

# Kommunalunternehmen & Gemeinde

## Niederwinkling



Was bringt die neue  
Theatersaison 2018?

**Paris - London - New York - Berlin  
... und 2018 in Niederwinkling**

Eine der weltweit erfolgreichsten Boulevardkomödien feiert im Herbst 2018 nun auch in Niederwinkling Premiere. (Fortsetzung Seite 5)

## Ferienfreizeit 2018 in Niederwinkling

Online-Anmeldung ab 23. Juli 2018 möglich:

[www.niederwinkling.de](http://www.niederwinkling.de)  
<https://schwarzach.feripro.de>

## Unser Dorf hat Zukunft

Informationen dazu auf der Homepage der  
Gemeinde Niederwinkling [www.niederwinkling.de](http://www.niederwinkling.de)

## Sportfest mit Bierzeltbetrieb vom 20. bis 22. Juli 2018

anlässlich der Einweihung der Schulsportanlagen und des Trainingsplatzes; Informationen unter [www.niederwinkling.de](http://www.niederwinkling.de); siehe auch ausgelegte Flyer in den Niederwinklinger Geschäften

## KU-Team wird im Juli mit Frau Rita Widmann verstärkt

Ab Juli 2018 wird das Team des Kommunalunternehmens verstärkt. Für das vom Bayerischen Sozialministerium geförderte Projekt „Quartiersmanagement mit besonderer Berücksichtigung älterer Menschen in der Gemeinde“ konnte Frau Rita Widmann gewonnen werden, die ab Juli 2018 diese Aufgabe übernehmen wird.

Insbesondere die Entwicklung und Umsetzung neuer Konzepte und Projekte für ein selbstbestimmtes Leben im Alter werden dabei Ihre Hauptaufgaben sein. Dies beinhaltet z.B. den Aufbau, die Koordination und Organisation, sowie die fachliche Begleitung von bürgerschaftlichen Engagement, Nachbarschaftshilfe, Betreutes Wohnen zu Hause, Seniorenhausgemeinschaften, Wohnformen, etc.

Frau Widmann wird ihr Büro im Begegnungszentrum neben dem Ehrenamtsbüro beziehen. Dabei wird sie an zwei festen Tagen mit Sprechzeiten für die Bürger mit Rat und Tat zur Verfügung stehen.

Viele kennen Frau Widmann vielleicht aus Ihrer Dozententätigkeit für Englisch bei der VHS Straubing-Bogen. Hier war sie u.a. auch bereits mehrfach im Bürgerhaus tätig.

Bereits im Sommer 2016 mit Frau Simone Probst und seit September 2017 mit Sabine Kerschl wurde das Kommunalunternehmen personell verstärkt. Hier werden die von der Gemeinde Niederwinkling beauftragten Projekte und Maßnahmen umgesetzt und betreut wie z.B. der Kommunale Wohnungsbau, die Betreuung der Liegenschaften, Öffentlichkeitsarbeit, etc.



Das Bild zeigt von links nach rechts:  
Christian Pfeffer (Vorstand KU), Simone Probst, Sabine Kerschl, Rita Widmann



## Bücherei-Arbeit ist bunt!

Nach einer erfolgreichen ersten Jahreshälfte mit Autorenlesungen, Bücherflohmarkt und einer tollen Kooperation mit Schule, Kindergarten sowie dem Kommunalunternehmen, haben die ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen wieder neue Medien für rund 4.000 Euro eingekauft.

Pünktlich zum Urlaubs- und Ferienbeginn steht wieder genügend neue Lektüre für jede Alters- und Interessengruppe in unseren Regalen bereit.

Regionalkrimis, Thriller, Historisches, aus der Sparte "Fantasy" vor allem für die Jugend, der „magische Blumenladen“, oder „Elmar und Tafiti“ mit ihren spannenden Abenteuern warten auf ihre Leser. Aber auch von Seiten der Sachliteratur wurde großzügig aufgestockt.

Unsere Öffnungszeiten sind: Freitag von 15.30 Uhr bis 17.30 Uhr  
Sonntag von 10.15 Uhr bis 11.30 Uhr

**Ab Oktober zusätzlicher Ausleihtag: Mittwoch von 19.00 bis 20:00 Uhr**

Wer uns noch nicht kennt:  
Zu finden sind wir im Begegnungszentrum, Bayerwaldstraße 7,  
94559 Niederwinkling im ersten Stock  
Jeder ist herzlich willkommen -  
**Ausleihe kostenlos**



LOGOPÄDIE  
**Mit**  Jan de Goede  
M.Sc.  
**sprache**

- Beratung, Diagnostik und Behandlung aller Störungsbilder
- Termine nach Vereinbarung
- Hausbesuche möglich
- Behindertengerecht/Barrierefrei
- Kostenlose Parkplätze vorm Haus

### Im Begegnungszentrum

Bayerwaldstraße 7  
94559 Niederwinkling  
T 09962 / 2008540  
• [info@logopaediemitsprache.de](mailto:info@logopaediemitsprache.de)  
• [www.logopaediemitsprache.de](http://www.logopaediemitsprache.de)

URLAUB

*Wir wünschen Ihnen  
eine schöne Sommerzeit  
und erholsame  
Urlaubstage!*



# Einkaufen in besonderem Ambiente.



Besuchen Sie unseren Markt und genießen Sie ganz unter unserem Motto „Frische ohne Kompromisse“ ein modernes Einkaufserlebnis.

Wir freuen uns, Sie in unserem  
EDEKA-Markt begrüßen zu dürfen.



## Stadler + Honner



## Selbstbestimmt im Alter leben

Trotz Berufstätigkeit ein pflegebedürftiges Familienmitglied in guten Händen wissen?  
Unter Gleichgesinnten können unsere Gäste tagsüber alle Angebote der Einrichtung nutzen.

### Pflege

Bei Bedarf unterstützen wir Sie beim Essen und Trinken, Toilettengang und Einnehmen von Medikamenten. Behandlungspflege führen wir nach ärztlicher Verordnung durch (Insulininjektion, Verbandswechsel).

### Betreuung

- Gruppenrunden mit Musik, Tanz und Bewegung
- leichte Gartenarbeit, Spaziergänge
- Anleitung und Mithilfe beim Kochen, Backen
- biografisches Erinnern, Gemeinschaftsspiele

- jahreszeitliche Feste
- jeder Gast kann seine Wünsche einbringen

### Wir sind da ...

- von Montag bis Freitag
- halb- und ganztägig
- je nach Wunsch tägl. oder an einzelnen Tagen
- von 07.30 bis 16.30 Uhr

### Anmeldung jederzeit möglich!

Tagespflege Niederwinkling  
Bayerwaldstraße 5, 94559 Niederwinkling  
Telefon: 09962 / 9509767  
Telefax: 09962 / 9509768  
E-Mail: [tagespflege@caritas-straubing.de](mailto:tagespflege@caritas-straubing.de)

**Hilfe erhalten Sie auch bei der  
Fachstelle für pflegende Angehörige**  
Telefon: 09421 / 991237



Bitte ausschneiden



## Caritas Tagespflege Niederwinkling

Besuchen Sie unsere neue Tagespflege in Niederwinkling  
Verbringen Sie bei uns einen schönen Tag in netter Gesellschaft:  
Wir laden Sie ein!

## GUTSCHEIN

für einen Schnuppertag in der Tagespflege

kostenlos und unverbindlich

einzulösen bei der

Caritas Tagespflege Niederwinkling  
Bayerwaldstraße 5  
94559 Niederwinkling

Terminabsprache unter Tel. 09962/9509767

Es gilt ein Gutschein pro Person





# Ü-60 Sport ab Herbst in der Turnhalle

Der FC Niederwinkling bietet ab Ende September bis Mitte Dezember wieder an 10 Abenden in der Turnhalle in Niederwinkling den Ü-60-Sport an.

Kursleiter ist Herr Fritz Bittner

**Anmeldungen und Informationen**  
bei Attenberger Edmund  
unter der Rufnummer (09962/452);  
weitere Details dann auch unter  
[www.niederwinkling.de](http://www.niederwinkling.de)



**Straubing-Bogen**  
**Kreis-Caritasverband für die Stadt Straubing**  
**und den Landkreis Straubing-Bogen e.V.**

Der Caritasverband Straubing-Bogen e.V. eröffnet im Oktober die neu erbaute **ambulant betreute Wohngemeinschaft** in **Niederwinkling**.

Für den Start dieser Altenpflegeeinrichtung suchen wir ab dem 01.10.18

**Pflegefachkräfte (m/w)** in Vollzeit sowie  
**Präsenzkkräfte (m/w)** in Teilzeit oder Vollzeit

Nähere Informationen zu den fachlichen Anforderungen, persönlichen Voraussetzungen und was wir Ihnen bieten erfahren Sie im Internet auf unserer Homepage:

**[www.caritas-straubing.de](http://www.caritas-straubing.de)**

Ihre Bewerbung richten Sie bitte an:

**Caritasverband Straubing-Bogen e.V., Obere Bachstraße 12, 94315 Straubing**

Stellenausschreibungen

## Pflegefachkräfte für Senioren

zum 01.10.2018 in Vollzeit

### Ihre Aufgaben

Ihre Aufgaben liegen im Bereich

- ganzheitliche Betreuung der WG Bewohner
- individuelle und aktivierende Pflege
- Organisation und Durchführung von Beschäftigungsangeboten

### Wir erwarten

- abgeschlossene Ausbildung als staatl. anerkannte/r Altenpfleger/-in bzw. Gesundheits- u. Krankenpfleger/-in
- Teamfähigkeit, Motivation und Zuverlässigkeit
- gute kommunikative Kompetenzen
- Freude am Umgang mit alten Menschen
- Identifikation mit den christlichen Werten der Caritas

### Wir bieten

- einen sicheren Arbeitsplatz
- leistungsgerechte Vergütung nach AVR (TVÖD angeglichen)
- zusätzliche Altersvorsorge durch den Dienstgeber (ZVK)
- umfangreiches Fortbildungsangebot

## Präsenzkraft für Senioren

zum 01.10.2018 in Vollzeit oder Teilzeit

### Ihre Aufgaben

Ihre Aufgaben liegen im Bereich

- Unterstützung der Pflegekräfte bei der Betreuung und Pflege der Bewohner
- Unterstützung bei der hauswirtschaftlichen Versorgung

### Wir erwarten

- Teamfähigkeit, Motivation und Zuverlässigkeit
- Flexibilität, selbstständiges Arbeiten
- Bereitschaft zum Schichtdienst
- Freude am Umgang mit alten Menschen
- Identifikation mit den christlichen Werten der Caritas

### Wir bieten

- einen sicheren Arbeitsplatz
- leistungsgerechte Vergütung nach AVR (TVÖD angeglichen)
- zusätzliche Altersvorsorge durch den Dienstgeber (ZVK)
- umfangreiches Fortbildungsangebot



„Boeing - Boeing“ ab 06. Oktober 2018 im BGZ

Bernhard ist ein charmanter und vielbeschäftigter Architekt aus Niederwinkling ... und mit drei Stewardessen gleichzeitig verlobt. Sein Liebesleben plant er daher auch nach dem Flugplan von drei Fluggesellschaften.

Die Französin Juliette arbeitet für Air France, die Amerikanerin Janet für die American Airline und Judith aus der Schweiz für die Swissair.

Die Ehe hält er für ein Auslaufmodell, das nur noch für die Steuer taugt und den Mann für ein von Natur aus polygames Wesen. Außerdem ist er ein Verfechter der männlichen Emanzipation. Seinen idealen Lebensentwurf verwirklicht er in einem schneekühlen Appartement in der Nähe von München.

Sein perfekt geplantes Leben zwischen Start und Landung gerät allerdings völlig aus den Fugen, als sein Sandkastenfreund Robert ihn überraschend besucht und zu allem Unglück die Air France wegen Maschinenschadens nicht starten kann.

Als dann auch noch zu allem Unglück SwissAir und American Airlines in Bernhards Wohnung „landen“, muss .....?????

.... **aber sehen Sie selbst!**

**Ab 06.10.2018 im Begegnungszentrum.**

## Mitwirkende:

Christian Kerschl	Bernhard, ein charmanter Architekt aus Niederwinkling
Lisa Heinrich	Juliette, Französin Stewardess Air France
Sibylle Attenberger	Janet, Amerikanerin Stewardess American Airlines
Evelyn Langner	Judith, Schweizerin Stewardess SwissAir
Michael Knödl	Robert, Schulfreund von Bernhard
Ilona Rybak	Berthe, anständiges Hausmädchen mittleren Alters

## Kartenvorverkauf:

Am 27.07.2018 ab 18 Uhr im Begegnungszentrum (Kartenverkaufsevent).

Ab 28.07.2018 in den Vorverkaufsstellen  
Storchenapotheke, Tankstelle Vogl, Bürgerhaus,  
Ihr Friseur Zitzelsberger

Kartenpreis: 12,00 Euro; ermäßigt: 8,00 Euro

**KINi**  
Kultur in Niederwinkling  
*Theater*

# BOEING BOEING

**Eine turbulente Boulevard-Komödie**  
von Marc Camoletti

**Darsteller:**  
Christian Kerschl • Sibylle Attenberger • Ilona Rybak  
Michael Knödl • Lisa Heinrich • Evi Langner

**Start** **Karten Vorverkauf**  
Begegnungszentrum Niederwinkling

**Aufführungen:**  
06.10. / 07.10.  
12.10. / 13.10.  
20.10. / 21.10.  
26.10. / 27.10.

**Freitag 27. Juli 2018 • 18.00 Uhr**  
mit Brotzeit und Musik

Weiterer Kartenvorverkauf  
ab Samstag, den 28.07.2018 (soweit noch verfügbar)  
Storchen Apotheke • Ihr Frisör J. Zitzelsberger • OMV Tankstelle Vogl

 **Gemeinde Niederwinkling**

## Info-Box

Boeing-Boeing ist eine Boulevardkomödie aus der Feder des französischen Schriftstellers Marc Camoletti, die 1960 in Paris uraufgeführt wurde. Das Stück wurde zwei Jahre später in der englischen Fassung zunächst in London und 1965 am Broadway in New York aufgeführt. Dort lief es 7 Jahre lang ununterbrochen. Am 15. Juni 2008 feierte es in der Fassung von Michael Kessler Premiere in der Komödie am Kurfürstendamm in Berlin. 1991 wurde es als weltweit meistgespieltes französisches Theaterstück ins Guinness-Buch der Rekorde aufgenommen. Das Stück wurde über 25.000-Mal in 55 Ländern und 18 Sprachen gespielt. Bereits 1965 wurde dieses Theaterstück in den Hauptrollen mit Jerry Lewis und Tony Curtis verfilmt.

Marc Camoletti (geb. 16.11.1923; verst. 18.7.2003) war ein französischer Bühnenautor und Theaterregisseur für das Boulevardtheater. Marc Camoletti, Spross einer Schweizer Architektenfamilie mit italienischen Wurzeln, wuchs in Paris auf.  
(Quelle: Wikipedia)



## Wir tragen unsere Zukunft mit!

Anlässlich des Wettbewerbs „Unser Dorf hat Zukunft“ wurde eine neue Niederwinklinger Tasche gestaltet.

Das Design stammt von Sören Rybak und trägt neben den Schriftzug „Wir tragen unsere Zukunft mit!“ auch die Silhouette von Niederwinkling.

Diese Filztasche wird zum Kauf angeboten:

- Bürgerhaus Niederwinkling
- Gemeindebücherei St. Wolfgang
- Storchenapotheke Niederwinkling
- OMV-Tankstelle Vogl
- Schreibwaren Hoffmann

Der Preis für eine Tasche beträgt 4,- Euro



## „Unser Dorf hat Zukunft - Ein Lied für Niederwinkling“

Zum Wettbewerb „Unser Dorf hat Zukunft“ wurde auch ein Lied über Niederwinkling komponiert.

Weitere Informationen mit vielen Fotos zum Dorfwettbewerb sowie auch die Verlinkung zum neuen Niederwinklinger Lied finden Sie auf der Homepage der Gemeinde Niederwinkling unter

[www.niederwinkling.de](http://www.niederwinkling.de)



**Mit**  **sprache**  
Jan de Goede  
M.Sc.  
COACHING & TRAINING

Gemeinsam  
stark für die  
Gesundheit

In unseren Kursen stärken Sie unter qualifizierter Anleitung aktiv Ihre Gesundheit. Gerne beraten wir Sie bei der Auswahl eines Kurses: Wenn Sie einen individuellen Kurs für Ihre speziellen Bedürfnisse möchten, melden Sie sich einfach bei uns. Wir helfen Ihnen gerne weiter!

## PRÄVENTIONSKURSE AB SEPTEMBER 2018

Ort: Bürgerhaus, Weinberg, Dorfplatz 1, 94559 Niederwinkling

Für Anmeldung und Info:  
drs Ineke de Goede, Pädagogin, Coach,  
Fachkraft BGM Tel: 09962/2032066

Datum	Kurs	Uhrzeit	Anzahl Termine	Kosten	Zuschuss Krankenkasse
18-09-18	<b>Autogenes Training</b>	09.00-10.30	8x	90	Ja
20-09-18	<b>Locker und gelassen durchs Leben: Stressmanagement Training</b>	09.00-10.30	8x	115	Ja
28-09-18	<b>Helden im Werden</b> <i>Selbstsicherheitstraining für Kinder von 8-12 Jahren</i>	14.30-16.00	8x	100	Ja
18-10-18	<b>Mutig werden mit Til Tiger</b> <i>Selbstsicherheitstraining für Kinder von 5-10 Jahren</i>	16.00-17.00	11x	190	Ja



# Welche Rolle spielt Vitamin D in der Frauenarztpraxis?

Ach, schon wieder jemand, der etwas zu dem Sonnenhormon ‚Vitamin D‘ sagen möchte....

Ja, ich geben Ihnen Recht, liebe/r Leser/in, überall „sprießen“ die Artikel und Vorträge „aus“ dem Boden. Und das mit gutem Grund!

Inzwischen hat man immer wieder neue Ergebnisse gefunden, und Vitamin D spielt bei der Verhütung und auch Behandlung der verschiedensten Erkrankungen eine wichtige Rolle.

Es stellt eine der wichtigsten natürlichen Gesundheitsquellen dar – doch in unserer modernen Welt mit zunehmenden Bewegungsmangel und Zunahme der Informationstechnologie halten sich immer weniger Menschen in der freien Natur im Sonnenlicht auf.

Studien in 2009 der Universität Colorado wiesen bereits bei 75 von 100 aller Teenager und Erwachsenen in den USA einen Mangel an Vitamin D nach. Diese Untersuchung kann ich durch die Ergebnisse in meiner Praxis bestätigen. So nimmt der Mangel an Vitamin D zu und immer mehr Menschen leiden an dessen Folgen. Jedes Gewebe und jede Zelle unseres Körpers besitzt einen Vitamin D-Rezeptor.

Das Sonnenhormon kontrolliert ca. 230 unserer Gene (Erbanlagen) und schaltet tausende von lebenswichtigen Prozessen in unseren Zellen. Über 25.000 unserer Zellfunktionen hängen von einem ausreichenden Vitamin D-Spiegel ab.

Mittlerweile vertritt der führende Vitamin D-Forscher Michael Holick die Meinung, dass Teenager und Erwachsene leicht die physiologische Dosis (diese Menge wird während eines Sonnenbades von 10-20 Minuten je nach Hauttyp gebildet) von 10.000 IE Vitamin D pro Tag ohne schädliche Wirkung tolerieren können.

## Vitamin D – mit vielen Funktionen

im Gehirn:

beugt saisonal abhängigen Depressionen und Wochenbettdepressionen vor, schützt vor Nervenerkrankungen wie multipler Sklerose, Parkinson, Alzheimer, Konzentrationsstörungen, chronischem Müdigkeitssyndrom

Immunsystem:

schützt vor Infektanfälligkeit sowie Autoimmunerkrankungen wie z.B. rheumatoide Arthritis, M. Hashimoto, M. Crohn, Colitis ulzerosa,

Herz-Kreislauf-System:

reguliert den Blutdruck, senkt das Risiko für Erkrankungen des Gefäßsystems, Herzinfarkt und Schlaganfall,

in der Leber:

hier entstehen die Vorstufen aus Cholesterin, aus denen der Körper später Vitamin D bildet.

Knochen:

beugt Rachitis und Osteomalazie vor, senkt deutlich das Risiko für Brüche.

Muskulatur:

stabilisiert die Muskelkraft, dadurch sinkt im Alter die Gefahr für Stürze und Knochenbrüche.

Blutzucker:

positive Wirkung auf die Insulinproduktion, dadurch höherer Schutz vor Diabeteserkrankung

Krebs:

Vitamin D unterdrückt das Tumorwachstum und unterstützt das „Selbstzerstörungsprogramm“ der unkontrolliert wachsenden Zellen. Es wirkt Brust- und Darm-Krebs entgegen.

Bei Schwangeren spielt Vitamin D ebenfalls eine große Rolle: es betrifft gleich 2 Personen: die Mutter und das heranreifende Baby. Vitamin D verbessert die Spermienqualität und erhöht damit die Wahrscheinlichkeit für die Befruchtung einer Eizelle. Neueste Forschungsergebnisse haben auch einen Zusammenhang zwischen erektiler Dysfunktion und Vitamin-D-Mangel aufgezeigt.





Im Mutterleib spielt Vitamin D eine große Schutzfunktion für die heranreifenden Nervenzellen des Fetus.

Das Gehirn bildet sich bei Mangel nicht richtig aus. Dies gilt auch für die Entwicklung des kindlichen Knochenbaus und Immunsystems.

Aber auch die werdende Mutter ist vom Mangel an Vitamin D betroffen. Die Wahrscheinlichkeit für genitale Infektionen, Bluthochdruck, Schwangerschafts-“Vergiftung“, Frühgeburten und einer Schwangerschafts- und Wochenbett-Depression steigt. Nimmt eine Schwangere täglich 4.000 IE Vitamin D3, so mindert sich das Risiko für die o.g. Erkrankungen deutlich.



Auch Neugeborene kommen meistens mit unzureichenden Vitamin D-Speichern (weil die Mutter selbst einen Mangel hatte) zur Welt und profitieren von einer Gabe von täglich 6.000 IE Vitamin D an die stillende Mutter, die dies über die Muttermilch weitergibt. Dadurch wird auch die Rachitis Prophylaxe mit künstlichem Vitamin D beim Säugling überflüssig.

Statistische Untersuchungen ergaben eine Verbindung zwischen niedrigen Vitamin D und der Häufigkeit von bösartigen Brusttumoren. Untersuchungen des deutschen Krebsforschungszentrums Heidelberg haben in 2007 und 2008 ergeben, dass mit einer guten Vitamin-D-Versorgung 7 von 10 dieser Erkrankung vermieden werden!

Auch bei bereits bestehenden bösartigen Veränderungen der Brust und des Dickdarmes wird das Risiko für die Bildung von Metastasen grundsätzlich vermindert. Auch bei weiteren bösartigen Erkrankungen wurde eine vorbeugende Wirkung gefunden.

Wie gelangt man nun zu einem ausreichenden hohen Vitamin-D-Spiegel? Zum einen ist die natürliche Sonnenstrahlung immer noch die beste Vitaminquelle. Wenn Sie ein paar Regeln beachten, können Sie zumindest in den Sommermonaten zwischen April bis Oktober in unseren Breitengraden den Körper durch tägliches Sonnenbaden gut unterstützen.

In den sonnenarmen und kühleren Monaten sowie bei einem höheren Bedarf an Vitamin D (durch Stress und Zunahme des Aufenthaltes in Gebäuden) lässt sich über spezielle Nahrungsergänzungsmittel der Bedarf des Körpers zu decken. Am einfachsten und sichersten lässt sich der Bedarf nach Bestimmung des aktuellen Blutwertes ermitteln und dann entsprechend individuell ergänzen. Die meisten Patienten berichten schon innerhalb einer Woche unter der Einnahme von Vitamin D über deutlich spürbare Verbesserungen.

Weitere Informationen zu diesem Thema erhalten Sie in unserer Praxis. Sprechen Sie uns gerne darauf an.

### **Ihre Frauenarzt-Praxis im Begegnungszentrum Niederwinkling Mechthilde Weiler**

Fachärztin für Frauenheilkunde  
Naturheilverfahren

Bayerwaldstr. 7, 94559 Niederwinkling  
(neben der StorchenApotheke)

Vereinbaren Sie einen Termin und sprechen Sie uns darauf an.

Sie erreichen uns unter  
**Telefon : 09962 - 200 41 50**

Unsere Öffnungszeiten sind

Montag	08:00-13:00 Uhr und 14:30-18:30 Uhr
Dienstag	08:00-13:00 Uhr
Mittwoch	08:00-14:00 Uhr
Donnerstag	08:00-13:00 Uhr und 15:00-19:00 Uhr
Freitag	08:00-14:00 Uhr

Quellen:

Prof. Dr. med. Jörg Spitz, Superhormon Vitamin D  
Dr.med. Raimund von Helden, Gesund in sieben Tagen -  
Erfolge mit der Vitamin-D-Therapie



# Stundenplan

Name: Ferienfreizeit Niederwinkling

„Ferienfreizeit in Niederwinkling“ ab 06. August 2018 (Angaben ohne Gewähr)

<b>Freizeit</b>	<b>06.08. – 07.08.18</b> <b>BRK Waltendorf</b>	<b>08.08.18</b> <b>Loew Aktiv</b>	<b>24.08.18</b> <b>Hubertusschützen</b> <b>Welchenberg</b>	<b>25.08.18</b> <b>Wasserwacht</b> <b>Waltendorf</b>	<b>31.08.18</b> <b>KiNi Bücherei</b>	<b>03.09.18</b> <b>Feuerwehr</b> <b>Niederwinkling</b>
	Räuber Hotzenplotz muss ein Waltendorfer sein  Spiel, Spaß und Quiz Rund um die Geschichten des Räuber Hotzenplotz; Lagerfeuer; Fackelwanderung; Zauberspiel mit Petrosilius Zwackelmann; Schnitzeljagd, um das Versteck vom Räuber Hotzenplotz zu finden;  Veranstaltungsteam: BRK Bereitschaft Waltendorf / JRK Waltendorf / HVO Team Niederwinkling  Bitte mitbringen: Schlafsack, Luftmatratze, Waschzeug, Kleidung je nach Witterung, Nerf, nur wenn vorhanden, Gute Laune, Feste Schuhe, Trinkbecher  Veranstaltung findet bei jeder Witterung statt. Es entstehen keine Kosten. Getränke, Abendessen und Frühstück werden zubereitet	<b>Schnitzeljagd</b>  Die Kinder erleben eine interessante Schnitzeljagd mit vielen spannenden Erlebnissen. Lasst Euch einfach überraschen....	<b>Mit Aug und Hand zum Ziel</b>  Blasrohrschießen Koordinationsspiele Lichtgewehrschießen Zielwerfen	<b>Plitsch, Platsch, Spaß mit der Waltendorfer Wasserwacht</b>  Am Waltendorfer Weiher werden die verschiedensten Spiele und Attraktionen durchgeführt	<b>Ich gestalte mein eigenes Buch</b>  Geschichte zum Einstieg  An Stationen die einzelnen Seiten mit Bildern und Texten kreativ gestalten  Das Buch selbst binden  <b>Wichtig :</b> Bitte ein Bild von sich selbst mitbringen das dann in das Buch mit eingebunden wird.	<b>Feuer und Flamme</b>  Alles rund um die Feuerwehr Niederwinkling!!!  In den praktischen Vorführungen und Übungen geht es um - Alarmierung der Feuerwehr - Notruf - Arbeit und Aufgaben der Feuerwehr und ihrer Ausrüstung - Wie entsteht ein Feuer ? - Wie verhalte ich mich im Brandfall ? (dazu wird ein Raum vernebelt) - Löschmöglichkeiten, können bei zwei verschiedenen Übungen ausprobiert werden  - Durch das Brandschutzzerziehungs-Team werden verschiedene Brände vorgeführt z. B. einen Fettbrand

<b>Freizeit</b>	<b>04.09.18</b> <b>KLJB Oberwinkling</b>	<b>05.09.18</b> <b>KiNi Theatergruppe</b>	<b>06.09.18</b> <b>Storchenapotheke</b> <b>Niederwinkling</b>	<b>07.09.18</b> <b>FC Niederwinkling</b>	<b>08.09.18</b> <b>Kleintierzuchtverein</b> <b>Niederwinkling</b>	<b>Nähere Details</b> <b>und Anmeldung</b>
	<b>Rodelspaß in St. Englmar</b>  - Rodein - Flying Fox - Minigolf und vieles mehr	<b>Vorhang auf Bühne frei Wir machen THEATER</b>  Schaupielschule für Jungs und Mädels;  Einblicke ins Theaterspielen; Gestik, Mimik, Körpersprache;	<b>Apothek hautnah erleben</b>  Lasst Euch überraschen!!	<b>Spiel und Spaß beim FCW</b>  - Spiele - Kinderschminken - Schnuppertraining - bei schönem WETTER ins FREIBAD NIEDERWINKLING!!! und vieles mehr	<b>Chickenday</b>  - Gemeinsames Frühstück - Chickenkino - Eierschau - Tiere in Kinderhand	<b>Online-Anmeldung ab</b>  23.07.2018  <a href="http://www.niederwinkling.de">www.niederwinkling.de</a>  <a href="https://schwarzach.feripro.de/">https://schwarzach.feripro.de/</a>



# VHS Straubing-Bogen - Außenstelle Niederwinkling

Von der VHS Straubing-Bogen werden in Niederwinkling im Programmhilfsjahr 2018/2019 viele attraktive Kurse angeboten. Informationen über Änderungen oder Ergänzungen sind auf der Homepage der VHS Straubing-Bogen ([www.vhs-straubing-bogen.de](http://www.vhs-straubing-bogen.de)) oder bei der Geschäftsstelle in Oberalteich zu erfahren. Das Programmheft liegt in Kürze auch im Bürgerhaus zur Abholung aus.

Kurs	ab	Uhrzeit von bis	Einheiten	Kursleiter	Raum
<b>Deutsch</b> als Fremdsprache für Anfänger TS40400NW	26.09.2018	10:00 11:30	10	Gerlinde Fey	VHS-Saal Bürgerhaus Dorfplatz 1
<b>Nähkurs</b> für Anfänger TK21400NW	01.10.2018	18:00 21:00	2	Brigitte Kiefl	VHS-Saal Bürgerhaus Dorfplatz 1
<b>Homeöopathie</b> Wie sie natürlich & gesund durch den Familienalltag kommen TL10700NW	11.10.2018	18:30 21:00	2	Sandra Weiss	VHS-Saal Bürgerhaus Dorfplatz 1
<b>Office Kombi:</b> Word Excel-Outlook TB55400NW	05.11.2018	18:00 20:30	6	Englert	VHS-Saal Bürgerhaus Dorfplatz 1
<b>Kalligrafie</b> Die Kunst des schönen Schreibens für Anfänger TK20500NW	05.11.2018	18:30 20:30	4	Sieglinde Kiermeier	Saal Bogenberg Bürgerhaus Dorfplatz 1
<b>EDV Grundlagen</b> TB55010NW	07.11.2018	18:00 20:30	4	Englert	VHS-Saal Bürgerhaus Dorfplatz 1
<b>10 Finger Tastschreiben</b> TB50401NW	26.11.2018	18:00 19:30	5	Englert	VHS-Saal Bürgerhaus Dorfplatz 1
<b>Du bist was du isst Oder:</b> Wie sie sich richtig & gesund ernähren UL10701NW	17.01.2019	18:30 21:30	3	Sandra Weiss	Saal Bogenberg Bürgerhaus Dorfplatz 1
<b>Office Kombi:</b> Word Excel-Outlook UB55400NW	05.02.2019	18:00 20:30	6	Englert	VHS-Saal Bürgerhaus Dorfplatz 1
<b>Nähkurs</b> für Anfänger UK21401NW	18.02.2019	18:00 21:00	2	Brigitte Kiefl	VHS-Saal Bürgerhaus Dorfplatz 1
<b>Kalligrafie</b> Die Kunst des schönen Schreibens für Fortgeschrittene UK20500NW	11.03.2019	18:30 20:30	4	Sieglinde Kiermeier	VHS-Saal Bürgerhaus Dorfplatz 1
<b>Wie sie natürlich</b> und gesund alt werden TL10702NW	07.11.2018	18:00 21:00	2	Sandra Weiss	Saal Bogenberg Bürgerhaus Dorfplatz 1
<b>Rope Skipping</b> TG30203NW	20.09.2018	15:30 16:30	10	Fischer	Turnhalle Niederwinkling Schulstraße 4
<b>Rope Skipping</b> TG30204NW	20.09.2018	16:30 17:30	10	Fischer	Turnhalle Niederwinkling Schulstraße 4
<b>Wie sie natürlich</b> und gesund durch die Schwangerschaft & Geburt kommen UL10700NW	07.02.2019	18:30 21:30	2	Weiss	VHS-Saal Bürgerhaus Dorfplatz 1
<b>Deutsch als Fremdsprache</b> für Anfänger TS40401NW	26.09.2018	18:00 19:30	10	Jörg-Uwe Bast	VHS-Saal Bürgerhaus Dorfplatz 1
<b>Italienisch für Anfänger</b> TS40402NW	17.09.2018	10:00 11:30	10	Köstler	VHS-Saal Bürgerhaus Dorfplatz 1
<b>Aquarellmalerei</b> TK20502NW	15.10.2018	15:00 17:00	6	Petra Blob	Foyer im Begegnungs- zentrum Bayerwaldstr. 7
<b>Schnupperkurs Aquarellmalerei</b> TK20501NW	08.10.2018	15:00 17:00	1	Petra Blob	Foyer im Begegnungs- zentrum Bayerwaldstr. 7

# Wir messen Kompressionsstrümpfe an!

aubergine petrol violett indigo rubin mocca mint



## Medizinische Kompressionsstrümpfe

Für jeden Typ der passende Strumpf

## Strumpfmode mit Wirkung

Ab sofort – die neuen Trendfarben: aubergine, petrol, violett, indigo, rubin, mocca und mint! Ideal zum Kombinieren.

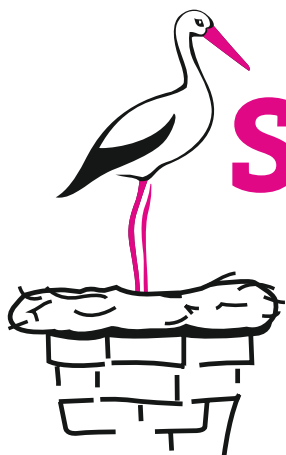


Kleid aus Mailand

Strümpfe von Compressana

Bei Produkten und Strümpfen von Compressana Zuzahlung max. **10 €**

Anmessung auch ohne Terminvereinbarung durch geschultes Fachpersonal direkt in der Storchen-Apotheke!



## Storchen APOTHEKE

Bayerwaldstr. 7, 94559 Niederwinkling  
Tel.: 0 99 62 / 950 75 60  
Apothekerin Julia Binder

Montag - Freitag 08.00-18.00 Uhr  
Samstag 08.00-12.00 Uhr

## WIR GRATULIEREN

zum 1. Platz „Unser Dorf hat Zukunft“



**20%\* Rabatt**  
Siegergutschein  
auf einen Artikel Ihrer Wahl

Einlösbar in der Storchen-Apotheke Niederwinkling sowie in der Einhorn- und Löwen-Apotheke in Straubing. Ihr persönlicher 20% Rabatt „Unser Dorf hat Zukunft- Siegergutschein“ ist gültig bis zum 30. Sept. 2018! \*Ausgenommen hiervon sind Angebote, Rezeptzuzahlungen und Arzneimittel.

© Juli 2018 - Storchen-Apotheke Niederwinkling