

# „Urlaub im Himalaya – den Mount Everest im Blick“

Multivisionsschau mit Ehepaar Mitter in der McTrek-Filiale Montabaur

HEILGENROTH. „Urlaub im Himalaya – den Mount Everest im Blick“ unter diesem Motto berichten Jürgen und Maja Mitter am Donnerstag, 6. Februar (19.30 Uhr), in der McTrek-Filiale in Montabaur-Heiligenroth (Industrie-straße 18) von ihrer gemeinsamen Reise ins höchste Gebirge der Erde. Dabei zeigen und kommentieren sie Bilder und Filme von ihren Erlebnissen und Eindrücken, die sie während ihres Urlaubs in Nepal im März/April 2013 sammeln konnten.



dabei mehr als 200 Kilometer sowie rund 28.000 Höhenmeter im Auf- und im Abstieg zurück. Fernab jeglicher Hektik und Alltagsstress standen unterschiedlich schwere Tagesetappen sowie verschiedene Aussichtspunkte auf dem Programm. Für den Verzicht auf ge-

dem Volksstamm der Sherpas angehören, verdienen unseren größten Respekt, müssen sie doch jeden Tag ohne die Hilfsmittel unserer modernen Zivilisation meistern. Schwere Lasten werden teilweise über Tage hinweg auf dem Rücken oder auf Yaks transportiert, im nicht zuletzt, um die „Bergurlauber“ mit Getränken und Essen zu versorgen. Die Reise beginnt in Patan, einem Stadtteil von Kathmandu und endet mit einem zweitägigen Abstecher in das Kathmandu-Valley. -ate-

Die Multi-Media-Schau dauert rund 90 Minuten, der Eintritt ist frei. Wegen der begrenzten Sitzplatzzahl wird um Anmeldung unter ☎ (02602) 999970 oder per E-Mail: montabaur@mc trek.de gebeten.

## 22 Jahre Sudhaus-Boys

MONTABOUR. Et jeht wider los – 22 Jahre Sudhaus-Boys: Wie schnell die Zeit vergeht – der Stimmungschor Sudhaus-Boys ist mittlerweile schon über 22 Jahre im Namen von Frohsinn und Gesang in der Region unterwegs. Ein Grund, um gemeinsam mit Freunden, Fans und ehemaligen Sängern zu feiern und in die neue Session 20/4 zu starten. Der Start in die närrische Zeit ist am Samstag, 8. Januar (19.30 Uhr), „Roundabout“ in Montabaur, das in diesem Jahr auch seinen 5. Geburtstag feiert. Als besondere Gäste werden Montabata begrüßt. Jeder der mit Kostüm kommt, darf sich auch einen Titel wünschen. Weitere Infos unter: www.sudhaus-boys.de -ate-

16.01.14 - 22.01.14  
**CINEPLEX**  
LIMBURG  
Kartenverleiher 0 64 21 - 28 111 28

**NICHT MEIN TAG**  
Täglich: 16.30, 20.45, Fr - So auch 23.00 / ab 12  
LEONARDO DICAPRIO

**THE WOLF OF WALL STREET**  
MATTIACI SCORSESE  
Täglich: 16.45\*, 19.30 / Fr - So auch 22.15 / ab 12

**FÜNF FREUNDE 3 / ab 0**  
Täglich: 19.00

**ZWEI VON ALTEN SCHLAG 7 / ab 12**  
Täglich: 18.30

**DIANA / ab 0**  
Täglich: 19.00

**ALL IS LOST / ab 6**  
Täglich: 15.00\*, 17.00, 20.15

**DER MEDICUS / ab 12**  
Täglich: 16.00, 18.30 / Fr - So auch 23.00

**HOBBIT - SMAUGS EINSTEIGER - 3D HDR**  
Täglich: 21.00 / Fr - So auch 23.00

**PARANORMAL ACTIVITY 5 / ab 16**  
Täglich: 17.00, 21.00 / Fr - So auch 23.15

**DAS ERSTAUNLICHE LEBEN DES WALTER MITTY / ab 6**  
Täglich: 15.00

**STREETDANCE KIDS - 3D / ab 0**  
Täglich: 18.15

**BUDDY / ab 6**  
Täglich: 15.00 in 2D und 3D

**DIE EISKÖNIGIN - 3D / ab 0**  
Täglich: 20.15\*\* / Fr - So auch 23.00

**THE TRIBUTE FROM PANEM 2 / ab 12**  
Täglich: 15.00, 17.00, 20.07 / Fr - So auch 23.00

**PACK JU GÖHTE / ab 12**  
Mittwoch, den 22.01.2014 um 20.30

**ECHE KERLE - FRANKENSTEIN 3D**  
Montag um 20.00 ab 16

**SNEAK PREVIEW**  
Kinderkino: Sonntag um 14.00

Der besondere Film: Mi: 15.00, 17.30, 20.00 ab 6  
**SEIN LETZTES RENNEN**  
**KEINORHASE & ZWEIFRÜCKEN**  
Fr - So auch 23.00

Aufregendste Action- und Spektakel!

# AMAZING SHADOWS

Die faszinierende Reise in das Reich der Schatten!  
Ein visuelles Spektakel der Extraklasse für die ganze Familie  
Performed by CATAPULT ENTERTAINMENT (USA)

**RANSBACH-BAUMB.** | Stadthalle | 13.03. | 19:30 h

Tickets sind ab sofort online erhältlich einfach, sicher und schnell über [www.ResetProduction.de](http://www.ResetProduction.de) und 01605 - 288 244 (14 ct/min., Mobilfunk oberwehrend), sowie an allen bekannten Vertriebsstellen in der Region.

## Gezielte Wärme heilt Hyperthermie in der Naturheilkunde

DERNBACH. Dass Wärme nicht nur gut tut, sondern auch heilt, weiß Jeder, der seine Bauchschmerzen schon einmal erfolgreich mit einer Wärmeflasche behandelt hat.

Doch bei der Hyperthermie, einer Ganzkörperüberwärmungstherapie oder örtlichen Überwärmungstherapie, handelt es sich um mehr als nur oberflächliche Wärme.

Wir setzen die so genannte Hyperthermie als unterstützendes Naturheilverfahren ein, beispielsweise bei der Behandlung von Krebserkrankungen“, erklärt Ulrike Schröder, Fachärztin für Innere Medizin und Naturheilverfahren im MVZ Westerwald. Mittels Infrarotstrahlen wird die Körperkerntemperatur auf 38 bis 39°C je nach Ausgangskörpertemperatur angehoben. „Wir erzeugen unter kontrollierten Bedingungen ein künstliches Fieber und aktivieren damit die körpereigene Immunabwehr. Hierdurch verbessert sich der Allgemeinzustand der Patienten, es können zum Beispiel Infektanfälligkeit, Erschöpfungen und Schmerzen gelindert werden. Die milde Erwärmung fördert die Durchblutung, verbessert das Allgemeinbefinden und beugt Erkältungs-

krankheiten vor. „Auch bei der Schuppenflechte wird die Hyperthermie als Begleittherapie zur dermatologischen Behandlung mit Erfolg eingesetzt“, ergänzt Schröder. Heutzutage sind nicht nur die technischen Möglichkeiten größer, sondern vor allem auch das Wissen um den gezielten Einsatz. Bei einem weiteren Wärmeverfahren, der so genannten loko-regionären, örtlichen Tiefenhyperthermie werden bestimmte Körperregionen für die Dauer von 60 Minuten auf 40 bis 43 Grad Celsius erwärmt. Diese Therapie kann gezielt bei bösartigen Tumoren auch in Begleitung von Chemotherapie und oder Strahlentherapie eingesetzt werden. Die örtliche Tiefenwärmung wird durch elektromagnetische Wellen erzeugt, die Tumorzelle verliert durch die Erwärmung die Fähigkeit, sich nach einer Chemotherapie und Bestrahlung eventuell wieder zu erholen. Studien haben gezeigt, dass die Kombination bei vielen Tumoren die Ansprechbarkeit auf Chemotherapie und oder Strahlentherapie verbessert. Es wird eine Wirkungsverstärkung erreicht, so dass Chemo- oder Strahlentherapie bei der Krebsbehandlung bessere Ergebnisse erzielen können als ohne.

## „Die Frau meines Vaters“

Autorenlesung mit Anja Röhl, der Stieftochter von Ulrike Meinhof

MONTABOUR. Eine Autorenlesung mit Anja Röhl (Foto), der Stieftochter von Ulrike Meinhof findet am Freitag, 24. Januar (19 Uhr, Einlass ab 18.30 Uhr), in der Bürgerhalle des alten Rathauses in Montabaur (Eingang Fußgängerzone) statt. Veranstalter ist die „Initiative gegen Gewalt und sexuellen Missbrauch an Kindern und Jugendlichen“.



erlebt Anja Röhl ihre Jugend in den '90er und 60er Jahren. Im Arbeiterviertel Hamburg-Barmbeck herrscht die Dampfhölle der Nachkriegszeit. Die Mutter, als geschiedene

Alleinerziehende geächtet, ist erst spätabends zu Hause; der Vater, übergriffig und manipulierend, aber von der linken Schickeria hofiert, kommt nur unzuverlässig, die Altnazi-Großeltern bieten bei kurzen Besuchen noch die meiste Wärme. Doch als sie fünf Jahre alt ist, stellt ihr Vater, der Konkret-Verleger Klaus Rainer Röhl, seine neue Freundin vor: Ulrike Meinhof. Für das Kind ist sie die einzige Erwachsene, die es wirklich versteht, die für es gegen den Vater Partei ergreift, bei der es keine Angst haben muss vor Strafe und bei der es sich zugehörig fühlt.

Die Dankbarkeit für diese Erfahrung prägt auch die Beziehung zu Ulrike Meinhof nach deren Trennung von Mann und Kindern. Anja Röhl bleibt ihr verbunden, besucht sie im Gefängnis, schreibt ihr Briefe, allen Anfeindungen zum Trotz und obwohl sie Ulrikes politische Positionen nicht teilt. Ein Dokument der Zeit- und Mentalitätsgeschichte der frühen Bundesrepublik, aus der Perspektive eines Mädchens erzählt. -ate-/Foto: pr

Nähere Infos unter ☎ (02623) 6839, [www.initiative-gegen-gewalt.de](http://www.initiative-gegen-gewalt.de)

**LUST AUF MEHR?**

Mit bis zu 4.700 € Preisvorteil.

Dieses Jahr gehört denen, die mehr wollen.

Die CUP Sondermodelle\*. Im Jahr 2014 können CUP-Träume endlich Wirklichkeit werden. Und das nicht nur auf dem Fußballplatz, denn auch auf der Straße wird es dann wieder spannend. Mit den neuen CUP Sondermodellen erleben Sie attraktive Modelle von Volkswagen so günstig wie noch nie. Mit zusätzlichen Ausstattungshighlights und einem maximalen Preisvorteil. Wenn das kein Grund zum Jubeln ist. **Kommen Sie vorbei und testen Sie die CUP Sondermodelle bei einer Probefahrt.**

Mehr Informationen auf [www.just-auf-mehr.de](http://www.just-auf-mehr.de)

\* Kraftstoffverbrauch des cup up! in l/100 km: kombiniert 4,7-4,1, CO<sub>2</sub>-Emissionen in g/km: kombiniert 108-95. Kraftstoffverbrauch des Golf CUP in l/100 km: kombiniert 5,2-3,8, CO<sub>2</sub>-Emissionen in g/km: kombiniert 122-99. Kraftstoffverbrauch des Eos CUP in l/100 km: kombiniert 7,5-4,8, CO<sub>2</sub>-Emissionen in g/km: kombiniert 174-125. Kraftstoffverbrauch des Tiguan CUP in l/100 km: kombiniert 8,5-5,3, CO<sub>2</sub>-Emissionen in g/km: kombiniert 198-138.

Maximaler Preisvorteil von bis zu 4.700 € am Beispiel des CUP Sondermodells Eos in Verbindung mit dem optionalen „Open Sky“ Paket gegenüber der unverbindlichen Preisempfehlung des Herstellers für einen vergleichbar ausgestatteten Eos. Abbildung zeigt Sonderausstattungen gegen Mehrpreis.

Ihr Volkswagen Partner  
**Autohaus Schlotter GmbH**  
Christian-Heibel-Straße 41, 56422 Würges, Tel. 02602/68080, [www.autohaus-schlotter.de](http://www.autohaus-schlotter.de)

**Autohaus Schlotter GmbH**

**HOTEL SCHLOSS MONTABOUR\*\*\*\***

**DIENTAG BIS SAMSTAG VON 18 BIS 23 UHR GEÖFFNET!**

**AZUBIS KOCHEN & SERVIEREN**

À-la-carte-Essen im „Kroli am Markt“ – Genießen Sie einen Abend mit einem ausgesuchten À-la-carte-Angebot an Speisen und Getränken sowie netten Gesprächen im stilvollen Ambiente des historischen Restaurants in der Altstadt von Montabaur!

**NEU** Mittwochs-Special: Kommen Sie zu zweit und die zweite Person zahlt nur 50%.\*

*Wir freuen uns auf Ihre Reservierung!*

\* Gültig nur für Paare bzw. zwei Personen und ist nicht für mehr Personen oder Gruppen anrechenbar.

Kroli am Markt | Großer Markt 4 | 56410 Montabaur  
Hotel Schloss Montabaur | Telefon: 02602/14-108  
Reservieren Sie online unter: [www.kroliammarkt.de](http://www.kroliammarkt.de)

*Ihr Erfolg ist unsere Motivation.*

**LOKALANZEIGER** Video Infos, News und Mehr auf [www.der-lokalanzeiger.de](http://www.der-lokalanzeiger.de)  
14 Printausgaben und jetzt auch mit neuem Erlebnisportal

**100 Jahre VALLENDAR PILGERKIRCHE SCHÖNSTATT**  
Sonntag, 23.02.2014 um 17.00 Uhr  
KONZERTKARTEN  
EIN FESTGESCHENK  
**AN DIE FREUDE LUDWIG VAN BEETHOVEN 9. SYMPHONIE**  
für Solisten, Chor und Orchester d-moll op.125  
**VIOLINKONZERT**  
Konzert für Violine und Orchester D-Dur op.61  
Alexej Semenenko, Violine  
Barbara Spiess, Sopran | Astrid Defauer, Mezzo-Sopran  
Corby Welch, Tenor | Nicolay Karnolsky, Bass  
**PHILHARMONISCHER CHOR ESSEN**

**LOKALANZEIGER & HolzLand Jung**

... starke Ideen in Holz

präsentieren  
**„Wir verschenken einen Raum“**

**Gewinnen Sie einen Raum im Wert von 2.500,- €**

- 20 m<sup>2</sup> Fußboden
- 20 m<sup>2</sup> Deckenverkleidung
- 2 Innentüren
- passende Tapete
- inkl. Verlegung u. Montage

**Gestalten Sie Ihren Wunsch(t)raum!**

Schreiben Sie eine Postkarte mit Angabe der vollständigen Anschrift, Telefonnummer und dem Kennwort an:  
**Westerwald Post**  
Herzog-Adolf-Str. 2  
56410 Montabaur  
oder per e-Mail an: [info@holzland-jung.de](mailto:info@holzland-jung.de)  
Kennwort:

**Größte Bodenausstellung im Westerwald!**

- Parkett
- Massivholzdielen
- Laminat
- Kork- und Vinylboden
- und viele weitere Produkte rund um das Thema Bauen und Renovieren mit Holz

**in 600.000 Haushalten**  
jedem Mittwoch neu  
**LOKALANZEIGER**