder überhand, benötigen Betroffene daher eine schnelle Schmerz- und Entzündungshemmung. Das innovative Schmerzmittel Spalt Forte (rezeptfrei) bietet erstmalig in Europa 400 mg Ibuprofen in ei-

ner einzigartig patentierten Flüssigkapsel an, welche die Wirkung beschleunigt und die Entzündung effektiv bekämpft. Spalt Forte reduziert nachweislich entzündlich bedingte Schmerzen und Schwellungen. Außerdem konnten Wissenschaftler belegen, dass Spalt Forte doppelt so schnell vom Körper aufgenommen wird wie herkömmliche Ibuprofen-Schmerztabletten. Fragen Sie daher in Ihrer Apotheke gezielt nach Spalt Forte.

- ▶ Doppelt so schnelle Schmerzlinderung
- ▶ Nachweislich entzündungshemmend

Für Ihre Apotheke:
Spalt Forte
(PZN 00793839)

www.spalt-online.de



SPALT FORTE. Wirkstoff: Ibuprofen. Für Erwachsene zur kurzzeitigen symptomatischen Behandlung von leichten bis mäßig starken Schmerzen wie Kopfschmerzen, Zahnschmerzen, Regelschmerzen; Fieber. Spalt Forte soll nicht längere Zeit oder in höherer Dosierung ohne ärztlichen oder zahnärztlichen Rat eingenommen werden. Bei Schmerzen oder Fieber ohne ärztlichen Rat nicht länger anwenden als in der Packungsbeilage vorgegeben! www.spalt-online.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing