

# DER NEUE MARKT.



C · Ausgabe 1087 · Samstag, 29. Februar 2020

Anzeigen (0 60 51) 833 241 · Zustellung (0 60 51) 833 292

## Putzen und ausmisten So wird das Auto fit für den Frühling

Der Winter kann am Auto seine Spuren hinterlassen haben. Wenn der Frühling naht und es wärmer wird, verdient der Wagen deshalb ein bisschen mehr Zuwendung.

„Nach einem Winter mit Salz und Matsch sollte das Fahrzeug komplett gereinigt werden. Dazu zählt auch eine Unterbodenwäsche“, sagt Ulrich Köster vom Zentralverband Deutsches Kraftfahrzeuggewerbe. Ehe man den Wagen in die Waschstraße fährt, spült man mit einem Hochdruckreiniger groben Schmutz vom Lack herunter. Andernfalls könnten hinterher die Waschbürsten den Dreck verteilen und für Kratzer sorgen.

Wenn das Fahrzeug sauber ist, prüft man die Motorhaube auf Lackabplatzer und die Windschutzscheibe auf Steinschläge und Risse. Bei Defekten an der Scheibe sollten Autofahrer in eine Fachwerkstatt fahren, rät Köster. „Kleine Lackschäden können sie meist mit einem Lackstift selbst ausbessern.“

### Ablaufrinne und Radkästen nicht vergessen

Zu einer intensiven Fahrzeugwäsche zählt ebenso das Entfernen von Schmutz und Blättern aus der Ablaufrinne.

„Im Winter setzen sich die Rinnen zwischen Motorhaube und Windschutzscheibe meist zu, verstopfen

fen damit den Ablauf. Unter Umständen kann dann das Wasser über andere Wege in den Fußraum sickern“, sagt Hans Gerd Brauneiser von der Kölner Werkstatt Rheinlandgarage.

Auch Kanten in den Radkästen kontrollieren Autofahrer beim Frühjahrsputz. Denn dort sammelt sich über den Winter Schmutz und Schlamm, der mit der Zeit Rostbildung in den Ecken fördert. „Wer mit einer alten Spülbürste die Kanten sauber macht, hat für die nächsten Monate Ruhe“, sagt Brauneiser.

Thomas Schreiner vom Auto- und Reiseclub Deutschland (ARCD) rät außerdem, die Scheinwerfer auf Kratzer und Risse und den Auspuff auf Rostspuren zu untersuchen. „Nach dem Winter vertragen alle Scharniere wie die der Türen Fett oder Kriech-Öl“, sagt er. Sind Wischerblätter rissig oder Gummilippen ausgefranst, sollte man sie wechseln.

Ist außen alles wieder in Schuss, geht der Blick nach innen. Eiskratzer, Decken, Klappspaten oder Schneeketten wandern aus dem Kofferraum in den Keller oder in die Garage.

Damit ist aber nicht getan. „Am besten entfernen Autofahrer alle Matten und schauen, ob sich darunter Nässe staut“, empfiehlt Köster. Feuchtigkeit verschwindet am einfachsten, wenn das Fahrzeug an einem warmen Tag mit leicht geöffneten Fenster-scheiben durchlüftet.

Oder man steckt für eini-

ge Tage Zeitungspapier unter die Fußmatten – dieses sollte man aber täglich austauschen.

Die Scheiben putzt man auch von innen gründlich, rät Schreiner. „Im Winter kann sich ein Schmierfilm auf die Innenscheibe legen, der die Sicht trübt“, begründet er. Mit Glasreiniger werde sie schnell wieder sauber. Für gute Luft ein neuer Innenraumfilter. Der lässt sich bei vielen Autos in Eigenregie tauschen. Falls die Klimaanlage leicht faulig rieche, könne eine Desinfektion der Anlage sinnvoll sein, ergänzt Schreiner. „Das bieten die meisten Werkstätten an und kostet nicht die Welt.“

„Wer seinem Innenraum etwas Gutes tun möchte, pflegt Polster oder Leder mit speziellen Reinigungsmitteln, um die Sitze vor dem UV-Licht in den nächsten Monaten zu schützen“, sagt Hans Gerd Brauneiser.

### Scheibenwischerwasser und neue Räder

Sind absehbar keine frostigen Tage mehr zu erwarten, kann in das Scheibenwischerwasser wieder der Sommerzusatz eingefüllt werden, die etwa vor allem Insektenreste zuverlässiger beseitigen sollen. Extra das Wintermittel leerspritzen, müssen Autofahrer aber nicht. Wenn es sich etwas vermischt, ist das kein Problem.

Beim Räderwechsel besagt eine Faustregel: Ist es auch nachts dauerhaft über sieben Grad warm, können die Sommerräder montiert werden. Bei niedrigeren Temperaturen dagegen zeigen viele Winterreifen im Vergleich noch die besseren Eigenschaften.

Foto: Markus Hibbeler/dpa-mag



### Beilagen in Teilausgaben

### Heute im Innenteil:

WETTERAU AKTIV JOURNAL

- Lifestyle
- Wirtschaft
- Freizeit

# So entrümpeln Sie ihren Feierabend

## Gegen den täglichen Familienstress

Nachdem Nathalie Klüver ihre Kinder von der Schule und vom Kindergarten abgeholt hat, finden sich die Familienmitglieder bei Tee, Kaffee und einem Teilchen vom Bäcker zu Hause ein. „Wir nennen das runterkommen“, sagt Nathalie Klüver. „Es ist auch für die Kinder wichtig, vom Trubel des Kindergartens abzuschalten.“

Die Lübecker Journalistin und Bloggerin schreibt in ihrem Buch „Afterwork Familie: Wie du mit wenig Zeit dich und deine Familie glücklich machst“ über ein Thema, das viele Familien umtreibt: die stressfreie Gestaltung des Feierabends. Ihr Ratschlag: gemeinsame Routinen und Rituale.

„Unser Gehirn trifft jeden Tag so viele Entscheidungen. Wenn wir Routinen haben, nehmen wir ihm viel Arbeit ab“, sagt die Mutter dreier Kinder im Alter von 2, 6 und 8 Jahren. Je mehr Kinder, desto schwieriger die Zeitplanung, erzählt sie. Einkaufen, Hausaufgaben, Sportvereine, Musikschule, Verabredungen, Sport und Elternabende: Die Liste an Abend-Aktivitäten ist lang - und je größer die Familie, desto mehr Interessen müssen zusammengebracht werden.

### Routinen und Rituale nehmen Stress

Um den Feierabend stressfreier zu gestalten, haben Nathalie Klüver und ihr Mann Strategien entwickelt. Dazu gehören gemeinsame Mahlzeiten, feste Schlafzeiten und Rituale beim Ins-Bett-Bringen der Kinder. Jeden Abend erzählen die Familienmitglieder einander, was sie an ihrem Tag gut und schlecht fanden.



*Stressfrei durch den Feierabend: Nathalie Klüver pflegt mit ihren drei Kindern viele Routinen und Rituale.*

*Foto: Tara Junker/dpa-mag*

Bei Nicole Weiß gibt es jeden Abend eine gemeinsame Aufräumrunde. „Eine Routine kann etwas Schönes sein. Ich habe die Erfahrung, dass die Kinder gerne wissen, was als nächstes dran ist“, sagt die Bloggerin. Deswegen trifft sich die Familie nachmittags erst einmal auf eine Tasse Tee, wenn alle zu Hause eintrudeln. „Es ist wichtig zu zeigen: Jetzt startet unser Feierabend“, sagt sie. Auf ihrem Blog „Familie ordentlich“ beschreibt die Mutter dreier Kinder, wie man Chaos im Wohnraum vorbeugt. Wenn die Umgebung aufgeräumt ist, wirke sich das auch auf andere Lebensbereiche aus, sagt die gelernte Wirtschaftsübersetzerin. „Wenn man nur Dinge um sich hat, die man mag und nutzt, muss man nicht so viel Zeit ins Aufräumen investieren.“ Um morgendlichen Stress zu vermeiden, legen sie und ihr Mann abends die Kleidung für die Kinder zurecht. „Das nimmt für den nächsten

Tag Druck raus“, sagt Nicole Weiß.



### Jeden Sonntag tagt die Familienkonferenz

Auch Alu Kitzerow und ihr Mann Konsti Manthey aus Berlin setzen auf Feierabend-Rituale. Nach dem gemeinsamen Abendessen haben die Kinder im Alter von 3, 9 und 13 Zeit, die sie gestalten können, so Kitzerow, die mit ihrem Mann auf „Grosseköpfe“ übers Elternsein bloggt. Dass alle wissen, wie der Abend abläuft, nehme den Stress raus. Jeden Sonntagabend, nachdem die Kinder gebadet sind, treffen sich alle zu einer Familienkonferenz. „Dort besprechen wir jeden Termin, der in den nächsten Woche ansteht“, erzählt Kitzerow. Prioritäten zu setzen entlastet den Familienalltag.

Das weiß auch Nicole Weiß. Viele Aufgaben müssen erledigt werden: Geschenke für den nächsten Kindergeburtstag kaufen oder Bastelmaterialien für die Schule besorgen. Hinzu kommen Anfragen, ob man nicht für den Elternbeirat kandidieren oder einen Kuchen fürs nächste Fest backen möchte. Da müsse man abwägen, sagt die Autorin. „Es ist gut, wenn man sich traut, auch mal „nein“ zu sagen.“ „Man ist es heute so gewohnt, dass alles immer durchgetaktet ist. Bei uns ist es das nicht“, sagt Nathalie Klüver. Denn es sei gar nicht nötig, einen Vergnügungspark-Besuch an den anderen reihen. Ebenso schön seien gemütliche Sonntage, die man im Schlafanzug zu Hause auf dem Sofa verbringt.

*Foto: Mareen Fischinger/Westend61/dpa-mag*

## Leute

### Jessica Schwarz ist gerne in sozialen Netzwerken unterwegs

Schauspielerin Jessica Schwarz ist privat gerne in den sozialen Netzwerken unterwegs. „Ich habe Spaß dabei“, sagte sie der Deutschen Presse-Agentur. „Es gibt aber auch Zeiten, in denen merke ich, dass es nicht gut funktioniert und dann halte ich mich auch raus.“ In der Schauspielbranche werde Instagram & Co immer wichtiger. „Es ist inzwischen gar nicht mehr die Frage, ob man das machen will. Es ist tatsächlich inzwischen ein Tool, das ganz wichtig geworden ist.“

*Foto: Frank Rumpenhorst/dpa/dpa-mag*



### Prinz Charles: Kleidergrößen halten nicht einfach

London - Prinz Charles scherzt über den „nie endenden Kampf“, fit zu bleiben. Der britische Thronfolger sagte, es sei nicht einfach, seine Kleidergröße zu halten. Das verriet er bei einem Besuch seiner Schneiderin Emma Willis in Cloucester rund zweieinhalb Stunden von London entfernt, wie das Magazin „Hello!“ berichtete. Willis schneidert nach eigenen Angaben seit gut sechs Jahren Hemden und andere Kleidungsstücke für Prinz Charles. Sie habe seine Maße, er versuche sie zu halten, scherzte der 71-Jährige bei der Besichtigung der Schneiderei. dpa

# Gelenkverschleiß:

## Wenn jede Bewegung schmerzt

### Ein spezielles Arzneimittel verspricht Hoffnung

25 Millionen Deutsche leiden tagtäglich unter Gelenkschmerzen. Die Ursache ist meist Gelenkverschleiß (Arthrose). Insbesondere Menschen in fortgeschrittenem Alter sind betroffen. Die gute Nachricht: Mit speziellen Arzneitropfen kann Arthrose wirksam bekämpft werden (Rubaxx Arthro, Apotheke).

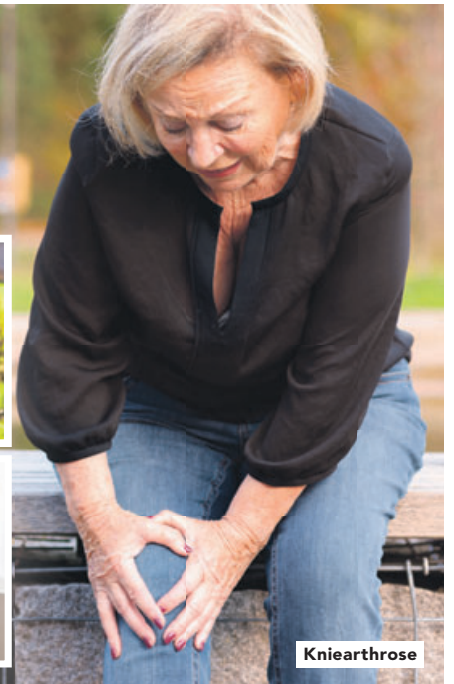


#### Das kann bei Gelenkverschleiß helfen

Um diese quälenden Beschwerden in den Griff zu bekommen, haben Forscher verschiedene Arzneistoffe ausgiebig getestet. Einer stach dabei besonders heraus: Viscum album (enthalten in Rubaxx Arthro, Apotheke). Dieser Wirkstoff hat sich speziell bei Arthrose bewährt: Er wirkt nicht nur schmerzlindernd, sondern ist auch entzündungshemmend – und setzt damit an den beiden Hauptproblemen der Arthrose geplagten an. Was unsere Experten zusätzlich begeistert: Viscum album kann bestimmte Körperzellen stoppen, die knorpelschädigende Stoffe produzieren.

#### Wirksamkeit und Verträglichkeit – die Kombination macht's

Rubaxx Arthro ist speziell bei Arthrose zugelassen und bietet Betroffenen nicht nur wirksame, sondern zugleich gut verträgliche Hilfe: Anders als viele her-



kömmliche Schmerzmittel haben die Arzneitropfen keine bekannten Neben- oder Wechselwirkungen mit anderen Arzneimitteln. Rubaxx Arthro ist rezeptfrei in jeder Apotheke erhältlich. **Unsere Experten raten daher:** Gehen Sie bereits bei ersten Anzeichen von Gelenkverschleiß aktiv dagegen vor, bevor die Schmerzen Ihren Alltag bestimmen.

Für Ihren Apotheker:

**Rubaxx Arthro**  
(PZN 15617516)

Jetzt NEU von Rubaxx



Abbildungen Betroffenen nachempfunden

RUBAXX ARTHRO. Wirkstoff: Viscum album Ø. Homöopathisches Arzneimittel bei Verschleißkrankheiten der Gelenke. [www.rubaxx.de](http://www.rubaxx.de) • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker • PharmaSGP GmbH, 82166 Grafelfing

## Der Frühling beginnt im Winter

### Tipps zur frühen Aussaat

Nur die Harten kommen in den Garten - das ist die wichtigste Regel, wenn man zu Hause Gemüsepflanzen aus Samen aufzieht. Soll heißen: Im Freien ist es noch zu kalt für junges Gemüse. Daher werden die Samen erst mal im Haus in Gefäßen ausgesät und vorgezogen. Erst Mitte Mai ziehen sie ins Beet um.

*Wann beginne ich mit der Aussaat?*

Am besten hält man sich an die Angaben auf den Samentütchen aus dem Fachhandel, denn manche Arten sind früher dran, andere später. Ab Februar ist laut Bayerischer Gartenakademie eine gute Zeit für Paprika, für Tomaten reicht Mitte März. Zucchini und Kürbis sät man vier bis sechs Wochen vor der Pflanzung in den Garten, Gurken zwei bis drei Wochen vorher.

Es lohnt sich, nicht zu früh loszulegen: „Das Kultivieren auf der Fensterbank ist manchmal eine echte Herausforderung, weil man beach-



ten sollte, dass es im Haus warm ist, und Tomaten und Co. dann sehr schnell keimen“, erläutert Svenja Schwedtke, Gärtnerin aus Bornhöved. „Da sollte man sich zügeln, auch wenn man schon Lust hat, ja nicht zu früh anfangen - es sei denn, man hat eine Möglichkeit, die Pflanzen kühl, aber nicht zu kühl weiter zu kultivieren.“

Denn da man den Wohnraum noch heizt, ist es dort oft einfach zu warm für die Sämlinge - so nennt man gerade ausgetriebenes Grün aus Saatgut. Zugleich erhalten sie selbst auf der Fensterbank zum frühen Winterende noch nicht ausreichend Tageslicht.

Die Folge sind schwache Pflanzen mit oft zu langen Trieben. „Wenn die Tomaten von Ende Januar im Wohnzimmer bleiben, dann sind sie im März schlackerig und werden keine schönen Pflanzen“, so Schwedtke. Häufig stehen auf den Pflanztütchen die geeigneten Temperaturen.

*Warum warte ich nicht länger und säe dann direkt ins Gartenbeet?*

Weil die Pflanzen im Haus einen Startvorteil erhalten. „Das Vorziehen lohnt sich auf jeden Fall, dann setzen Sie dicke, kräftige Pflanzen raus - die können eine ganze Menge mehr ab, und außerdem blühen sie deutlich früher“, fasst Schwedtke zusammen.

Sie zählt die möglichen Probleme

der frühen Direktaussaat, etwa im April, am Beispiel der Wicken auf: „Dann gibt es lange Trockenperioden, sengende Sonne, vielleicht schüttet es manchmal und spült die Saat noch durch die Gegend“, so die Gärtnerin. Und dann gebe es die Schnecken, die sich gerne über so ganz kleine Pflänzchen hermachen. Auch mit sogenannten Spätfrösten muss man in Deutschland bis Mitte Mai rechnen.

Es gibt aber auch eine Vielzahl an Pflanzen, die sowieso erst ab Mai ausgesät werden sollten - und die kommen dann natürlich direkt ins Beet.

*Was muss ich für die Aussaat im Haus wissen?*

Im Grunde kann man wenig falsch machen. Denn: „In der Natur fällt die Saat einfach runter und bleibt liegen“, sagt Schwedtke. Wer die Erfolgchancen aber erhöhen möchte, achtet auf Hinweise auf den Samentütchen.

Foto: Franziska Gabbert/dpa-mag

# Ein Silvaner zu Roter Bete

## Wein für vegetarisches Essen

Fleischlose Gerichte werden immer raffinierter und vielfältiger - so taucht auch die Frage nach dem passenden Wein oft auf. Eine pauschale Antwort gibt es nicht. Es kommt auf die Zutaten und Gewürze an. Aber ebenso darauf, ob das Gemüse gekocht, gedünstet oder gegrillt wird.

„Die ganz schweren Weine passen nur sehr selten zu vegetarischen Gerichten“, erklärt Ernst Büscher, Sprecher des Deutschen Weininstituts. „Ein Wein mit vielen Gerbstoffen würde das Essen oft völlig überpowern.“ Zu den Röstaromen von Grillgemüse, Zucchini-Möhren-Bratlingen oder etwa einem Kohlrabi-Schnitzel dürfte es dennoch ein wenig kräftiger sein. „Da könnte ich mir einen schönen Grauburgunder vorstellen, der auch gerne im Barrique liegen durfte“, sagte Büscher im Gespräch mit dem dpa-Themendienst. Als rote Alternative empfiehlt der Experte einen Spätburgunder. Die Devise lautet: Je stärker das Essen geröstet, desto kräftiger der Wein.

Bei einer vegetarischen Lasagne mit roten Linsen, passierten Tomaten, Möhren, italienischen Kräutern und Knoblauch sieht die Sa-

che schon ganz anders aus. „Zur Säure der Tomaten sollte man nicht noch zusätzliche Säure ins Spiel bringen. Das addiert sich“, warnt der Weinkenner. Er schlägt mit Dornfelder oder Lemberger einen fruchtigen, aber samtigen Essensbegleiter vor. Ein ofengerösteter Rotkohl mit einem Chili-Orangen-Mix und einer frischen Orangen-Minz-Vinaigrette verlange geradezu nach einem halbtrockenen Spätburgunder-Rosé. Den würde Büscher auch zu scharfen Zucchini-Nudeln oder Curry-Gerichten mit Kokosmilch empfehlen. „Die Schärfe wird einerseits durch die Süße im Wein angenehm abgemildert“, erläutert er. „Andererseits sollte die Süße im Essen und Süße im Wein immer auf demselben Ni-



einem Riesling sogar leicht metallisch“, so Büscher.

Gerade junge Paare und junge Eltern legen nicht nur gern vegetarische Tage ein, sie legen zunehmend auch Wert auf Bioweine. Vom Geschmack her gebe es keinen Unterschied mehr zu herkömmlichen Weinen, betont Büscher. „Die Zeiten, als man die Augen zusammengekniffen hatte und meinte ‚Für einen Biowein ganz gut‘, sind schon lange vorbei.“ Viele Winzer hätten in den vergangenen Jahren auch aus qualitativen Gründen auf die ökologische Wirtschaftsweise umgestellt. Sie verzichten auf Mineraldünger oder Unkrautvernichtungsmittel und fahren die Erträge herunter. „Dadurch werden Weine konzentrierter“, sagt Büscher. Die Sonderbehandlung habe ihren Preis: Bioweine sind etwa 25 Prozent teurer.

Foto: [www.deutscheweine.de/](http://www.deutscheweine.de/)  
dpa-mag

## Aktiv Schimmel vorbeugen

### Mit Fensterheizung gegen Kondenswasser

Wenn zwischen dem Außen- und dem Innenbereich unserer Wohnung große Temperaturunterschiede bestehen, kann es zu einem Temperaturabfall in den Randzonen des Fensters kommen. Dabei bildet sich lästiges Kondens-



wasser und in Folge Schimmel. Die Lösung ist, mit einer Fensterheizung die Oberflächentemperatur zu erhöhen. Direkt auf den äußeren Rand des Glases geklebt, ist sie aufgrund des dezenten und schmalen Aussehens für das Auge kaum zu erkennen. Soll die Heizung lieber ganz versteckt sein, wird sie hinter der Glasleiste verlegt. Eine dritte Möglichkeit der Montage bietet eine Design-Aluleiste, die das Heizelement verkleidet.

Das spezielle Extra des Systems: Ein angeschlossenes Thermostat misst die Temperatur an der Fensterscheibe und schaltet die Fensterheizung ein, wenn Kondensat entstehen würde. So ist garantiert, dass nur geheizt wird, wenn es wirklich nötig ist. Die Effizienz dieses Heizelements wurde durch das ift Rosenheim auch bei Ganzglasecken bestätigt. *Werkfoto: T-Stripe*

## Gesundes Tageslicht

### Große Fenster mit Sonnenschutz

Große Fensterflächen machen in vielerlei Hinsicht Sinn: Zum einen ist Tageslicht nachgewiesenermaßen gesund. Das gilt nicht nur für Aktivitäten in der freien Natur, sondern auch für den Aufenthalt im Inneren von Gebäuden.

Große Glasflächen lassen Tageslicht ins Haus und fördern sowohl in Wohn- als auch in Objektbauten das Wohlbefinden und die Konzentrationsfähigkeit des Menschen. Auch der vielzitierte Klimawandel und die damit einhergehenden hohen Temperaturen im Sommer sind kein Argument für eine Verkleinerung der Fensterflächen im zukünftigen Städtebau. Für kühle Lösungen im Eigenheim oder im Büro stehen viele effektive, optisch individuelle Möglichkeiten zur Wahl. Das Angebot umfasst dabei unter anderem klassische Rollläden und Raffstoren, Klapp- und Schiebeläden sowie textilen Son-



nenschutz wie Plissees und Markisen in unterschiedlichsten Ausführungen.

Diese Systeme können je nach Produkt außen vor dem Fenster montiert, im Scheibenzwischenraum integriert oder innen am Fenster angebracht werden. Wenn diese Produkte dann auch noch automatisch angetrieben und gesteuert sind, kommen sie unabhängig von der Anwesenheit der Bewohner immer dann zum Einsatz, wenn sie zur Vermeidung von Überhitzung gebraucht werden.

*Werkfoto: Unilux*

## Warsteiner Bier

diverse Sorten,  
Kasten = 20 x 0,5 l,  
zzgl. 3,10 € Pfand,  
1 l = 1,10 €

- 21 %  
**10.99**



### Herzog von Franken Pilsener

Kasten = 20 x 0,5 l,  
zzgl. 4,50 € Pfand,  
1 l = 1,10 €

- 21 %  
**10.99**



### Krombacher Pils

Kasten = 20 x 0,5 l,  
zzgl. 3,10 € Pfand,  
1 l = 1,30 €

~~14.99~~  
**12.99**



### Spaten Münchner Hell

Kasten = 20 x 0,5 l,  
zzgl. 3,10 € Pfand,  
1 l = 1,50 €

~~16.99~~  
**14.99**



### Erdinger Weißbier

diverse Sorten,  
Kasten = 20 x 0,5 l,  
zzgl. 3,10 € Pfand,  
1 l = 1,50 €

~~18.49~~  
**14.99**



### Schneider Weisse

diverse Sorten,  
Kasten = 20 x 0,5 l,  
zzgl. 3,10 € Pfand,  
1 l = 1,50 €

~~17.99~~  
**14.99**



### Förstina Sprudel plus Lemon, Premium

diverse Sorten,  
Kasten = 12 x 0,7 l,  
zzgl. 3,30 € Pfand,  
1 l = 0,48 €

- 20 %  
**3.99**



### Gerolsteiner Mineralwasser

diverse Sorten,  
Kasten = 12 x 1,0 l,  
zzgl. 3,30 € Pfand,  
1 l = 0,50 €

- 20 %  
**5.99**



### top frisch Lemonwater

Kasten = 12 x 0,75 l,  
zzgl. 3,30 € Pfand,  
1 l = 0,44 €

~~4.49~~  
**3.99**



### top frisch Apfel-Schorle

Kasten = 12 x 0,75 l,  
zzgl. 3,30 € Pfand,  
1 l = 0,67 €

- 25 %  
**5.99**



## Jack Daniel's Whiskey

40 %,  
0,7 l - Flasche,  
1 l = 22,84 €

~~18.99~~  
**15.99**



### Müller Apfelsaft, Apfelwein\*

diverse Sorten,  
Kasten = 6 x 1,0 l,  
zzgl. 2,40 € Pfand,  
1 l = 1,25 €

~~8.99~~  
**7.49**



### Coca Cola Kombikiste

teilweise koffeinhaltig,  
Kasten = 24 x 0,33 l,  
zzgl. 5,10 € Pfand,  
1 l = 1,77 €

~~16.49~~  
**13.99**



### Red Bull Original

Energy Drink, koffeinhaltig,  
0,25 l - Dose,  
zzgl. 0,25 € Pfand,  
1 l = 3,96 €

- 38 %  
**0.99**



### Captain Morgan

White Mojito, Original Spiced,  
Gold & Cola, teilweise koffeinhaltig,  
0,33 l - Dose,  
zzgl. 0,25 € Pfand,  
1 l = 6,03 €

- 20 %  
**1.99**



### Kessler-Zink

Trollinger, Merlot, trocken,  
1,0 l - Flasche,  
zzgl. 0,05 € Pfand,  
1 l = 2,99 €

- 25 %  
**2.99**



# 112 oder 116 117

## Welche Nummer Patienten wann anrufen sollen

Wie können Betroffene außerhalb der Praxisöffnungszeiten medizinische Hilfe erhalten? Neben der Notrufnummer 112 ist der ärztliche Bereitschaftsdienst unter der Nummer 116 117 in solchen Fällen bundesweit kostenlos über Handy und Festnetz erreichbar.

Als Faustregel gilt: Patienten mit lebensbedrohlichen Erkrankungen sollten die 112 anrufen oder eine Notaufnahme aufsuchen. Dazu zählen schwere Verletzungen, Atemnot oder heftige Brust- oder Herzschmerzen, wie das Bundesgesundheitsministerium auf seiner Webseite erklärt.

Bei nicht lebensbedrohlichen Beschwerden, mit denen man sich normalerweise an einen Hausarzt wenden würde, sollte man hingegen den ärztlichen Bereitschaftsdienst kontaktieren. Ein Fall für die 116 117 seien etwa anhaltender Brechdurchfall, Fieber oder starke Bauchschmerzen, so das Bundesgesundheitsministerium.

Damit werden auch die Notaufnahmen entlastet. Organisiert



wird die medizinische Hilfe hinter der Nummer von den Kassenärztlichen Vereinigungen. Der ärztliche Bereitschaftsdienst betreut sowohl Kassen- als auch Privatpatienten, wie die Verbraucherzentralen erklären. Die Kosten der Behandlung werden demnach von den Krankenkassen übernommen.

In einigen Regionen gibt es auch einen kinderärztlichen oder einen augenärztlichen Bereitschaftsdienst.

Darüber informiert man sich im Zweifelsfall ebenfalls über die 116 117. Machen einem nachts oder am Wochenende starke Zahnschmerzen zu schaffen, wenden

sich Patienten besser an den zahnärztlichen Bereitschaftsdienst. Bei Kindern kann es auch vorkommen, dass sie versehentlich Putzmittel trinken oder Medikamente schlucken. Dann bieten Giftnotrufe rund um die Uhr telefonische Hilfe an.

Foto: Christin Klose/dpa-mag

## Ständig auf Suche

### Hilfe von Pflegekassen bei Demenz

Pflegebedürftig sind Personen, die in bestimmtem Umfang körperliche, kognitive oder psychische Beeinträchtigungen haben. Doch was sind kognitive Fähigkeiten?

Dazu zählt, dass man etwas wahrnimmt, sich erinnern und lernen kann, selbstständig Probleme lösen und kreativ sein kann. Auch die Fähigkeit, planvoll zu handeln und sich zu orientieren, gehört dazu. Wenn Gutachter den Grad der Pflegebedürftigkeit eines Menschen feststellen, geht es auch darum, Defizite in den kognitiven Bereichen zu erfassen. Denn hat jemand Probleme, sich zu orientieren, klar zu denken, sich sprachlich auszudrücken und Zusammenhänge zu erfassen, benötigt er Hilfe.

Für den Betroffenen selbst und sein Umfeld hat das große Auswirkungen. Intensive Betreuung und Beschäftigung ist für die Angehörigen sehr belastend. Mit anerkanntem Pflegegrad können Menschen mit Demenz schon im Anfangsstadium der Erkrankung Hilfe erhalten. So besteht ab Pflege-



grad 2 Anspruch auf Pflegegeld, Hilfe durch einen ambulanten Dienst, auf stationäre Pflege, auf Pflegehilfsmittel, Verhinderungs- und Kurzzeitpflege, auf Zuschüsse für die Wohnraumanpassung, auf Tages- und Nachtpflege. Pflegeberatung und Schulungen für Angehörige sind kostenlos. Wer zu Hause lebt, kann zusätzlich die sogenannten Betreuungs- und Entlastungsleistungen, etwa für eine Haushaltshilfe, nutzen.

Werkfoto: be.p.

## An später denken

### Altersgerechte Treppen

Auch „Best Ager“ können irgendwann eine altersgerechte Treppe brauchen, am besten gerade und mit Podest. Während sich bei geschwungenen oder Spindeltreppen die Stufen an einer Seite verjüngen, ist die Trittpläche bei geraden Treppen immer gleich und sorgt somit für sicheres Begehen. Wird ein Podest eingeplant, kann darauf ein Stuhl für gelegentliches Ausruhen platziert werden. Die Treppe sollte zudem möglichst breit angelegt werden.

#### Wichtig: Platz

Auch für den Einbau eines Treppenlifts, der eventuell notwendig wird, ist ausreichend Platz wichtig. Neben der Treppenform trägt ein fester Handlauf zur Sicherheit bei. Er sollte gut zu umschließen sein und im Idealfall beidseitig angebracht werden.

Als Stufenmaterial ist nach wie vor Holz am beliebtesten. Der natürliche Rohstoff ist robust und langlebig.

Werkfoto: Fuchsgen



# NORMA®

Schmeck den Süden  
Baden-Württemberg



**Adler** SCHWARZWÄLDER  
**Landjäger XXL**  
Spitzenqualität  
der deftige Snack für  
zwischen durch:  
geräuchert und würzig, 2x400-g-Packung  
(1 kg = 8,49)

**22% billiger**  
UVP 8,79  
**6,79\***  
800 g

Marken  
Qualität  
Baden-Württemberg

**Seeberger**  
**Nüsse/  
Trockenfrüchte**  
versch. Sorten z.B.:  
Studentenfutter  
150-g-Packung  
(100 g = 1,33)

UVP 2,49  
**1,99\*** **20% billiger**

Marken  
Qualität  
Baden-Württemberg

**WEIS**  
**Schwarzwälder  
Likör Pflaume oder  
Williamsbirne**  
20 % vol, 0,5-l-Flasche  
(1 l = 11,98)  
je Flasche

UVP 6,99  
**5,99\*** **14% billiger**

Marken  
Qualität  
Baden-Württemberg

Im Aktionskühlregal:  
**BÜRGER**  
**Maultaschen „Unsere  
Besten“** Klassisch, Kalbfleisch  
oder Vegetarisch  
400-g-Packung  
(1 kg = 4,98) je Packung

UVP 2,59  
**1,99\*** **23% billiger**

Marken  
Qualität  
Baden-Württemberg

Im Aktionskühlregal:  
**BÜRGER**  
**Schwäbische Eier-  
spätzle/Eierknöpfle**  
1-kg-Packung  
je Packung

UVP 2,99  
**2,22\*** **25% billiger**

1 kg

Marken  
Qualität  
Baden-Württemberg

**ab Montag, 2. März**

**Clementinen** 750 g leicht schälbare Sorten  
Spanien, Kl. I (1 kg = 1,85)  
je Packung

**17% billiger**  
Sonderpreis  
**1,39\***

Gültig bis 8. März

**Tafeltrauben** 500 g, hell, kernlos  
Chile, Kl. I (1 kg = 3,38)  
je Packung

**15% billiger**  
Sonderpreis  
**1,69\***

Gültig bis 8. März

**Cherryrispentomaten** 500 g  
Marokko/Spanien/Italien, Kl. I  
(1 kg = 3,38) je Packung

**15% billiger**  
Sonderpreis  
**1,69\***

Gültig bis 8. März

**STOP**  
**billiger  
+ gratis!**

**Original französische  
luftgetrocknete Salami**  
mit Gratis-Messer, 375-g-Stück  
(1 kg = 10,64)

**Messer gratis**  
**3,99\***

**Delikatess Saucen**  
verschiedene Sorten  
2x250-ml-Packung + 1x250 ml gratis  
(1 l = 1,05) je 3er-Pack

UVP -,-99  
**-,-79\*** **20% billiger**  
**2 + 1 gratis +**

**5 Minuten Terrine**  
verschiedene Sorten, z. B.  
Gulaschtopf 71-g-Becher (100 g = -,-97)  
je Becher

UVP -,-99  
**-,-69\*** **30% billiger**  
**+ 25% gratis**

**Aufsteckbürsten**  
verschiedene Sorten, z. B.  
Cross Action 3 Stück + 1 Stück gratis  
je Packung

**28% billiger**  
zum Vergleich: z. B. UVP  
3er-Pack Cross Action = 9,95  
**9,45\*** **+ 3+1 gratis**

**Aluguss-Topf oder Hochrandpfanne „Homer“**  
• Töpfe mit Glasdeckel • Töpfe backofenfest bis 240°C  
(mit Glasdeckel bis 180°C)

Mit robuster  
Granitoptik-  
Beschichtung

Induktions  
geeignet

Für alle Herd-  
arten geeignet

Topf Ø ca. 20 cm  
Pflanne Ø ca. 24 cm **15,99\***

Topf Ø ca. 24 cm  
Pflanne Ø ca. 28 cm **17,99\***

Topf Ø ca. 28 cm  
Pflanne Ø ca. 32 cm **19,99\***

**Pfanne „Parma“** mit cremefarbener Beschichtung  
• Hochwertiger Aluguss • Mit langlebiger PTFE- und  
PFOA-freier Thermoceramica Antihaf-Versiegelung

4 Jahre Garantie

Hochrand  
Schmorpfanne  
Ø ca. 28 cm

Induktions  
geeignet

Für alle Herd-  
arten geeignet

Bratpfanne  
Ø ca. 32 cm

Ø ca. 20 cm **15,99\***

Ø ca. 24 cm **17,99\***

Ø ca. 28 cm **19,99\***

Ø ca. 32 cm oder  
Schmorpfanne  
Ø ca. 28 cm **24,99\***

**24 Auch online**

**Wachstuch-Tischdecke**  
• Mit geprägter Oberfläche  
je Wachstuchstischdecke

**NEUE  
Designs**

ca. 100x140 cm  
(1m² = 2,85)  
ca. 130x160 cm  
(1m² = 1,92)  
Ø ca. 140 cm  
(1m² = 2,59)  
**3,99\***

Hortensie  
(Modellbeispiele) **Made in EU**

ca. 140x190 cm  
(1m² = 2,25)  
ca. 140x220 cm  
(1m² = 1,94)  
**5,99\***

Tulpen Aroma  
Karo Herzen

**GARTENSCHUTZHAUBEN** • Jeweils inkl. Befestigungskordel • Besonders strapazierfähig  
• Mit verstärktem Abschlussaum • Inkl. Alu-Befestigungsösen

**Schutzhaube für Sonnen-  
schirm**

**Schutzhaube für Garten-  
grill**, bis zu  
ca. 70 cm  
Ø ca. 80 cm

Grün **3,99\***

Grün **4,99\***

Grün **3,99\***

Grün **4,99\***

**Schutzhaube für 1 Hoch-  
lehner-Sessel oder  
6 Stapel-  
Stühle**

Grün **8,99\***

Grün **9,99\***

**Schutzhaube für eckige Tischgruppen** in 2 Größen  
• Kleine Tischgruppe L/B/H ca. 210x160x80 cm  
• Große Tischgruppe L/B/H ca. 295x210x80 cm

Grün **4,99\***

Grün **5,99\***

**Schutzhaube für runde Tischgruppen**  
in 2 Größen  
• Klein, Ø ca. 163 cm  
• Groß, Ø ca. 200 cm

Grün **4,99\***

Grün **5,99\***

**UV beständig**

**Trampolin-Komplett-Set** Ø ca. 305 cm

• Außenliegendes Sicherheitsnetz, Leiter und Regenabdeckung  
• Extra stabil belastbar bis ca. 150 kg  
• Erhöhte Sicherheit durch gepolsterte Stangen  
3 Jahre Garantie je Trampolin

**Spitzen-Preis-  
Leistung**  
**169,-\***

**24 Auch online**

Achtung! Nur für den Hausgebrauch!  
Nicht geeignet für Kinder unter 3 Jahren!

\* Keine Mitnahmegarantie! Sofern der Artikel in unserer Filiale nicht vorhanden ist, können Sie diesen direkt in der Filiale innerhalb von 2 Tagen ab o.g. Werbebeginn bestellen und zwar ohne Kaufzwang oder Sie wenden sich bezüglich kurzfristiger Lieferbarkeit an [www.norma-online.de/aktionsartikel](http://www.norma-online.de/aktionsartikel). Es ist nicht ausgeschlossen, dass Sie einzelne Artikel zu Beginn der Werbeaktion unerwartet und ausnahmsweise in einer Filiale nicht vorfinden. Wir helfen Ihnen gerne weiter. Schuhe und Textilien teilweise nicht in allen Größen erhältlich. Alle Preise in Euro. Bei Druckfehlern keine Haftung.

**24** Artikel mit „Auch online“ sind ab sofort in dieser oder anderer Ausführung unter [www.norma24.de](http://www.norma24.de) bestellbar (Preis inkl. MwSt., zzgl. Versandkosten)

# NORMA®

[www.norma-online.de](http://www.norma-online.de)



**Angebote für unterwegs**  
Unsere App – jetzt downloaden  
und kein Angebot mehr verpassen!





# WETTERAU AKTIV

**JOURNAL**  
Februar 2020



| Lifestyle

| Wirtschaft

| Freizeit

*Solmscher Schloss in Butzbach  
Foto: Jens Kirschner*

# Doktorspiele und Leben über 50

## Veranstaltungen im März und April in der Wetterau

### Sonntag, 1.3.

18:00 Uhr Feier-Abend! Büro und Bekloppte. Kabarett mit Andrea Volk, Theater am Park Bad Nauheim

### Freitag, 6.3.

20:00 Uhr Peter Vollmers Doktorspiele, Theater am Park Bad Nauheim. Kabarett

### Samstag, 7.3.

20:00 Uhr Der FFH-Dummfrager live, von und mit Boris Meinzer, Theater am Park Bad Nauheim

### Sonntag, 8.3.

16:00 Uhr Sinfoniekonzert, Kammerphilharmonie Bad Nauheim, Jugendstiltheater Bad Nauheim

18:00 Uhr Uffgebasst, die Hesse komme. Humor, Comedy, Kabarett und Musik mit Jürgen Leber, Hiltrud Hufnagel und den Viertakttern, Theater am Park Bad Nauheim

18:00 Uhr Alles auf Anfang - vom Scheitern und neue Wege Wagen, szenischer Liederabend von und mit Katharina Bohny (Schauspiel/Gesang) und Cordula Sauter (Akkordeon/Schauspiel). Parksaal Bad Salzhausen

### Samstag, 14.3.

20:00 Uhr Erotische Frauennacht, Theater am Park Bad Nauheim. Ein verführerischer Abend rund um die Erotik. Kleinkunst

### Sonntag, 15.3.

18:00 Uhr Lebensfreude altert nicht, Theater am Park Bad Nauheim. Kabarett von und mit Monika Blankenberg

18:00 Uhr Katie Freudenschuss, „Einfach Complie-Katie“. Kabarett, Parksaal Bad Salzhausen

### Mittwoch, 18.3.

20:00 Uhr Die Nacht der Musicals, Jugendstiltheater Bad Nauheim

### Donnerstag, 19.3.

20:00 Uhr The Beatles Today, Beatles Tribute Show, Stadthalle Friedberg

### Freitag, 20.3.

20:00 Uhr Die hessisch Dreidab-bischkeit - Aus'm Takt, Theater am Park Bad Nauheim. Kleinkunst mit Stefani Kunkel, Clajo Herrmann und Rainer Weisbecker



*Über Jahrzehnte hinweg war er satirischer Kopf der legendären „Biermösl Blosn“. An der Seite seiner hochtalentierten Sprösslinge Sahra, Tabea und Jonas durchlebt Hans Well eine kabarettistische Frischzellenkur – zur Freude von Publikum und Presse. Bissig-bairisches Musikkabarett, virtuos am Instrument, präzise im mehrstimmigen Spott-Gesang. „Erfolgreiche Nachfolger der Biermösl Blosn“, jubelt die FAZ. Am Freitag, 24. April, im Parksaal Bad Salzhausen.*

### Samstag, 21.3.

20:00 Uhr Es gibt ein Leben über 50 - jedenfalls für Frauen. Kabarett mit Annette von Bamberg, Theater am Park Bad Nauheim

20:00 Uhr Simon & Garfunkel Tribute meets Classic Duo Grace-land mit Streichquartett und Band, Willi-Zinnkann-Halle Büdingen

20:00 Uhr Vorsicht Gebläse XXL, „Pop meets Classic“ 1.0, Stadthalle Friedberg

### Sonntag, 22.3.

18:00 Puppenvirus mit dem Bauchredner Tim Becker, Theater am Park Bad Nauheim

19:00 Uhr „Trennkost ist kein Abschiedessen“ - Comedy von und mit Daniel Helfrich, Oberhof Büdingen

### Montag, 23.3.

19:30 Uhr Begge Peder kommt, Theater am Park Bad Nauheim. Das Beste aus Begge Peders Bühnenshows

### Dienstag, 24.3.

20:00 Uhr Lehman Brothers, Aufstieg und Fall einer Dynastie, a.gon Theater München, Stadthalle Friedberg

### Freitag, 27.3.

20:00 Uhr Frauenverstehet, Theater am Park Bad Nauheim. Kabarett mit Carsten Höfer

### Samstag, 28.3.

20:00 Uhr Ihne Ihr 3faltigkeit, Mundartcomedy mit Hilde, Hiltrud und der Dande Rotraud, Theater am Park Bad Nauheim

### Sonntag, 29.3.

16:00 Uhr Kammerkonzert mit dem Merian Quintett, evangelisches Gemeindezentrum Wilhelmskirche Bad Nauheim. Kostbarkeiten für Klarinette und Streicher

18:00 Uhr Deutschland, deine Hessen ... Hessischer Humor mit Walter Renneisen, Theater am Park Bad Nauheim

### Mittwoch, 1.4.

20:00 Uhr Woody Feldmann live, Stadthalle Friedberg. Comedy

### Freitag, 3.4.

20:00 Uhr War Hermann Hesse? Kabarett von und mit Jürgen Leber, Theater am Park Bad Nauheim

### Samstag, 4.4.

20:00 Uhr Tantra, Tupper & Tequila. Comedy mit Maria Vollmer, Theater am Park Bad Nauheim

### Sonntag, 5.4.

18:00 Uhr Kunstpark Ost. Kabarett, Comedy und Musik von und mit Andy Ost, Theater am Park Bad Nauheim

### Freitag, 17.4.

20:00 Uhr Ende Legende. Comedyshow von Thomas Fröschle, Theater am Park Bad Nauheim

### Samstag, 18.4.

20:00 Uhr Sandale mit Socke, von und mit Rainer Weisbecker, Theater am Park Bad Nauheim

### Sonntag, 19.4.

18:00 Uhr Altalternative Wahrheiten, Musikkabarett für Weiter-Denker mit dem Duo Camillo, Theater am Park Bad Nauheim

19:00 Uhr Handkäse mit Orange - Blues mit hessischen Texten, Oberhof Büdingen

### Mittwoch, 22.4.

20:30 Uhr BlöZinger „Vorzügliche BetrACHTungen“, Bad Nauheim

### Donnerstag, 23.4.

20:00 Uhr Nina Hoger und Reinald Noisten: Paare, liebevolle und schräge Blicke auf Zweierbeziehungen, Stadthalle Friedberg

### Freitag, 24.4.

19:00 Uhr Guisepppe Verdi - Messa da Requiem, Benefizkonzert zugunsten der Großen Orgel Dankeskirche, Dolce Bad Nauheim

20:00 Uhr Hans Well & Die Wellbappn, Parksaal Bad Salzhausen

### Samstag, 25.4.

20:00 Uhr Der große Heinz-Erhardt-Abend, mit Hans-Joachim Heist. Theater am Park Bad Nauheim

### Sonntag, 26.4.

16:00 Uhr „Zeitreise“, Kammerkonzert. Anna Carewe & Oli Bott Duo, evangelisches Gemeindezentrum Wilhelmskirche Bad Nauheim

18:00 Uhr Lebe live! Für Probleme ist mein Leben zu kurz. Musikcomedy mit Belle Mélange, Theater am Park Bad Nauheim

- Änderungen vorbehalten -

# Erweiterte Leicht-Ausstellung

## Kollektion 2020 bei Küchen Preusser in Düdelsheim

Im Küchenstudio in Büdingen-Düdelsheim wurden zu Beginn des Jahres umfassende Umbauarbeiten in der Ausstellung vorgenommen, um die neuesten Trends im Bereich Küchenmöbel, Arbeitsplatten und Elektrogeräte zu zeigen.

Mit der Kollektion 2020 interpretiert das Küchenstudio in Büdingen-Düdelsheim den Raum Küche noch mehr als bisher als einen Ort der Ruhe und Geborgenheit und als einen Ort, der sich zunehmend in die angrenzenden Wohnbereiche erweitert.

Das Thema „Hidden Kitchen“ und die damit verbundenen wohnlichen Gestaltungsmöglichkeiten bietet die neue Kollektion durch variabel anpassbare, einläufige Schiebetüren- und Falteinschubtüranlagen.

Auf mehr als 750 Quadratmetern werden in der Ausstellung echte Wohn-Situationen gezeigt – mit exklusiven Möbeln und Küchen von ausschließlich qualitativ hochwer-



tigen Herstellern. Inzwischen dürfen sich Kunden aus aller Welt im Düdelsheimer Studio an kompetenter Beratung und Planung erfreuen.

„Die Atmosphäre einer Küche ist genauso entscheidend wie ihre Qualität und Funktionalität. Weil wir diesen Anspruch erfüllen, wurden wir bereits vielfach ausge-

zeichnet“, so Meike und Caroline Preusser, die so einiges zu bieten haben:

Serviceleistungen, wie die Organisation sämtlicher Handwerkerleistungen durch einen festen Handwerkerstamm, Ihr persönlicher Ansprechpartner vom ersten Gespräch bis zur Endabnahme Ihrer Küche sowie der größte Vor-

teil, von einem Familienunternehmen betreut zu werden. Flexibilität durch die eigene Schreinerei sowie die eigene Kochschule runden das Küchen-Preusser-Bild ab. Das Offensein für neue Ideen gehört zu unserer Unternehmenskultur. Anpassungen an besondere Raumgegebenheiten, ob Dachschräge, verwinkelte Räume oder andere besondere Raumsituationen, gehören zur Tagesaufgabe unserer Schreiner. Dieses Zwischenspiel aus Tradition und Moderne, der Einsatz echter Materialien mit dem besonderen Quäntchen an planerischer Individualität, ermöglichen das Ergebnis einer Küche, die perfekt auf Ihre Bedürfnisse und Ihren Geschmack zugeschnitten ist.

Aktuelle Termine der Kochschulen: Miele am 10. März, 6. Mai, 1. Oktober und 5. November, sowie für Bora am 14. Mai, 10. September, 19. November, jeweils um 18 Uhr, um Anmeldung wird gebeten.

[www.kuechen-preusser.de](http://www.kuechen-preusser.de)



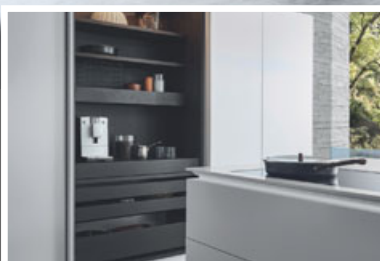
### KÜCHENPREUSSER

Am Kraftenborn 2  
63654 Büdingen  
Telefon: 06041/96 37 0  
[info@kuechen-preusser.de](mailto:info@kuechen-preusser.de)

#### Öffnungszeiten:

Mo. - Fr. 9.00 - 18.00 Uhr  
Sa. 9.00 - 13.00 Uhr  
So. 14.00 - 17.00 Uhr,  
Freie Schau (keine Beratung, kein Verkauf)

Schauraum | Planung | Fertigung  
eigene Schreinerei  
[www.kuechen-preusser.de](http://www.kuechen-preusser.de)



### NEU – Kollektion 2020

Erweiterter LEICHT-Ausstellungsbereich mit den neuesten Trends und neuester Technik. Schauen Sie vorbei, wir beraten Sie gerne!

## Steuern? Wir machen das.

- Anzeige -

### Beratungsstelle in Büdingen-Düdelnheim

Sie suchen eine Fachfrau, die Ihnen Ihre Einkommensteuererklärung erstellt und mit dem zuständigen Finanzamt kommuniziert, Förderungen und Zulagen beantragt und Ihren Steuerbescheid prüft? Dann ist VLH-Beratungsstellenleiterin



Susanne Aßmann die richtige Ansprechpartnerin für Sie. Außerdem berät Frau Aßmann zu Riester-Bonus und Wohn-Riester, stellt Freistellungsanträge für die Kapitalertragssteuer und prüft natürlich den Steuerbescheid.

Die VLH ist Deutschlands größter Lohnsteuerhilfeverein, mit rund 3.000 Beratungsstellen bundesweit. Seit Januar 2016 leitet Frau Aßmann eine Beratungsstelle in Büdingen-Düdelnheim. Bei ihr sind Arbeitnehmer und Studenten, Beamte und (Klein-)Vermieter, Rentner und Pensionäre willkommen.

„Ich stehe den Mitgliedern der

VLH ganzjährig bei allen Fragen zur Einkommensteuer zur Verfügung und das ohne Zusatzkosten“, so Frau Aßmann. Dafür zahlt das VLH-Mitglied nur einen jährlichen Mitgliedsbeitrag, der sich nach der Höhe des Einkommens

richtet: Wer wenig verdient, zahlt auch einen geringen Beitrag.

#### Sie haben noch Fragen?

Susanne Aßmann leitet die VLH-Beratungsstelle in Büdingen-Düdelnheim und steht Ihnen gerne zu den Geschäftszeiten Dienstag, Mittwoch und Donnerstag von 9.00 bis 12.00 Uhr im Friedrich-Ebert-Ring 16 zur Verfügung – oder nach Terminvereinbarung unter Telefon 06041/9694673 oder per E-Mail: susanne.assmann\_bued@vlh.de Der Lohnsteuerhilfeverein Vereinigte Lohnsteuerhilfe e.V. (VLH) berät Mitglieder im Rahmen des § 4 Nr. 11 StBerG.

## Rückblick auf eine stürmische Zeit

### Büdingens 50er-Jahre-Museum in der Altstadt

Das 50er-Jahre-Museum befindet sich in der ehemaligen Herberge „Zum Schwan“, einem spätgotischen Bau, der um 1490 als städtischer Gasthof in der Altstadt erbaut wurde. Es ist eines von fünf Museen in Büdingen.

Damit setzt das Museum Kontraste zur sonstigen Ausrichtung der Festungsstadt auf die Geschichte Büdingens zur Zeit des Mittelalters. Gerade das „50er-Jahre-Museum“ erfreut sich als attraktiver Kontrapunkt zu dieser Orientierung großer Beliebtheit bei den Besuchern. Durch die konstant hohen Besucherzahlen pro Jahr profitieren insbesondere die Büdinger Gastronomie und der Einzelhandel.

Das Museum zeugt eindrucksvoll von der Aufbruchzeit der 50er-Jahre. Mit ihnen verbinden sich automatisch Erinnerungen an das Wirtschaftswunder, Rock'n'Roll, Petticoat und den Aufbruch ins kleine, private Glück. Die Probleme der unmittelbaren Nachkriegsphase wurden in der Ära Erhard und Adenauer mit tatkräftiger Unterstützung der USA bewältigt. Aus der wirtschaftlichen Prosperität erwuchs vor dem Hintergrund des Kalten Krieges, der atomaren Aufrüstung und der Spaltung Deutschlands ein neues Lebens- und Selbstwertgefühl, aber auch das Aufeinanderprallen von provinziell-spießiger Bürgerlichkeit und aufmüpfiger Jugendkultur. Das Lebensgefühl jener Jahre prägte alle, die es – in welchem Alter auch immer – erlebten.

Das Büdinger 50er-Jahre-Museum illustriert diese Erinnerungen an die Aufbruchsjahre nach dem Zweiten Weltkrieg in seiner Dauerausstellung „Erleben – Staunen – Erinnern“, die bei den Besuchern großen Anklang findet. Mitunter beklagen die Besucher im Gästebuch des Hauses mit einem Augenzwinkern nur, dass sie die Exponate nicht gleich mit nach Hause nehmen dürfen. Ebenso wenig hat der Trägerverein geplant, die Räume der Ausstellung als Wohnung zu vermieten.

Hinzu kommen Universitätsseminare, Kultur- und Geschichtsvereine sowie etliche Initiativen für Senioren, die im 50er-Jahre-Museum eine spezielle Art des Gedächtnistrainings absolvieren und den Begriff der „Erinnerungskultur“ mit



Leben füllen. Zur umfangreichen und vielfältigen Sammlung kommen noch die privaten Erinnerungsstücke prominenter Paten. Mit jedem 50. Vereinsmitglied bemüht sich der Vorstand um die Ehrenmitgliedschaft einer Persönlichkeit des damaligen Kulturlebens.

Gewonnen werden konnten bislang: Cornelia Froboess, Hazy Osterwald und Bill Ramsey, die in den 50er Jahren Berühmtheit erlangten und deren große Namen für alle bis heute nichts an Bedeutung verloren haben. Im 50er-Jahre-Museum können die Besucher viele persönliche Dinge aus der Hoch-Zeit dieser Stars bewundern, die die Promis dem Museum zur Verfügung stellten.

Begründet wurde das Museum von Else und Walter Arbeiter: Um die passionierten Flohmarktgänger war es vor gut 30 Jahren geschehen, als Walter Arbeiter auf einem Markt die gleiche Blechspieleisenbahn findet, die er als Kind zu einem Weihnachtsfest Anfang der 50er Jahre von seinen Eltern geschenkt bekommen hatte. Das Ehepaar erliegt schließlich der Faszination weiterer Erinnerungsstücke und trägt kontinuierlich eine Sammlung zusammen, die Objekte aus allen Bereichen des damaligen Lebens umfasst. Inzwischen sind dies geschätzte 200.000 Teile.

Am 21. November 1999 konnte auf dieser Sammlungsgrundlage das Büdinger 50er-Jahre-Museum in Trägerschaft eines neu gegründeten gemeinnützigen Vereins mit inzwischen gut 150 Mitgliedern seine Pforten öffnen. Es ist damit eines von nur zwei Spezialmuseen über die 50er Jahre in Deutschland.

Foto: Fotowerk Büdingen

## Steuern? Wir machen das.

# VLH.



Susanne Aßmann  
Beratungsstellenleiterin  
Friedrich-Ebert-Ring 16  
63654 Büdingen

zertifiziert nach DIN 77700

06041 9694673



Vereinigte  
Lohnsteuerhilfe e.V.  
LOHNSTEUERHILFEVEREIN

www.vlh.de Wir beraten Mitglieder im Rahmen von § 4 Nr. 11 StBerG.

# „Wir fahren Sie überall hin“

## Taxi Schröder in Büdingen mit neuer Zentrale in der Orleshäuser Str. 3

Sie möchten gerne einen Flughafen- oder Bahnhofstransfer buchen? Sie benötigen ein Taxi für Ihre Heimfahrt nach einer Familienfeier oder brauchen Hilfe und Unterstützung bei Ihren Einkäufen? Dann sind Sie bei Taxi Schröder in Büdingen an der richtigen Adresse. Seit über 40 Jahren hat sich das bis heute familiengeführte Taxiunternehmen fest etabliert und sich einen Namen in der Region gemacht. Seit dem 6. Januar hat Inhaber Michael Rupprich nun mit Betriebsleiter Stefan Oczko die Federführung in der Orleshäuser Straße 3 übernommen und kümmert sich kompetent, zuverlässig und vertrauensvoll um Ihre Anliegen.

Ganz gleich ob Shuttle-, Einkaufs-, oder Mietwagenfahrten, Schülerbeförderung, Hol- und Bring-Service, Krankentransporte, Kurierfahrten oder Doppeldeckerfahrten: Taxi Schröder bringt Sie schnell, komfortabel und sicher an Ihr Wunschziel. Mit ihrer moder-



nen Fahrzeugflotte aus verschiedenen Mercedes-Klassen erwartet Sie eine angenehme Fahrt. „Wir bieten unseren Kunden einen guten und qualitativen Service“, sagt Sonja Schmidt, im Office Management und Service tätig, und ergänzt: „Wir arbeiten mit einem komplett neuen System und einer neuen Zentrale, die erstmalig auch als Anlaufstelle für unsere

Kunden dient.“

Auch wenn die ersten zwei Monate dabei etwas holprig verlaufen sind, freut sich Taxi Schröder über Ihre Treue und hofft auf eine gute gemeinsame Zukunft. Das gesamte Team unterstützt Sie bei sämtlichen Fahrten zu unterschiedlichen Ärzten, Krankenhäusern sowie weiteren sozialen und medizinischen Einrichtungen. Taxi

Schröder ermöglicht Ihnen Krankentransporte im Sitzen, Liegen oder mit einem Tragestuhl. Dabei können die Fahrten bequem und sicher mit allen gesetzlichen Krankenkassen ausgeführt und abgerechnet werden. Gerne helfen Ihnen die Mitarbeiter bei der Abwicklung. Als weitere Dienstleistung bietet Ihnen Taxi Schröder sämtliche Kurierfahrten an. „Von der kleinsten Briefmarke über wichtige Dokumente und Produkte bis hin zur Europalette – wir bringen das ‚Hab und Gut‘ unserer Kunden ans Ziel oder holen es gerne ab“, sagt Sonja Schmidt.

### Fahrten auch online buchbar

Rufen Sie einfach unter Telefon 06042/6666 an und buchen Sie Ihre Fahrt. Auch online können Sie über die Taxi.de-App Ihre nächste Fahrt bequem von zu Hause oder von unterwegs anfragen. Michael Rupprich und sein Team von Taxi Schröder freuen sich auf Sie. (jad)

# Taxi Schröder

## UNSERE LEISTUNGEN

- Krankentransporte (sitzend, liegend, Tragestuhl)
- Taxi und Mietwagen
- Hol- und Bringservice
- Flughafen- und Bahnhofstransfer
- Kurierdienste

### TAXI SCHRÖDER

Inh. Michael Rupprich  
Orleshäuser Str. 3 · 63654 Büdingen  
Fon 06042/6666 · Fax 06042/951734  
info@schroeder6666.de · [www.schroeder6666.de](http://www.schroeder6666.de)

# 06042/6666

# Tolerante und humorvolle Frösche

## Büdingen: Urbanes Mittelzentrum mit unzähligen Attraktionen

Ogleich die Büdinger Kommunalpolitik in weitem Umkreis den zweifelhaften Ruf genießt, eine Streitkultur zu pflegen, die den Gepflogenheiten in den Länderparlamenten und im Bundestag in nichts nachsteht, zeichnet sich die Kernstadt doch vor allem durch ihr historisches Erbe aus. Viele Vereine arbeiten in Büdingen daran, dass der historische Kern ihrer Altstadt auch weiterhin dieses malerische Flair verbreitet, das nicht nur die Büdinger selbst, sondern vor allem die unzähligen Touristen lieben, die es nicht umsonst nach Büdingen verschlägt. Denn zu sehen gibt es in der Festungsstadt wahrlich genug: Die Befestigungsmauern, das Schloss, aber auch die Remigius- und die Marienkirche gehören zu jenen historischen Punkten, die es sich lohnt in Büdingen anzusehen.

### Attraktionen der Altstadt

Büdingens Altstadt lockt freilich mit noch mehr Attraktionen. Beeindruckend sind vor allem die zahlreichen Museen, die von den zugehörigen Vereinen und ihren Mitgliedern ehrenamtlich eingerichtet und unterhalten werden. Ein Blick in das Heuson-



Museum am historischen Rathaus verrät beispielsweise einen Blick in die Geschichte Büdingens, aber in die Historie der Region. In wechselnden Ausstellungen widmet sich der Büdinger Geschichtsverein in



Die Büdinger sind stolz auf ihr Wappentier, den Frosch.

seinem Museum nicht nur Themen aus der Zeit des Mittelalters oder aus der Zeit der Kelten. Auch neugeschichtliche Ausstellungen, beispielsweise über das Schicksal der Juden Büdingens zur Zeit des Dritten Reiches, rücken die geschichtliche Entwicklung immer wieder in das Bewusstsein der Besucher. Am Jerusalemer Tor finden Besucher im Sandrosenmuseum zahlreiche geologische Schätze, die die Region Wetterau hervorbringt.

Von Mai bis September sorgt das Büdinger Freibad für Abkühlung. Eine 2.000 Quadratmeter große Liegewiese mit altem Baumbestand lässt den Schwimmern nach vielen gezogenen Bahnen ausreichend Raum zum Entspannen.

In der Region einmalig ist der Zehn-Meter-Turm der Schwimm-Anlage. Ein Nichtschwimmerbecken mit anschließender Terrasse sorgt dafür, dass Eltern ihre Kleinen beim Badespaß problemlos beaufsichtigen können.

Ein fester Termin für die Büdinger „Fräaasch“, wie sich die Einwohner selbst nennen, ist die Froschparade Ende April. Mit bunten Motivwagen ziehen Gruppen der örtlichen Vereine, Kindergärten und Schulen durch die Stadt. Im Anschluss gehört Büdingen den kleinen Einwohnern und Besuchern des Mittelzentrums, beim Büdinger Kinderfest. Ihren Spitznamen „Fräaasch“ verdanken die Büdinger übrigens ei-

ner Legende aus dem 16. Jahrhundert. Damals heiratete der Graf Anton zu Ysenburg und Büdingen seine Frau Elisabeth von Wied. Diese konnte während ihrer ersten Nacht in Büdingen keinen Schlaf finden:

### Die Geschichte des Wappentiers

Das laute Gequake der Frösche entlang des Schlossgrabens ließ die Gemahlin zu Ysenburgs nicht zur Ruhe kommen. Der Graf ordnete an, die Frösche zu entfernen. So zogen die Büdinger mitten in der Nacht in den Hain und zum Schlossgraben, um die grünen Unruhestifter einzufangen und im Büdinger Seemenbach zu entsorgen. Ihre Aktion machte die Büdinger mächtig stolz und schnell verbreitete sich die Geschichte auch im Umland der Stadt. Die Einwohner dort nennen die Städter seitdem „Beuringer Fräaasch“.

Dass die Büdinger inzwischen zu ihrem Wappentier stehen – es gibt sogar eine amtierende Froschkönigin, die die Stadt repräsentiert – zeugt nicht zuletzt davon, dass gerade der Humor in der Mentalität der Büdinger eine große Rolle spielt. Daran erinnert eine Anekdote aus den 20er Jahren: Damals war der Wirt im Hotel Stern einer der wenigen, der ein Telefon sein Eigen nennen konnte.

Das Gleiche galt für einen Spengler, der ihm gegenüber wohnte. Nun wollte sich der Wirt mit seinem Nachbarn einen Scherz erlauben und gab bei ihm einen überdimensionalen Kupferkessel in Auftrag, den er auf den Herrnhaag liefern sollte. Nachdem dort natürlich niemand von der Bestellung wusste, ahnte der Spengler, wer ihm den Streich gespielt hatte. Statt gegen den Wirt zu klagen, zeigte der Spengler in seinem Verlangen nach Revanche Humor: Telefonisch gab er sich bei dem Wirt als Vertreter einer großen Reisegesellschaft aus, die im Stern bewirtet werden wollte. Nachdem der Wirt sich gerichtet hatte und auf seine Gäste wartete, rief der Spengler erneut an und gab bekannt, dass die Reisegruppe absagen müsste, sie hätte zuvor schon woanders viel zu viel aus einem Kupferkessel getrunken.

### Gebietsreform formt Großgemeinde

Mit der Gebietsreform 1972 ging Büdingen im Wetteraukreis auf und verlor ihre Stellung als Kreisstadt. Auf diese Reform hätte ein Großteil der Büdinger sicherlich gerne verzichtet, orientierte man sich doch eher zum Altkreis Hannau, der zwei Jahre später, 1974, im neuen Main-Kinzig-Kreis aufging.

Sei's drum, die Büdinger haben sich inzwischen damit arrangiert, dass ein Teil der Entscheidungen im gut 40 Kilometer entfernten Friedberg getroffen werden und sie mit der Gründung des Wetteraukreises nun zur Peripherie des Kreises gehörten. Dass sich Büdingen seine Eigenständigkeit zumindest im Herzen bewahrt hat, zeugt davon, dass sich der Büdinger an sich nur ungern etwas von oben sagen lässt.

Das bedeutet jedoch nicht, dass es sich bei den Büdingern um eine Stadt voller Widerborstigkeit handelt. Im Gegenteil: Die herzliche Gastfreundschaft, mit der die Beuringer Zugereisten begegnen, war schon vor 300 Jahren legendär, als Graf Ernst Casimir in Büdingen seinen Einwohnern und jenen, die er von außerhalb in die Festungsstadt locken wollte, mit seinem Toleranzedikt absolute Gewissensfreiheit garantierte.

# Kompressionsstrümpfe für jeden Typ

## Schaub Schuhtechnik bietet Ihnen Qualitätsprodukte von Bauerfeind

Müde und schwere Beine am Abend, manchmal empfinden Sie sogar Schmerzen? Wer unter Venenschwäche oder Thrombose leidet, kann durch die Nutzung von Kompressionsstrümpfen seinem Körper etwas Gutes tun. Mit einer frühzeitigen Behandlung lindern Sie Ihre Symptome und hindern die Krankheit daran, weiter fortzuschreiten. Durch genau definierten Druck beim Tragen, wird Ihr Blut effizienter zum Herz transportiert und ein Rückfluss in die Beine verhindert.

### Verschiedene Farben für jeden Geschmack

Bei Schaub Schuhtechnik in Wächtersbach und Gründau erwartet Sie ein vielseitiges Angebot an Kompressionsstrümpfen. Vergessen Sie dabei das Klischee der hautfarbenen



Gummistrümpfe. Das Unternehmen Bauerfeind bringt mit seinen Kompressionsstrümpfen VenoTrain micro und Veno-

Train soft Farbe in Ihr Leben. Mit jährlich wechselnden Fashion-Colors finden Sie Kompressionsstrümpfe, die zu Ihrem Typ passen: noch nie ließ sich Trendbewusstsein einfacher mit einem medizinischen Nutzen verbinden.

Mit dem **VenoTrain soft**, dem Kompressionsstrumpf für hohe Beanspruchung, erhalten Sie eine wohltuende Massage. Er fördert die Durchblutung über die Wirkung der medizinischen Kompression heraus. VenoTrain soft ist pflegeleicht und in einer großen Farbvielfalt inklusive der aktuellen Fashion-Colors erhältlich.

Ein Mikrofaser-Anteil von über 50 Prozent machen den **VenoTrain micro** zu einem Kompressionsstrumpf, der besonders hautfreundlich und anschmiegsam ist. Beugen Sie Besen-

reisern und Krampfadern vor – auch während der Schwangerschaft. Erleben Sie mehr Tragekomfort durch einen faltenfreien Sitz und Komfortzonen am Fuß.

Probieren Sie es selbst aus und lassen Sie sich bei Schaub Schuhtechnik vor Ort vom geschulten Fachpersonal beraten. Inhaber Marco Kneip und sein Team klären in einem persönlichen Gespräch mit Ihnen, welche Anforderungen und Wünsche Sie an Ihre Kompressionsstrümpfe stellen. „Die wichtigste Voraussetzung ist, dass der Strumpf wie angezogen sitzt und optimal wirkt“, sagt er. Denn: Nur so werden sie gerne getragen und können die Venen optimal unterstützen. Die Therapie mit Kompressionsstrümpfen ersetzt jedoch nicht den Besuch bei einem Arzt.



**schaub**  
Schuhtechnik

- 3D-CAD-gefräste Einlagen
- Sensomotorische Einlagen
- Diabetikerversorgung
- Orthopädische **Maßschuhe**
- Orthopädische **Schuhzurichtungen**
- Kompressionsversorgung
- Sport- und Funktionsbandagen

[www.schaub-schuhtechnik.de](http://www.schaub-schuhtechnik.de)  
[info@schaub-schuhtechnik.de](mailto:info@schaub-schuhtechnik.de)

### Gutschein

Bei einer Kompressionsstrumpfversorgung

Pro Person nur ein Gutschein und nur im Original. Nur auf wirtschaftliche Aufzahlung anrechenbar.

**50%**

Gültig bis 31.05.2020.

### Gutschein

Bei einer Einlagenversorgung

Pro Person nur ein Gutschein und nur im Original. Nur auf wirtschaftliche Aufzahlung anrechenbar.

**50%**

Gültig bis 31.05.2020.



Poststraße 28  
63607 Wächtersbach

Fon. 0 60 53 / 25 33  
Fax 0 60 53 / 41 75

In der Aue 3  
63584 Gründau-Lieblos

Fon. 0 60 51 / 4 74 75 52  
Fax 0 60 51 / 4 74 75 53

### Öffnungszeiten

**Montag – Freitag** 9.00 – 12.30 Uhr  
14.00 – 18.00 Uhr

**Mittwoch** 9.00 – 12.30 Uhr  
**Samstag** 10.00 – 13.00 Uhr

# Nicht warten, im März starten!

## Firma Helker Form und Design GmbH

Die Firma Helker Form und Design GmbH als alteingesessener Familienbetrieb garantiert Ihnen, auch durch ihre jahrzehntelange Erfahrung, höchste Qualität, sauberste Verarbeitung, schnelle Umsetzung und Montage sowie eine stressfreie Abwicklung Ihres Projektes.

Wie kein anderer Baustoff verbindet Metall, im Innen- als auch im Außenbereich, edles Design mit Langlebigkeit und Wartungsfreiheit. Die Voraussetzung für ein

einwandfreies, dem edlen Werkstoff gerecht werdendes Ergebnis ist eine saubere und exakte Verarbeitung. Dies wird durch uns, die Firma Helker Form und Design GmbH, als Metallbau-Fachbetrieb stets gewährleistet.

Auch Sonderwünsche und Anregungen eigener Gestaltung finden bei uns stets Gehör.

Die Firma Helker Form und Design GmbH versteht sich als Allround-Dienstleister rund um den Metallbau. Von der Planung bis



zur Endmontage erhalten Sie von uns alles aus einer Hand. Aber auch unsere Preisgestaltung wird Sie überzeugen.

Für eine umfangreiche Beratung, bei Ihnen vor Ort, stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung, um Ih-

ren Traum zu realisieren. Eine Beratung unsererseits ist für Sie stets unverbindlich und kostenfrei!

Gerne stehen wir Ihnen mit Rat und Tat zur Verfügung. Einfach anrufen und einen Termin vor Ort vereinbaren. Tel.: 0661/22475.

# Versprochen ist versprochen !

**Professionelle Fertigung und Montage von:**

- Anbaubalkonen**
- Geländern / Handläufen**
- Vordächern**
- Überdachungen**
- Carpports**
- Unterstellplätzen**
- Treppenanlagen**
- Zäunen / Zierzäunen**
- und vielem mehr!**



**Beratung vor Ort ist kostenfrei!**

**METALLBAU**  
**HELKER**  
*Form + Design*  
 GMBH

**STAHL - EDELSTAHL - ALUMINIUM**

Böcklerstraße 7 - 36041 Fulda  
 Tel.: 06 61 - 2 24 75 - Fax: 06 61 - 25 00 79 42  
[www.helker-metall-und-holzbau.de](http://www.helker-metall-und-holzbau.de)  
 email: [info@helker-metall-und-holzbau.de](mailto:info@helker-metall-und-holzbau.de)



# Walther's Kochwelten begeistern nicht nur Kochprofis

## Entscheiden Sie selbst, wie Sie Ihr Jahr aktiv verbringen möchten

Küchen Walther bietet Ihnen viel mehr als nur Küchen. Auch im neuen Jahr können Sie sich von unseren Profi-Köchen süß oder herzhaft inspirieren lassen und in unseren traumhaften Ausstellungen Ihre Lust zum Kochen und Genießen wecken. Ganz egal ob amerikanisch, indisch, persisch, afrikanisch, thailändisch oder koreanisch, wir bieten Ihnen viele Einblicke in die verschiedensten Länder und Kulturen aller

Geschmäcker. Selbstverständlich werden dabei auch Ihre individuellen Bedürfnisse beachtet. Auch für Veganer, Vegetarier oder Allergiker bieten unsere Köche Ihnen köstliche Vorschläge.

### Kochen schweißt zusammen

In kleinen Gruppen von 10 bis 16 Personen vermitteln unsere Köche ihr Wissen in den verschiedensten kulinarischen Richtungen.

Dabei wird ein sehr hoher Wert auf die gute Qualität der Lebensmittel, die kreative Verarbeitung und jede Menge Spaß gelegt. Gemeinsam arbeiten Teammitglieder auf ein kulinarisches Ziel hin und dabei heißt es: vertrauen,



abstimmen und kommunizieren. Auch neue Kontakte werden dabei in lockerer Atmosphäre geknüpft und das stärkt somit die Zusammenarbeit. Nach dem gemeinsamen Essen können Sie den Tag gemütlich in der Kamin-Bar ausklingen lassen, können tolle Rezepte austauschen und es entstehen tolle

Erinnerungen. Lernen Sie unsere Köche unter [www.walthers-kochwelten.de](http://www.walthers-kochwelten.de) kennen und holen Sie sich einige Impressionen von unseren Team-Events. Buchen oder verschenken Sie am besten heute noch ein unvergessliches Erlebnis, denn die Plätze sind streng limitiert.

## küchen **WALTHER**

**Wir schlagen jeden Preis!**

IHRE KÜCHE IST IM ALTER?  
**DANN KOMMEN SIE ZU KÜCHEN WALTHER!**

VEREINBAREN SIE JETZT EINEN TERMIN

**Einbauküche**

- Einbaubackofen mit Edelstahlfront
- Glaskeramik-Kochfeld
- Geschirrspüler
- Frontauszüge
- Einbauspüle

ab **6.499,-** €\*

mit Einbaugeräten von **Miele**

# Mit der größten Ausstellung! \*\*

Düdelheimer Str. 30 · 63654 Büdingen  
Telefon 06042-9561521

Ludwig-Erhard-Str. 65 · 61118 Bad Vilbel  
Telefon 06101-803380

Friedrich-Schäfer-Str. 12 · 64331 Weiterstadt  
Telefon 06151-9577690

Internet: [www.kuechenwalther.de](http://www.kuechenwalther.de) · Email: [info@kuechenwalther.de](mailto:info@kuechenwalther.de)

FINANZIERUNG: Jetzt kaufen und erst in 12 Monaten zahlen oder bis zu 36 Monate oder ab 0% finanzieren · Ein Angebot der CRONBANK nach Verfügbarkeit \*\*in Bad Vilbel innerhalb der Musterhausausstellung

Abbildung dient nur zu Illustration · Preise in € inkl. MwSt. · Bilder enthalten Sonderausstattung \*

# Archäologische Perle in der Wetterau

## Die Keltenwelt am Glauberg ist ein Touristenmagnet in der Region

2011 eröffnete mit der Keltenwelt am Glauberg, ein Leuchtturmprojekt der Hessenarchäologie in der Wetterau. Der ungewöhnliche Bau auf dem Keltenhügel mit seiner bronzefarbenen Patina wirkt trotz seiner exponierten Lage nicht wie ein Fremdkörper, stattdessen wie ein Besuchermagnet, der schon im ersten Jahr seines Bestehens die Marke von 100 000 Besuchern knacken konnte.

Die Ausstellung führt die Besucher auf rund 1 300 Quadratmetern durch die Welt der Kelten. Das Ausstellungskonzept von Museumspädagoge Thomas Lessing-Weller legt den Schwerpunkt auf aktives Erleben der Kultur der Kelten. „Man kann in unserer Ausstellung viel suchen und finden.“

Auf drei Säulen ruht die inhaltliche Präsentation der Keltenwelt: entdecken, erforschen und begreifen.

„Wir wollen die Mauern der wissenschaftlichen Elfenbeintürme einreißen“, erläutert der Museumspädagoge, mit welchem Anspruch er sich an die Umsetzung des

Konzepts für das Zentrum herumgewagt hat. Er



möchte insbesondere das Vorurteil des mit Schaufel, Pinsel und Klebstoff bewaffneten Archäologen ausräumen. In Lessing-Wellers Augen seien die wichtigsten Instrumente dieser Geschichtsforscher vielmehr Herz und Hirn.

Mit seinem Konzept möchte der Museumspädagoge seine Begeisterung für die Archäologie an die



Keltenweltbesucher weitergeben. Die Gäste sollen völlig in die Welt der keltischen Kultur eintauchen und diese nicht nur anhand der ausgestellten Exponate kennenlernen. Neben zahlreichen interaktiven Medien bietet das Zentrum hierfür einen Museumskoffer, gefüllt mit verschiedenen Forschungs-Utililien. Mit diesen sollen Jungforscher auf eigene Faust auf Entdeckungsreise durch das Museum gehen. Im Vordergrund stehe dabei, die Welt der Kelten vor allem durch „haptisch-motorische“ Erfahrungen begreifbar zu machen. Sprich: Kinder sollen Dinge selbst in die Hand nehmen und ausprobieren können, wie sie funktionieren.

Nichts anderes machten Archäologen, die, wie Lessing-Weller betont, „den unmittelbarsten Kontakt zu den Kelten haben.“ Mangels schriftlicher Quellen könne die Kultur der Kelten nur anhand von Ausgrabungsfunden rekonstruiert werden. An dieser Stelle setze die experimentelle Archäologie an, die insbesondere anhand der Funktionsweise gefundener Artefakte versucht, deren Zweck in der jeweiligen Kultur zu bestimmen. Kinder und Schüler haben in einem museumspädagogischen Arbeitsraum die Chance, selber auszuknobeln, welche Aufgabe bestimmte Fundstücke aus der Keltenzeit hatten.

Neben diesen besonderen Angeboten bietet das Museum auch Füh-

rungen im klassischen Stil durch die Ausstellung an. Die ausgestellten Fundstücke des Museums werden in angenehm illuminierten Räumen präsentiert. Bei einer Vielzahl der Exponate können die Besucher selbst „Hand anlegen“. Viele Vitrinen sind mit Schubladien unter den Ausstellungsstücken versehen. Öffnet der Besucher diese, erhält er ausführliche Informationen zu den Ausgrabungsarbeiten, die hinter den Exponaten stehen. So genannte „Guckies“ lassen die Besucher die Fundstücke aus der Keltenzeit in ihrem vermuteten Originalzustand erleben. Der Besucher blickt wie durch ein Fernglas auf eine dreidimensionale Darstellung der Exponate. Ergänzt wird die Ausstellung durch das rund 30 Hektar große Außenareal. Hier können sich insbesondere junge Besucher als experimentelle Archäologen versuchen. Dabei gilt es herauszufinden, welche Funktion aus der Keltenzeit stammende Artefakte haben. Insbesondere für Schulklassen möchte das Keltenmuseum künftig ein breites Angebot an Führungen und Kursen anbieten. Seit 2013 baut die Keltenwelt am Glauberg dort auch an einem archäologischen Park. Realität ist bereits der archäologisch-naturkundliche Lehrpfad des Glaubergs. Hier wandern Besucher durch die Geschichte: von keltischen Wällen und dem aufgeschütteten Grabhügel mit der so genannten Prozessionsstraße

aus dem fünften Jahrhundert vor Christus.

Die Planungen für Erweiterungen laufen. Die Museumsleitung weiß, dass Stillstand nicht das Ziel der Keltenwelt sein kann, sondern dass sie sich immer wieder neu erfinden muss. Auch künftig soll es immer wieder Neues zu entdecken geben: Rekonstruktionen und Installationen zu den vielfältigen, teils noch verborgenen archäologischen Spuren, Blicke in die Vergangenheit durch ein Fernrohr und ein Keltenwelt-Garten. Hinter der Idee zum Museum stecken Funde am Fuße des Glaubergs aus dem Jahr 1994: Forscher entdeckten damals zwei mit reichen Beigaben ausgestattete keltische Fürstengräber.

Zwei Jahre später fand sich im Kreisgraben des zwischenzeitlich rekonstruierten Grabhügels die fast vollständige Sandsteinfigur des sogenannten Keltenfürsten. Es dauerte zehn Jahre, bis die Landesregierung beschloss, ein Landesmuseum am Glauberg zu errichten, um die bisher in Darmstadt verwahrten Funde an ihrem Ursprungs-ort präsentieren zu können.

Das Museum hat von März bis Oktober, Dienstag bis Sonntag von 10 bis 18 Uhr geöffnet – in den Monaten November bis Februar, Dienstag bis Sonntag von 10 bis 17 Uhr. Weitere Informationen zur Keltenwelt gibt es auf der Internetseite des Museums unter [www.keltenwelt-glauberg.de](http://www.keltenwelt-glauberg.de).

# Wir wissen worauf es ankommt

## Maul Wintergärten

Ein gutes (Ge)Wissen ist ein gutes Ruhekitzen. Wir – die Firma Maul Wintergärten GmbH & Co. KG. – wissen worauf es im Metallbau ankommt. Seit über 40 Jahren arbeiten wir zur Zufriedenheit unserer Kunden. Wir fertigen für Sie Wintergärten, Überdachungen, Vorbauten, Vordächer, Markisen und Beschattungen.

### Wo unser Können liegt, da liegen auch unsere Aufgaben

Als Hersteller haben wir uns aufgrund wachsender Aufgaben nach speziellen Wünschen immer mehr auf den individuellen Sonderbau spezialisiert. Selbstverständlich



bieten wir auch Standardlösungen und garantieren Ihnen hierbei die gleichen hohen Qualitätsansprüche. Maul Wintergärten fertigt bereits seit etwa vier Jahrzehnten hochwertige Wintergärten und Überdachungen. Zu unseren maßgefertigten Aluminium-Konstruktionen zählen neben Wintergärten und Überdachungen aller Art wie beispielsweise Terrassenüberdachungen, Vordächer, Kellerabgangsüberdachungen, Vorbauten und Carports auch Zäune, Geländer, Türen und Fenster.

Für uns als Hersteller mit eigener Produktion ist es selbstverständlich, unseren Kunden von der Planung und Beratung über die haus-eigene Produktion bis zur Lieferung und Montage einen kompletten „Rundum-Service“ aus einer Hand anzubieten.

Durch die aufgebrachte Pulverbeschichtung und Einbrennlackierung sind unsere Konstruktionen absolut wartungsfrei, kein lästiges Streichen oder Verwittern.



### Wir wollen Sie individuell auf Ihre Bedürfnisse beraten

Nach Ihrer Kontaktaufnahme mit uns, vereinbaren wir mit Ihnen einen Beratungstermin. Am besten bei Ihnen vor Ort. Sie erfahren dabei alles über die Qualität und Dauerhaftigkeit unserer Materialien und Sie erhalten auf Wunsch eine 3D-Zeichnung. Ein Weg entsteht, wenn man ihn

geht. Gehen Sie den Weg Ihrer Wünsche mit uns. Wir arbeiten gerne und verlässlich für Sie. – Versprochen

Maul Wintergärten GmbH & Co.KG.  
Zum Lingeshof 5,  
36124 Eichenzell,  
Telefon 08003362336,  
info@maul-wintergarten.de  
www.maul-wintergarten.de

**Beratung kostenfrei bei Ihnen vor Ort!**

Drei Dinge machen einen guten Meister:  
**Wissen, Können und – Wollen!**

---

Fertigung und Montage maßgefertigter Aluminium Konstruktionen

... und das seit 40 Jahren!

- Wintergärten, Überdachungen, Vordächer, Carports, Fenster und Türen, Zäune und Geländer
- Witterungsfest, pflegeleicht und haltbar dank Aluminium
- Fachgerechte Beratung vor Ort

**Fachbetrieb für Anbaubalkone**

Wir arbeiten gerne und verlässlich für Sie – versprochen –

kostenfreie Telefonnummer:

0800 / 336 2 336

Maul Wintergärten GmbH & Co. KG · Zum Lingeshof 5 · 36124 Eichenzell · Tel. (06659) 96120

www.maul-wintergarten.de  
info@maul-wintergarten.de

# UNSERE JOURNALE

im Städtewiereck Frankfurt - Gießen - Fulda - Aschaffenburg

Als Beilage im  
**DER NEUE MARKT.**



Trends im Visier



Fahrzeuge im Fokus



Die lokalen guten Seiten

Als Beilage im  
Mittelhessen-Bote



Schön-Gesund-Vital



Zukunft sichern



Wohnen & Leben



Trauerbegleitung



Fit und gesund

## Impressum

### WETTERAU AKTIV

Sonderpublikation der Druck- und Pressehaus Naumann GmbH & Co. KG.

**Verleger:** Oliver Naumann  
Ehrhard Naumann  
**Geschäftsführer:** Oliver Naumann  
Jochen Grossmann  
**Chefredakteur:** Thomas Welz  
**Anzeigen/Key-Account:** Johanna Röder  
**Vertriebsleiter:** Ronald Schmidt

### Verlag und Herstellung:

Druck- und Pressehaus Naumann GmbH & Co. KG  
Gutenbergstraße 1, 63571 Gelnhausen  
Telefon(06051)833241, Telefax (06051)833255

Zugleich auch ladungsfähige Anschrift für alle im Impressum genannten Verantwortlichen. Copyright und Autorenschutz sowie Idee und Konzept liegen bei der Druck- und Pressehaus Naumann GmbH & Co. KG. Für Druckfehler sowie den Inhalt der Anzeigen übernehmen wir keine Haftung. Nachdruck auch auszugsweise nur mit ausdrücklicher Genehmigung des Verlages.

# Mobil durch den Winter

## Dachboxen für das große Gepäck richtig handhaben

Bei Wintersportlern kommt für den Trip in den Schnee vielfach eine Dachbox zum Einsatz. Ein solcher Gepäckbehälter vergrößert den Laderaum mit bis zu 500 Litern Inhalt enorm. „Außerdem ist in den wenigsten Wagen möglich, Skier und Snowboards im Innenraum zu trans-

portieren, wenn Passagiere auf der Rückbank sitzen“, schildert Patrick Pöpl vom TÜV Süd seine Erfahrungen. Zudem sind die sogenannten Durchreichen für Ski meist nur für ein einziges Paar Ski groß genug.

Den richtigen Dachträger samt Befestigung für das eigene

Auto zu finden ist meist unproblematisch. „Auf den Internetseiten der namhaften Hersteller kann man sich in aller Regel bis zum gewünschten Fahrzeugtyp durchklicken, um das dazu passende System zu ermitteln“, weiß der Profi. Das Gepäck sollte in der Box gleichmäßig verteilt und die zulässige Dachlast nicht überschritten werden. Die mögliche Zuladung lässt sich zwar aus den Angaben im Fahrzeugschein als Differenz aus dem Gesamtgewicht und dem Leergewicht errechnen. Die maximal zulässige Dachlast findet sich vielmehr in der Bedienungsanleitung und beträgt je nach Fahrzeugtyp meist zwischen 50 und 100 Kilogramm.

Grundsätzlich sollte man schwere Gegenstände im Fahrzeug und nicht in der Dachbox transportieren. Die zusätzliche Ladung muss so verstaut und gesichert werden, dass sie selbst bei einer Vollbremsung oder Ausweich-

bewegung nicht verrutschen, umfallen oder herabfallen kann (Paragraf 22 StVO). „In der Spitze verstaute Funktionsbekleidung beispielsweise verringert das Risiko von Beschädigungen durch Vollbremsungen. Fangnetze, Spanngurte im Innenraum der Transportbehälter geben zusätzliche Sicherheit“, empfiehlt der Experte. Bei kaum gefüllten Boxen sollten feste Gegenstände wie Ski und Skistiefel fixiert werden. Einkalkulieren sollte man unterwegs auch, dass sich Fahrverhalten und -geräusche ändern. Selbst wenn in der Bedienungsanleitung der Träger nicht eigens darauf hingewiesen wird, sollte man möglichst nie die Autobahnrichtgeschwindigkeit von Tempo 130 überschreiten, legt Patrick Pöpl Autofahrern schließlich ans Herz und fügt einen Tipp an: „Vergessen Sie nie Ihre Ladung auf dem Dach. Sonst kann das Einfahren in eine Garage oder Parkhaus ausgesprochen teuer werden.“ *Werkfoto: Škoda*



# Beruf und Pflege vereinen

## Ergebnisse einer Umfrage in deutschen Firmen

Deutschland befindet sich im demografischen Wandel. Dabei wächst auch die Zahl älterer, pflegebedürftiger Menschen erheblich.

Die vorhandenen Arbeitnehmer sind dabei zunehmend von Pflegebedürftigkeit in ihren Familien betroffen. Derzeit pflegen geschätzt etwa 2,6 Millionen Erwerbstätige auch noch einen Angehörigen – Tendenz steigend. Die Möglichkeit, Beruf und Pflege gut miteinander vereinbaren zu können, wird also immer wichtiger. Das Zentrum für Qualität in der Pflege (ZQP) hat daher Personalverantwortliche in mehr als 400 Unternehmen ab einer Größe von 26 Mitarbeitern repräsentativ befragt, wie es in ihren Firmen um die Vereinbarkeit von Beruf und Pflege bestellt ist.

Die Ergebnisse zeigen, dass Maßnahmen zur besseren Vereinbarkeit von Beruf und Pflege in mehr als der Hälfte der betreffenden Unternehmen (58 Prozent) weder etabliert noch geplant sind. Für 43 Prozent der Teilnehmer sind die



Ohne Hilfe sind Pflegende schnell am Ende.

Werkfoto: ZQP

Umsetzung solcher Angebote generell eher zu aufwendig; etwa ein Drittel Beruf und Pflege – oft fehlt Unterstützung (34 Prozent).

Dr. Ralf Suhr, Vorstandsvorsitzender des ZQP, stellt hierzu fest: „Als Gesellschaft sind wir dringend auf die Familienarbeit der pflegenden Angehörigen angewiesen, die für diese häufig sehr belastend ist.

Gleichzeitig können wir nicht auf ihre Arbeitskraft in der Wirtschaft verzichten. Gute Vereinbarkeit von Beruf und Pflege ist also ein Gebot der Stunde. Darum sind auch die Unternehmen in der Verantwortung, ihre Mitarbeiter bei der Bewältigung der Pflege zu unterstützen.“

Personalverantwortliche beklagen

indes mangelndes internes Wissen, das hindern würde, Hilfsangebote zu planen. So fehlen aus Sicht von 62 Prozent der Befragten Informationen, welche Mitarbeiter tatsächlich Unterstützungsbedarf in der Pflege von Angehörigen haben. 63 Prozent vermissen Kenntnisse, welche Angebote für Betroffene hilfreich wären. Eine Idee sei, dass Firmen sich in regionalen Netzwerken zusammenschließen und gemeinsam Kooperationen mit Tagespflegeeinrichtungen für Angehörige von Mitarbeitern schaffen. Auch für Mitarbeiter-schulungen zu Demenz zeigen die meisten befragten Unternehmen bisher kein Interesse. Zum Beispiel im Sektor Handel und Dienstleistungen wurden solche Maßnahmen nur bei 4 Prozent der Firmen angeboten. Im Gesundheits- und Sozialwesen waren es immerhin 55 Prozent. Dabei können Schulungen dazu beitragen, das Verständnis für die Lebenssituation von Kollegen zu steigern, die in ihrem privaten Umfeld von Demenz betroffen sind.

## Handcreme richtig verteilen

Als ob man Handschuhe überstreift

Handcreme sollte man gut einmassieren. Am besten beginnt man damit am Handrücken, rät Birgit Huber vom Industrieverband Körperpflege- und Waschmittel. „Die Creme wird in kreisenden Bewegungen Handrücken gegen Handrücken verteilt“, erklärt die Kosmetikexpertin. „Danach kommen die Finger an die Reihe - ganz so, als wollte man einen Fingerhandschuh überstreifen.“ Auch Fingernägel und Nagelhaut sollte man bedenken, damit diese geschmeidig

bleiben. „Abschließend werden Handteller und Unterarme versorgt.“

Bleiben die Hände trotz aller Bemühungen rau, helfe ein Handpeeling, um abgestorbene Hautzellen zu entfernen. „Schließlich die Hände dick eincremen und Handschuhe aus Baumwolle oder kurzzeitig Einmalhandschuhe überziehen“, erläutert Huber. „So wird man mit samtweichen Händen belohnt.“ Sie rät insbesondere an kalten Tagen zur Handcreme.

Foto: Christin Klose/dpa-mag



## Maximal vier Schichten

Zwiebel-Look als modischer Hingucker

Mehrere Klamotten übereinanderziehen ist nicht nur praktisch, weil das einerseits warm hält, wenn es kalt ist, man sich aber auch schichtweise ausziehen kann, wenn die Temperaturen über den Tag ansteigen. Das sogenannte Layering ist auch ein Trend in der Männermode, wie die Zeitschrift „GQ“ (online) berichtet.

Ein Tipp für einen gelungenen Zwiebel-Look: verschiedene Materialien kombinieren. Der Vorschlag der Styling-Experten für ein Freizeit-Outfit: ein T-Shirt aus Baumwolle unter einem Blazer mit Karo-Muster anziehen und darüber eine Daunenjacke tragen. Gediegener ist die Kombination aus Hemd, Cardigan und Sakko und langem Mantel. Bei aller Experimentierfreude sollte eine Grundregel beachtet werden: nicht mehr als vier Schichten tragen.



Foto: Paul Smith/dpa-mag

## Bist du eine Meerjungfrau?

Welches Brautkleid welcher Frau steht

Bräute stehen sich oft selbst im Weg. Viele haben schon klare Vorstellungen von ihrem Kleid für die Hochzeit, noch bevor sie in ein Geschäft gehen. Und nicht selten seien das die schwierigsten Kundinnen, sagt Geschäftsführerin Nancy Weitzel. Das Problem: „Oft kommen Frauen mit einem Foto eines Meerjungfrauen-Kleides, aber bedenken nicht, dass das Model 1,85 Meter groß ist und eine 34 trägt, sie selbst nur 1,50 Meter und etwas korpulenter sind“, berichtet die Brautmodenberaterin. Dann ist die Enttäuschung groß, denn das Traumkleid passt nicht perfekt. Experten geben Tipps, wem am ehesten welcher Schnitt steht:

- **Das A- oder Duchesse-Kleid:** Für kurvige und für androgyne Figuren „Das ist die figurfreundlichste Schnittform“, sagt Tatjana Schöll, Inhaberin des Brautmodengeschäfts Ganz in Weiß in Kaufering (Bayern). Am Oberkörper liegt es eng an, was das Dekolleté betont. Ab der Taille ist es mal mehr, mal weniger ausgestellt.

„Das kaschiert hervorragend Problemzonen an Bauch, Beinen und Po.“

Das Kleid ist damit ideal für kurvige Frauen. „Sie haben oft wunderschöne Dekolletés und schöne Taillen. Diese Hingucker sollte man betonen“, findet Beraterin Weitzel.

Übrigens: Duchesse-, Prinzessinnen- oder Sissi-Kleider sind nichts anderes als A-Linien. Sie haben lediglich einen vergleichsweise weit ausgestellten Rock und enge Korsagen. Schöll erklärt: „Dieser Schnitt kann grundsätzlich von allen Figurtypen getragen werden. Der ausgesprochen weibliche Look verzeiht auch etwas breitere Hüften.“

- **Der Empire- oder i-Stil:** Für kleine oder schlanke, kurvige Frauen „Kleine Frauen sind oft unsicher,

ob ihnen ein langes Kleid steht“, berichtet Inhaberin Angela Stöckel. „Sie befürchten, es lasse sie noch kleiner wirken.“ Für sie ist

der Empire-Stil gut. „Die Taille beginnt hier direkt unter der Brust, was den restlichen Körper länger erscheinen lässt“, erklärt Stöckel. Schmalere und noch gerader geschnittene i-Linien-Modelle. „Schlanke Frauen mit einer Sanduhren-Figur sind damit gut beraten, weil es die schmale Taille betont“, sagt

Schöll. Bräute mit vergleichsweise breiten Schultern könnten sie ebenfalls gut tragen.

- **Das Meerjungfrau- oder Trompeten-Kleid:** Für Frauen mit Kurven Das Meerjungfrauen-Kleid (Foto) ist sehr beliebt. An Oberkörper, Hüfte, Po und Oberschenkeln liegt es eng an, ab den Knien ist es wei-



ter. Ideal ist es für große und schlanke Frauen, „weil es ihre Figur betont und sie optisch nicht noch größer erscheinen lässt“, erklärt Weitzel.

Grund dafür ist der tiefsitzende ausgestellte Part. Aber die Braut sollte Kurven haben. „Dieses Kleid setzt den Po in Szene. Ist der ganz flach, wirkt das nicht richtig“, so die Modeberaterin. Schöll rät kleineren Bräuten, die sich ein solches Kleid wünschen: „Die Trompeten-Form ist verwandt mit dem Meerjungfrauen-Kleid, aber schon ab dem Po ausgestellt“, erklärt die Expertin. „Der Cut liegt also höher, wodurch kleinere Frauen optisch nicht noch kleiner wirken.“

- **Das Vokuhila-Kleid:** Für große Frauen mit schönen Beinen

Wie die namensgebende Frisur ist das Vokuhila-Kleid vorne kurz und hinten lang. „Hier ist es ganz besonders wichtig, dass die Braut schöne lange Beine hat und möglichst groß ist“, findet Weitzel.

Foto: Modeca Europae BV 2019/dpa-mag

# TICKETS

Top-Veranstaltungen  
in der Region



aus dem Pressehaus

## ALTE BEKANNTE

„Das Leben ist schön“-Tour

**Samstag, 29.02.2020, 20.00 Uhr**

Gelnhausen-Meerholz, Sport- und Kulturhalle

Ticket: € 33,10



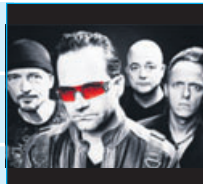
## ACHTUNG BABY

U2-Tribute-Show

**Samstag, 29.02.2020, 20.00 Uhr**

Langenselbold, Klosterberghalle

Ticket: € 23,00



## THEES UHLMANN & BAND

„Junkies & Scientologen“-Tour 2020

**Dienstag, 03.03.2020, 20.00 Uhr**

Aschaffenburg, Colos-Saal

Ticket: 39,50 Euro



## INGO OSCHMANN

„Wunderbar – Es ist ja so!“

**Donnerstag, 05.03.2020, 19.30 Uhr**

Bad Soden-Salmünster, Spessart-Forum

Ticket: € 23,20 (ermäßigt € 19,90)



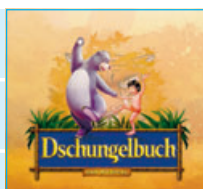
## DSCHUNGELBUCH

Das Musical für die ganze Familie

**Freitag, 06.03.2020, 16.00 Uhr**

Büdingen, Willi-Zinnkann-Halle

Ticket: € 18,00 bis € 23,00



## AMAZING SHADOWS

Shadow Theatre Delight

**Samstag, 07.03.2020, 20.00 Uhr**

Bad Orb, Konzerthalle

Ticket: € 39,90 bis € 57,90



## TENÖRE4YOU

„Alle dürfen mitsingen“-Tour 2020

**Donnerstag, 12.03.2020, 19.30 Uhr**

Freigericht-Horbach, Kirche St. Michael

Ticket: € 18,80 bis € 23,20



## HILDE, HILTRUD UND DANDE ROTRAUD

„Ihne Ihr Dreifaltigkeit“

**Donnerstag, 12.03.2020, 19.30 Uhr**

Bad Soden-Salmünster, Spessart-Forum

Ticket: € 24,00



## DAS PHANTOM DER OPER

Mit Deborah Sasson und Uwe Kröger

**Freitag, 13.03.2020, 20.00 Uhr**

Bad Orb, Konzerthalle

Ticket: € 42,65 bis € 73,70



## DAS GROSSE BULLI-ABENTEUER

Durch Island mit Peter Gebhard

**Sonntag, 15.03.2020, 18.00 Uhr**

Erlensee, Bürgerhaus „Zum Neuen Löwen“

Ticket: € 15,50 (ermäßigt € 12,20)



## SIMON & GARFUNKEL REVIVAL BAND

„Feelin' Groovy“

**Samstag, 21.03.2020, 20.00 Uhr**

Langenselbold, Klosterberghalle

Ticket: € 24,00



## KOKUBU – THE DRUMS OF JAPAN

„Into the Light“-Tour 2020

**Samstag, 21.03.2020, 20.00 Uhr**

Bad Orb, Konzerthalle

Ticket: € 34,00 bis € 49,00



## SPRINGTIME JAZZ & BLUES

Matchbox Blues Band & Barrelhouse Jazzband

**Freitag, 27.03.2020, 19.30 Uhr**

Gelnhäuser Neue Zeitung, Kultursaal

Ticket: € 25,00



## PAUL-SIMPSON-PROJECT

Bernd Paul & Jennifer Simpson

**Freitag, 27.03.2020, 20.00 Uhr**

Wächtersbach, Kulturkeller

Ticket: € 15,00



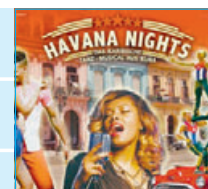
## HAVANA NIGHTS

Das karibische Tanz-Musical aus Kuba

**Samstag, 28.03.2020, 19.30 Uhr**

Bad Orb, Konzerthalle

Ticket: ab € 35,99



## STERNSTUNDEN DER FILMMUSIK

Russische Kammerphilharmonie St. Petersburg

**Mittwoch, 01.04.2020, 20.00 Uhr**

Bad Orb, Konzerthalle

Ticket: € 44,90 bis € 59,90



## STILL COLLINS

„The Very Best of Phil Collins und Genesis“

**Samstag, 04.04.2020, 20.00 Uhr**

Langenselbold, Klosterberghalle

Ticket: € 22,00 (Stehplatz), € 25,00 (Sitzplatz)



... auch als kostenloses  
**epaper**



**Mittelhessen-Bote**  
**MARKT**

www.bote.de

**Pkw Ankauf**

Pkw-Ankauf! Mit oder ohne Mängel, auch ohne TÜV, Selbstabholung 24h, Barzahlung, VW & S Autohandel, GN, Altenhaßlauer Weg 3 ☎ 06051/470849, 0171/2760410

V&S Automobile - PKW Ankauf mit oder ohne Mängel, auch ohne TÜV oder Unfallschaden, Selbstabholung, Barzahlung, 63571 Gelnhausen, ☎ 0152/26315092 (24h)

**Reisemobile**

**Wir kaufen Wohnmobile + Wohnwagen**  
03944-36160 www.wm-aw.de Fa.

**Gew. Vermietungen**

Lager- oder Büroräume (gewerblich), ca. 130 m² in Bgm.-Kassel, ab sofort zu vermieten. Miete kalt ca. 595 € (ca. 4,60 €/m²) Andreas Reitz ☎ 0172/6908364 andreas.reitz@reitz-gmbh.de

**Mietgesuche**

Rentnerhepaar sucht ruhige 3-4 Zimmer-Wohnung in kl. Wohneinheit mit EBK und Garage, kein Sout. o. Dachwhg., zum 1. Mai o. Juni 2020 ☎ 06047-68211

**Bekanntschafen**

Suche einen lieben Mann bis 86 Jahre! Krankenschwester Elfriede, 77 Jahre, Witwe, keine Reisetante. Wünschchen Sie sich eine schlanke, hübsche Frau, die ehrlich und treu ist, gut kocht, die Natur liebt, den Haushalt in Ordnung hält, lieb und zärtlich ist und die bei Sympathie zu Ihnen ziehen würde? Wenn ja - dann bin ich die Richtige für Sie. Für mich ist nicht wichtig, ob Sie ein Auto haben, die Figur ist unwichtig, selbst eine kleine Behinderung würde mich nicht stören, Hauptsache ist doch, wir verstehen uns. Wenn Sie die Einsamkeit auch satt haben und wieder Freude am Leben haben wollen, dann melden Sie sich bitte, wie sonst sollen wir uns finden? Freundschafskreis GmbH Gießen, ☎ 0641-35099210

Der Gedanke, immer allein zu sein, macht mich sehr traurig! Meister in Rente, Kurt, Witwer, 77/182, ohne Anhang und ohne Verpflichtungen, NR/NT, aufgeschlossener, ehrlicher Charakter, erfahrener Autofahrer - mit eigenem, neuen Pkw, ein überlegt handelnder Mann mit guten Umgangsformen, sehr handwerklich, naturverbunden, mit angenehmem Äußeren, guter Tänzer und Gesellschafter, der auch gerne mal verweist. Er sucht eine nette Freizeitpartnerin bei getrenntem Wohnen. Haben Sie Mut und rufen Sie an über Julie GmbH Gießen, ☎ 0641-35099391; Nr. K 2684. www.pvjulie.de

**Bekanntschafen**

Nadine, 37 Jahre, bildhübsche Ärztin, zärtlich, schlank, blond, natürlich, sportlich, großzügig und anpassungsfähig, liebevoll, ordentlich und auch sparsam. Nach einer großen Enttäuschung lebe ich jetzt ganz allein, da ich auch keine Kinder habe. Ich suche einen verständnisvollen, ehrlichen und lebenswerten Partner, der sein Leben mit mir teilen möchte. Beruf, Alter und Aussehen sind für mich nicht entscheidend, nur ernst musst Du es meinen. Ruf bitte gleich an! Julie GmbH Gießen, ☎ 0641-35099391; Nr. PK 1993, www.pvjulie.de

Mirko, 41/184/80, mit toller Wohnung, Pkw, dunkles, volles Haar, ein attraktiver, sportlicher und sympathischer Polizeibeamter, ist völlig verzweifelt. Schon letzten Monat hat er eine Anzeige aufgegeben und niemand hat sich gemeldet. Dabei sucht er nur eine ganz "normale" Frau, gern auch mit Kindern, für einen Neubeginn. Vielleicht wurdest Du auch von Deinem Partner betrogen und suchst wieder einen Halt im Leben. Bitte melde Dich! Freundschafskreis GmbH Gießen, ☎ 0641-35099210

Petra, 51/158, Kinderkrankenschwester (ohne Schicht), hübsch, natürlich, schlank, völlig allein, suche einen soliden Mann bis 65 Jahre für ein gemeinsames Leben. Bin mobil, kann auf dem Lande leben, mag Blumen, Tiere, Grillabende im Garten. Freue mich auf Dich! Freundschafskreis GmbH Gießen, ☎ 0641-35099210

Gerda, 74 Jahre jung, hier aus d. Gegend, bin schlank, etwas vollbusig, gute Hausfrau u. Köchin mit einem großen Herz, ich suche üb. pv einen lieben Mann (Alter egal), bei getrenntem oder zusammen wohnen. Gerne würde ich Sie auf Kaffee und Kuchen einladen, damit wir uns näher kennenlernen können. ☎ 0151/20593017

Attraktive Witwe, Daniela, 63 J., bin fürsorglich u. liebevoll, ohne große Ansprüche, ich mag romantische Musik, gemütliche Fernsehserien, Camping, arbeite gern im Haus u. Garten. Habe ein kleines Auto u. wäre auch umzugsbereit. Mir fehlt ein lieber, guter Mann bis 75 J., bitte melde Dich pv ☎ 0151/62913874

Ich, Brigitte, 78 J., bin eine ganz liebe, anständige, häusliche Frau mit guter Figur, ich mag eine gute Küche, die Natur, Spaziergänge, fahre gern Auto. Nach vielen Ehejahren plötzlich ganz alleine dazustehen, ist schwer für mich. Mit mir hätten Sie eine hübsche, gute Frau an Ihrer Seite. pv ☎ 06151/1014071

Facharzt, 51/182, geschieden, sucht nette Sie. Hobbies: Natur, gemeinsame kleine Wochenendausflüge mit dem Auto oder kuschlige Abende und alles was Spaß macht. Julie GmbH Gießen, ☎ 0641-35099391; Nr. G 3207. www.pvjulie.de

Peter, es gibt einen Grund, weshalb ich Sie auf diesem Weg kontaktiere. Ich habe Sie entdeckt in Der Neue Markt, Ausg. v. 22.02.20. Ihre Anzeige hat mich sehr berührt. Deshalb bitte ich Sie: Finden Sie mich! Ich möchte Sie so gerne kennenlernen; herzlichst: richtung@gmx.de

Auf der Suche nach Harmonie und Zweisamkeit, Gabi, 51/165, sucht einen zuverlässigen, liebevollen, ehrlichen und verständnisvollen Partner. PKS GmbH ☎ 0176/45869571

**Dienstleistungen**

Garant - Sanierung, Festpreisgarantie! Saniert, renoviert, Innenausbau, kpl. Bäder, Badsanierung, Fliesen, Laminat, Trockenbau, Fenstermontage, Dachausbau, Dämmung, Pflasterarb., Gartengestaltung. IHK eingetragener Betrieb ☎ 0177/4779251

Fensterreinigung vom Profi. Glasreinigung mit Rahmen, auch Wintergärten. ☎ 0151/27520391

**Haushaltsauflösungen**

Prof. Haushaltsauflösung, Entrümpelung & Entsorgung. Häuser, Wohnungen (auch Messie), Büro-/Gewerbefl., Außenanlagen. Verwendb. Möbel rechnen wir an. Wir arbeiten fachlich kompetent, zum fairen Preis! Robinson Umzüge, preiswert - gründlich - diskret. Beratung/Angebot kostenfrei! ☎ 06051/889736, 06184/9383540, 0173/3247501

Haushaltsauflösung o. Entrümpelung: Gewerbe, Whg., Haus. Umzugshilfe, Renovierungsarbeiten, Seniorenzüge, Messi- u. Problemwhgen., Komplettpaket v. Keller bis zum Speicher sowie Ankauf u. Beratung gehören dazu. Fa. Die Ameisen ☎ 06053/7775, 06184/905729, 01522/2038811 www.ameisen-heimerl.de

Die Fa. Klemens aus Wächtersbach bietet Ihnen zum Sparpreis Umzüge, Haushaltsauflösung, Entsorgungen, Entrümpelungen an. Wir erstellen Ihnen ein kostenloses Angebot. ☎ 0157/88711778 + 06053/7069134

**Kaufgesuche**

Suche und kaufe Pelze, Alt- u. Bruchgold, Zahngold, Perücken, Ferngläser, Bleikristall, Bilder, Modeschmuck, Silberbesteck, Bernstein, Schmuck, Goldschmuck, Münzen, Teppiche, Porzellan, Silber, Nähmaschinen, Korallen, Krüge, alte Musikinstrumente, Armband-Uhren, Taschenuhren, Militärsachen, Gobelin, Möbel, Gardinen uvm. sowie Haushaltsauflösungen. Kostenlose Beratung u. Anfahrt sowie Werteschätzung. Zahle Höchstpreise! 100 % seriös u. diskret. Barabwicklung vor Ort. Mo. - So. 8 - 20.30 Uhr, ☎ 069/67702115

Ankauf von Pelzen und Nerzen aller Art, Gardinen, Möbel, Bleikristall, Gobeline, Nähmaschinen, Figuren, Puppen, Perücken, Zinn, Bernstein, Goldschmuck, Zahngold, Silber, Modeschmuck, Silberbesteck, Armbanduhren, Taschenuhren, Silber-Goldmünzen, Orientteppiche, Porzellan, Schallplatten, Ferngläser, Schreibmaschinen, Krüge uvm. Absolute Höchstpreise. 100% Zufriedenheitsgarantie, kostenlose Beratung und Begutachtung sowie Anfahrt. Von Mo. - So. von 7.30 - 21 Uhr. ☎ 069/67837057

Daniel kauft Pelze u. Nerze aller Art, Gardinen, Möbel, Bleikristall, Gobeline, Nähmaschinen, Figuren, Puppen, Perücken, Zinn, Bernstein, Goldschmuck, Zahngold, Bruchgold, Silber, Modeschmuck, Silberbesteck, Armbanduhren, Taschenuhren, Silber-/Goldmünzen, Orientteppiche, Porzellan, Krüge uvm. Absolute Höchstpreise und Werteschätzung. Kostenlose Beratung sowie Anfahrt. Mo. - So., von 7.30 - 21 Uhr. ☎ 069/46095562

Info! Timo su. Pelze aller Art, Zinn, Silber, Gold, Modeschm., Korallen, Münzen, def. Uhren, Teppiche, Bernsteine, Flohmarktsa., Möbel u. Militärs., zahle bar u. fair, komme auch am WE. ☎ 06181/3029629

**Kaufgesuch**

1A Sammler Rico kauft Truhen, Zinn, Silber, Figuren, Näh-/Schreibmaschinen, Puppen, Besteck, Modeschmuck, Bernstein, Goldschmuck, Militaria, Orden, Bierkrüge, Münzen, Antiquitäten, Instrumente sowie Uhren u. defekt) Haushaltsauflösungslässe. Komme gerne unvorbereit. ☎ 06181/3064677

**Tierbestattung**

Ein Abschied in Würde. Tierkrematorium Mittelhessen, zwisch. Gießen und Gießen, 35315 Ohm. ☎ 06633/64358-0 www.tierkrematorium-mittelhessen.de

Ihr Tier in guten Händen! Tierbestattung Sonnenau, Weierhagen 63477 Maintal ☎ 06181/421111 www.tierbestattung-sonnenau.de

**Umzug**

Professioneller Umzugsservice Kleintransporte, Entrümpelung, Preiswert, schnell, zuverlässig, kostenfrei! Robinson Umzüge ☎ 06051/889736, 06184/9383540 od. 0173/3247501

**Verkäufe**

Beste Qualitätsküchen zu Sonderpreisen! End-Angebote an Neubauküchen direkt ab Werk! 63543 Neuberg, Im Unterfeld 2, Mo. - So. 9.30-18.00 Uhr, B-Station RMV, ☎ 06183/913216

Winter ade! Küchen + Möbelangebote - schnell + qualitativ! den Möbellandhallen 63303 Neuberg, Im Unterfeld 2, Mo. - So. 9.30-18.00 Uhr, B-Station RMV vor Ort. ☎ 06183/8991911

**Kontakte**

NEU ab MONTAG in ALTENSTADT!  
**DIANA** TOP-Service stark behaart!  
0152-18582910 • ladies.de

**Karolina**  
Ober-Rosbach • 06003-6346  
www.rosbacher-erotikparadies.de

Altstadt! Blonde **MELANIE** NEU!  
a. Italien • heiß im Bett!  
0152-17930210 • ladies.de

Julia, lange Beine o. Ende. H+H, Tel. 0172/3247501

Reife Sie 55J. • Heusenstamm! 0172/3247501

**Telefonerotik**

2 Frauen LIVE Tel.0221 8991911

**Erotik**

Hausfrau saugt gern! 0162/3247501

DER NEUE **MARKT**  
frisch & informiert  
Telefon 06051 833-XXXX

## Gesunde Kohlsorte

Frischer Wirsing muss beim Schütteln rasseln

Beim Kauf von Wirsingkohl sollten Verbraucher darauf achten, dass die äußeren Blätter frisch und knackig aussehen. Hilfreich ist zusätzlich ein Hörtest: Denn wenn man den Krauskopf schüttelt, sollte er rasseln, erläutert die Apothekenzeitschrift „Baby und Familie“. Damit Wirsing aromatisch und nicht bitter schmeckt, muss außerdem der Strunk vollständig entfernt werden. Ist das Gemüse dann immer noch zu bitter, hilft ei-

ne Prise Zucker im Kochwasser, erklärt der Ernährungswissenschaftler Harald Seitz vom Bundeszentrum für Ernährung in der Zeitschrift.

In Wirsing steckt so viel Vitamin C wie in einer Zitrone. Die nach Rot- und Weißkohl drittbeliebteste Kohlsorte in Deutschland enthält zudem Senföle, die gegen Bakterien, Viren und Pilze wirken und so dabei helfen können, Erkältungen vorzubeugen.



Wirsingkohl hält sich im Gemüsefach des Kühlschranks etwa eine Woche lang, Sommervsorten allerdings nur drei Tage.

Foto: Andrea Warnecke/dpa-mag

## Darauf sollten Sie achten

Chicorée hat keine rotbraunen Flecken

Beim Einkauf von Chicorée sollten Verbraucher auf fest geschlossene, weiße, knackige Sprossen mit hellgelben bis gelben Blattspitzen achten. Das rät das Bundeszentrum für Ernährung. Braune Blattränder, rotbraune Flecken oder Verfärbungen deuten dagegen auf Produktionsfehler, Beschädigungen oder überlagerte Ware hin. Vor Verdunstung geschützt lässt sich Chicorée etwa eine Woche im Kühlschrank frisch halten. Chicorée wird von November bis April im Handel angeboten und enthält den präbiotischen Ballaststoff Inulin, der eine positive Auswirkung auf den Blutzuckerspiegel hat. Der Bitterstoff Lactucopikrin regt die Ausschüttung von Magen- und Gallensaft an und wirkt daher verdauungsfördernd.

Um zu verhindern, dass die Blätter grün werden und übermäßig viele Bitterstoffe bilden, wachsen die Sprossen aus den Chicorée-Wur-

zeln in dunklen Treibräumen. Chicorée ist als knackiger Salat ideal und wird gerne kombiniert mit Äpfeln, Orangen, Mandarinen, Avocado und Nüssen, verfeinert mit einer Vinaigrette oder einem Joghurt-Dressing. Fünf Minuten in Salzwasser gegart, kann Chicorée mit gekochtem Schinken unwickelt in Sahnesoße und mit Käse bedeckt in einer Auflaufform lecker überbacken werden.

Foto: Andrea Warnecke/dpa-mag



# Wir suchen DICH!

Wir suchen bei guter Bezahlung **Zusteller (m/w/d)** für unsere media line Werbeagentur GmbH (ab 13 Jahren) zur Verteilung unserer Verlagsprodukte auf Minijob-Basis am Mittwoch und / oder Samstag.

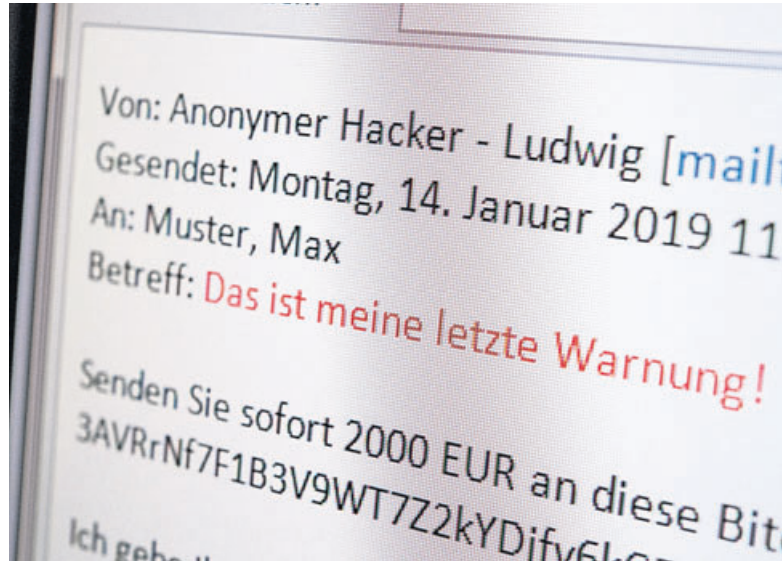
**Interesse?** Mehr Infos unter  
**Telefon (0 60 51) 833 292**  
oder **vertrieb@gnz.de**



# Nicht zahlen

## Neue Masche mit Erpresser-Mails

„Das ist meine letzte Warnung!“ Wer in seinem Mail-Postfach eine Nachricht mit diesem Titel vorfindet, hat einen Erpresserbrief erhalten. Die Forderung: 2000 Euro in der Krypto-Währung Bitcoins in 72 Stunden an eine bestimmte Bitcoin-Adresse – oder an alle Freunde geht ein Video, das den Empfänger beim angeblichen Pornoschauen und Masturbieren zeigt. Möglich gemacht haben soll die Aufnahme ein Trojaner-Programm auf dem Computer, das der Absender namens „Ludwig“ selbst entwickelt haben will. Eine Erpressermasche, die der Polizei bekannt ist. „Gehen Sie nicht auf die Forderungen ein“, rät Nils Matthiesen, Sprecher der Bremer Polizei. Wichtig ist es, einen Screenshot oder Ausdruck von der Mail zu machen. Wer Anzeige erstatten will, kann dies bei jeder örtlichen Polizeiwache der bei einer Online-Wache tun, die es inzwischen in allen Bundesländern gibt.



Das Landeskriminalamt (LKA) Niedersachsen verweist zudem auf die Website [www.polizei-praevention.de](http://www.polizei-praevention.de), wo sich Hinweise zur Internet-Kriminalität finden. „Gehen Sie nicht auf die Erpressung ein. Die Inhalte sind frei er-funden. Löschen Sie diese Mails

einfach“, raten Sicherheitsexperten auf der Webseite. Auch sollten Empfänger keine Links öffnen. Auf jeden Fall Anzeige erstatten sollten Betroffene, die der Zahlungsaufforderung tatsächlich nachgekommen sind.  
*Foto: Robert Günther/dpa-mag*

### Info

#### Flexibel kündigen

Mobilfunk-Discounter bieten ihren Kunden häufig flexible Kündigungsfristen von nur einem Monat. Wer sich nicht lange binden will, sei mit solchen Verträgen gut unterwegs, urteilt die Zeitschrift „Connect“ nach einem Vergleich von am Markt angebotenen Tarifen. Ein Aufpreis für diese Flexibilität wird nur selten fällig. Der Anbieter Smartmobil wirbt sogar mit einer täglichen Kündigung: Wird ein Vertrag vor Ende eines vollen Monats gekündigt, wird dieser nur anteilig berechnet. Wer sich gar nicht zeitlich festlegen möchte, wählt am besten eine Prepaid-Karte, rät „Connect“. Wichtig hier: Viele Anbieter berechnen die Paketpreise nicht monatlich, sondern im Vier-Wochen-Takt. Bei zugebuchten Optionen wird schon nach 28 Tagen eine Zahlung eingezogen.

## BESTELLSCHEIN FÜR EINE PRIVATE KLEINANZEIGE

**Mittelhessen-Bote**  
am Mittwoch

**DER NEUE MARKT**  
am Wochenende

Preis pro Erscheinung bis zu 5 Zeilen jede weitere Zeile  
**Gesamtausgabe** 22,00 € 3,50 €

inklusive **Neue Zeitung**  Dienstag oder  Samstag

GELNHÄUSER  
**Neue Zeitung**  
Einzelbelegung  
 Dienstag  Samstag  
bis zu 5 Zeilen 14,50 €  
jede weitere Zeile 2,00 €

Anzeigentext Rubrik ▶

1 | Text in Blockschrift in die Kästchen eintragen.

2 |

3 |

4 |

5 | Ab hier wird jede weitere Zeile gem. obenstehender Preise berechnet. (Leerzeichen beachten)

Name, Vorname

Straße, Hausnummer

PLZ/Wohnort

Telefon (für evtl. Rückfragen)

DE IBAN

BIC

Bank

Datum, Unterschrift

**Chiffre-Anzeigen ZUSÄTZLICH**  
Chiffre-Gebühr von 5,- €  
(eingehende Zuschriften werden Ihnen zugestellt)

**Rechnung** Bei Rechnungsstellung werden 7,50 € Bearbeitungsgebühr zzgl. MwSt. berechnet

sollen abgebucht werden (bitte Bankverbindung eintragen)

Gutenbergstraße 1 · 63571 Gelnhausen · Tel. (06051)833 244 · Fax (06051)833 255 · E-Mail: [anzeigenabteilung@gnz.de](mailto:anzeigenabteilung@gnz.de)

# Schlemmen mit Aussicht

## Gondel-Genuss: So ausgefallen is(s)t man in Österreich

Draußen ziehen die Berge am Fenster vorbei. Die Sonne scheint. Und man sitzt drinnen eingekuschelt und schlemmt gemütlich - in einer fahrenden Gondel. Den Genuss mit Ausblick bieten mehrere Alpenorte in Österreich an.

Zum Beispiel die Tiroler Gemeinde Fiss. Beim Mittagsmenü drehen

Besucher vier Runden mit der Schönjochbahn. Bis zu vier Leute passen an den Tisch der Achtergondel. Wer friert, bekommt eine Wärmendecke.

Alles läuft entspannt ab. Die Gondel fährt sanft hoch und runter. An jeder Bergstation wird ein neuer Gang serviert. Dann zuckelt die Gondel los. Erst ins Tal, dann wieder hinauf.

Neue Getränke können Gäste auf dem Rückweg an der Mittelstation bestellen. Dort wird auch das Geschirr abgeräumt. Die Wünsche gehen telefonisch nach oben auf den Berg. Kommt die Gondel dort

an,  
stehen

Wein, Bier

oder Wasser bereit,

sagt Martin Pregenzer von den Fisser Bergbahnen.

Der Gondelgenuss in Fiss (Foto) ist ein Sommervergnügen, genau wie in Kitzbühel und Alpbach. Möglich ist das jeweils von Juni bis in den Herbst hinein.



In  
Kitzbühel werden

bis zu sieben Gondeln in der Panoramabahn für ein Frühstück eingedeckt. Neben Kaffee und Tee gibt es auch Prosecco. Damit nichts danebengeht, fährt die Seilbahn extra langsam.

Ein Gondelfrühstück ist auch an der Wiedersbergerhornbahn in

Alpbach möglich. Danach können Urlauber gut gestärkt zu einem Ausflug starten. „Die meisten steigen an der Bergstation aus und machen eine schöne Wanderung“, sagt Evi Schenk von den Alpbacher Bergbahnen.

Und was ist mit dem Rest des Jahres? Im Winter und Frühjahr werden eigentlich alle Gondeln für Skifahrer und Snowboarder gebraucht.

Doch es gibt Ausnahmen. Ein Dinner in der Abenddämmerung können Gäste einmal im Winter in Dorfgastein erleben. In mehr als 100 Gondeln der Gipfelbahn Fulseck kommt ein Viergänge-Menü auf die kleinen Tische. Gute zwei Stunden schwebt man über dem Gasteiner Tal und lässt es sich schmecken.

Wer spontan in luftiger Höhe essen möchte, muss Glück haben. Denn die Gondeln sind oft ausgebucht. Besser ist es, zu reservieren.

Foto: Serfaus-Fiss-Ladis/dpa-mag

## Günstige Sammeltaxis

### Im Colectivo auf Havanna-Tour

Jeder hat seinen Oldie-Traum auf Kuba. Wer erstmals nach Havanna kommt, sitzt vielleicht stolz im glänzenden Cabrio Classico aus vorrevolutionären Zeiten, genießt den Blick auf die Karibik und die Plätze der Revolution und lauscht dabei den Schilderungen des Zigarre schmauchenden Chauffeurs.

Doch wer etwas Erfahrung hat und es authentisch mag, reist in Routentaxis - den sogenannten Colectivos - durch Havanna, andere Städte oder über das Land. Pferdekutschen rollen in vielen Dörfern, im Osten knattern Motorrad-Taxis. Für Ausländer ist das billig.

Wie funktioniert ein Colectivo-Taxi? Es ist im Prinzip wie ein Bus und fährt eine bestimmte Route - in einer Stadt, aber auch zwischen Städten. Diese alten Fahrzeuge haben in der Regel ein Taxizeichen, so Gioacchino Cinquegrani

vom Cubanischen Fremdenverkehrsbüro in Berlin.

Ihre Routen führen meist über Hauptstraßen.

„Wenn mehrere Leute an der Straße warten, und es ist dort keine Bushaltestelle, dann ist die Wahrscheinlichkeit groß, dass dort Colectivos halten.“

Doch auch so kann man die Taxis herauswinken. Wenn noch Plätze frei sind, halten sie an. Wer zwischen zwei Haltestellen aussteigen will, muss das dem Fahrer nur sagen.

Für den Fahrpreis gilt ein fester Tarif. Kubaner zahlen in ihrer nationalen Währung, dem kubanischen Peso. Touristen, die sonst

für die meisten Ausgaben die Devisenwährung CUC (konvertibler Peso) brauchen, dürfen das auch.

Es ist ein heißer November-Tag in Havanna. Ein Tourist winkt in der San Lazaro nahe des Hotels „Deauville“. Ein blauer Mercury stoppt. „Linea y Paseo“, sagt der Ausländer. Der



Fahrer nickt. Fünf Kunden sitzen nun drin. Zwei Fensterkurbeln fehlen, eine Scheibe hat einen Sprung. Die Chauffeure dieser be-tagten Routentaxis, die ihr Gefährt oft mieten, verdienen meist viel mehr als Fabrikarbeiter oder Lehrer, aber weniger als ihre Kollegen in den Classics, die vor vielen Hotels auf Touristen warten. Eine Stunde für vier Personen kos-

tet in diesen blitzenden Cabrio-Oldies umgerechnet rund 35 Euro.

Nach knapp fünf Kilometern stoppt der Mercury an der Kreuzung Linea und Avenida Paseo. Der Deutsche steigt aus, reicht dem Fahrer einen 10-Peso-Schein in der Landeswährung - das sind umgerechnet 40 Cent.

In Havanna rollen inzwischen auch knallgelbe Kleinbusse - „Taxi rutereros“ - mit kühlender Klimaanlage. Aus Lautsprechern dröhnt oft Reggaeton. Kubanischer Luxus für fünf Peso, etwa 20 Cent. Doch häufig lange Wartezeiten in sengender Sonne schmälern das Vergnügen.

Und es geht auch auf zwei Rädern: Unzählige MZ-Motorräder aus Sachsen tuckern als Moto-Taxis über die Straßen in Santiago de Cuba. Und selbst Pizza-Lieferservices nutzen MZs, auch in Havanna. Foto: Bernd Kubisch/dpa-mag



Mo. - Fr. 8.00 - 19.00 Uhr  
Sa. 9.00 - 16.00 Uhr / So. 10.00 - 16.00 Uhr

Bitte geben Sie bei Buchung Ihrer Reise die Glückslos-Nr. an und nehmen Sie an der monatlichen Verlosung einer Reise teil.

## Gardasee - Limone Salò und Sirmione

### LEISTUNGEN

- Reise im \*\*\*\*STEWATA-Hochdecker-Bus mit Speise- und Getränkeservice (ohne Bistro) ohne Begrüßungsfrühstück
- 4/5x ÜN/Frühstücksbuffet im gebuchten Hotel in Limone
- 4/5x 3-Gang-Abendmenü mit Salatbuffet im \*\*\*\*Hotel Alexander in Limone oder 3x Abendbuffet, 1x Gala- oder typisch Italienisches Abendbuffet im \*\*\*\*Hotel Splendid Palace in Limone
- 4x Getränke zum Abendessen (Soft Drinks, Mineralwasser, Wein und Bier) im \*\*\*\*Hotel Splendid Palace in Limone

- Tagesausflug Salò und Sirmione mit qualifizierter Reiseleitung
- 2/3 Freizeittage

Weitere Infos unter [www.stewa.de](http://www.stewa.de)

Eintrittsgelder nicht im Preis enthalten. Ortstaxe ca. € 1,50 p.P./Tag zahlbar vor Ort. Gültiger Bundespersonalausweis erforderlich. Mindestteilnehmerzahl: 20 Personen, STEWA-Absagefrist: 14 Tage vor Abreise.

Aufpreis p. P., bitte gleich mitbuchen: Tagesausflug Arco & Trento € 30,-\*, Mindestteilnehmer: 20 Personen. \*Vor-Ort-Preis + 10%.



Internet-Code: A20AELI

Tage	Termine	Schnellbucherpreis p.P.*	anstatt Reisepreis	EZZ	Hotel
6	Fr 03.04. - Mi 08.04.2020	€ 499,-	€ 559,-	€ 225,-	Alexander
5	Do 09.04. - Mo 13.04.2020	€ 499,-	€ 559,-	€ 75,-	Splendid Palace
6	Di 14.04. - So 19.04.2020	€ 499,-	€ 559,-	€ 225,-	Alexander
5	Mo 20.04. - Fr 24.04.2020	€ 419,-	€ 469,-	€ 180,-	Alexander

\*Limitiertes Kontingent

## Spreewald und Lausitz Cottbus - Görlitz - Dresden

### LEISTUNGEN

- Reise im \*\*\*\*Partnerbus mit Bordservice
- 3x ÜN/Frühstücksbuffet im \*\*\*\*LINDNER Congress Hotel Cottbus
- Besichtigung des Branitzer Parks mit qualifizierter Reiseleitung
- Ausflug Lausitz und Stadtführung Görlitz mit qualifizierter Reiseleitung
- Fahrt mit der Waldeisenbahn von Weißwasser nach Bad Muskau
- Ausflug Spreewald mit qualifizierter Reiseleitung
- Spreewaldkahnfahrt

Weitere Infos unter [www.stewa.de](http://www.stewa.de)

Weitere Eintrittsgelder nicht im Preis enthalten. Diese sind vor Ort in bar zu entrichten.



Mindestteilnehmerzahl: 20 Personen, STEWA-Absagefrist: 14 Tage vor Abreise.

Aufpreis p. P., bitte gleich mitbuchen: 3x Abendessen im Hotel nach Wahl des Küchenchefs € 75,-.



Internet-Code: W20KPS

Tage	Termine	Preis p.P.	EZZ
4	Fr 10.04. - Mo 13.04.2020 Ostern	€ 329,-	€ 60,-
4	Do 30.04. - So 03.05.2020 Maifeiertag	€ 349,-	€ 60,-
4	Fr 29.05. - Mo 01.06.2020 Pfingsten	€ 359,-	€ 60,-
4	Do 11.06. - So 14.06.2020 Fronleichnam	€ 359,-	€ 60,-
4	Do 03.09. - So 06.09.2020 Ferien Bayern	€ 359,-	€ 60,-
4	Do 01.10. - So 04.10.2020 Dt. Feiertag	€ 329,-	€ 60,-

## St. Wendel

### Ostermarkt und Ostervergnügen für die ganze Familie

#### LEISTUNGEN

- Fahrt im \*\*\*\*STEWATA-Bistro-Bus inkl. Begrüßungsfrühstück PREMIUM
- Stadtführung St. Wendel mit Reichsritter Franz von Sickingen
- 1 Flammkuchen und 1 Glas Wein auf dem Ostermarkt

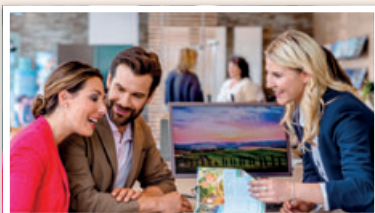
Ca. 08.00 Uhr ab / ca. 19.30 Uhr an Bistrobus-Basis Kleinostheim. Weitere Eintrittsgelder nicht im Preis enthalten. Mindestteilnehmerzahl: 20 Personen, STEWA-Absagefrist: 14 Tage vor Abreise.

**TAGESFAHRT**  
Sa 28.03.2020 **€ 79,-** p.P.  
Internet-Code: S20KTSW



## Willkommen im STEWATA Reisezentrum!

## Reise-Infoveranstaltungen



Mit persönlicher Beratung im STEWATA Reisebüro 360° zu Ihrem nächsten Traumurlaub.



Ob Frühstück, Mittagstisch oder Kuchen: Im Café Zimt genießen Sie täglich Frisches aus der Region!

Unsere Referenten berichten im Café Zimt über einzigartige Orte und die schönsten Reiseziele (Programmauszug):

Café Zimt Themenwoche: Griechenland & Nordländer		
Mo 02.03.20	15 Uhr	Kreta Ref.: M. Murza
Mi 04.03.20	15 Uhr	Griechenland Ref.: M. Murza
Mo 09.03.20	15 & 19 Uhr	Island Ref.: M. Murza
Mi 11.03.20	15 Uhr	Cornwall Ref.: M. Murza

Eintritt kostenfrei! Anmeldung bitte im Reisebüro 360° unter Telefon 06027 409721 oder auf [www.stewa.de/veranstaltungen](http://www.stewa.de/veranstaltungen)

Die Übersicht zu den Zustiegsmöglichkeiten im gesamten Rhein-Main-Kinzig-Gebiet sowie unsere Reisebedingungen/Allgemeinen Geschäftsbedingungen (AGB) für STEWATA Reiseverträge finden Sie unter [www.stewa.de/agb](http://www.stewa.de/agb).

STEWATA Touristik GmbH  
Lindigstraße 2, 63801 Kleinostheim  
Tel.: 06027 409721  
[www.stewa.de](http://www.stewa.de) [info@stewa.de](mailto:info@stewa.de)

Auch bei unseren Infoveranstaltungen bieten wir Ihnen nachmittags leckere Torten und Kaffeespezialitäten, abends hausgemachte kleine Gerichte. Das Team vom Café Zimt freut sich auf Ihren Besuch! Reservierungen unter Tel. 06027 40972 390.