

Doppelkopf

Haren (eb) – Ein öffentliches Preisdoppelkopfturnier führt der Sportverein DJK Tinnen am 23.3. (Fr.) ab 19 Uhr im Vereinsheim, Lohkamp 10, durch. In den Pausen wird zudem um Preise geknobbelt.

Die Wirbelsäule stärken

Sögel (eb) – Am 17.3. (Sa.) von 9 bis 13 Uhr bietet die Sportregion Ems-Vechte in Sögel die Fortbildung „Die Wirbelsäule im Alltag“ an. Die Teilnahmegebühr beträgt zehn Euro. Infos und Anmeldung bei der Sportschule Emsland unter Tel. 059 52/94 01 03 oder auf www.ksb-emsland.de.

Guter Start in die neue Saison

KTV Lingen behauptet sich bei den Landesmeisterschaften in Bönen

Lingen (eb) – Mit den Landesmeisterschaften der Nachwuchsklasse starteten jetzt die Sportakrobaten ihre diesjährige Wettkampfsaison in Bönen. Rekordverdächtige 112 Formationen aus 14 Vereinen traten zum Vergleich an. Der KTV Lingen war mit 35 Sportlern angereist und konnte seine 14 Formationen trotz der zahlreichen Konkurrenz hervorragend positionieren.

Das Mixed-Paar Dimitar Valchev mit Ella Winter verzauberte bei den jüngsten Startern Jury und Publikum. Sie erreichten hochverdient Silber.

Melanie Hild und Antonia Lager ernteten sich bei den Schüler-Paaren ebenfalls eine Silber-Medaille. Ihnen folgten Anna Calarasu und Julia Beute auf Rang 7, Anna Lübben und Mia Hoff auf Rang 10 sowie Ida Fels mit Carla Becker auf Rang 12. In der Disziplin der Damen-Gruppen dieser Altersklasse teilten sich Lya Breuer, Anna Surmann und Hannah Rotärmel sowie Lea Dust, Paula Wübbels und Xenia Deutsch mit identischen Punktzahlen den 6. Platz. Evelyn Derr, Greta Albers und Tilda Albers ernteten sich Rang 13.

Ebenso erfolgreich starteten die 10 bis 16-jährigen Lingener Sportler in die Saison. Das Herren-Duo Sami Omar und Hannes Keuter erklimmen auf ihrem ersten gemeinsamen Wettkampf das Podest, um Silber in Empfang zu nehmen. Die neu formierte Damen-Gruppe, Linn Wollschläger, Emma Wenning und Pia Krieger, erkämpften sich ebenfalls einen sicheren 2. Rang. In dem größten Starterfeld der Veranstaltung verfehlte das Damen-Paar, Mara Wiesner und Laureen Schnieder nur knapp das Treppchen und behauptete

sich mit einem 4. Rang, Mona Gügelmeyer und Jana Winter folgten auf Platz 6.

In der Kategorie der Junioren gab es für das Trio Celestine Müller, Alissa Cordes und Chiara Cordes sowie für das Paar Nele Ungruh mit Katharina Jansen jeweils einen beachtlichen 5. Platz.

Vier Trainer und vier Kampfrichter aus dem Team des Lingener Sportakrobatik Vereins unterstützten in Bönen die Sportler und das Wettkampfgerecht. Alle zeigten sich hochzufrieden mit den erzielten Leistungen ihres Nachwuchses.

ein großer Planet	Kranichvogel	Stadt in Rheinland-Pfalz	Osteuropäerin	Arbeitsplatz	Nachlassempfänger	Lichtbrechender Körper	gegener Honigsaft	
→	→	→	→	→	→	→	→	
→	2	→	→	→	→	→	8	
furchtsam	Tablette	→	→	→	→	→	→	
Bettuch	→	→	→	→	→	→	→	
→	→	→	→	→	→	→	→	
Viehfutter	altgriechische Grabssäule	spöttisch: schöner Mann (franz.)	→	→	→	→	→	
kleiner Dolch	→	→	→	→	→	→	→	
→	→	→	→	→	→	→	→	
landwirtsch. Gebäude	veraltet: Beleidigung	japan. Autohersteller	→	→	→	→	→	
Flugbeenden	→	→	→	→	→	→	→	
Fluss durch Porzheim	→	→	→	→	→	→	→	
Flaumfeder	Aristokrat	in Scherben gehen	→	→	→	→	→	
→	→	→	→	→	→	→	→	
rundes, saures Fruchtbonbon	→	→	→	→	→	→	→	
→	→	→	→	→	→	→	→	
Zahlwort	heiliges Buch der Christen	→	→	→	→	→	→	
→	→	→	→	→	→	→	→	
französisches Departement	→	→	→	→	→	→	→	
Stemmwerkzeug	Sportruderboot	→	→	→	→	→	→	
→	→	→	→	→	→	→	→	
1	2	3	4	5	6	7	8	9

Auflösung im Flohmarkt.



In guter Form präsentierten sich die Lingener Sportakrobaten beim Wettkampf in Bönen.

KTV-Foto

Viele Angebote beim Gesundheitstag in Haren

Haren (Ike) – Haren bietet eine Vielzahl an Sportmöglichkeiten. Das möchten die Akteure aus der Schifferstadt unter Beweis stellen. Deshalb findet am 18.3. (So.) unter dem Motto „Fitness- und Gesundheitstag - Haren stellt sich vor“ ein Tag rund um den Sport statt. Neben vielen Sportangeboten in der Innenstadt haben auch die Geschäfte geöffnet. Eine Vielzahl an Vereinen und Verbänden haben ihr Kommen zugesagt. So möchten der Box Club Haren gemeinsam mit dem Stadtjugendring den bevorstehenden Indoor Parcours bewerben. Die Barmer Krankenkasse bietet einen Geschicklich-

keitstest an der sogenannten T-Wall Reaktionswand an. Die Leichtathletik-Abteilung des TuS Haren präsentiert sein Angebot und wirbt für den Citylauf, während das Gesundheitszentrum Sibum die Sportangebote in der Einrichtung vorstellt. Doch auch die Tanzmariechen aus Rütenbrock sind zu sehen, die Modell-Sport-Gruppe Haren ist dabei sowie der Tennis Club Haren. Nebenher zeigt das Unternehmen Hagebau, wie auf dem Grill besonders gesunde Gerichte zubereitet werden. Ebenso stellt der Freundeskreis Emsland sich vor. Das DRK Emsland – Jugendrotkreuz kommt mit ei-

nem Spielmobil und einer Kletterwand und präsentiert ebenso Angebote der Sozialstation. Neben etlichen weiteren Vorführungen wie etwa von Ballonkünstler Gerrit Pelle bietet der ADFC Haren auch eine geführte Fahrradtour unter der Leitung von Torsten Nintemann für Jedermann an. Gestartet wird um 14 Uhr vor dem Harener Dom, gut zwei Stunden geht es dann per Rad durch die umliegenden Ortschaften. Infos und Anmeldung bei Silvia Geers-Schubert unter Tel. 059 32/72 08 16 oder per E-Mail an silvia.geers-schubert@autohaus-geers.de. City-aktiv-Foto

Bewegung lindert das Leiden

Der Rücken ist und bleibt ein Gesundheitsproblem – Kursangebote

Meppen (eb) – Rückenschmerzen zählen laut einer AOK-Analyse zu den häufigsten Beschwerden in der Bevölkerung. Rund 80 Prozent der Menschen in Niedersachsen sind im Laufe ihres Lebens zumindest kurzzeitig von Rückenbeschwerden betroffen, ein erheblicher Teil leidet längerfristig unter „Rücken“.

Im Landkreis Emsland werden jedes Jahr rund 49.000 AOK-Versicherte von einem Arzt wegen Rückenproblemen behandelt heißt es in einer Pressemitteilung der AOK. Damit ist jeder Dritte in Behandlung – Frauen noch etwas häufiger als

Männer, teilt die AOK zum „Tag der Rückengesundheit“ am 15.3. (Do.) mit. Niedersachsenweit zählt die AOK fast eine Million Versicherte pro Jahr, die wegen Rückenproblemen ärztlich behandelt werden. „Auch beim Thema Fehlzeiten spielen Rückenschmerzen eine gewichtige Rolle. Jedes Jahr werden rund 8.000 berufstätige AOK-Versicherte in unserem Landkreis wegen Rückenbeschwerden krankgeschrieben. Es zwick somit jeden sechsten bis siebten Arbeitnehmer im Kreuz“, sagt Petra Menger, Pressesprecherin der AOK Emsland/Grafschaft Bentheim.

Während viele schwerwiegende Erkrankungen vornehmlich im höheren Lebensalter auftreten, sind von Rückenschmerzen auch viele jüngere Beschäftigte betroffen. Pro Jahr erhalten in Niedersachsen rund 30.000 Versicherte unter 30 Jahren eine Krankschreibung aufgrund von Rückenbeschwerden.

Der Rückenexperte Ulrich Kuhn vom Bundesverband deutscher Rückenschulen (BdR) nennt die häufigsten Ursachen für Rückenprobleme: „Bewegungsmangel, schwache Muskeln, einseitige körperliche Belastungen, Fehlhaltungen,

Dauerstress und übertriebene Schonung bei Rückenbeschwerden gefährden langfristig die Rückengesundheit. Ein Rückenschul-Kurs kann helfen: Die Teilnehmer lernen spezielle Bewegungsübungen für den Alltag, verbessern ihre Körperhaltung, steigern die allgemeine körperliche Aktivität und erfahren die wohltuende Wirkung von Entspannungsübungen.“

Kursangebote in der Nähe gibt es auf www.aok.de/gesundheitsangebote. Alternativ gibt es auch ein Online-Programm zur Rückenfitness auf www.aok-rueckenaktiv.de.

Funktionäre mit Kultstatus

Lähden (brun) – Anno 1975 konstituierte sich der Tischtennis-Club Lähden. Seit dem Gründungstag sind die Brüder Gerdes für die Geschicke des Vereins hauptverantwortlich aktiv. Herrmann (I.) fungiert seitdem als Spartenleiter, Hubert arbeitet seit der Geburtsstunde des TTC als Geschäftsführer und seit 1983 zusätzlich als Schatzmeister. Mit dieser einmaligen Konstanz im Emsland haben die beiden Funktionsträger schon zu Lebzeiten in ihrem Heimatort einen nahezu legendären Status erreicht.



Brun-Foto

CAWILA
TEAMSPORT

SONDER-VERKAUF

vom 15.03.2018 - 24.03.2018
verkaufsoffener Sonntag am 18.03.2018

Öffnungszeiten: Mo. - Fr.: 9:30 - 18:30 Uhr
Sa.: 9:00 - 13:00 Uhr; So.: 13:00 - 18:00 Uhr

bis zu

75 %

Rabatt

10 Tage Sonderverkauf am Stück bei Cawila! Reduzierungen bis zu **75 %!** Reguläre Ware **40 %** reduziert!

Gilt nur auf vorrätige Ware in der Cawila Arena Niederlangen. Ausgenommen sind Fanartikel des SV Meppen.

CAWILA TEAMSPORT
Feldkoppel 6
49779 Niederlangen
An der A31
WWW.CAWILA.DE
www.facebook.com/CawilaArena

WIRTSCHAFT FÖRDERT VEREINE



Trainingsanzüge für E3-Jugendmannschaft

Lingen (eb) – Die gemischt aufspielende E3-Jugendfußballmannschaft Darne-Schepsdorf ist kürzlich vom Busunternehmen Terfloth mit neuen Trainingsanzügen ausgestattet worden. Die 15 Jungen und Mädchen werden von einem Elternkollektiv trainiert, auf dem Bild Frank Süsselbeck (l.) und René Esser (r.). Jugendteam-Darne-Schepsdorf-Foto

Handarbeiten aller Art

Lingen (eb) – Zu einer Oster- und Frühlingsausstellung lädt die Basar-Handarbeitsgruppe aus Baccum am 17. 3. (Sa.) und 18. 3. (So.), jeweils von 10 bis 17 Uhr, in die Hedonklink (Hedonallee 1) ein. Die Gruppe bietet für die Besucher unter anderem Gestecke, Bastelarbeiten, bunte Eier vom Tauben- bis Straußenei sowie Strick-, Häkel-, Näh- und Stickerarbeiten an. Der Erlös der Oster- und Frühlingsausstellung ist für einen guten Zweck bestimmt.

Restkarten für Kraftklub

Lingen (beck/eb) – Aufgrund der riesigen Nachfrage und zahlreichen ausverkauften Konzerten setzen Kraftklub ihre „Keine Nacht für Niemand“-Tour fort. In insgesamt 17 Städten machen Kraftklub in diesem Jahr Halt. So auch am 18. 3. (So., 20 Uhr) in der Emslandarena in Lingen. Die Chemnitzer Band Kraftklub, die eine Mischung aus Indie, Punkrock und Rap präsentiert, bringt im Vorprogramm Faber, der mit bürgerlichem Namen Julian Pollina heißt, mit. Allein an der Akustikgitarre liefert der Sohn des italienischen Liedermachers Pippo Pollina bildhafte Texte ab, die von Freiheit, Selbstzweifeln und Verlierertum erzählen. „Für das Kraftklub-Konzert gibt nur noch ein paar wenige Restkarten für einige Sitzplätze, Stehplätze für Innenraum und Umlauf sind bereits lange ausverkauft“, erklärt Veranstalter Stefan Epping. Karten sind zum Preis von 30 Euro plus Gebühr bei der Tourist-Info, Tel. 05 91/91 44-1 44, sowie im Internet auf www.krasserstoff.com erhältlich. Gladsome-Foto

Karatekurs in Leschede

Emsbüren (eb) – Der Shotokan Karate Dojo Lingen bietet am 10. 4. (Do., 16.30 Uhr) einen Karatekurs in der Turnhalle der Waldschule in Leschede an. Der neue Schnupperkurs ist für Kinder ab sechs Jahre geeignet. Weitere Infos und Anmeldungen unter Tel. 01 60/4 15 95 54 oder im Internet auf der Seite www.karate-lingen.de.



Samstag, 17.03.2018

Trend-Show

Showzeiten:

14:30 Uhr, 16:00 Uhr und 17:30 Uhr

So kauf' ich geru ein.



Mo. - Sa.: 09:30 - 20 Uhr • Bahnhofstr. 10 • 49716 Meppen • Tel.: 05931 / 886770 • www.meine-mep.de

Spielzeug- und Kleiderbörse

Thuine (eb) – Die KFD organisiert am 17. 3. (Sa., 13-15 Uhr) in der Berufsbildenden Schule in Thuine (Klosterstraße 10) eine Spielzeug- und Kleiderbörse. Eine Anmeldung zum Verkauf ist leider nicht mehr möglich, da alle Verkäufernummern vergeben sind. Daher wartet auf alle Kaufinteressenten eine große Auswahl an gebrauchter Kinderkleidung, Spielzeug, Gesellschaftsspielen, Puzzles und Kinderzubehör aller Art. Zehn Prozent der Einnahmen werden wieder für gute Zwecke gespendet.

Vollsperrung ab Montag

Lingen (eb) – Die Straße „Am neuen Friedhof“ in Lingen wird im Abschnitt Willy-Brandt-Ring bis zur Marienschule vom 19. 3. (Mo.) bis zum 23. 3. (Fr.) komplett gesperrt. Der Grund dafür sind Sanierungsarbeiten an der Abwasser-Druckleitung. Eine Umleitung ist ausgeschildert. Ortskundige sollten den Bereich umfahren.

Theaterstück zum EU-Austritt

Brexit – A Love Story an den BBS Lingen

Lingen (eb) – Die Theatergruppe Theatre@School hat kürzlich an den Berufsbildenden Schulen Lingen – Agrar und Soziales das englische Stück „Brexit – A Love Story“ aufgeführt. Die jungen Schauspieler Marie und Eliot schlüpfen in verschiedene Rollen, um das politisch brisante Thema in witzig-ironischer Form zu präsentieren.

Der Junggeselle Clive arbeitet als Milchmann und lehnt, ebenso wie seine Kundin Mrs Wellington und seine Hauskatze Meryl Streep, geglättete Veränderungen und Fremdbestimmung durch die EU ab. Nachdem er seine neue französische Nachbarin kennen- und

lieben gelernt hat, erfolgt ein Sinneswandel: Clive wird nun aufgeschlossener Europäer. Mrs Wellington erkennt zu ihrem Verdruss erst nach dem Referendum, dass ihre Entscheidung für den Austritt aus der EU falsch war.

Nach der Vorstellung stellen die Schüler den Schauspielern Fragen, die sich im Wesentlichen auf deren Einschätzung der politischen Situation bezogen. „Dabei gelang es Marie und Eliot nicht nur, die Schüler zum Englischsprechen zu motivieren, sondern auch für die aktive Nutzung ihres Stimmrechts zu sensibilisieren“, teilen die Schüler der Klassen FOQ11 mit.



Das britische Ensemble von Theatre@School stellte humorvoll und informativ die Stimmung in Großbritannien rund um das EU-Referendum dar. Berufsbildende-Schulen-Lingen-Foto

„Werde, was Du willst!“
Ausbildungsbetriebe der Region informieren Schüler, Eltern und Lehrer über ihr aktuelles Ausbildungsangebot.

Melissa Lichtendonk, Auszubildende zur Kauffrau für Büromanagement bei Peters Maschinenbau GmbH & Co. KG, Twist

www.chance-azubi.de
www.facebook.com/chanceazubi

Chance: AZUBI E.V. ZU GAST IN LINGEN

Informationsveranstaltung über Zukunftsmöglichkeiten dank Ausbildung und dualem Studium im Emsland

Lingen. Am Donnerstag, dem 15. März 2018 findet der Chance: Azubi – Infoabend in Lingen, im Institut für Duale Studiengänge statt. Schüler, Eltern und Lehrer haben von 17:00 – 19:00 Uhr die Möglichkeit, sich über die regionalen Unternehmen und deren Ausbildungs- und Studienangebote zu informieren. Mehr als 11 namhafte Unternehmen aus verschiedenen Branchen der Region haben sich angekündigt und stehen vor Ort Rede und Antwort rund um die Themen Ausbildung und duales Studium.

Der Verein Chance: Azubi besteht bereits seit 2011, die Initiative sogar schon seit 2004. Seitdem setzt sich der Verein für die Förderung der beruflichen Orientierung und Bildung im Nordwesten ein. Dieses Ziel findet viel Anklang: Über 300 Ausbildungsangebote, hinter denen sich ein Mehrfaches an freien Ausbildungsplätzen verbirgt, werden von inzwischen mehr als 230 ausstellenden Unternehmen den mehreren tausend Besuchern jährlich präsentiert.



Die Schüler können sich bei den Unternehmen vorstellen und sich über die Ausbildungsplätze für 2018 und auch schon für 2019 informieren. Viele Firmen haben an dem Abend auch Auszubildende vor Ort, so dass ein direkter Austausch zwischen Schülern, Ausbildern und Auszubildenden entsteht. Fragen beispielsweise zum Einstellungsverfahren, den Ausbildungsinhalten oder den Einstellungs Voraussetzungen können direkt an Ort und Stelle geklärt werden.

Informationen
Zusätzlich zu den Informationsabenden unterstützt die Homepage des Vereins Schüler in ihrer Berufsorientierung. Unter www.chance-azubi.de können sich Interessierte nicht nur über die bevorstehenden Veranstaltungen informieren, sondern auch die Profile der Mitgliedsunternehmen aufrufen und sich direkt online dort bewerben. Ausbildungsangebote, Ansprechpartner, Erfahrungsberichte zum Thema Ausbildung und duales Studium und vieles mehr findet man dort.

Bundeskazlerin zeichnet Chance: Azubi e.V. aus
Im Juni letzten Jahres erhielt der Verein im Bundeskanzleramt aus den Händen der Bundeskanzlerin Dr. Angela Merkel eine Urkunde als Finalist im bundesweiten Wettbewerb „startsocial“. Chance: Azubi e.V. war der einzige Vertreter Niedersachsens. Ein großer Erfolg für den noch jungen Verein, nachdem dieser bereits im Dezember 2016 in Berlin das „Ausbildungs-Ass“ in Silber der Jungen Deutschen Wirtschaft entgegennehmen durfte.

Anzeigen-Sonderteil

chance: AZUBI

Do., 15. März 2018
17 bis 19 Uhr
Institut für duale Studiengänge, Lingen

Komm! ins Team Emsland!

Landkreis Emsland
www.emsland.de/ausbildung

The Biofore Company UPM

UPM Nordland Papier GmbH
Ansprechpartner: Herr Werner Kremer
Nordlandallee 1 · 26892 Dörpen
Telefon: 0 49 63 - 401 1877
werner.kremer@upm.com

- Papiertechnologe/-in
- Maschinen- & Anlagenführer/-in
- Industriemechaniker/-in
- Elektroniker/-in für Betriebstechnik
- Technischer Produktdesigner m/w
- Industriekaufmann/-frau
- Kaufmann für Speditions- und Logistikdienstleistungen m/w
- Fachkraft für Lagerlogistik
- Betriebswirt/-in (Bachelor of Arts)

www.upmpaper.de/ausbildung