

Wetterauer Wochen-Bote



Dampfen statt Rauchen

Ist die E-Zigarette weniger schädlich?



Willkommene Abwechslung

Klaus Schwabe engagiert sich beim ökumenischen Besuchsdienst



KW 3, Mittwoch, 15. Januar 2020

Das Mitteilungsblatt im Wetteraukreis

Ausgabe H 3

Hallo, liebe Leser

Ich halte generell nicht viel von Aberglauben, oder dass mein Schicksal vorbestimmt sein soll. Eine klitzekleine Ausnahme mache ich da beim jährlichen Bleigießen an Silvester. Weil das aber seit zwei Jahren verboten ist, griffen meine Freunde und ich diesmal zum offiziellen Nachfolger – Wachsgießen. Na ja, immerhin unterschied sich die Wachsvariante auf den ersten Blick nicht vom gewohnten Vorgänger – weder in Form, noch in Farbe oder Größe. Ich hatte sogar den Eindruck, dass sich das Wachs unter der Hitze der Kerze deutlich schneller verflüssigte. Ein absoluter Pluspunkt. Bei dem einen positiven Effekt sollte es aber auch bleiben. Denn beim Gießen in kaltes Wasser zeigten sich schnell die negativen Eigenschaften: Statt eines lustigen Bleiklumpens hielten wir einen merkwürdig flachen Wachsflecken in den Händen. Immerhin waren wir uns schnell über die Deutung einig: Bei dieser Wachskreation kann es sich nur um ein Moosfeld handeln. Ein Blick in die Erklärung tröstet uns dann etwas über das Wachsesaster hinweg: Moos steht für einen reichen Geldsegen. Glück gehabt, findet

Euer Boto

Schmerzfreiheit für den Körper

Butzbach. Den Körper so trainieren, dass man dauerhaft Schmerzfreiheit im Kopf, Nacken, Rücken, Hüfte, Arm- und Beinbereich erreichen können, erlernen Teilnehmer durch Bewegungs- und Dehnungsübungen. Das Training der evangelische Familienbildung Wetterau beginnt am Donnerstag, 23. Januar, von 19 bis 20 Uhr in Butzbach, Schillerstraße 18. Weitere Informationen gibt es bei der evangelische Familienbildung Wetterau, Bismarckstraße 2, in Friedberg unter Telefon 06031/1627840.

AnsprechPartner

für redaktionelle Beiträge

Melanie Nolte

Telefon: 06051 833-208
E-Mail: redaktion@bote.de



Ihr Draht zu uns:

Druck- und Pressehaus Naumann GmbH & Co. KG
Gutenbergstraße 1
63571 Gelnhausen

Anzeigen: (06051) 833-244
Redaktion: (06051) 833-202
Vertrieb: (06051) 833-299
Telefax: (06051) 833-230
E-Mail: redaktion@bote.de
Internet: www.bote.de



» **Frost und Sonne** begleitete die Sportler vom Lauftreff Butzbach beim Silvesterlauf in Gießen. Fünf Grad Minus zeigte das Thermometer am Start vor dem Philosophikum, ehe es für Timo Plötz, Michael Schlag und Petra Schindel (von links) bei strahlendem Sonnenschein auf die zehn Kilometer stramm gefrorene Laufstrecke durch den Schifflinger Wald ging. Plötz sicherte sich mit 49:29 Minuten Platz zwölf in der stark umkämpften Altersklasse M45. Michael Schlag (M60) kam nach 1:04 Stunde ins Ziel, Petra Schindel (W40) folgte kurz dahinter nach 1:10 Stunde. Weitere Teilnehmer vom Lauftreff Butzbach waren Harald Platzer (M60) mit 1:14 Stunde und Fabienne Diehl (W30). Sie ging als einzige der Butzbacher beim 21 Kilometer-Halbmarathon an den Start und finishte mit 2:02 Stunden auf Platz acht ihrer Altersklasse.

Bello darf jetzt ohne Leine laufen

Am Wölfersheimer See entsteht eine eingezäunte Hundewiese / Arbeiten beginnen noch im Januar

Wölfersheim. Kaum hat Herrchen das Halsband oder Geschirr in der Hand, stehen die meisten Hunde schon freudig bereit. Endlich raus an die frische Luft und vor allem bewegen. Zu gerne würden Besitzer ihre Vierbeiner dann auch mal frei laufen lassen. Doch kaum hat der Beagle den nächsten Hasen gewittert, vergisst man die Idee schnell wieder. In vielen Bereichen oder auch zur Brutzeit ist es zudem nicht erlaubt, Hunde frei laufen zu lassen. Am Wölfersheimer See entsteht deshalb in den kommenden Wochen eine Hundewiese, wie die Gemeinde in einer Presseerklärung mitteilt.

Mehr als 900 Hunde sind bei der Gemeinde Wölfersheim gemeldet. Es ist also nicht verwunderlich, dass die Einrichtung einer Hundewiese bereits in der Anfangsphase bei der Ausarbeitung des Seekonzeptes vorgeschlagen wurde. Im Rahmen der Onlinebefragung fand die Idee großen Zuspruch. „Es freut mich, dass wir damit dem Wunsch vieler Hundehalter nachkommen können. Das Projekt ist für uns mit einem eher überschaubaren Aufwand verbunden und kann einfach durch die Mitarbeiter des Bauhofes realisiert werden“, berichtet Wölfersheims Bürgermeister Eike See. Im Vorfeld habe die Gemeinde verschiedene Flächen am See untersucht. Als geeignet erwiesen sich zwei der Flächen in der Nähe des Solarparks. Beide Wiesen werden derzeit zur Herstellung von Heu verwendet und beweidet. Daher entschieden die Verantwortli-



Die Gemeinde Wölfersheim geht neue Wege: Eine kleine eingezäunte Wiese in der Nähe des Wölfersheimer Solarparks erlaubt es künftig Hundebesitzer ihre Tiere frei laufen zu lassen. Die Arbeiten sollen noch im Januar beginnen.

chen sich für die kleinere der beiden Flächen, die zudem einen geringeren Artenreichtum aufweist.

Regeln für Halter und Tiere

Die Fläche soll noch im Januar eingezäunt und mit Bänken, Abfalleimer und einer Station mit Hundekotbeuteln versehen werden. Beim Zaun soll ein etwas mehr als hüft-hoher Wildzaun zum Einsatz kommen, der in einem weiteren Schritt naturnah mit Rankgewächsen begrünt werden soll. Auf der Wiese selbst sollen kleine Büsche und Sträucher angepflanzt werden. Auch wenn Hunde dort künftig ohne Leine laufen können, gelten Regeln. Spezielle Tafeln am Eingang der Wiese weisen auf jene Regeln hin. Oberstes Gebot sei die

gegenseitige Rücksichtnahme, heißt es in der Presseerklärung. Auch wenn die Tiere frei laufen könnten, tragen die Hundehalter weiter die

Verantwortung. Die Mäharbeiten übernimmt der Bauhof der Gemeinde, doch für Hinterlassenschaften und gegrabene Löcher seien die Hundehalter selbst verantwortlich. Läufige Hündinnen und Tiere mit übertragbaren Krankheiten dürfen die Wiese nicht benutzen. Vergleichbare Freilaufareale gibt es in der Umgebung wenige. Die nächste Hundewiese dieser Art gibt es in Gießen. In Norddeutschland seien solche Wiesen jedoch viel häufiger zu finden, und man hat gute Erfahrungen mit dem Konzept gesammelt, weiß Bürgermeister Eike See. „Es wird sicher einige wenige geben, die sich nicht an die entsprechenden Regeln halten. Wir versuchen damit etwas für uns neues, und wir sollten den Mut haben, es einfach auszuprobieren. Ich denke, dass viele Hundehalter begeistert sein werden, fügt Eike See abschließend hinzu.

» **Das Projekt ist für uns mit einem eher überschaubaren Aufwand verbunden und kann einfach durch die Mitarbeiter des Bauhofes realisiert werden.**

Wölfersheims Bürgermeister Eike See

Neujahrsempfang der CDU Münzenberg

Münzenberg. Der CDU-Stadtverband Münzenberg veranstaltet am Sonntag, 19. Januar, ab 14 Uhr im Kulturhaus „Alte Synagoge“ im Stadtteil Münzenberg seinen Neujahrsempfang. Alle Mitglieder und interessierte Bürger aus der Stadt Münzenberg und Umgebung sind herzlich eingeladen. Gestartet wird mit einem Sektsempfang für alle Gäste, um das Neue Jahr gemeinsam begrüßen. Als Gastredner spricht der Landrat des Wetteraukreises, Jan Weckler.

Konzertlesung in Butzbach

Butzbach. Am Sonntag, 19. Januar veranstaltet die Musikschule Butzbach innerhalb ihrer Künstlerkonzertreihe eine Konzertlesung. Unter dem Titel „Der Mensch ist ein Ort für Gedanken“ verbinden Hartmut Jentzsch und der Pianist Joachim Wagenhäuser Texte und Musik auf das Schönste. Beginn ist um 18 Uhr in der Wendelinskapelle. Hartmut Jentzsch, bis zu seiner Auswanderung nach Mexiko Klavier- und Fagottlehrer an der Musikschule, bringt viele Texte unterschiedlicher Form mit. Einlass ist ab 17.30 Uhr, Karten sind an der Abendkasse erhältlich. Für Schüler der Musikschule Butzbach bis 18 Jahre ist der Eintritt frei.

Im Musikgarten spielen und singen

Butzbach. Beim Musikgarten der evangelischen Familienbildung Wetterau, der am Dienstag, 21. Januar, für Kinder zwischen neun und 18 Monaten beginnt, singen und tanzen die Teilnehmer gemeinsam, üben Finger- und Bewegungsspiele und hören Musik verschiedenster Stile. Treffpunkt ist immer von 9.30 Uhr bis 10.30 Uhr im evangelischen Gemeindehaus Degerfeld, Pohlgröner Straße 15, in Butzbach.

Karten für Faschingssitzung

Echzell. Der Kultur- und Carnevalverein Bingenheim (KCB) veranstaltet am Samstag, 15. Februar, seine diesjährige Faschingssitzung mit dem Motto „Närrischer Jahrmarkt in der Schloßstraße“. Die Sitzung beginnt um 20.11 Uhr im Bürgerhaus Bingenheim. Karten für die Sitzung gibt es bei Melanie Nolte per E-Mail an melanie.nolte@kc.bingenheim.de. Auch in diesem Jahr feiert der KCB Kinderfasching. Am Samstag, 8. Februar, feiern die jüngsten Narren im Bürgerhaus mit Clown Charly, lustigen Spielen und Musik die fünfte Jahreszeit. Beginn ist um 14.11 Uhr, Karten sind hierfür nicht notwendig.

Willkommene Abwechslung

Seit 30 Jahren bietet das Evangelische Dekanat Wetterau einen ökumenischen Besuchsdienst



Klaus Schwabe besucht ehrenamtlich ältere Menschen wie Elisabeth Baumgart im Erasmus-Alberus-Haus in Friedberg.

Wetteraukreis. Mittwochvormittag. Elisabeth Baumgart, eine Bewohnerin im Seniorenheim Erasmus-Alberus-Haus in Friedberg, wird heute von Klaus Schwabe besucht. Er arbeitet ehrenamtlich im ökumenischen Besuchsdienst Wetterau. „Der Besuch ist eine willkommene Abwechslung“, sagt Baumgart. Seit mehr als fünf Jahren besucht Schwabe die über 90-jährige Dame. In dieser Zeit ist eine vertrauensvolle Beziehung gewachsen. Vor fünf

Jahren konnte sie noch sehen, inzwischen ist das Augenleiden immer schlechter geworden. „Deshalb lese ich vor“, sagt Schwabe, „zum Beispiel aktuelles aus der Zeitung und kleine lustige Geschichten, die sie sehr liebt und gerne hört“. Weiterhin habe die 90-Jährige großes Interesse an Berichten über die Natur. Besonders schön sei auch die Zeit, wenn die beiden sich gegenseitig von den Erlebnissen aus der eigenen Familie berichten. „Da werden so man-

che Erinnerungen wieder lebendig“, weiß Schwabe. „Wenn es geht, laufen wir auch in den Gängen auf und ab, das trainiert ein wenig.“ Der Besuchsdienst kann eine gute Ergänzung zu Besuchen der Familie sowie der Arbeit der Mitarbeitenden im Haus sein. Aber nicht alle Bewohner haben eine Familie, die sie besuchen kann. „Es müssten noch viel mehr Leute wissen, wie wichtig unser Dienst ist und natürlich mitmachen“, sagt Emilie Andräs, ein Urgestein des

Besuchsdienstes. Sie war von Anfang an dabei und macht seit 30 Jahren Besuche im Diakoniewerk Elisabethhaus in Bad Nauheim. Außerdem singt sie wöchentlich dort mit Bewohnern. Schwabe und Andräs sind zwei von zurzeit rund 50 Ehrenamtlichen, die Besuche in Senioreneinrichtungen, Kirchengemeinden oder Kliniken machen. Sie sind ein großer Schatz für die Kirche und eine noch größere Bereicherung für die Besuchten.

Neuer Kurs startet Ende Januar

Ende Januar starten Pfarrerin Birgit Müller und Pfarrer Ernst Rohleder, beide in der Altenseelsorge im Evangelischen Dekanat Wetterau, einen neuen Ausbildungskurs für den ehrenamtlichen Besuchsdienst. Der Kurs hilft, die eigene Rolle bei Besuchen zu klären und führt in Möglichkeiten der Gesprächsführung ein. Die Termine sind immer donnerstags, 30. Januar, 27. Februar, 19. März, jeweils 18 Uhr sowie Samstag, 29. Februar, ganztätig, im Evangelischen Dekanat, Erasmus-Alberus-Haus, Hanauer Straße 31, in Friedberg. Informationen und Anmeldung bei Pfarrerin Birgit Müller unter Telefon 06085/766 sowie Pfarrer Ernst Rohleder unter 0151/59462587 oder per E-Mail an altenseelsorge.wetterau@ekhn.de.

Exklusive **Neue Zeitung** + **Mittelhessen-Bote** Leserreise

Gardasee mit Karneval in Venedig

****Hotel Savoy Palace in Riva del Garda

Nur für Leser des Mittelhessen Bote & Gelnhäuser Neue Zeitung



Abo-Vorteil: 20,- € Bordbistro-Gutschein p.P.




Sa 22.02. - Mi 26.02.2020
5 Tage EZZ € 75,- € 499,- p.P.!

LEISTUNGEN

- Reise im ****STEWA-Bistro-Bus inkl. Begrüßungsfrühstück PREMIUM
- 4x ÜN/HP im ****Hotel Savoy Palace in Riva del Garda, nur ca. 150 m vom Gardasee entfernt (Frühstücksbuffet, Abendmenü oder Buffet)
- 1x Kaffee und Kuchen im Hotel
- 1x Livemusik im Hotel
- Bootsfahrt Venedig
- Besuch des Karnevals in Venedig
- Stadtrundgang Verona mit qualifizierter Reiseleitung

Weitere Informationen unter www.stewa.de
Eintrittsgelder nicht im Preis enthalten. Kurtaxe ca. € 1,30 p.P./Tag zahlbar vor Ort. Gültiger Bundespersonalausweis erforderlich. Mindestteilnehmerzahl: 20 Personen, STEWA-Absagefrist: 14 Tage vor Abreise.

Buchen Sie Ihren Traumurlaub unter Leser-Hotline 06027-40972-1
Veranstalter: STEWA Touristik GmbH, Lindigstraße 2, 63801 Kleinostheim

Floh hüpfen für Kleinkinder

Butzbach. Die evangelische Familienbildung Wetterau bietet wieder das Angebot „Floh hüpfen für Kinder von ein bis zwei Jahren mit Eltern“ in der Butzbacher Schloßturnhalle, Griedeler Straße 37, an. (Groß-)Eltern erkunden in dem Kurs mit dem Kind Bewegungslandschaften und Spiele zur Förderung der Kreativität und Körperwahrnehmung. Der Kurs findet mittwochs ab 22. Januar neun Mal von 9.30 Uhr bis 10.30 Uhr statt. Anmeldungen sind über die Geschäftsstelle der evangelischen Familienbildung Wetterau, Bismarckstraße 2, in Friedberg unter Telefon 06031/1627-800 oder E-Mail an info@familienbildungwetterau.de möglich. Weitere Infos unter www.familienbildungwetterau.de.

Entspannung für Mütter

Butzbach. Entspannung für Mütter bietet die evangelische Familienbildung Wetterau ab dem 17. Januar immer freitags von 10 bis 11.30 Uhr im evangelischen Gemeindehaus Degerfeld, Pohlögöner Straße 15, in Butzbach. Kinder, Haushalt, Arbeit – viele Mütter geraten in diesem Spagat oftmals an ihre Grenzen. Mit Hilfe von einer Kombination aus progressiver Muskelentspannung, Einblicke in Yoga und Naturheilkunde lernen Frauen in diesem Kurs ihren Körper zu entspannen, um auch zuhause hin und wieder abschalten zu können. Weitere Informationen gibt es bei der evangelischen Familienbildung Wetterau, Bismarckstraße 2, in Friedberg unter Telefon 06031/1627840.

Hohes Müllaufkommen in Kleidercontainern

DRK Münzenberg beklagt widerrechtliche Entsorgung

Münzenberg. Ein unverantwortliches Handeln muss das DRK Münzenberg einigen Bürgern vorwerfen, die die für Kleiderspenden aufgestellten Container des DRK zur allgemeinen Müllentsorgung nutzen. Frank Metz verantwortet von Seiten des DRK-Vorstandes die Organisation der Kleidersammlung und beklagt Entsorgungskosten von über 1.000 Euro, welche die Finanzlage des DRK Münzenberg im vergangenen Jahr stark belastet habe. Von Bauschutt über Kleiderbügel bis zu verdorbenen Lebensmitteln begegnet den DRK-Mitarbeitern bei der Leerung der Container jede Art von Restmüll, der dann gesondert gemeldet und über einen externen Dienstleister entsorgt werden muss. „Wir finanzieren einen Großteil unserer ehrenamtlichen Arbeit über die finanziellen Erlöse aus der Weitergabe der Kleiderspenden. Durch eine sehr angespannte Situation dieses Marktes müssen wir hier seit dem vergangenen Jahr bereits mit finanziellen Einbußen kalkulieren“, berichtet Metz. Zusätzliche finanzielle Belastungen durch solche Müllentsorgungen mache den DRKlern große Sorgen und könnten zukünftig dazu führen, dass die Kleidersammlung nicht mehr rentabel sei. Dadurch würde sich die finanzielle Situation des DRK Münzenberg massiv verschlechtern, was dazu führen würde, insbesondere soziale Projekte – wie die Hausaufgabenbetreuung – nicht mehr durchführen zu können, berichtet das DRK. Das DRK hält ein solches unverantwortliches Verhalten einiger Bürger für unvereinbar mit den aktuell diskutierten Themen einer nachhaltigen Lebensführung und Erhalt der Schöpfung.

Annahmeschluss

... für den BOTEN (Redaktionsschluss) ist
montags um 10 Uhr.

Wir bitten um Beachtung.

Redaktion Mittelhessen-Bote

Termine

In Friedberg

Friedberg. Folgende Kurse beginnt bei der evangelischen Familienbildung Wetterau in den kommenden Tagen am Standort Friedberg, Bismarckstraße 2:

15. Januar

9.45 Uhr Gymnastik für Seniorinnen, ein Einstieg in den laufenden Kurs ist möglich

19. Januar

11.30 Uhr Pilates am Sonntag

20. Januar

9.30 Uhr Musikgarten für Kinder bis zwei Jahre

21. Januar

15.30 Uhr Flohhüpfen für Kinder zwischen ein und drei Jahren

22. Januar

16 Uhr Dance Moves - Tanz dich fit

23. Januar

10.45 Uhr Babymassage

Anmeldungen sind bei der evangelischen Familienbildung Wetterau, Bismarckstraße 2, in Friedberg unter Telefon 06031/1627-800 oder E-Mail an info@familienbildungwetterau.de möglich. Weitere Infos unter www.familienbildungwetterau.de.

Aktuell

Sperrung in der Mittelstraße

Bad Nauheim. Die Stadtwerke Bad Nauheimer sperrt wegen Tiefbauarbeiten noch bis Freitag, 31. Januar, die Mittelstraße zwischen den Einmündungen Hauptstraße und Ernst-Ludwig-Ring für den Kraftfahrzeugverkehr. Die Umleitung in Richtung Friedberger Straße erfolgt über die Hauptstraße, Rießstraße und den Ernst-Ludwig-Ring. Der Linienverkehr in Richtung Marktplatz wird über den Ernst-Ludwig-Ring, die Karlstraße und die Hauptstraße umgeleitet.

Hermelinweg gesperrt

Bad Nauheim. Der Hermelinweg in Bad Nauheim in Höhe Haus Nummer 10 bleibt aufgrund der Anlieferung und Montage von Benteilen mit Hilfe eines Mobilkrans noch bis Freitag, 17. Januar, für den Kraftfahrzeugverkehr gesperrt.

Produzenten sagen Vorstellung ab

Friedberg. Die für Montag, 16. November, fest zugesagte Aufführung „Drei Männer und ein Baby“ wurde seitens des Produzenten abgesagt. Stattdessen freut sich die Volksbühne Friedberg über ein Gastspiel aus dem Berliner Renaissance-Theater: „Nein zum Geld!“ aus der Feder von Flavia Coste.



Sternsinger des katholischen Kindergartens Sankt Marien zu Besuch im Kreishaus.

Geld für hilfsbedürftige Kinder sammeln

Sternsinger bringen Segen ins Kreishaus

Wetteraukreis. Elf Jungen und Mädchen des katholischen Kindergartens in der Friedberger Leonhardtstraße kamen ins Friedberger Kreishaus, um als Heilige Drei Könige den Segen aus der Heiligen Nacht zu überbringen. Erste Kreisbeigeordnete Stephanie Becker-Bösch und Kreisbeigeordneter Matthias Walther empfingen die Kinder im Foyer des Kreishauses und sangen mit ihnen ge-

meinsam das Gloria in excelsis Deo. Die Sternsinger sammeln in diesem Jahr Geld für den Frieden im Libanon und weltweit. Im Libanon herrschte von 1975 bis 1990 ein Bürgerkrieg. Seitdem ist es dem kleinen Land im Nahen Osten gelungen, ein weitgehend demokratisches und friedliches Zusammenleben von Menschen unterschiedlicher Religionen und Konfessionen zu ermögli-

chen. Doch auch dieser Friede steht vor großen Herausforderungen, nicht nur seit dem Bürgerkrieg im Nachbarland Syrien, sondern ganz aktuell durch die zunehmenden Spannungen im Nahen Osten. „Wir finden es schön, dass Kinder sich an einem solchen Tag für ihre Gleichaltrigen einsetzen und in der Tradition der Heiligen Drei Könige Geld sammeln für hilfsbedürftige Kinder, nicht

nur im Libanon, sondern weltweit“, sagte die Erste Kreisbeigeordnete Stephanie Becker-Bösch und Kreisbeigeordneter Matthias Walther. Im Kreishaus wurden die Jungen und Mädchen dann noch mit allerlei Naschwerk versorgt. Und das hatten sie sich auch verdient, schließlich haben sie an einem guten Dutzend Orten in der Friedberger Innenstadt die Segenswünsche überbracht.

„In der Schule bin ich sicher und frei“

Training ab 17 Januar in Butzbach

Butzbach. Ein autogenes Training für Grundschulkinder zum Thema „In der Schule bin ich sicher und frei“ beginnt am Freitag, 17. Januar, an acht Nachmittagen immer von 14.30 Uhr bis 16 Uhr in der Butz-

bacher Schillerstraße 18. Beim dem autogenen Training lernen Kinder anhand bestimmter Übungen eine ganzheitliche Entspannung des Körpers und der Psyche. Dies hilft ihnen mit Alltags- und Schulproblemen

besser zurecht zu kommen. Das autogene Training ist eine wertvolle Hilfe für das Kind bei Unruhe, Konzentrationsmangel und Schlafproblemen umzugehen. Anmeldungen sind über die Geschäftsstelle der

evangelischen Familienbildung Wetterau, Bismarckstraße 2, in Friedberg unter Telefon 06031/1627-800 oder E-Mail an info@familienbildungwetterau.de möglich. Weitere Infos unter www.familienbildungwetterau.de.

Auszeit von der stressigen Weihnachtszeit

Schrenzerschule wird zum Konzertsaal

Butzbach. Die Vorweihnachtszeit ist für viele oft eine weniger besinnliche als hektische und arbeitsreiche Zeit. Dies ist auch für Schüler und Lehrer der Schrenzerschule nicht anders: Da müssen noch eine ganze Reihe von Klassenarbeiten konzipiert, geschrieben und nachgeschaut werden, Hefte, Referate und Hausarbeiten müssen abgegeben und korrigiert werden. Da tut es gut, wenn man in dem arbeitsreichen Alltag eine kurze Verschnaufpause einlegen kann. Diesen Gedanken hatte sich auch das engagierte und von Musik begeisterte Team mit Norman Frey am Keyboard, Elke Ludwig (Gesang), Otte Wanke mit Gitarre und Alexander Ludwig, der für Rhythmus und Sound der Aktionsband verantwortlich zeichnete. Sie hatten eine kleine Aus-



Norman Frey, Elke Ludwig, Otte Wanke und Alexander Ludwig präsentierten eine Reihe von Weihnachtsliedern für Schüler und Lehrer der Schrenzerschule Butzbach.

wahl an Weihnachtsliedern zusammengestellt und luden in Pausen zum gemeinsamen Singen ein. Zu ihrer Freude waren ihrer Einladung sehr viele Lehrer und Schüler, quer

durch alle Jahrgänge gefolgt. Gerne ließen sie sich zum Mitsingen einladen. So konnte man bereits im Treppenhaus des neuen Kunstgebäudes bekannte Lieder wie die Weih-

nachtsbäckerei, White Christmas und das bekannte Jingle Bells vernehmen. Die Rhythmen von Felice Navidad ging einigen Schülern sogar in die Beine.

Sportkreis sucht Inklusionsexperten

Wetteraukreis. Das gemeinsam vom Sportkreis Wetterau und dem Verein yourplace getragene Projekt „Wetterauer Experten für inklusiven Sport (WE-fiS)“ sucht noch Übungsleiter, Trainer, Sportlehrer, Erzieher oder soziale Fachkräfte, die sich zum ganzheitlich, zertifizierten Inklusionsexperten und Multiplikatoren für inklusive Sportangebote für ihre Vereine qualifizieren wollen. Die Fortbildung erfolgt ganztägig an den Wochenenden 25./26. Januar und 15./16. Februar im Berufsförderungswerk in Bad Vilbel und umfasst 30 Lerneinheiten. Anmeldungen können jederzeit per E-Mail an info@sportkreis-wetterau.de oder direkt in der Servicestelle des Sportkreises Wetterau in Echzell erfolgen.

Sportkreis legt Jahresprogramm vor

Wetteraukreis. Wie in den zurückliegenden Jahren hat der Sportkreis Wetterau zu Jahresbeginn sein Tagungs- und Fortbildungsprogramm vorgelegt. Vorstand und Sportjugend Wetterau haben für das Jahr 2020 wieder 14 interessante Veranstaltungen beziehungsweise Fortbildungen ausgearbeitet. Das Jahresprogramm liegt ab sofort in den Bürgerbüros der Städte und Gemeinden aus. Weitere Exemplare können unter Telefon 06008/917466 angefordert werden. Auch über www.sportkreis-wetterau.de ist das Veranstaltungsprogramm einsehbar.

Purzelzeit in der Degerfeldschule

Butzbach. Ab Freitag, 17. Januar, bietet die evangelische Familienbildung Wetterau wie die „Purzelzeit“ für Kinder zwischen zwei und fünf Jahre. Damit sich Kinder gesund entwickeln und sich wohl fühlen brauchen sie Bewegung. In Bewegung erobern Kinder gemeinsam mit ihren Eltern die Turnhalle. Dabei steht die Freude am Balancieren, Klettern, Springen und Purzeln im Vordergrund. Treffpunkt ist freitags von 15 bis 16 Uhr in der Degerfeldschule, Astrid-Lindgren-Straße 2, in Butzbach. Anmeldungen sind über die Geschäftsstelle der evangelischen Familienbildung Wetterau, Bismarckstraße 2, in Friedberg unter Telefon 06031/1627-800 oder E-Mail an info@familienbildungwetterau.de möglich. Weitere Infos unter www.familienbildungwetterau.de.

MediaBeraterin



Barbara Stenger

Telefon: 06051/833-268
E-Mail: b.stenger@gnz.de

Mitsingen erlaubt

Kurkonzerte am Wochenende in Bad Nauheim

Bad Nauheim. Gute Laune und jugendliche Lebensfreude versprühen die Neuen Kurkonzerte am Wochenende in der Trinkkuranlage Bad Nauheim.

Junge und talentierte Pianisten der Musikschule Bad Nauheim aus der Klavierklasse von Julija Winnikova zeigen am Samstag, 18. Januar, ab 16 Uhr Ausschnitte aus ihrem Wettbewerbsprogramm für „Jugend musiziert“. „Klavierduo im Fokus“, haben sie ihr Programm mit Musik für Klavier vierhändig und für zwei Klaviere überschrieben. Mit Werken von Johann Sebastian Bach, Ludwig von Beethoven, Frédéric

Chopin, Alexander Skrjabin, Sergej Rachmaninow und Anton Arensky versprechen sie, die Herzen mit ihrer Begeisterung, Leidenschaft und Lebensfreude zu berühren.

Am Sonntag, 19. Januar, sorgt ab 16 Uhr das „Heurigen Trio“ wieder für jede Menge guter Laune. Mitsingen oder Summen sind nämlich ausdrücklich erlaubt, wenn beim Wiener „Schmääh“ bekannte Melodien erklingen. Mit Gesang, Geigen und Gitarre entführen Lucie Meltke, Michael Strecker und Norman Reaves zu einem lauschigen Nachmittag im Wiener Heurigen bei einem „Glaserl“ Wein.

Vater sein dagegen schwer

Kabarettist Martin Guth zu Gast beim Kulturkreis Büdingen



Der Kabarettist Martin Guth ist am 19. Januar in Büdingen zu Gast.

Büdingen. Im Rahmen seiner Kleinkunstreihe „immer wieder sonntags“ präsentiert der Kulturkreis Büdingen den Autoren, Kolumnisten und Kabarettisten Martin Guth. Am Sonntag, 19. Januar, gastiert er mit seinem Programm „Satirisch Guth“ im Kulturzentrum Oberhof.

Wie kaum ein anderer schafft es Martin Guth Woche für Woche mit seinen humorvollen Kolumnen seine Leser aufs Vergnüglichsche zu unterhalten. Dabei seziert er mit satirisch scharfer Klinge und dennoch unverschämter Charmant die kleinen und großen Dramen des alltäglichen, vor allem aber des familiären Lebens. Mit im Humor-Gepäck hat Guth aber auch seinen furiosen Debütroman „Meine Frau, ihr Mann und ich“ und gewährt seinen Lesern einen überaus amüsanten Einblick in die Welt seines Protagonisten.

Es gibt sie wirklich, diese

Musterexemplare von Mann: treu, verständnisvoll, verlässlich. Sie machen keinen Bogen um den Haushalt, kümmern sich liebevoll um die Kinder und sind auch noch charmant und witzig. Jan ist so einer. Selbst wenn der Profi-Musiker auf der Bühne steht, wandern seine Gedanken nicht zu den Groupies, sondern zu Frau und Kindern daheim. Und dann passiert es ihm.

Erst erwischt er seine Frau mit Bandkollegen und Womanizer Joey, dann setzt sie sich für ein Selbstfindungsjahr auf eine Insel ab. Von heute auf morgen steht Jan als Single und alleinerziehender Vater da. Das bringt Chaos in sein Leben. Martin Guths Debütroman führt mitten in den Beziehungsdschungel eines Neusingles und überzeugt durch eine prickelnde Mischung aus Spannung und Humor.

Der Kleinkunstabend „Satirisch Guth“ am Sonntag, 19. Januar im Sälchen des Kulturzentrums Oberhof beginnt um 19 Uhr. Karten im Vorverkauf gibt es bei der Tourist-Information Büdingen (Marktplatz 9, Telefon 06042/96370) und der Hellerschen Buchhandlung (Bahnhofstraße 5, Telefon 06042/951327).

Mit Blues, Swing und Dixie ins neue Jahr starten

Clubhouse Jazzband gastiert am Samstag, 18. Januar, in Rosbach

Rosbach. Mit der bekannten Clubhouse Jazzband startet die Kulturinitiative Verzauberwelt Baidergasse wieder einmal in ihr Veranstaltungsprogramm des neuen Jahres. Zum Repertoire des Auftaktkonzerts am Samstag, 18. Januar, ab 20 Uhr im Alten Rathaus Ober-Rosbach gehören all die schönen Sachen aus der Blues- und Swing-Ära, die nicht nur die Älteren, sondern auch die Jungen nach wie vor begeistern.

Zur Clubhouse Jazzband gehören Christoph Altmann (Trompete), Horst Grüneis (Saxophon), Martin Schüllli (Euphonium), Peter Weisbrod (Baß), Benny Muhle (Drums; Vocal) sowie Werner Rittershofer (Piano) und Anabelle Reidel, die neue Sängerin der Clubhouse Jazzband.

Die Band bringt am 18. Januar neben American Live Stücken wie „Tenor Madness“, „Ain't Misbehavin“, „Blue Suede Shoes“ auch international bekannte Jazz Songs wie „Fly Me To The Moon“, „Am I Blue“, „Autumn Leaves“ oder „Pata“ und viele andere Ohrwürmer.

Karten für das Neujahrskonzert der Kulturinitiative Verzauberwelt Baidergasse am am Samstag, 18. Januar, ab 20 Uhr im Alten Rathaus Ober-Rosbach gibt es im Vorverkauf für 12 Euro bei Hanni's Weinkontor, Baidergasse 11, in Ober-Rosbach. Alternativ können Karten auch bei Gottfried Blöcher unter Telefon 06003/3342 bestellt und reserviert werden.



Zur Clubhouse Jazzband gehören Christoph Altmann (Trompete), Horst Grüneis (Saxophon), Martin Schüllli (Euphonium), Peter Weisbrod (Baß), Benny Muhle (Drums; Vocal) sowie Werner Rittershofer (Piano) und Sängerin Anabelle Reidel.

„Sorge dich nicht, stirb!“

Dietrich Faber präsentiert am 17. Januar seine Show zum letzten Bröhm-Krimi

Altenstadt. Der Kabarettist Dietrich Faber ist am Freitag, 17. Januar, im Gemeinschaftshaus der Waldsiedlung zu Gast. Dort präsentiert er ab 20 Uhr seine Show zum letzten Band der Hessen-Krimi-Reihe um Kommissar Bröhm.

Dietrich Faber sprengt seit Jahren in den Buchshows zu seiner erfolgreichen Krimi-Reihe rund um den Hauptkommissar Henning Bröhm virtuos die Grenzen aller Genres. In atemberaubender Geschwindigkeit wechselt er Rollen und Stimmen und erzählt, liest, spielt und singt von den alltäglichen Kämpfen des Lebens. So auch in dieser fulminanten Solo-Show zum großen Finale der Reihe, in dem ein Mord in einem ganzheitlich arbeitenden „Coaching-Achtsamkeits-Motivations-Power-Balance-Institut“ geschieht.

Natürlich gibt es ein letztes Wiedersehen mit vielen lieb gewordenen Figuren der Romanreihe: An vorderster Front Manni Kreutzer, der es sich in dieser Show wieder nicht nehmen lässt, einige seiner smarten Country-Folksongs voller schräger Komik und oberhessischer Alltagslyrik aufzuführen.

Hessens Krimistar Dietrich Faber präsentiert abermals eine mitreißende, wort- und musikalische Bühnenperformance, die einen tiefgründigen Blick in das Seelenleben



Der Kabarettist Dietrich Faber ist am 17. Februar im Gemeinschaftshaus Waldsiedlung zu Gast.

der deutschen Provinz gibt und zugleich bestes Entertainment bietet.

Eine Show, wie das Leben: witzig, traurig, überraschend, albern, ernsthaft und am Ende

steht wie immer ein Abschied. Karten zum Preis von 18 Uhr gibt es beim Rathaus Altenstadt, Spielwaren Eberhardt in Altenstadt und der Back-

und Teestube Gallasch in Altenstadt sowie unter Telefon 06047/8000-22 wie auch per E-Mail an ticketverkauf@altenstadt.de. An der Abendkasse kosten die Karten 23 Euro.

Travestie-SHOW-Theater
GERDAS kleine WELTBÜHNE
Jutta P. präsentiert
Dyona Loor
Feiern, Gutscheine
in gute Laune investieren
06108 75491 www.gerdas.de

NORMA[®] DER CLOU

ab **Mittwoch**
15. Januar

Hefe-Weissbier
20x0,5-l-Flasche,
0,5-l-Flasche: -,55,
zzgl. -,08 Pfand (1 l = 1,10)

36% billiger
statt 17,20
11,-
zzgl. 3,10 Pfand

Aktionszeitraum:
13.01. bis 19.01.2020

Imkerhonig
„Unser Bester“
Sommerblüten
oder Gebirgsblüten
500-g-Glas (1 kg = 7,58)
je Glas

15% billiger
statt 4,49
3,79*

Aktionszeitraum:
13.01. bis 19.01.2020

WINTERVOGELFUTTER

Premium Starter Set
2,5-kg-Eimer (1 kg = 2,-)
oder Meisenknödel
30er Spender
2,6-kg-Eimer
(1 kg = 1,92)
je Eimer

4,99*

**Streufoeder: geschälte
Sonnenblumenkerne**
1,5-kg-Packung (1 kg = 1,99),
Vogelfutter mit Rosinen
2-kg-Packung (1 kg = 1,50)
oder **Premium Fettfutter**
2,5-kg-Packung
(1 kg = 1,20)
je Packung

2,99*

Käse
verschiedene
Sorten, z. B. würzig
48 % Fett i. Tr.,
130-g-Packung
(100 g = -,99) oder
mild & nussig
48 % Fett i. Tr.,
150-g-Packung
(100 g = -,86)
je Packung

35% billiger
statt 1,99
1,29*

Aktionszeitraum:
13.01. bis 19.01.2020

windau

**Pfeffer-/
Bauernmett**
nach Art einer
frischen
Zwiebelmettwurst
150-g-Packung
(100 g = -,86)
je Packung

18% billiger
UVP 1,99
1,29*

Aktionszeitraum:
13.01. bis 19.01.2020

Vogelkuchen
350-g-Packung (1 kg = 7,97),
Vogeltaler 450-g-Packung
(1 kg = 6,20),
Saatenherz 550-g-Packung
(1 kg = 5,07)
oder **Riesen-Futterstange**
600-g-Packung
(1 kg = 4,65)
je Packung

2,79*

Ganze Kokosnuss
350-g-Packung (1 kg = 7,11),
Wintermischung 10-teilig
850-g-Packung (1 kg = 2,93),
12-teilig
950-g-Packung
(1 kg = 2,62)
oder **NEU:
Erdnusskerne
gehackt**
1-kg-Packung
je Packung

2,49*

Medinilla magnifica
• Blütenfarbe: rosa • Mind. 2 Blüten/Knospen
• Höhe ca. 40–45 cm inkl. 17-cm-Kulturtopf
je Pflanze

(ohne Übertopf)
9,99*

Hochwertiges Bromelien-Arrangement
• In verschiedenen Farben und Sorten
• 2 Bromelien in ovaler Keramikschale oder
Bromelie im Glastopf • Höhe inkl. Schale/Topf
ca. 35–45 cm je Pflanze

6,99*

Mini Pflanze in Keramik
• In den Sorten z. B.: Echeveria, Crassula,
Cereus, Aloe oder Haworthia
• Höhe ca. 15 cm inkl. 5,5-/6-cm-Kulturtopf
und Keramikübertopf je Pflanze

1,99*

Primel in Sonderfarben
• Zweifarbige Blüten z. B. blau-weiß, gelb-rot,
orange-rot oder rosa/lila-weiß
• Höhe ca. 13–17 cm inkl. 12-cm-Kulturtopf
je Pflanze

1,29*

bella casa **Hochwertiger Design-Teppich** ca. 160x220 cm oder
Teppichläufer „Shiraz“ ca. 70x130 oder ca. 80x150 cm

• Veloursflor aus 100 % Polypropylen-Garn

NEUE Designs

Made in EU

je Teppichläufer
ca. 70x130 cm
9,99*

je Teppichläufer
ca. 80x150 cm
12,99*

je Design-
Teppich
ca. 160x220 cm
29,99*

24 Auch online

Jetzt auch in **XXL-Größe**

je Ausführung
39,99*

Streifen Weiß gekreuzt

bella casa **Hochwertiger XXL-Design-
Teppich „Shiraz“** ca. 200x300 cm

• Veloursflor aus 100 % Polypropylen-Garn

NEUE

Melange Grau

Made in EU

je Ausführung
39,99*

bella casa **Coral-Sherpa-Decke**
ca. 150 x 200 cm
• Rückseite in
Lammfloroptik
• 100 %
Polyester
je Decke

NEUE Designs

15,99*

24 Auch online

Streifen Grau/Berry
Federn
Karo Grau
Karo Anthrazit-Braun

bella casa **Dekokissen
„Abby“** ca. 45x45 cm
• Kissenhülle 100 % Polyester
• Moderner Webstoff mit
dezentem Glanz

NEUE

je Ausführung
4,99*

24 Auch online

Grün Silber
Rot Smaragd
Anthrazit Natur

KRAFT **Hohlwanddübel-Set** 3 Jahre Garantie je Set

Zur schnellen und
einfachen Montage
in Hohlräumen,
Holz, Rigips

je Ausführung
9,99*

141-teilig

72-teilig

Metal-
Hohlraum-
dübelset **141tlg.**
Größen M4 x 40–M6 x 71

Metal-Hohlraumdübel-
Set inkl. Montagezange **72tlg.**
Größen M4 x 40–M5 x 60

KRAFT **Inbus- oder Sternschlüsselsatz**

28-teilig Mit T-Griff
8-teilig

je Ausführung
9,99*

KRAFT **Abisolier- und Crimpzange** 3 Jahre Garantie

Automatik-Abisolier-
und Crimp-Zange

Abisolier- und
Crimp-Zange

NEUE

je Ausführung
8,99*

24 Auch online

Kunststoff-Behälter
• Stapelbar – Stapelkraft
der Boxen max. 240 kg

(ohne Inhalt)

ca. 400x300
x 220 mm
Tragkraft
ca. 30 kg
4,99*

ca. 600x400
x 320 mm
Tragkraft
ca. 60 kg
8,99*

Made in EU

KRAFT **Schraubendreher**
3 Jahre Garantie

Schraubendreher-/Bit-Satz **37tlg.**
Inklusive 8 Schraubendreher, 8 Präzisions-
schraubendreher, 20 Bits und magneti-
schem Bithalter

Mit praktischer
Wandhalterung

Schraubendreher-Set
mit Multifunktion
7tlg.
Sechskant-
aufnahme
als Schraub-
schlüssel-
hilfe

je Set
9,99*

LED-Leuchtmittel
• Energieeffizienzklasse
A+ / A++ (Spektrum A++ bis E)

Mini-Globe E 14
806 Lumen, 7 Watt **A++** Spektrum
A++ bis E

Mini-Globe E 27
806 Lumen, 7 Watt **A++** Spektrum
A++ bis E

Kerze E 14
806 Lumen, 7 Watt **A++** Spektrum
A++ bis E

3,99*

Birne E 27, 806 Lumen, 10 Watt **A+** Spektrum
A++ bis E
Artikel-Nr.: A80F2N27P15

2,99*

24 Auch online

Birne E 27
1055 Lumen,
11 Watt

**Extrem leuchtstark mit
einer Lichtausbeute bis
zu 115 lm/W**

**Stiftung Warentest
test.de**

SEHR GUT (1,4)
Produktgleich mit
Müller-Licht
HD95 LED E27-
Schraubsockel

Im Produktfönder
Lampen

Veröffentlicht
am 2.7.2017
www.test.de

getestet wurde Birne E27, 10 Watt
Artikel-Nr. A80F2N27P15

**Extrem hohe
Farbwieder-
gabequalität
bis zu Ra>95**

Birne E 27 **3er**
806 Lumen, 8,5 Watt

Kerze E 14 **3er**
470 Lumen, 5 Watt

Tropfen E 14 **3er**
470 Lumen, 5 Watt

* 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 Kauf-
zwang oder Sie wenden sich bezüglich kurzfristiger Lieferbarkeit an 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
bestellbar (Preis inkl. MwSt., zzgl. Versandkosten)

NORMA

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

Laden im **App Store** **JETZT BEI Google Play**

www.norma-online.de

NORMA Lebensmittelbetrieb Stiftung & Co. KG, Heisterstraße 4, 90441 Nürnberg

info

Krebs bei Jugendlichen

Eine gute Nachsorge ist für junge Krebspatienten besonders wichtig. Denn Jugendliche können nach einer Krebserkrankung ein erhöhtes Risiko für andere Erkrankungen haben. So entwickeln ehemalige Leukämiepatienten zum Beispiel eher Diabetes Typ 2 als gesunde Gleichaltrige. Nach einer Hautkrebserkrankung im Jugendalter steigt das Risiko zur Kropfbildung. Betroffene sollten deshalb regelmäßig ihre Schilddrüsenfunktion und ihre Blutzuckerwerte überprüfen lassen, rät der Berufsverband der Kinder- und Jugendärzte (www.kinderaerzte-im-netz.de).

Rasten, rosten

Viele Menschen bemerken schon mit Mitte 40, dass Hüfte oder Knie nicht mehr so wollen wie vorher. Sie leidet das Athletikum am Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf. „Das liegt dann oft daran, dass man etwas aus der Übung ist, dass man in seinem Alltag zu sehr festgefahren ist“, erklärt die Expertin das Phänomen nachlassender Beweglichkeit im mittleren Alter. Damit rastende Gelenke keinen Rost ansetzen, müssen Betroffene aktiv werden. Vor allem wer viel am Computer sitzt, braucht passende Dehnübungen und eine Extraportion Bewegung. Dabei gilt: Je abwechslungsreicher, desto besser – also ruhig mal mit dem Fahrrad statt dem Bus zur Arbeit fahren oder neue Sportarten probieren.

dpa

Dampfen statt Rauchen

Ist die E-Zigarette weniger schädlich?

Um die E-Zigarette und ihre eventuellen Gefahren gibt es jede Menge Streit. Und doch gibt es einen Satz, den wohl fast alle Beteiligten unterschreiben würden, vom Arzt bis zum Hersteller: Die E-Zigarette ist die weniger schädliche Alternative zur herkömmlichen Zigarette. Die Frage ist, was das „weniger“ bedeutet – und da gehen die Meinungen teils heftig auseinander.

Fest steht: Vieles ist unklar. Gleichzeitig erscheinen immer neue Studien, die ein teils dramatisches Bild der Gesundheitsgefahren zeichnen, etwa in Bezug auf Bronchitis oder die Lungenkrankheit COPD. Hinzu kommen mysteriöse Lungenkrankungen in den USA, mit mehr als 50 Todesfällen. Als Ursache wird dabei aber ein spezielles Öl mit Vitamin E vermutet, nicht die E-Zigarette an sich.

Schadstoffärmer – aber nicht schadstofffrei

„Man muss die E-Zigarette differenziert betrachten – auch daher kommt die Verwirrung in der Öffentlichkeit“, erklärt Katrin Schaller vom Deutschen Krebsforschungszentrum (DKFZ). Klar ist: Regulärer Zigarettenrauch enthält Tausende Substanzen, und an die Hundert davon seien krebserzeugend. „Im Vergleich dazu enthält das Aerosol aus der E-Zigarette deutlich weniger Schadstoffe. Es ist aber bei weitem nicht schadstofffrei.“ Wie hoch die Belastung ist, hänge von verschiedenen Faktoren ab: welche sogenannten Liquide jemand verwendet, wie leistungsstark die E-Zigarette ist. Schadstofffrei sei der elektronische Glühmantel aber nie, so Schaller – aber schadstoffärmer als die klassische Zigarette.

Forschung fehlen Daten



Doch wie groß ist diese Belastung? Die Hersteller im Bündnis für Tabakfreien Genuss (BfTG) verweisen auf Studien, die das „Weniger“ an Risiko zählbar machen: 95 Prozent weniger Risiko sollen es demnach zum Beispiel sein, die Krebsgefahr soll sogar um 99,5 Prozent sinken.

Doch für solche konkreten Angaben ist es noch viel zu früh, sagen Experten. „Bei Zigaretten hat es Jahrzehnte gedauert, bis wir die Gesundheitsgefährdung richtig einschätzen können“, sagt Wulf Pankow von der Deutschen

Gesellschaft für Pneumologie und Beatmungsmedizin (DGP). „E-Zigaretten gibt es dafür einfach noch nicht lang genug, insofern fehlen uns die Daten.“

Hinweise auf Gefahren

Wie groß das Problem ist, zeigt die Frage nach dem Krebsrisiko am deutlichsten: Die ersten Studien zur E-Zigarette, die auf einen etwas längeren Zeitraum blicken, werden jetzt veröffentlicht. Beobachtungszeitraum: zwei, manchmal drei Jahre. Um das Krebsrisiko richtig einschätzen zu können, müsste man aber eher 10 bis 20 Jahre anschauen, wie Katrin Schaller erklärt.

Und auch bei anderen Krankheiten lichtet sich der Nebel nur langsam: „Welche Gesundheitsschäden und sonstige Langzeitfolgen der Konsum von E-Zigaretten hat, wissen wir noch nicht“, sagt Pankow. „Gerade mit Blick auf die Lunge und die Gefäße gibt es aber zahlreiche Hinweise, dass der Konsum zumindest nicht harmlos ist.“

Und die E-Zigarette als Beitrag zur Entwöhnung? Auch das ist in der Forschung noch umstritten, sagt DGP-Experte Pankow. „Insofern empfehlen wir E-Zigaretten zur Entwöhnung nicht, das kann höchstens bei einzelnen Hochrisikopatienten sinnvoll sein, die sonst gar nicht vom Rauchen loskommen.“

Foto: Franziska Gabbert/dpa-mag

112 anrufen

Starke Schmerzen in der Brust

Länger als fünf Minuten andauernde Brustschmerzen können Anzeichen eines Herzinfarkts sein. Betroffene oder Angehörige sollten nicht zögern, die 112 anzurufen. Darauf weist die Deutsche Herzstiftung hin. Gerade an Feiertagen und am Wochenende warteten Patienten oft zu lange, weil sie entweder nicht an einen möglichen Herzinfarkt denken oder weil sie sich nicht trauen, einen Rettungswagen zu rufen. Damit riskieren sie ihr Leben – denn bei einem Herzinfarkt zählt jede Minute.

Wer die 112 anruft, sollte den

Verdacht auf einen Herzinfarkt klar äußern, rät die Stiftung. Typische Anzeichen sind neu auftretende brennende Schmerzen überwiegend im Brustkorb, die länger als fünf Minuten anhalten. Sie können in Arme, Schulterblätter, Hals, Kiefer und Oberbauch ausstrahlen. Auch starke Schmerzen zwischen den Schulterblättern oder im Oberbauch können auf einen Herzinfarkt hindeuten. Die Schmerzen sind oft mit einem Engegefühl verbunden und werden häufig von Schweißausbrüchen, Übelkeit und Atemnot begleitet.

Tipps zum Nasenspray

Nicht länger als fünf Tage nehmen



Ein feiner Sprühnebel zeigt an, dass das Nasenspray einsatzbereit ist. Foto: Christin Klose/dpa-mag

Durch das Sprühen wird der Wirkstoff gleichmäßig auf der Schleimhaut verteilt. Vor der ersten Anwendung sollte man zunächst ein paar Mal in die Luft pumpen, erklärt die „Apotheken Umschau“ (Ausgabe 12A/2019). Sobald ein gleichmäßiger Sprühnebel zu sehen ist, ist das Spray bereit. Gegen den unangenehmen Geschmack im Rachen wird der Behälter in einem 45-Grad-Winkel am Nasenloch

angesetzt. Abschwellende Sprays sollten möglichst nicht länger als fünf Tage am Stück in Gebrauch sein, sonst besteht Gewöhnungsgefahr. Wird eine angebrochene Flasche nach einiger Zeit wieder benutzt, sollte der Sprüher vorher mit heißem Wasser gründlich gesäubert werden. In Familien muss auf klare Trennung geachtet werden: Jedes Familienmitglied hat sein eigenes Nasenspray.

Den Sprung wagen

Wenn Erwachsene schwimmen lernen

Der erste Sprung ins Wasser ist ungewohnt. Das gilt für

Kinder genau wie für Erwachsene. Doch wer in jungen Jahren nie Schwimmen gelernt hat, tut sich im höheren Alter umso schwerer – und entwickelt vielleicht sogar Angst vor dem Wasser. Es lohnt sich aber, sie zu überwinden.

Denn grundsätzlich ist Schwimmen sehr gesund – gerade für Erwachsene: Der Sport ist zum Beispiel gelenkschonend, dafür sorgt der natürliche Auftrieb. „Im Wasser müssen wir nur 20 bis 25 Prozent unseres Körpergewichtes tragen“, erklärt Janina-Kristin Götz. Sie arbeitet an der Fakultät für Sportwissenschaften an der Ruhr-Universität in Bochum.

Richtige Technik will gelernt sein

Bewegung in warmem Wasser kann deshalb sogar entspannend wirken. In kaltem Wasser steigt dafür der Energieumsatz, auch der Stoffwechsel kommt in Schwung. Und: Schwimmen ist eine Ganzkörpersportart. Sämtliche Muskeln haben etwas zu tun, die Belastung lässt sich gleichzeitig aber gut steuern. Auch für die Reha oder den Konditionsaufbau ist Schwimmen deshalb gut geeignet. Grundsätzlich ist Schwimmen deswegen aber noch kein Patentrezept für die Fit-

ness. Denn vor allem die richtige Technik ist wichtig – und die will erst gelernt sein. „Das volkstümliche Brustschwimmen sorgt für massive Probleme im Nackenbereich und häufig auch der unteren Wirbelsäule“, erklärt Ulrike Urbaniak, Vorsitzende Mastersport beim Deutschen Schwimmverband. Grund dafür ist vor allem die unangenehme Kopfhaltung, wenn man nicht unter Wasser tauchen möchte. Gerade für Menschen, die erst als Erwachsene schwimmen lernen, ist das Rückenschwimmen deshalb ein sinnvoller Einstieg. Vor allem das Luft holen ist dabei einfacher, weil man frei im eigenen Rhythmus atmen kann.

Der erste Schritt zum Schwimmer ist aber nicht das Atmen und nicht die Technik – sondern schlicht die Wassergewöhnung. Genau wie Kinder sollten auch Erwachsene behutsam den Kontakt zum Wasser aufbauen.

„Die Angst steht bei Erwachsenen tatsächlich im Vordergrund und kann durch gezielte Übungen und langsames Herantasten überwunden werden“, erklärt Christina Krusenbaum vom Dortmunder SV Westfalen. Als Erwachsener schwimmen zu lernen, ist also in jedem Fall möglich.

Salat statt Wurst

Energiedichte ist wichtiger als Kaloriengehalt

Kalorien machen nicht satt. Menge und Volumen sind für das Gefühl, genug gegessen zu haben, viel wichtiger. Wer weniger kalorienreich essen will, kann das zu seinem Vorteil nutzen – indem er Essen bevorzugt, das pro Gramm eher wenig Kalorien hat. Experten sprechen dabei von Nahrungsmitteln mit niedriger Energiedichte, wie die Zeitschrift „Apotheken Umschau“ (Ausgabe 1/2020) erklärt.

Typische Lebensmittel mit niedriger Energiedichte sind zum Beispiel Kartoffeln, Hülsenfrüchte, mageres Fleisch und fettarme Milchprodukte – und natürlich Obst und Gemüse allgemein. Absolute Spitzenreiter in dieser Hin-

sicht sind unter anderem Sauerkraut, Feldsalat und Tomaten, mit 0,1 bis 0,2 Kilokalorien pro Gramm. Als niedrig gilt die Energiedichte, so lange dieser Wert nicht über 1,5 steigt.

Haben Nahrungsmittel dagegen 2,5 oder mehr Kilokalorien pro Gramm, gilt die Energiedichte als hoch. Bei Wurst ist das zum Beispiel oft der Fall, bei Fast Food aller Art und bei Backwaren wie dem Croissant. Ganz verzichten müssen Kalorienbewusste auf solches Essen zwar nicht. Sinnvoll kann aber sein, sie zu kombinieren. Das geht zum Beispiel, indem man statt einer ganzen nur eine halbe Pizza isst und diese mit einem Salat kombiniert.



Wenige Kalorien pro Gramm: Tomaten und anderes Gemüse haben eine niedrige Energiedichte. Foto: Christin Klose/dpa-mag

GESUNDHEITSECKE

Einladung zum Vortrag am

Mittwoch, 22.01.2020,

um 18:00 Uhr

...und täglich schmerzt das Schultergelenk...



Referent:

Dr. med. Marcus Vogel
Leitender Oberarzt
Zentrum für Gelenkchirurgie, Orthopädie und
Unfallchirurgie

Inhaltliche Schwerpunkte:

- Ursachen für Schulterschmerzen
- Anatomie der Schulter
- Diagnostische Verfahren
- Behandlungsmöglichkeiten

Veranstaltungsort:

„Sternbau“, Am Frankfurter Tor 19, 63450 Hanau
Eingang Sternstraße, 4. OG/Dachgeschoss,
Schwester Maria Theresia-Saal

- Teilnahme kostenfrei
- Barrierefreier Zugang
- Sitzplatzanzahl begrenzt
- Parken Parkhaus „Am Forum“

St. Vinzenz-Krankenhaus Hanau gGmbH
Am Frankfurter Tor 25 • 63450 Hanau
Telefon: 061 81/272-0 • Telefax: 061 81/272-626
info@vinzenz-hanau.de • www.vinzenz-hanau.de
www.facebook.com/st.vinzenz.hanau

Freiraum auf Zeit

Was bei der Brückenteilzeit zu beachten ist



Mehr vom Tag haben: Mit der Brückenteilzeit können sich Arbeitnehmer Freiraum auf Zeit verschaffen - und sie beispielsweise für Familie, Pflege oder Weiterbildungen nutzen.

Foto: Christin Klose/dpa-mag

Die To-do-Liste ist zu lang, der Tag zu kurz. Wenn der Beruf das Leben bestimmt, wünscht sich mancher Arbeitnehmer mehr Zeit für Familie, Hobbys oder private Weiterbildung. Das ist seit Januar 2019 mit der Brückenteilzeit möglich.

Das Prinzip: Arbeitnehmer können für einen Zeitraum zwischen einem und fünf Jahren die Arbeit in Teilzeit beantragen, danach kehren sie automatisch in die Vollzeitstelle zurück.

Wer mehr Freiraum auf Zeit beantragen möchte, sollte sich über die Voraussetzungen im Klaren sein. So haben nur Arbeitnehmer in Betrie-

ben mit mehr als 45 Beschäftigten einen Anspruch. Bei Unternehmen mit bis zu 200 Mitarbeitern gilt außerdem eine Zumutbarkeitsgrenze: Nur ein Antrag pro 15 Beschäftigte muss bewilligt werden.

Der Teilzeitwunsch muss drei Monate im Voraus beantragt werden, und der Arbeitnehmer muss mindestens sechs Monate im Unternehmen beschäftigt sein. Abgelehnt werden kann der Antrag mit Verweis auf einen sogenannten betrieblichen Grund. Etwa dann, wenn der Arbeitsablauf im Betrieb wesentlich beeinträchtigt würde.

Um wie viel Prozent das bisherige Arbeitsvolumen reduziert werden darf, ist nicht festgeschrieben. Die Brückenteilzeit „gilt außerdem nicht nur für Vollzeitbeschäftigte, sondern im Grunde für jeden Beschäftigten“, erklärt Marta Böning, Juristin beim Deutschen Gewerkschaftsbund (DGB).

Wichtig zu wissen ist außerdem, dass die Stundenreduzierung auf Kosten des Arbeitnehmers passiert: „Es gibt also keine Lohnersatzleistungen in dieser Zeit“, sagt Böning.

Weniger Geld, aber mehr Zeit - die Rechnung kann aufgehen. Prof. Jutta Rump vom Institut für Beschäftigung und Employability (IBE) empfiehlt, die eigenen Pläne frühzeitig und offen zu kommunizieren. „Es ist die Frage, wie ich das im Team, auf kollegialer Ebene rübergebracht kriege und wie ich es koordinieren kann.“ Es könne etwa helfen, den Kollegen Hintergrundinformationen zu den eigenen Beweggründen zu geben, auch wenn diese rechtlich irrelevant sind.

Gut sehen – gut aussehen

Glänzende Perspektiven für die Augen



In der Ausbildung zum Augenoptiker erlernen Azubis, Sehhilfen wie Brillen oder Kontaktlinsen anzupassen, richtig einzustellen und zu reparieren sowie ihre Kunden in der Wahl des Brillengestells zu beraten. Ein Gespür für Stil, Mode und aktuelle Trends sollten zukünftige Augenoptiker deshalb mitbringen. Der Spaß an der Beratung gehört dazu, auch weil Augenoptiker ihren Kunden im wörtlichen wie übertragenen Sinne sehr nahekommen.

Im Mittelpunkt steht aber zunächst die richtige Sehhilfe. Sie unterscheidet sich nach Träger und Anwendung – sei es die Lesebrille für einen älteren Erwachsenen, die Arbeitsplatzbrille, die Kontaktlinsen für einen Kurz- oder Weitsichtigen, eventuell gepaart mit komplexen Aufgabenstellungen wie Hornhautverkrümmung.

Augenoptiker greifen entweder auf die Rezepte eines Augenarztes zurück oder führen die Messung der Sehstärke selbst durch. Deshalb erlernen sie in ihrer Ausbildung das Bedienen der dafür notwendigen Geräte, aber auch die Anpassung der Gestelle. In der Werkstatt haben angehende Augenoptiker es mit Gläsern, Fassungen, Schrauben, Bügeln und Schleifautomaten zu tun, führen also anspruchsvolle mechanische Tätigkeiten aus.

Auch Sonnenbrillen oder Kinderbrillen müssen ihren jeweiligen Anforderungen genau entsprechen. Deshalb sind Kenntnisse aus den Bereichen Biologie, Physik und Mathematik fester Bestandteil der schulischen Ausbildung.

Außerdem müssen Augenoptiker auch die kaufmännische Seite ihres Geschäfts erlernen, da viele von ihnen die Eröffnung eines eigenen Optikergeschäfts anstreben.

Sehhilfe und modisches Accessoire: Augenoptiker unterstützen ihre Kunden in mehrfacher Hinsicht. Foto: thodonat/Fotolia

Im Anschluss an die grundlegende Augenoptiker-Ausbildung stehen viele Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten offen, die auch Berufsfelder in Augenkliniken oder in der Industrie ermöglichen. Abiturienten können im

Anschluss an ihre Ausbildung das Bachelor-Studium absolvieren. Es ist der Einstieg in den Forschungsbetrieb an der Schnittstelle zwischen augenoptischem Betrieb und Augenheilkunde. Häufig wird diese Ausbildung auch als dualer Studiengang angeboten.

Stellengesuche

Buchhalter sucht stundenweise Nebentätigkeit. Keine Versicherungen oder Ähnliches. ☎ 06048/1009

Stellenangebote

Runter vom Sofa - rein ins Team. Wir haben Arbeitsstellen in Voll- und Teilzeit sowie auf 450 €-Basis (z.B. für Schüler, Stud., Rentner oder Hausfr.). Bewerben Sie sich jetzt bei McDonald's in Sü., W'bach, Gründau, Erlensee, Florstadt und Butzbach. Wir haben etwas für Sie. Wetten, dass? Schriftl. Bewerbung ins Restaurant oder unter verwaltung@mcdgluth.de

Suche ab sofort Schreiner/Fenstermonteur zur Festeinstellung für die Montage von Fenstern, Rollläden und Bauelementen. Monatliches Festgehalt. FS Kl. B erforderlich. Montage und Dienstleistungen Gerd Hamischfeger. ☎ 0171/5436343 gerd.hamischfeger@gmx.de

Ich, ab dem Hals abwärts gelähmt, suche ab sofort freundl. u. motivierte Mitarbeiter (m/w), die mich im 3 Schichtsystem 24/7 bei allem Notwendigen (Pflege, Haushalt etc.) unterstützen. ☎ 06051/12421

Stellenangebote

Zuverlässige Servicekraft für unsere Filialen im Raum Gelnhausen, Linsengericht und Büdingen gesucht. Arbeitszeit pro Schicht 8 bis 9,5 Std., 2-Schicht-Betrieb. Vollzeit / Teilzeit / Aushilfe möglich. Bewerbungen bitte telefonisch bei: City Casino GbR, ☎ 06052/602870

Wir suchen ab sofort 3 Mitarbeiter/innen für Service, Beratung und Verkauf. Handwerkliches Geschick erwünscht. Voraussetzung: Pkw-FS. Ein tolles Team erwartet Sie. ☎ 0174/9093914, Ansprechpartner: Herr Kraus

Zur Verstärkung unseres Teams suchen wir ab sofort Mitarbeiter zur Festeinstellung im Krankentransport. Bewerbung unter: info@krankentransporte-fischer.de

Deutschsprachige Putzfrau für Büro- und Lagerräume im Gewerbepark Birkenhain 34 gesucht. Std. 12,- €. ☎ 0151/65525620

Gasthaus "Zur Krone" sucht Serviceengel, Küchenfee und Putzfrau als Verstärkung für unser Team. ☎ 06051/74117 od. 0172/9770285

Dynamische Außendienstmitarbeiter m/w/d

im Bereich Bauelemente gesucht.

Fa. HEIM & HAUS · Ihr Ansprechpartner: Herr Steinborn steinborn@heimhaus.de · ☎ 0171/2036807 · www.heimhaus.de



Geschäftszeichen: 11.1/2/32/2019

Zum nächstmöglichen Zeitpunkt ist die Stelle der

Frauen- und Gleichstellungsbeauftragten und Referatsleitung

in der Kreisverwaltung Main-Kinzig-Kreis im Referat für Frauenfragen und Chancengleichheit – mit Sitz in Gelnhausen – zu besetzen.

Die Stellenausschreibung mit allen relevanten Informationen finden Sie unter:

www.mkk.de > Kreisverwaltung > Karriere im MKK > offene Stellen



Wir suchen

für den Verkauf unserer Print- und Online-Produkte im Verkaufsgebiet Wetterau

Mediaberater (m/w/d)

Wir bieten:

Sie erhalten bei uns den Einstieg in eine ebenso vielseitige wie interessante Außendiensttätigkeit in unserem innovativen Medienhaus. Beim crossmedialen Verkauf unserer Verlagsprodukte werden Sie selbstverständlich zunächst durch erfahrene Mitarbeiter unseres Innendienstes unterstützt, um dann – mit viel Freiraum für Ihre eigenen Ideen – unsere Stamm- und Neukunden zu betreuen. Es erwartet Sie ein hochmotiviertes Team und ein anregendes, entwicklungsfähiges Umfeld. Eine leistungsbezogene Vergütung ist für uns selbstverständlich.

Ihr Profil:

Sie sind kontaktfreudig, kreativ und kommunikativ. Sie arbeiten gern selbstständig im Außendienst und haben Freude am Verkaufen. Verhandlungsgeschick und Überzeugungskraft gehören zu Ihren Stärken. Höflichkeit, Verbindlichkeit, Pünktlichkeit und ein gepflegtes Äußeres sind für Sie eine Selbstverständlichkeit. Sie haben den Führerschein der Klasse B (III) sowie einen eigenen Pkw.

Haben wir Ihr Interesse geweckt? Dann würden wir Sie gerne kennenlernen. Bitte senden Sie Ihre Bewerbungsunterlagen mit Angabe Ihrer Einkommensvorstellungen unter dem Stichwort „Mediaberater/-innen“ direkt an unseren Geschäftsführer Jochen Grossmann.

Da wir Ihre Bewerbungsunterlagen nicht zurücksenden, schicken Sie uns bitte keine Originale. Mit Zusendung Ihrer Bewerbung verzichten Sie auf die Rückgabe Ihrer Unterlagen.

DRUCK- UND PRESSEHAUS NAUMANN
GmbH & Co. KG
Gutenbergstraße 1 · 63571 Gelnhausen
Telefon (06051) 833 100 · Telefax (06051) 833 120
E-Mail: Geschaeftsfuehrung@gnz.de · Internet: www.dpn-media.de

TANZ' VOR FREUDE!

Werde **Zusteller (m/w/d)** in:

- Bad Nauheim Stadt
- Bad Vilbel Dortelweil und Gronau
- Friedberg Ockstadt
- Ober-Rosbach
- Ober-Wöllstadt
- Karben Klein-Karben und Petterweil

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

DRUCK- UND PRESSEHAUS NAUMANN
GmbH & Co. KG
Gutenbergstraße 1 · 63571 Gelnhausen
Telefon (06051) 833 292 oder 293 · Telefax (06051) 833 288
E-Mail: Vertrieb@gnz.de · Internet: www.dpn-media.de

Dienstleistungen

Wir führen aus Pflaster- u. Baggerarbeiten aller Art. Langjährige Erfahrung! Gratis vor Ort-Angebot! Seriöse und saubere Arbeit! Lassen Sie sich überzeugen. ☎ 0151/19504396

Die Renovierungsprofis: Fliesenverlegung, Badenerneuerung, Trockenbau-, Tapezier-, Maler- und Schreinerarbeiten. Wir helfen! ☎ 06185/898188 o. 0163/6908337

R. Hoti Garten- u. Landschaftsbau Pflasterarbeiten aller Art, Holzbau, Garten u. Gestaltung. ☎ 0160/99189945, 63584 Gründau, Wiesenstr. 20d.

Kreativer Innenausbau v. Decke bis z. Boden, Laminat, Parkett, Fliesenverlegen, Trockenbau im Alt- u. Neubau, fachgerecht zu fairen Preisen. ☎ 0179/1026038, 0173/6641987

Alles aus einer Hand: Maler/Tapeten, Vinyl, Parkett, Fliesen, Badsanierung. ☎ 06181-4358764 oder 0177-3142944

Baumfällung
☎ (061 84) 55483 gewerblich

Flohmarkt

Modelleisenbahn-, Auto- und Spielzeugbörse in 35510 Butzbach, 19.01.20, im Bürgerhaus, von 10 - 16 Uhr. Info: A. Baum ☎ 06033/7483390

Haushaltsauflösungen

Haushaltsauflösung o. Entrümpelung: Gewerbe, Whg., Haus. Umzugshilfe, Renovierungsarbeiten, Seniorenumzüge, Messi- u. Problemwghen., 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

Wir kaufen ständig Euro-Paletten
CP-, Einweg-Paletten, 800x1200/1000x1200 und Gitterboxen, evtl. auch Abholung. HTR Paletten-Service GmbH 63505 Langensfeld, Tel. (061 84) 92 1050

... auch als kostenloses epaper



www.bote.de

IMPRESSUM
Mittelhessen-Bote
mit Kreisausgaben
Main-Kinzig-Bote
(für den gesamten Main-Kinzig-Kreis)
Wetterauer Wochen-Bote
(für den gesamten Wetterau-Kreis)

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

Anzeigenannahme:
Montag bis Freitag von 8.00-18.00 Uhr,
Für Druckfehler übernehmen wir keine Haftung. Bei telefonisch aufgegebenen Anzeigen keine Gewähr. Zur Zeit gilt die Anzeigenpreisliste Nr. 32/45.
Der Mittelhessen-Bote erscheint mit den Regionalausgaben Gelnhäuser Bote, Hanauer Bote, Maintaler Bote, Langensfeldboder Bote, Schlüchtern Bote, Fuldaer Land-Bote, Wetterauer Wochen-Bote, Büdinger Bote, Oberhessener Bote, Kahlgrund-Bote. In der Ausgabe Main-Kinzig-Bote werden die amtlichen Bekanntmachungen des Main-Kinzig-Kreises und folgender Städte und Gemeinden veröffentlicht:
Gelnhausen – Mitteilungsblatt;
Langensfeldbold – Langensfeldboder Bote;
Wächtersbach – Wächtersbacher Stadtanzeiger;
Gründau – Gründauer Anzeiger;
Freigericht – Freigerichter Bote;
Hasselroth – Hasselrother Anzeiger;
Linsengericht – Linsengerichter Anzeiger;
Biebergönd – Wochenblatt
Biebergönd.
Auflage: 325.225.
Kombination mit Gießener Zeitung.
Auflage: 128.875.
Gesamtauflage: 454.100
Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Bilder werden weder Gewähr übernommen noch eventuelle Kosten erstattet. Für den Inhalt der Anzeigen übernehmen wir ebenfalls keine Haftung.
Der Mittelhessen-Bote erscheint mittwochs. (Änderung der Erscheinungstermine vorbehalten). Bei Nichterscheinen infolge höherer Gewalt, bei Streik, Aussperrung u.ä. Gründen, besteht kein Anspruch auf Entschädigung.
Verteilung: kostenlos an die Haushalte
Bezugspreis bei Postzustellung: 2,00 € zzgl. MwSt.

Verlag und Herstellung:
Druck- und Pressehaus
Naumann GmbH & Co. KG
Gutenbergstraße 1 · 63571 Gelnhausen
Zugleich auch ladungsfähige Anschrift für alle im Impressum genannten Verantwortlichen.

2020

Anzeigen (06051) 833-244
Redaktion (06051) 833-202
Vertrieb (06051) 833-299
Telefax (06051) 833-230

Bekanntschäften

herzenswünsche

Lina, 25 / 161 cm led., ich suche keinen Märchenprinzen, sondern einen ganz normalen jungen Mann, gerne Arbeiter oder Handwerker, Hauptsache treu u. ehrlich. Ich habe langes blondes Haar und wie ich oft höre, eine hübsche schlanke Figur mit langen Beinen. Bitte rufe an, wenn du es ehrlich meinst ü. Tel. **0152-21556592** GB-W2-1035-03

Britta, 44 J. schlank, langbeinig, vollbus., schmale Taille, ist eine attraktive Frau, sehr viel jünger aussehend mit einer Top Figur. Dein Alter spielt keine Rolle, rufe an ü. Tel. **0152-21556592** GB-W4-2067-03

Kerstin, 55 J. verw. ist eine hübsche Frau, sie sieht sehr viel jünger aus. Ich bin bescheiden, treu, häuslich, habe ein Auto u. wünsche mir so sehr, die lang vermisste Geborgenheit wieder bei einem netten Mann zu finden. Bitte melde Dich ü. Tel. **0152-21556592** GB-W5-1027-03

Regina 69 J. verw. ist eine liebenswerte Frau. Sie hat dunkle Haare, eine weibliche Figur und ist eine ordentliche Hausfrau mit Ersparnis. Ich mag Spaziergänge, die Natur, Tiere und Kinder und suche einfach einen netten Mann. Zärtlichkeit, Wärme und Vertrauen wünsche ich mir. Bitte melde Dich ü. Tel. **0152-21556592** GB-W5-1071-03

Mathias, 45 J./ 180 cm, Polizist ein einfühlsamer Mann, mit ausgeglichenem Wesen, groß und gutaussehend, kinderlieb sportlich uBitte rufe an ü. Tel. **0152-21556592** GB-M4-1007-03

Klaus, 55 J. Manager, gepflegte Erscheinung, ruhige tiefe Stimme, dunkles volles Haar, seine Augen blitzen schelmisch. Haben Sie ge-

nug Mut für einen Neuanfang? Rufen Sie an ü. Tel. **0152-21556592** GB-M5-1011-03

Hans-Peter, 67 J. Architekt verw. sehr jugendlich, volles Haar, dynam. und treu. Ich suche eine natürliche, humorvolle, ehrliche Frau, um mit ihr den Herbst des Lebens zu verbringen, mit Reisen, Tanzen, Spazieren und viel Lebensfreude. Ich suche die Dame fürs Herz Tel. **0152-21556592** GB-M6-1020-03

Seit 1997 - mit Kompetenz an ihrer Seite 63768 Hösbach - Siemensstr. 6 tägl von 10 bis 20 Uhr erreichbar



Susanne Krämer

SCHNEEBALLSCHLACHT ODER SONNENBRAND + LACHEN! 2020 IST UNSER LIEBESJAHR!

S U S A N N E, 67 J./1.64, verwitwet, Krankenschwester im Management. Ich bin eine schöne Frau mit supersexy Figur, Auto + schön. Zuhause hier in der Region, gerne lade ich Sie zum Kennenlernen zu einem Gläschen ein ... wir stoßen auf ein neues, glückliches Jahr in Liebe an. Ich bin charmant, niveauvoll, fröhlich, mit viel Herzenswärme u. Zärtlichkeit u. möchte „2020“ Liebe u. Glück! Dieses Jahr hatte ich nicht mal einen kleinen Kater nach Silvester, denn allein kann man ja nicht anstoßen; es war schon recht traurig. Suchst du eine aufrichtige Partnerin, die dich rundum verwöhnen möchte? Zärtliche Stunden in einer wunderbaren, harmonischen, ehrlichen Partnerschaft möchte ich gern mit einem netten Mann erleben dürfen. Wie wäre es mit einem Spaziergang oder einem „kuscheligen Hausfest“ für zwei? Bitte rufe gleich an, Handy pv 0152 - 09395444.

„2020“ – ICH SCHENK DIR LIEBE + EIN KUSCHELIGES UND GLÜCKLICHES JAHR

ARCHITEKTIN MARGIT, 71 J./1.65, verwitwet. Ich bin fröhlich u. sehr gut aussehend, mit schlanker, sexy Figur und jugendlicher, gepflegter Samthaut, bin elegant, charmant, sehr liebenswert u. gut situiert. Zusammen haben wir doppelte Liebe, können schöne Wochenendausflüge und event. mal eine Auslandsreise machen. Ich möchte im neuen Jahr nicht mehr alleine sein ... empfinden Sie auch so? Ich möchte dir eine treue, liebevolle, umsorgende, kultivierte Frau sein. Ich mag wandern, schwimmen, reisen, spazieren gehen; eventuell können wir mit einem verspäteten Glas Champagner auf unsere Liebe und „2002“ anstoßen. Welcher nette, ehrliche Herr mit Humor ruft an, damit wir unser spätes Glück nicht verpassen, denn durch die Liebe bleiben wir jung. Es ist unsere Glücks-Chance, wenn Sie bitte gleich anrufen: Handy-pv: 0172 - 3707138

SPRING MIT MIR IN DIE LIEBE UND IN EIN NEUES JAHR!

JULIETTE, 51 J./1.58, ledig, keine Kinder. Bin eine mittelschlanke Wahnsinnsfrau, super aussehend, zärtl., sanft u. verschmüsst. Habe schönes Zuhause, guten Beruf und Glück, wenn wir uns treffen. „ICH LIEBE DIE EHRLICHE LIEBE“ u. wünsche mir über pv einen humorvollen Mann, einen, der mich zärtl. streichelt u. treu ist! 2020 bin ich bereit für mehr Liebe, mehr lachen, mehr Schlaf, mehr Spaß. Dafür will ich: weniger Drama, weniger Stress und weniger Ärger. Flieg mit mir zum Picknick in den Schnee oder an einen weißen Strand oder gemütlich bei Rotwein zu Hause. Rufe an, Handy 0175-7078822, od. E-Mail an: Juliette07@wz-mail.de. Ich suche keinen Traumpinzen, sondern einen ehrlichen, bodenständigen Partner an meiner Seite.

WEISSER STRAND + GLUTROTE SONNE ÜBER HAWAII + UNSERE LIEBE!

FLORIAN, 60 J. und 182 cm groß, geschieden, Angestellter im Management, habe ein Herz voller Liebe, Auto, schönes Haus, bin ehrl. u. treu. Ich bin ein jugendl. Typ, charmant, intell., dynam. u. humorvoll. Suche über pv eine natürl. Partnerin u. wenn wir uns kennenlernen in heiterer, knisternder, fröhl. Atmosphäre: 20 Uhr – Romantikessen, 24 Uhr – ein Glas Champagner u. Sternchen in deinen Augen, 8 Uhr – frühstücken und für immer zusammenbleiben. Schneeballschlacht + zusammen einen Schneemann bauen, ich weiß auch, wo Schnee liegt, oder in die Sonne an einen einsamen Strand fliegen! Wir können die Zeiten auch an verschiedenen Tagen einhalten; Hauptsache, wir finden uns. Bitte rufe gleich an, Handy 01523 - 8834050 oder E-Mail an: Florian@wz-mail.de. Lebe Deinen Traum mit mir und lass uns jeden Tag genießen und positiv sein.

RUF BITTE AN, DENN ... OHNE DICH BIN ICH NUR „ICH“ UND DU NUR „DU“ ... SCHÖNER IST „WIR“!

ÄRZTIN U S C H I, 58 J. und alleinst. Ich bin fröhlich, schlank, gutaussehend, spontan, liebe das Besondere, bin ehrlich, natürlich + treu wie Gold. Ich habe lange Beine, super Figur, bin jung u. lache gern, doch leider bin ich sehr allein! Der Weihnachtsmann brachte mir „NICHTS“ u. Silvester habe ich gedacht, dass ich jetzt selber etwas unternehmen muss, um Dich zu finden. Bin spontan, aufrichtig, hilfsbereit, romantisch u. fröhlich. Ich freue mich auf das Kennenlernen – es ist Liebe, wenn wir uns in die Augen sehen u. „DU“ mich in den Arm nimmst! Wenn es dir ähnlich geht, RUF BITTE AN, denn auf meine erste Anzeige hat sich niemand gemeldet, pv Handy 0152 - 38834050 od. E-Mail an: Uschi88@zeitung-wz.de

Gitte, 68 J., mit schöner weibl. Figur, noch immer fit u. lebensfroh, möchte wieder gebraucht werden u. mit meiner liebevollen Weiblichkeit e. aufrichtigen Mann rundum glücklich machen. Bin e. ausgezeichnete Köchin u. gute Autofahrerin, auf Wunsch auch umzugsbereit. Ihr Anruf ü. pv wäre unser Glück. ☎ 0176-57889239

Helga, 73 J., seit kurzem verwitwet, doch ich halte das Alleinsein nicht aus. Ich bin fürsorglich, liebe ein gemütl. Zuhause u. die gute deutsche Küche. Welchen lieben Mann darf ich glücklich machen? Habe ein Auto u. komme Sie gerne besuchen. Rufen Sie ü. pv an u. bringen Sie die Sonne zurück in unser Leben. ☎ 0176-34498648

Helga, 78 J., gel. Kranken- und Altenpflegerin, mit guter Figur, etwas vollbusig, bin fürsorglich u. bescheiden, ohne hohe Ansprüche, mag Musik, Fernsehangebote u. Gartenarbeit, fahre gut und sicher Auto, bin nicht ortsgelunden, und würde dich auch gerne besuchen, um alles Weitere zu besprechen. pv ☎ 06151/1014071

Bildhübsche Witwe, Monika, 64 J., zärtlich, weiblich, schlank, wohne ländlich, bin eine ehrliche, sympathische Frau, gute Köchin u. Gastgeberin, Hobby-Gärtnerin, ich lebe allein, fühle mich sehr einsam. Ich würde mich gern mit Dir treffen, damit wir alles besprechen können. pv ☎ 0151/20593017

LIEBE IST EINE BLUME, DIE IMMER WIEDER BLÜHEN KANN!

HOTELIER I. R. J O A C H I M, verwitwet, 81-jähriger Unternehmer im Ruhestand und in besten finanziellen Verhältnissen. Ich möchte mit Ihnen das Leben genießen. Bin ein treuer Mann, nicht dürr, sondern ganz normal, ein fröhlicher Lausbub + Gentleman, ein dynamischer, sehr jugendlicher, vitaler Mann, immer perfekt und manchmal genau das Gegenteil, mit liebevollen lausbubenhaften Einfällen, gut situiert, schönes Zuhause hier in der Region und ich male leidenschaftlich gerne u. mag die Sonne. Ich liebe „Fünf-Uhr-Tees“, Tanzen, Schwimmen + Reisen. Ich bin harmonieliebend und anpassungsfähig. Ich möchte mit Ihnen reden, lachen, wünsche mir eine Frau, die mit Freude u. Liebe das Leben mit mir genießen möchte. Als äußerst leidenschaftlicher, zärtlicher Typ, der darauf brennt, Dich zu treffen, findest Du in mir darüber hinaus jemanden, der neben aller Spontantität und Lebenslust sowie der Leichtigkeit des Seins auch die notwendige Ernsthaftigkeit mitbringt, um Dir ein treuer, liebevoller und verantwortungsbewusster Partner zu sein. Zusammen den Weg gemeinsam gehen. Bitte rufen Sie an: pv Handy 01757 - 07 88 22

ICH HALTE DICH IMMER IM ARM + DU ERZÄHLST MIR DEINE TRÄUME + GLÜCK OHNE ENDE!

C A R S T E N, 47 J./1.83, Ingenieur im Management, ledig, keine Kinder, habe mich wohl zu sehr um meinen beruflichen Aufstieg gekümmert, das möchte ich 2020 ändern. Ich bin ein dynam., fröhlicher, großzügiger Mann, gönne jedem das Beste, bin sportl., kultiviert, niveauvoll, hilfsbereit u. mag es, zu schwimmen und zu klettern, kannst mir ja vom Boden aus zuwinken, und ich mag Abenteuerreisen, viel lachen, aber auch ernsthafte Gespräche. Das neue Jahr möchte ich gern mit „DIR“ beginnen – wenn wir uns treffen u. es knistert, wird es für immer halten. Weihnachtssurlaub nachholen, od bei einem Cocktail am weißen Sandstrand od. auf einer romant. Almhütte ... „Du entscheidest!“ Ich suche kein Abenteuer, sondern eine ehrliche, treue Partnerschaft, die zur Liebkosung der Seele wird und für immer hält. Unser Glück ist Ihr spontaner Anruf zur Liebe, pv-Handy 0172 - 3712035, od. E-Mail an: Daniel@inserat-wz.de. 2020 wird der Start in unser gemeinsames Leben – für immer!

Traudel, 63 J., gut u. jünger aussehend, mit etwas vollbus. Figur. Bin eine unkompl. u. zärtl. Frau, liebe die Natur, Musik u. den Haushalt führen. Ein Auto u. schöne Wohnung sind vorhanden, kann aber auch zu Dir ziehen. Melde Dich ü. pv, wenn Du mit mir gemeins. noch viele schöne Jahre verbringen willst. ☎ 0162-7928872

KOMM MIT – BIETE SÜDSEE-ZAUBER ODER SKI-GAUDI UND LIEBE + GLÜCK!

ARCHITEKT R I C H A R D, 70 J., verwitwet und 183 cm groß. Ich bin dynam., gutaussehend, niveauvoll, mit Charisma, treu und zärtlich. Habe ein schönes Haus – doch mir fehlt das Wichtigste, die Frau / Partnerin an meiner Seite. Komm bitte mit: Abenteuer-Urlaube, Wochenendtrips – Paris, London oder Rom, egal ... und ich lache gerne, auch über mich selber. Ich wünsche mir über pv eine liebe, natürl. Frau ... bestimm finden wir uns auf diesem modernen Weg. Weihnachten u. Silvester 2019 war ich „toller Hecht“ ganz allein mit meiner Weihnachts-gans, die sich allerdings in Ruß auflöste, da ich den falschen Knopf am Backofen drückte: „Selbstreiner“, der Backofen war verschlossen, so konnte ich noch meiner lieben Gans zugprostern. Aber „2020“ wird alles besser – mit DIR, einer fröhlichen Frau. Jetzt möchte ich Liebe finden, dich verwöhnen, dich liebhaben und unseren Urlaub in die Sonne buchen und glücklich werden mit „DIR“ für immer. Dein Anruf ist unsere Chance, Handy 01723 - 707138.

Ich, Waltraud, 70 J., bin e. natürliche, einfache Witwe, etwas vollbusig, ich mag Musik, Ausflüge (habe eigenes Auto), Natur, gemütliche Abende, Fernsehen zu zweit. Mein größter Wunsch ist einen lieben Mann gerne bis ca. 80 Jahre ü. pv. hier aus der Gegend kennenzulernen, ich bin nicht ortsgelunden u. habe keine großen Ansprüche. ☎ 0160/7047289

BESTELLSCHEIN FÜR EINE PRIVATE KLEINANZEIGE

Mittelhessen-Bote am Mittwoch Preis pro Erscheinung bis zu 5 Zeilen jede weitere Zeile
Gesamtausgabe 22,00 € 3,50 €

DER NEUE MARKT am Wochenende inklusive **Neue Zeitung** Dienstag oder Samstag

Anzeigentext Rubrik

1

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

Wenn eine Bankverbindung eingetragen ist, ermächtigt ich den Verlag mit meiner Unterschrift zum Bankinzug mittels Sepa-Basislastschrift (Gläubiger-Identifikationsnummer: DE 53 22Z 00000 415339). Die Mandatsreferenz wird separat mitgeteilt.

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. (060 51) 833 244 · Fax (060 51) 833 255 · E-Mail: anzeigenabteilung@gnz.de

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

Kaufgesuche

Ankauf von Pelzen und Nerzen aller Art, Gardinen, Möbel, Bleikristall, Gobeline, Nähmaschinen, Figuren, Puppen, Perücken, Zinn, Bernstein, Goldschmuck, Zahngold, Silber, Modeschmuck, Silberbesteck, Armbänder, 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

Sammler mit jahrelanger Erfahrung sucht Pelze, Alt- u. Bruchgold, Zahngold, Perücken, Ferngläser, Bleikristall, Bilder, Modeschmuck, Silberbesteck, Bernsteinschmuck, Goldschmuck, Münzen, Teppiche, Porzellan, Silber, Nähmaschinen, Uhren, Gobelin, Möbel, Gardinen uvm. sowie Haushaltsauflösungen. Kostenlose Beratung u. Anfahrt sowie Werteneinschätzung. Zahle Höchstpreise! 100 % seriös u. diskret. Barabwicklung vor Ort. Mo. - So. 8-20.30 Uhr, ☎ 069-20835105

Händler kauft Ihre Waffen (auch ganze Sammlungen) sowie Deko-Salut u. Schreckschusswaffen u. WK2 Militaria aller Art. www.waffen-kolo.de ☎ 06031-7915283

Achtung! In welchem Keller o. Dachbo. schlummert eine Eisenbahn? Sammler kauft Eisenbahn. Auch Ankauf, Abbau u. Abholung kompl. Eisenbahnplatten. ☎ 06108/69410

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

Modelleisenbahn-Sammlungen und Anlagen; auch große und sehr große Kauf Sammler gegen bar zum fairen Komplettpreis. ☎ 06036/9836869 o. 0171/1940159

Kaufe alles aus Omas Zeiten: Möbel, Bilder, Uhren, Porzellan, Krüge usw., Haushaltsaufl., Nachlässe, auch def. Sachen, alles anbieten. ☎ 06181/14164 o. 0157/89043995

Wir suchen ständig Flohmarktartikel, Haushaltswaren, Deko, Kleidung, Spielsachen, Bett- u. Tischwäsche, usw. (keine Möbel) ☎ 06051/4067

Pflege/Betreuung

Biete 24 h-Betreuung zu Hause. ☎ 06172-287495

Mittelhessen-Bote
Partner der Vereine

Reinigung

Blitz-Blank!!! Fenster/Rahmen, Wintergartenreinigung gefällig oder Gartendreinigung Ihrer Wohnung? Wir kommen! Gerne reinigen wir auch Ihre Wohnung alle 14 Tage mit absolut zuverlässigem Personal! 47 Jahre Fa. Ralf Hüber, Meisterbetrieb. www.hueber-reinigungsservice.de ☎ 06101-3131

Rund ums Haus

Wo. + Altbauanierg., mit Malen/Tapez., Parkett/Laminat, Teppbo., Sie brauchen nicht auszuräumen! Trockenbau, Badsanierungen, auch neue Bäder, Hgz., Elektr., Innen/Außenputz, Isoliergn., Fe. + Dachfe. + kompl. Dachausbau. Ralf Hüber Meisterbetrieb, Schäfergasse 12, 61138 Niederdorfelden www.hueberinnenausbau.de ☎ 06101/3131

Von Rhein Hausmeisterservice, rund ums Haus: Haushaltsauflösung (Auflösungen, Entrümpelungen aller Art), Objektbetreuung, Treppenhausreinigung, Entsorgung, Parkplatzreinigung, Gartenpflege und Mäharbeiten, Winterdienst, Kehrservice. Weiteres auf Anfrage. ☎ 0177/9126229

Teppichreinigung

Wir reinigen in Ihrer Wohnung zu Sonderpreisen Teppiche/T.-böden, Polstermöbel + Matratzen, antiallerg. mit Geruchsabsaugung, farbfrisch wie neu mit Langzeitimpregnierung! 47 Jahre Ralf Hüber Meisterbetrieb. www.hueber-reinigungsservice.de ☎ 06101/3131

Tiermarkt

Ein kleiner Pudel-Terrier 1,5 J., 17 kg, ca. 40 cm, grau gelockt, sucht ein neues Zuhause. Derzeit bei seiner Pflegefamilie in Gelnhausen. Er wünscht sich am liebsten ein Einoder max. ein Zwei-Personen-Haushalt ohne Kinder, gerne mit Garten. Wer Benny kennenlernen möchte, einfach mal anrufen. ☎ 0151/23595804

Umzug

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

C+P Umzüge-Umzüge nah und fern. Keine Anfahrtspauschale, kostenloser Umzugsberater, keine Materialkosten, Küchen- u. Möbelmontage. ☎ 06047/986370, 0173/1700586

Unternehmungen

Gemeinsam aktiv 2020! Suche jung gebliebene Leute, 55 - 65 J., für gemeinsame Aktivitäten, wie Wandern, Walken, Theater, Kino, Oper, Essen, usw. Bin weiblich, 57 J. mkkaktiv2020@gmx.de

Verkäufe

Achtung Brennholz! Jetzt bestellen, frisch od. trocken, 1 m lang od. offenfertig, keine Schüttemeter-Raumeter (Ster), Lieferung möglich. ☎ 0160-93018661 oder 0661-45221

Verkäufe

Trapezbleche 1. Wahl und Sonderposten aus eigener Produktion, Top-Preise, cm-genau, 98646 Eishäusen, Straße in der Neustadt 107, bundesweite Lieferung ☎ 03685/40914-0 www.dachbleche24.de, Ihr Produzent!

Säge-Spaltmaschinen, Bandsägen, Kreissägen, Holzspalter, Forstseilwinden. Die idealen Maschinen für die Brennholzproduktion. www.zeiler-forst.de Zeiler Forst-Geräte-Center ☎ (097 47) 841

1a Buchenbrennholz, absolut trocken, in versch. Längen, ab 45,- €/m³. ☎ 0152-06589557

www.brennholzwerk-frankfurt.de ☎ 0176-6696694

Verschiedenes

Ihre alten Schmal- und Videofilme kopiere ich gut und preiswert auf DVD. Auch Dias, Tonbänder und LP in bester Qualität auf CD. Ihre Schätze von mir gut gesichert. W. Schröder. ☎ 06172-78810

Haushaltsauflösungen / Nachlassräumungen / Entrümpelungen / diskret u. kostengünstig. Verwendbares wird angerechnet. Kostenfreies Angebot. ☎ 06053/4709 0170/9927625

Dachdecker- u. Spenglerarbeiten, Schneefanggitter und Wäredämmung für Ihr Dach. Andreas Kraus, Kahstr. 46, 63828 Kleinkahl. ☎ 06024/3601 u. 0179/5591104

Verschiedenes

Dachdecker- u. Spenglerarbeiten, Schneefanggitter und Wäredämmung für Ihr Dach. Andreas Kraus, Kahstr. 46, 63828 Kleinkahl. ☎ 06024/3601 u. 0179/5591104

Kontakte

Wir sind umgezogen! Über 7.000 Erotik-DVD's namhafter Hersteller im Angebot. Ab 3 DVD's je Erotik-Film nur 5,- €. empire Videothek Hanau, Nürnberger Str. 16. ☎ 06181-256511. Öffz.: Mo.-Sa. 10-21 Uhr

Suriya-Massagen.de
sinnl. erotische Massagen · gepfl. Ambiente
sehr diskret · 06051-977056

KAJA
Ober-Rosbach · 06003-6346
www.rosbacher-erotikparadies.de

66j. BH DD, ganz privat 0162-465 56 72

Telefonerotik

sexhungrige Rentnerin ★ 0162-46 55 709

Mittelhessen-Bote
... auch als
kostenloses
epaper



www.bote.de

Auto & Verkehr

E-Mobilität und Minusgrade?

Tipps zur richtigen Vorbereitung

Hybrid- und Elektrofahrzeuge erobern selbst hierzulande Meter für Meter den Straßenraum. Auch wenn immer noch viele Vorurteile gegenüber der alternativen Antriebstechnologie unterwegs sind – eines der hartnäckigsten: nicht wintertauglich. Zwar verhält sich die Batterie bei niedrigen Temperaturen tatsächlich anders. Wer weiß wie, kann sich aber darauf einstellen und kommt prima lokal emissionsfrei durch die kalte Jahreszeit.

Batterien haben es gerne warm. Wer also die Möglichkeit hat, sein Auto in der Garage zu parken und zu laden, tut dem Stromspeicher Gutes. Dazu Volker Blandow vom TÜV Süd: „Gewisse Eigenschaften ändern sich mit der Temperatur und das ist im Fahrbetrieb auch spürbar. Batterien verlieren bei sehr tiefen Temperaturen an Dynamik.“ Die geringere Dynamik sorgt auch dafür, dass die Ladezeiten im Winter ein wenig länger sind. Das gilt ganz besonders auch für die Schnellladung. Wenn ein Batteriesystem über Nacht ohne Ladung völlig ausgekühlt ist, wird der Strom zum Schutz der Batterie nur langsam auf den Maximalwert angehoben. Dies geschieht zum Schutz der Batterie und gegen bleibende Schäden.

Einbußen bei der Dynamik

Anhänger

Anhänger - Verkauf - Vermietung - Service - Ersatzteile. N.C.G. Fahrzeugbau GmbH, 63571 Gelnhausen ☎ 06051/9141780 www.ncg-fahrzeugbau.de

Pkw Ankauf

Liebe Leser, suche Pkw's u. Busse, auch ohne TÜV, hohe Kilometer u. Unfallschaden. Bitte alles anbieten. Bezahlung vor Ort zu fairen Preisen. Komme sofort. Seröse und unkomplizierte Geschäftsabwicklung. ☎ 06053/7068811 o. 01525/4658507

Kaufe PKW, Geländewagen u. Busse aller Art - auch mit Mängeln u. Unfallschaden - zu realen Preisen. Wir zahlen bar. Fa. Auto-Michel. ☎ 06184-56281 oder 0170-9669002



Elektrisch unterwegs im Winter? Richtig vorbereitet ist das kein Problem. Werkfoto: TÜV Süd

Kältebedingte Dynamikeinbußen der Batterie sorgen einerseits für eine geringere Beschleunigung. Andererseits kann sich aber auch im Bremsverhalten eine wesentliche Änderung bemerkbar machen: Die Rekuperation, das heißt das Nutzen der Bremsenergie, wird verringert, weil bei sehr kalter Batterie nicht die gesamte Leistung in die Batterie gepresst werden kann. Der Effekt: Erfahrene Elektrofahrer, die gekonnt die Energierückgewinnung zum Verzögern einsetzen, müssen bei sehr kalten Temperaturen mit leicht verminderter elektrischer Bremsleistung rechnen. „Einen ähnlichen Effekt gibt es, wenn man mit randvoller Batterie losfährt, auch im Sommer“, sagt der Experte. Und noch ein Tipp für den Winter: „Auch bei

Pkw Ankauf

Pkw-Ankauf! Mit oder ohne Mängel, auch ohne TÜV, Selbstabholung 24h, sofortige Barzahlung, 63571 Gelnhausen, 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

Frühbucher-Rabatt 2020 - Jetzt sichern! Abverkauf der Mietfahrzeuge. Infos unter ☎ 06053-4850 oder www.mk-reisemobile.de

Hüttl rent vermietet Reisemobile und Wohnwagen zu Super-Spar-Preisen · Info: 06181-42433-40 www.huettlrent.de

geringerer Beschleunigung, wegen der kalten Batterie: Bei glatter Fahrbahn immer an das hohe Drehmoment denken.“ Vorgeheiztes Auto Beim Elektroauto ist auch die Heizung elektrisch. Die gesamte Insassenkabine ständig auf Kuscheltemperatur zu halten, kostet eine Menge Energie. Wesentlich sparsamer agieren da Sitzheizung und Lenkradheizung. Sie halten ausreichend warm und kosten weniger Reichweite. Zusätzlicher Tipp vom Experten: „Vorheizen! Am besten das Auto über Nacht ans Netz hängen. So erspart man der Batterie das energieaufwändige Aufheizen eines kalten Fahrzeugs. Außerdem ist es einfach angenehm in ein vorgeheiztes Auto zu steigen, inklusive eisfreier Scheiben“, so Blandow.

Reisemobile

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

Informativ & vielseitig

VW

Golf IV Kombi, EZ 01, TÜV/Au neu, 106 PS Benzin, AHK, viele Extras, 1800,-€ VB. ☎ 0175/4072251

Wohnwagen

Wilk de Luxe 450, EZ 5/94, kompakter, leichter Wohnwagen, ZGG, 1300 kg, 6,37 l, Festbett., Truma Therm, usw. 5.250,-€. Freizeitcenter Goebel, Mainaschaff, Am Mainparkcenter ☎ 06021/75075 www.freizeitcenter-goebel.de

ImmobilienMarkt

Was kostet eine Renovierung?

Wie Eigentümer planen können

Auch das schönste Haus kommt irgendwann einmal in die Jahre. Für Eigentümer stellt sich dann die Frage: Wie teuer darf die Renovierung werden? „Für die meisten Bauherren steht die energetische Sanierung an erster Stelle“, beobachtet Katrin Voigtländer-Kirstädter vom Verband Privater Bauherren. Zur Finanzierung bieten Geldinstitute verschiedene Möglichkeiten. „Grundsätzlich wird zwischen einem Immobilienkredit und einem allgemeinen Verbraucherkredit unterschieden“, erklärt Anne van Dülmen vom Bundesverband deutscher Banken in Berlin. Bei einem Immobilienkredit wird zur Sicherung im Grundbuch ein sogenanntes

Grundpfandrecht in Höhe der Darlehenssumme eingetragen, meistens eine Grundschuld. Dadurch bieten solche Kredite in der Regel günstigere Zinssätze als allgemeine Verbraucherkredite. Bauherren, deren Immobilienkredit für ihr Haus noch läuft, müssen nicht unbedingt einen weiteren Kredit aufnehmen. „Wenn das Haus mit einer Grundschuld belastet ist und der darüber abgesicherte Kredit teilweise bereits getilgt ist, lässt sich vielleicht die Kreditsumme noch einmal aufstocken oder eine günstige Zweit- oder Anschlussfinanzierung vereinbaren“, sagt van Dülmen. Ein weiteres Instrument zur Finanzierung von Renovierungsprojek-

ten ist der Bausparvertrag. Dabei erwirbt der Bausparer nach einer Ansparphase mit regelmäßigen Sparraten einen Anspruch auf die Gewährung eines Bauspardarlehens zu einem vereinbarten Zinssatz. Der Vertrag wird über eine bestimmte Bausparsumme abgeschlossen. Ist das Mindestsparguthaben erreicht, erhält der Bausparer mit der Zuteilung des Vertrages das angesparte Bausparguthaben sowie das Darlehen. Welche Finanzierung geeignet ist, hängt von der Größe des Projekts ab. Bevor Eigentümer zur Bank gehen, sollten sie sich Gedanken darüber machen, wie hoch genau der Kreditbedarf ist.

Garagen

Parkplätze, Garage, Lager, in gepflegter, sicherer Liegenschaft, 3 Min. vom Amtsgericht Hanau. ☎ 01520/2311680

Gew. Vermietungen

Ab dem 01.09.2020, nach Abspr. auch früher: Gastronomie in Grundau zu verpachten mit ca. 120 Sitzplätzen auf 130 m², große Theke, drei Gasträume, eine vier Bahn Bundesliga Kegelbahn mit zusätzlichen 52 Sitzplätzen, Parkplätze sowie Platz für Biergarten. Monatlich 1.350,- € + 660,- € für Umlagen und Versicherungen. Im gleichen Gebäude: eine helle 4 Z./Wgh., 115 m², KM 690,- € + 120,- € Umlagen sowie eine 2 Z./Wgh., 65 m² - ideal als günstiger Wohnort für z.B. Personal. Beide Wgh. im DG mit sep. Eingang. Weitere Informationen unter 0151/63231459 / verpachtung@kv-rothenbergen.de / http://www.kv-rothenbergen.de.

Büro/Praxis, zentrale Lage, in Wächtersbach, ideal als Arztpraxis, Kanzlei, Büro, zu vermieten, 158m²/7 Zimmer ☎ 0151/20021846

Bad Orb: Büro-/Praxisräume (130 m²) in Kurparknähe zu vermieten. Chiffre 96426

Grundstücke

Bauherrenfamilie sucht Platz für ihr Traumhaus! Unsere Bauherrenfamilien suchen Grundstücke für ihre Häuser. Sie haben ein Grundstück zu verkaufen? Sie wissen, wo noch freie Grundstücke vorhanden sind? Dann kontaktieren Sie uns und helfen Sie einer Familie, den Traum vom eigenen Haus zu erfüllen. www.Sierra-Massivhaus.de ☎ 06184-999480

Immob.-Gesuche

Für solvente Kunden dringend 1-2 FH gesucht.
Johanna Immobilien 06051 / 977677 od. 0151 / 232776 10 www.aj-immo.de

Immobilien

Wir kaufen Ihre Immobilie
sofort o. bewerben sie bundesweit zum Bestpreis 06625-1820
Immobilien-Sofortkauf.de

Immobilienankauf schramm24.de - 06181/1893935 Mietgesuche

Single, männl., Rentner, sucht dringend 2-Zi.-Wgh., EG, ca. 50-60 m², Raum GN u. Umgebung od. Langenselbold, WM zw. 500,- u. 600,- € ☎ 06051/8878052

Suche 1 Zi.-Single-App., nicht zu klein, ca. 60 m², oder 2-Zi.-Wgh., mit Balkon, EG oder Fahrstuhl, Raum Grundau od. Freigericht. ☎ 0157/36360346

Junge Familie sucht kleines Haus m. Garten, gerne auch renovierungsbedürftig, i. R. Grundau-Rothenbergen u. näherer Umgebung. Freuen uns über jeden Anruf! ☎ 0176-40724725

Kleiner Bauernhof mit etwas Land zum Mieten oder Pachten gesucht. Chiffre 97251

Stellplätze

Hallen-Stellplätze u. Außenstellplätze für Wohnmobile und Wohnwagen, ganzjährig, Nähe Schöllkrippen. ☎ 0160/8233390

Vermietungen

Energ.Sparh. Rothenb., Energieausw. V.91kWh/m²a, Öl, Kl.C., keine Tiere, NR, Fb, Laminat u. Fliesen, ca. 149 m² WF, 7 Zi., Kü., 2 Bäder, sep. Toilette, Wasch- u. Trockner. im UG, Abstellber. im DG. KM 970,-€, NK ca. 275,-€, KT 3MM. Frei ab 2020. Optionen: Garage, Fahrradabstellpl., Garten Mitben. Gerkob@web.de

GN-Haller: 4 ZKB, ca. 106 m², Balkon, € 600,- kalt + 2 MM Kt., ab März 2020 zu vermieten. ☎ 06051-968497

Vermietungen

Gelnhausen, Am Ziegelturm:
1-Zi-App., 36 m², 1. OG, Dusche/WC, EBK, an alleinstehende Person über 35 J. mit festem Einkommen sofort längerfristig zu vermieten. KM 380,- €; NK-Vorauszahlung 80,- €; 3 MM Kt. Telefon 0173/5 1220 18

Hanau/Industriegebiet (sehr ruhig), Fußbodenheizung, 1. OG, 140 m², 4 Zi., 1 Parkplatz, sehr nah zum Einkaufszentrum, Kita/Schule, KM 1.100,-€, WM 1.350,-€ + KT, ab 01.02.20 zu verm. ☎ 0173/3904829

Grundau-Lieblös: DG, 3 Zi.-Wgh., Kü., Bad, Gäste-WC, 74 m², Kabel-TV, 2 Stellpl., Balkon mit Ausblick ins Kinzigtal, Sackgasse, keine HT, 3 MM Kt., KM 566 € + Nk. (ca. 130 €), ab 01. Mai 2020. ☎ 01525/3610685

Wohnung in Linsengericht zu verm., Schlafz., Esszi., Wohnzi., Kü., Bad, G-WC, Keller, Dachterrasse, insges. 97m², KM 700,-€, NK 200,-€, 2 MM KT. ☎ 0176/20407017

2 Zi.-Wgh., DG, in Wächtersbach-Zentrum, 44 m², Nähe Bahnhof, Gartenmitbenutzung, Keller, Stellpl., 300,- € + NK + Kt., ab 01.02.20, ☎ 0170/9719089

LG-Altenhaßlau: 4-5 ZW, ca. 116 m² Wfl., DG, gr. sonn. Balkon, off. Kamin, Carport, 1,3 km bis A66 + DB, MM € 750,- + 230,-€ NK + 2 MM Kt., ab 1. 04.20 frei. ☎ 06051/72608

Bad Orb: 1 Zi-App. mit sep. Duschbad, WC, Kochgelegenheit, auch an Hartz-IV-Empfänger, 272,- € + NK + KT. ☎ 0152/29517429

Möbl. Zf. mit Kochgelegenheit ab sofort in Biebergemünd-OT. Näheres unter ☎ 06050/1334

Verpachtungen

Freizeitgarten in Langenselbold zu verpachten, verwildert. Bitte Pachtangebot, da für Lebensunterhalt mit benötigt wird. Chiffre 97033

Glückslos-Nr.: 0115MH

Buchung & Info: Tel. 06027 409721
www.stewa.de oder in Ihrem Reisebüro vor Ort

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



Die größte Bistrobus-Flotte Deutschlands

SEEKREUZFAHRTEN inkl. An- und Abreise



Kreuzfahrt	Tage	STEW A-Sonderpreis p./P. ab	Internet-Code
COSTA FAVOLOSA - Baltikum 16.06., 07.07., 28.07. & 18.08.2020	11	€ 999,-	A20AFC3
COSTA FAVOLOSA - Nordkap, Lofoten & Fjorde 05.06., 26.06., 17.07., 07.08., 28.08.2020	12	€ 1.049,-	A20AFC2
COSTA FAVOLOSA - Rund um Westeuropa 08.09.2020	13	€ 849,-	A20AFC1
COSTA FASCINOSA - Westliches Mittelmeer & Lissabon 27.09., 07.10. & 17.10.2020	11	€ 699,-	A20AFC12
COSTA FORTUNA - Rund um Westeuropa 26.09.2020	14	€ 949,-	A20AFC8
LUPUS MARE - Kroatische Küste auf der Privatyacht 27.06.2020	8	€ 1.199,-	A20AFLM
COSTA LUMINOSA - Adria mit Kotor 17.05., 04.10., 11.10. & 01.11.2020	8	€ 799,-	A20AFL1
COSTA LUMINOSA - Adria & Ägäis 21.06., 28.06., 20.09. & 27.09.2020	8	€ 949,-	A20AFL

Internet-Code: A20AFL

Weitere Informationen unter www.stewa.de

FLUGREISE

Kreta ****Hotel Cactus Beach



LEISTUNGEN

- Charterflug mit Tuifly (12.05. und 22.09.2020) oder CONDOR (13.10.2020) ab/bis Frankfurt nach Heraklion (genaue Flugzeiten noch nicht bekannt)
- Transfer ab/bis Flughafen Heraklion
- 7x ÜN/HP (inkl. Softdrinks, Wasser, Wein und Bier zum Abendessen) im ****Hotel Cactus Beach im Ortszentrum von Stalis, nur durch eine ruhige Straße vom Strand getrennt
- Ihr Ausflugsprogramm mit örtlicher, deutschsprechender Reiseleitung: Weinanbaugebiet Gortys, Strandhöhlen in Matala, Museum im Kloster Vidiani, Führung Palastanlage in Knossos, Kloster Arkadi, Altstadt von Rethymnon,
- Freizeit in Heraklion und Chania
- 2 Freizeittage (oder fakultativer Ausflug)
- Informationsmaterial und Reiseführer

Termine	Schnellbuche-preis p. P.*	anstatt Reisepreis	EZZ
Di 12.05. - Di 19.05.2020	€ 1069,-	€ 1149,-	€ 200,-
Di 22.09. - Di 29.09.2020	€ 1179,-	€ 1259,-	€ 200,-
Di 13.10. - Di 20.10.2020	€ 1189,-	€ 1269,-	€ 200,-

Internet-Code: A20AHR1

*Limitiertes Kontingent

Weitere Infos unter www.stewa.de

Eintrittsgelder (ca. € 25,-) nicht im Preis enthalten. Tourismussteuer (ca. € 3,- p.P./Nacht) zahlbar vor Ort. Durchführung der Reise in Zusammenarbeit mit DERTOUR. STEWA-Flughafentransfer auf Anfrage gegen Aufpreis buchbar. Mindestteilnehmerzahl: 20 Personen, STEWA-Absagefrist: 20 Tage vor Abreise.

Aufpreis p. P., buchbar und zahlbar vor Ort:

- Ausflug auf die Insel Spinalonga inkl. Bootsfahrt, Inselführung, Freizeit in Agios Nikolaos und Besuch einer Olivenölfabrik, ganztags ca. € 55,-

Frühlingserwachen am Gardasee Bardolino - Sirmione - Verona

LEISTUNGEN

- Reise im ****STEW A-Bistro-Bus inkl. Begrüßungsfrühstück PREMIUM
- 5x ÜN/HP (Frühstücksbuffet, Abendbuffet) im ****Park Hotel Casimiro Village in San Felice del Benaco, direkt am See, inmitten eines jahrhundertealten Parks
- 1x typisch italienisches Abendbuffet im Rahmen der HP
- Ausflüge nach Bardolino, Sirmione und Verona
- 1x kleine Wein- & Olivenölprobe in einem Weingut
- 1x Eintritt im Wellnessbereich inkl. Hallenbad
- 2 Freizeittage

Eintrittsgelder nicht im Preis enthalten. Obligatorische Ortstaxe (ca. € 2,00 p. P./Nacht) vor Ort zahlbar. Gültiger Bundespersonalausweis erforderlich. Mindestteilnehmerzahl: 20 Personen, Absagefrist: 14 Tage vor Abreise.

Aufpreis p. P., bitte gleich mitbuchten:

- DZ / DZA mit seitlichem Seeblick € 20,- / € 160,-
- DZ / DZA De Luxe € 25,- / € 150,-
- DZ / DZA De Luxe mit direktem Seeblick € 35,- / € 200,-
- Ausflug Venedig inkl. Schiffs-transfer und qualifizierter Reiseleitung € 65,-*
- *Vor-Ort-Preis: + 10%.

Mindestteilnehmer: 20 Personen.

Weitere Infos unter www.stewa.de



Tage	Termine	Schnellbuche-preis p. P.*	anstatt Reisepreis	EZZ**
6	Di 17.03. - So 22.03.2020	€ 519,-	€ 579,-	€ 125,-
6	So 22.03. - Fr 27.03.2020	€ 529,-	€ 589,-	€ 125,-
6	Fr 27.03. - Mi 01.04.2020	€ 549,-	€ 609,-	€ 125,-

Internet-Code: A20AESF

**EZ = DZ zur Alleinbenutzung *Limitiertes Kontingent

Holland - Keukenhof zur Tulpenblüte Antwerpen - Amsterdam - Keukenhof - Den Haag



Tage	Termine	Schnellbuche-preis p. P.*	anstatt Reisepreis	EZZ
4	Mo 23.03. - Do 26.03.2020	€ 399,-	€ 449,-	€ 95,-
4	Do 26.03. - So 29.03.2020	€ 399,-	€ 449,-	€ 95,-
4	Mo 30.03. - Do 02.04.2020	€ 419,-	€ 459,-	€ 100,-
4	Do 02.04. - So 05.04.2020	€ 419,-	€ 459,-	€ 100,-
4	Mo 05.04. - Do 08.04.2020	€ 419,-	€ 459,-	€ 100,-
4	Fr 10.04. - Mo 13.04.2020	€ 419,-	€ 459,-	€ 100,-
4	Di 14.04. - Fr 17.04.2020 Ferien Bayern & Hessen	€ 419,-	€ 459,-	€ 100,-
4	Mo 20.04. - Do 23.04.2020	€ 419,-	€ 459,-	€ 100,-
4	Do 23.04. - So 26.04.2020 BLUMENKORSO	€ 439,-	€ 479,-	€ 100,-
4	Do 30.04. - So 03.05.2020 Maifeiertag	€ 419,-	€ 459,-	€ 100,-
4	Mo 04.05. - Do 07.05.2020	€ 419,-	€ 459,-	€ 100,-

Internet-Code: A20AEHO

*Limitiertes Kontingent

LEISTUNGEN

- Reise im ****STEW A-Bistro-Bus inkl. Begrüßungsfrühstück PREMIUM
- 3x ÜN/Frühstücksbuffet im ****Hotel Mijrecht Marickland
- 1x Eintritt Blumenausstellung im Keukenhof
- Stadtbesichtigungen Antwerpen und Den Haag mit qualifizierter Reiseleitung
- Stadtrundfahrt Amsterdam mit qualifizierter Reiseleitung und Grachtenrundfahrt

Ortstaxe

Weitere Informationen unter www.stewa.de

Eintrittsgelder nicht im Preis enthalten. Gültiger Bundespersonalausweis erforderlich. Mindestteilnehmerzahl: 20 Personen, STEWA-Absagefrist: 14 Tage vor Abreise.

Aufpreis pro Person, bitte gleich mitbuchten:
3x 3-Gang-Abendessen im Hotel € 75,-

Saisoneroöffnungsreise - Musicals in Hamburg inkl. Eintrittskarte Kat. 3 PRETTY WOMAN



LEISTUNGEN

- Reise im ****STEW A-Bistro-Bus inkl. Begrüßungsfrühstück PREMIUM
- 2x ÜN/Frühstücksbuffet im COURTYARD BY MARRIOTT Hamburg City
- Eintrittskarte Kat. 3 für das Musical PRETTY WOMAN (andere Musicals gegen Aufpreis buchbar)
- Stadtrundfahrt Hamburg mit qualifizierter Reiseleitung

Weitere Informationen unter www.stewa.de

Im Grundpreis ist nur eine Musikkarte inkludiert. Weitere Musikkarten können zum Katalogpreis dazu gebucht werden!

Weitere Eintrittsgelder nicht im Preis enthalten. Mindestteilnehmerzahl: 20 Personen, STEWA-Absagefrist: 14 Tage vor Abreise

Aufpreis p. P., bitte gleich mitbuchten:

- PRETTY WOMAN - DAS MUSICAL (Fr.) Kat. 3 inkl. / Kat. 2 € 20,- / Kat. 1 € 30,-
- Disneys DER KÖNIG DER LÖWEN (Fr.) Kat. 3 € 15,- / Kat. 2 € 25,- / Kat. 1 € 35,-
- TINA - DAS TINA TURNER MUSICAL (Sa.) Kat. 3 € 10,- / Kat. 2 € 25,- / Kat. 1 € 35,-
- CIRQUE DU SOLEIL PARAMOUR (Sa.) Kat. 3 kein Aufpreis / Kat. 2 € 15,- / Kat. 1 € 25,- inkl. Vorverkaufs- und Buchungsgebühren.

Für Schnellbuche Limitiertes Kontingent
Fr 06.03. - So 08.03.2020
3 Tage EZZ € 100,- € 379,- p.P. anstatt € 409,-

Internet-Code: A20AMH6

Städtetrip Prag im Frühjahr ****Hotel PARK INN Prague



Tage	Termin	Schnellbuche-preis p. P.*	anstatt Reisepreis	EZZ
4	Mo 09.03. - Do 12.03.2020	€ 319,-	€ 349,-	€ 130,-
4	Mo 23.03. - Do 26.03.2020	€ 329,-	€ 359,-	€ 130,-

Internet-Code: A20ACPR

*Limitiertes Kontingent

LEISTUNGEN

- Reise im ****STEW A-Bistro-Bus inkl. Begrüßungsfrühstück PREMIUM
- 3x ÜN/Frühstücksbuffet im ****Hotel PARK INN Prague
- Altstadtrundgang (ca. 3 Std.) mit qualifizierter Reiseleitung

Weitere Informationen unter www.stewa.de

Eintrittsgelder nicht im Preis enthalten. Gültiger Bundespersonalausweis erforderlich. Mindestteilnehmerzahl: 20 Personen, STEWA-Absagefrist: 14 Tage vor Abreise.

Aufpreis pro Person, bitte gleich mitbuchten:
Moldauschiffahrt inkl. Kaffee und Kuchen (1 Std.) € 20,-*
Spaziergang Prager Burg (3 Std., ohne Eintritte) € 25,-*
Abendessen in einem Brauerei-Restaurant inkl. 3 Bier (alternativ Wein oder Softdrinks) und Musik € 35,-*
Ausflugspaket (alle drei Ausflüge) € 70,-*
Mindestteilnehmer: 20 Personen. Vor-Ort-Preis + 10%*

DAS ERWARTET SIE IM STEWA REISEZENTRUM



STEW A Touristik Reisezentrum
Lindigstraße 2
63801 Kleinostheim



Reisebüro 360°
11 Beratungsplätze für Flug-, Bus- und Seereisen



STEW A Hotel
Hotelzimmer im ungewöhnlichen Design und Stoffe von Patricia



Guilt Bistro Café Zimt
Genießen Sie unsere Frühstücks-, Kaffee- und Kuchenspezialitäten

Bistro Café Zimt
Bistro Café Zimt im STEWA Reisezentrum
Lindigstraße 2 63801 Kleinostheim
Tel. 06027 40972 390
Kostenfreie Parkmöglichkeit
www.cafe-zimt.de

REISE-INFOVERANSTALTUNGEN im Café Zimt

CAFÉ ZIMT THEMENWOCHE: NORDEUROPA & SPANIEN

Di 21.01.20	15 Uhr	Island Ref.: M. Murza
Mi 22.01.20	15 & 19 Uhr	Cornwall Ref.: M. Murza
Do 23.01.20	15 Uhr	AIDA Kreuzfahrten Ref.: D. Richter
Di 28.01.20	15 & 19 Uhr	Andalusien Ref.: M. Murza
Mi 29.01.20	15 Uhr	Jakobsweg Ref.: M. Murza

Eintritt frei!
Anmeldung bitte unter Telefon: 06027 409721

STEW A Touristik GmbH • Lindigstraße 2 • 63801 Kleinostheim
Zustieg im ges. Rhein-Main-Kinzig-Gebiet, teilweise gegen Aufpreis! Haustürabholung inkl. Kofferservice ab Wohnungstür gegen Aufpreis! PKW-Abstellung am STEWA Reisezentrum möglich.

Ca. alle 3 Wochen erscheint der STEWA Info-Brief mit aktuellen Reiseangeboten. Diesen finden Sie unter www.stewa.de oder „STEW A Info-Brief erwünscht“ an info@stewa.de

Während den Info-Veranstaltungen können Sie in unserem Bistro Café Zimt gemütlich speisen! Wir bieten frische Kuchen, Torten und abends hausgemachte kleine Gerichte.