

Carrefour market



SANKT VITH

Von Montag bis Freitag:
8 bis 19 Uhr
Samstag: 8 bis 18 Uhr
carrefoursanktvith@gmail.com
Tel.: 080 22 80 37

Großer Parkplatz

Angebote gültig von Mittwoch, 21. Oktober bis Montag, 26. Oktober 2020



Carrefour
Belgien
Champignons
Carrefour
2 x 250 g
3€/kg

2 für

1,50
2 x 250 g



Rosenkohl
lose Ware
Herkunft: Belgien/Niederlande

1,29
Pro kg



Carrefour
Belgien
Porree zum
Dämpfen
Carrefour
1,49€/kg

1,79
1,2 kg



Klementinen
lose Ware
Herkunft: Spanien

2,49
Pro kg



MACHHALTIGE
asc
KSCC-01729
Lachs Gravad lax
Carrefour
gezüchtet in Norwegen
26,43€/kg

-25%

4,99€
3,70
140 g



Rote Früchte
Brombeeren, Blaubeeren
oder Himbeeren
Herkunft: Belgien/
Niederlande
16€/kg

2 für

4*
2 125-g-Schalen

*wird an der Kasse abgezogen, der im Geschäft ausgeschriebene Preis beinhaltet den Rabatt, **der im Geschäft ausgeschriebene Preis beinhaltet den Rabatt

Angebote gültig, solange der Vorrat reicht, in normalen Mengen und von oVf. Druckfehler abgesehen. MwSt. im Preis inbegriffen. Veranstalter: H&M S. Lerooy cv, das Olympisches 20, 1140 Brüssel. Nicht gültig bei Express

Zahnpasten

Warum Fluorid nicht fehlen sollte

Ostbelgien. – Frischer Atem, strahlend weiße Zähne: Das ist alles schön und gut. Doch die wichtigste Funktion einer Zahnpasta ist der Schutz vor Karies. Dafür ist ein Inhaltsstoff zentral - Fluorid. Das Problem ist, dass längst nicht alle Pasten dieses Spurenelement enthalten oder zu wenig davon in der Creme steckt. Das zeigt eine Untersuchung der Stiftung Warentest, bei der 8 von 21 Pasten wegen schlechter Kariesprophylaxe durchfielen.

Was beanstanden die Warentester?

Fluorid sei der wichtigste Inhaltsstoff zur Kariesvorbeugung, schreiben die Tester in ihrem Bericht (Zeitschrift „test“, Ausgabe 10/2020). Entsprechend sei zugesetztes Fluorid in ausreichender Menge ein K.-o-Kriterium. Ergab die Laboranalyse, dass eine Zahnpasta kein Fluorid enthielt, war

sie durchgefallen - weitere Prüfungen fanden dann nach Angaben der Tester nicht mehr statt.

Wie schnitten die anderen Cremes ab?

Insgesamt sehr ordentlich. Sieben Cremes wurden mit „sehr gut“ bewertet, fünf mit „gut“ - beim Punkt Kariesprophylaxe gab es bei diesen Produkten für die Tester gar nichts auszusetzen. Eine Creme erreichte nur die Note „befriedigend“, weil mit der enthaltenen Menge an Fluorid nur ein ausreichender, aber kein guter oder sehr guter Kariesschutz geboten werde.

Wie blicken Zahnmediziner auf die Rolle von Fluorid?

„In der Zahnmedizin wird einhellig die Meinung vertreten, dass Fluorid ein Muss ist in Zahnpasten, wenn die Kariesprophylaxe im Fokus steht“, betont der Vizepräsident der Bundes-



Zur Vorbeugung von Karies sollten Zahnpasten ausreichend Fluorid enthalten.

Foto: Christin Klose/dpa-mag

zahnärztekammer, Prof. Dietmar Oesterreich. Manche Cremes im Test setzen auf Kokosöl, Salbei oder Grünen Tee als Schutz gegen Karies - diese Wirkung

sei aber noch nicht ausreichend wissenschaftlich nachgewiesen, heißt es in dem Bericht. Es fehlten „hochwertige Studien“ mit solchen Substanzen, die eine Kariesshemmung in der

Mundhöhle belegten, sagt der Hamburger Zahnmediziner Prof. Ulrich Schiffler in der «test»-Zeitschrift.

Wie viel Fluorid sollten Zahnpasten enthalten?

Oesterreich verweist auf internationale Richtwerte: „Bei Erwachsenen gelten 1500 ppm als Standardmenge, für die Kinder sind es inzwischen 1000 ppm.“ Bei Kindern bis zu einem Alter von zwei Jahren sollte eine Reisikorn-große Menge Zahnpasta mit 1000 ppm Fluorid auf die Bürste, bei Kindern ab zwei bis sechs Jahren dann eine Menge von der Größe eines Erbsenkorns, rät der Zahnmediziner.

Wichtig zu beachten: Wer eine fluoridhaltige Zahnpasta bei Kleinkindern nutzt, sollte keine Fluorid-Tablette zusätzlich geben. Ab dem Schulalter rät die Stiftung Warentest zu Juniorpasten, welche ähnlich viele Fluorid ent-

hielten wie Zahncremes für Erwachsene.

Auch Erwachsenenpasten seien für Schulkinder geeignet - sie sollten aber kein Zink enthalten.

Was bewirkt Fluorid konkret?

„Im Mund gibt es ein ständiges Wechselspiel von Bakterien, die Zahnbeläge bilden und Säuren produzieren, die wiederum Mineralien aus der Zahnhartsubstanz lösen“, erklärt Oesterreich. Karies kann auf Dauer die Folge sein. „Fluorid ist wichtig für die Reparatur.“

Die herausgelösten Mineralien, zum Beispiel Kalzium, werden durch Fluorid gebunden und wieder in die Hartsubstanz eingelagert. Dazu kommt, dass Fluorid auch den Stoffwechsel der Bakterien verlangsamt, so der Experte, wodurch diese dann nicht mehr so aktiv in der Produktion von Säure seien. (Quelle: dpa)

Sind Sie auf **Jobsuche?**
Unser Stellenmarkt hilft Ihnen weiter!

kurierjournal

Atelier Neundorf

Amerikanisches Handlettering

Neundorf. – Handlettering ist derzeit bei uns voll im Trend. In den USA hingegen hat das „typographische“ Handlettering eine jahrzehntelange Tradition. Hierbei wird (fast) jedes Wort in einer anderen Schrift gezeichnet, und zusätzliche Elemente wie Banner, Kästen oder Schatten werden eingesetzt. Das bietet ein viel größeres Spektrum an Möglichkeiten, mit Schrift kreativ umzugehen als das

„deutsche“ Handlettering. Die Kunst dabei ist es, das richtige Zusammenspiel der verschiedenen Formen zu finden. Im Kursus mit Thomas Hoyer gibt eine Einführung in die verschiedenen Arten von Schriften.

Anhand einer einfachen Antiqua-Schrift wird geübt, welche Variationsmöglichkeiten eine einzelne Schrift bietet. Ziel der Übungen ist es, sich ein

eigenes Repertoire der Möglichkeiten anzulegen, um Sprüche nicht nur klassisch, sondern auch auf eine neue Art zeitgemäß gestalten zu können.

2x samstags am 31. Oktober und 14. November von 9.30 bis 16.30 Uhr. KB 90 € / 80 €*
Infos zu allen Angeboten: www.atelier-neundorf.be – Anmeldungen: atelierneundorf@gmail.com – Tel. 080/22 82 82 – FB.



DIE MITTEL- UND LANGFRISTIGE WIRTSCHAFTLICHE ENTWICKLUNG LUXEMBURGS stand im Mittelpunkt eines Vortragsabends Anfangs Oktober des „Arbeitskreises Pierre Werner“ im Triangel St.Vith. Dabei wurden die Gemeinsamkeiten zwischen dem Großherzogtum, Ostbelgien und der Provinz Lüttich erörtert. „Wenn Luxemburg hustet oder den Schnupfen hat, haben wir in St.Vith die Lungenentzündung.“ Bürgermeister Herbert Grommes versinnbildlicht „das vitale Interesse, das St.Vith an der wirtschaftlichen Entwicklung Luxemburgs hat“. Ohne das Großherzogtum würde St.Vith anders aussehen, ist Grommes, der selbst jenseits der Grenze arbeitet, überzeugt. Dies zählt natürlich nicht nur für St.Vith, sondern für die ganze Gegend und auch für die Nachbarländer. Ostbelgien stellte am 31. März 2020 mehr als die Hälfte aller Grenzgänger in der Provinz Lüttich und rund neun Prozent auf Landesebene. Insgesamt ein interessanter Abend, die Anwesenden zeigten sich überaus zufrieden.