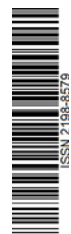
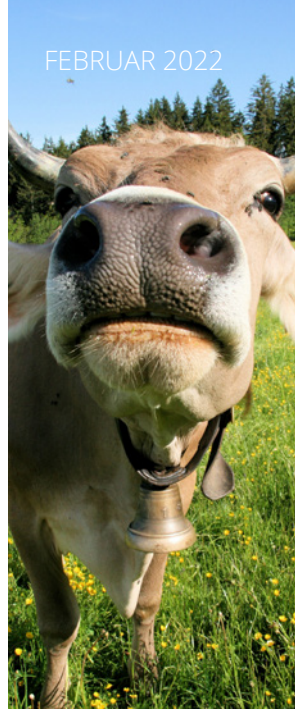




#AGIL

Das Reise- und Freizeit-Magazin



DEUTSCHE FACHWERKSTRASSE
*Regionalstrecke „Von der Elbe zum Harz“
Bad Essen, Salzwedel, Wernigerode
Eine Winterreise*



HOCH IM NORDEN – LUST AUF MEER
*Nordsee Strand auf Langeoog
Ein Meer mitten in Ostfriesland
Auszeit zwischen Watt und Wellen*

Gratis zum Mitnehmen oder im Abonnement auf dem Postweg erhältlich!

**MITMACHEN UND
GEWINNEN**



Die atemberaubenden Landschaften faszinieren in Afrika ebenso wie die Tierwelt. Und auch in Zeiten der Corona-Pandemie spricht vieles für eine Reise auf den Kontinent. Reiseanbieter wie Abendsonne Afrika arbeiten nur mit ausgewählten Partnern zusammen, die auf strenge Hygienemaßnahmen achten. Mit einer Reise leistet man zudem einen aktiven Beitrag, um die Menschen vor Ort und Naturschutzprojekte zu unterstützen. Infos sowie Reiseangebote gibt es unter www.abendsonneafrika.de.

Foto: djd-k/Abendsonne Afrika/G. Grauer



Foto: djd-k/Cunard

An Bord der Queen Victoria ist man den beeindruckenden norwegischen Fjordlandschaften ganz nah. Über die aktuellen Reisebedingungen sollte man sich beim jeweiligen Veranstalter rechtzeitig informieren. Beim Anbieter Cunard ist auch die Transatlantik-Passage auf dem Weg von Hamburg nach New York buchbar. Infos gibt es unter www.cunard.com und Telefon 040-41533555.

Wer sein Fernweh stillen möchte, muss nicht weit fahren. Auch die oberbayerische Bilderbuchlandschaft des Chiemsee-Alpenlands bietet viel urban-hippen Lifestyle und eine Extraportion Dolce Vita. In den Städten Rosenheim, Wasserburg am Inn, Kolbermoor und Bad Aibling trifft alpenländische Tradition auf südländische Lebensart. Ausführliche Informationen zu allen Städten gibt es unter www.chiemsee-alpenland.de.



Foto: djd-k/Chiemsee Alpenland Tourismus/T. Kujat

Urlaub 2022

Für Wanderfreunde mit Fernweh bietet sich ein Erlebnisurlaub in Südamerika an. Der Árbol de Piedra (Foto) etwa ist eine der vielen Touristenattraktionen im Nationalpark Andina Eduardo Avaroa in Bolivien. Individuelle Trekking-Touren und Wanderreisen abseits touristischer Routen können beim Reiseveranstalter Thomas Wilken Tours gebucht werden. Infos gibt es unter www.suedamerikatours.de.



Foto: djd-k/suedamerikatours.de



Foto: djd-k/TVB Tourismus Lungau/service.at

Alpine Regionen wie der Salzburger Lungau bieten ursprüngliche Bergwelten, alte Bräuche und eine regionale Kulinarik, die das geerdete Lebensgefühl der Einheimischen widerspiegelt. Weitere Infos zu allen Naturerlebnissen gibt es unter www.tourismuslungau.at. Außerdem erfährt man dort, was es mit den tanzenden Samson-Riesen auf sich hat, der zum immateriellen Kulturerbe Österreichs gehört.



Foto: djd-k/Landal Ski Life/George Burgeat

Für Familien, Paare und Freunde, die einen abwechslungsreichen Tag im Schnee verbringen wollen, bieten sich Ferienhäuser und Ferienwohnungen als optimale Ausgangspunkte an. Sie haben einen schnellen und stressfreien Zugang zu den Skigebieten und ein attraktives Rahmenprogramm. Die zwölf Ferienparks von Landal Ski Life beispielsweise versprechen Winterurlaub inmitten der schönsten Skigebiete: www.landaliskilife.de.

Liebe Leserinnen und Leser,

im Februar kann es lausig kalt sein. Da haben Mann und Frau gern was auf den Ohren. Die einen ziehen bei eisigen Temperaturen kurzerhand die Wollmütze vom letzten Skiurlaub über. Die modisch Ambitionierteren entscheiden sich in diesem Winter für eine Schiebermütze (Er) und eine Baskenmütze (Sie). Das sei aktuell angesagt, wie die Gemeinschaft Deutscher Hutfachgeschäfte (GDH) zu berichten weiß. Wir dagegen wissen es schon lange: In der Mode kommt alles wieder. Jetzt also die Baskenmütze. Während sie früher beim männlichen Geschlecht auf dem Kopf thronte, schmücken zurzeit modisch bewusste Frauen ihren Haarschopf damit. Es sei nicht genau auszumachen, so die GDH, woher der Trend komme. Promi-Vorbilder, beispielsweise in Kultserien, könnten Anlass für den modischen Wandel sein.

Was jetzt cool ist, darüber haben wir uns früher lustig gemacht. Ich erinnere mich, wie wir als Schüler einst den „Blitzableiter“ an der Franzosenmütze unseres Grundschullehrers heimlich absäbelten. Und wie Freund H., ein eingeschworener Frankreich-Fan, mit seiner Baskenmütze lange Zeit „altmodisch“ daherkam. Nun erlebt sein Outfit eine Renaissance.

Wenn Sie zurückdenken, fallen Ihnen vermutlich die kuriosesten Kopfbedeckungen ein. Mit welchen haben Sie seit Kindheitstagen Ihre Ohren gewärmt? Wann trugen Sie, liebe Leserin, lieber Leser, einen schicken Hut? Eine Hutschachtel mit dem guten Stück war einst immer mit von der Partie, wenn es auf Reisen ging. Heute lieben Urlauber es legerer. Ein Sonnenkäppi im Rucksack tut's auch. Doch bis wir uns wieder vor der Sonne in Acht nehmen müssen, sorgen wir erst mal für mollige Wärme am Kopf. So lässt sich ein Spaziergang bei Minusgraden perfekt genießen. Für Radfahrer gibt's – Mode hin oder her – ein Windproof Cap für unterm Helm. Ihrem Ausflug steht also nichts im Wege!

Bleiben Sie AGIL und kommen Sie gut behütet durch den Februar!



Bernd Schneider
HERAUSGEBER



agildasmagazin



@Agil-dasMagazin



Agil-DasMagazin.de



Inhalt

WINTER-REISETIPPS

WINTER-REISETIPPS

- 6 Freiheit ohne Gedränge, Trekkingtouren und Bergsteigen, Winterwandern und Rodelspaß, Wo Sonnenanbeter wedeln
- 7 Das Tiroler Skigebiet Glungezer, Entspannte Höhenflüge im Schnee, Kulturell, spirituell und sportlich

DEUTSCHE FACHWERKSTRASSE

- 8 Regionalstrecke „Von der Elbe zum Harz“
- 10 Entschleunigen und auftanken in Bad Essen
- 11 Wernigerode
- 12 Salzwedel- die Stadt der Hanse und des Baumkuchens
- 13 Die Deutsche Fachwerkstraße auf zwei Rädern entdecken
Eine Winterreise entlang der Deutschen Fachwerkstraße



DEUTSCHE FACHWERKSTRASSE

REISETIPPS

- 14 Wer Verbindung zur Natur sucht – Vogelpark-Region, Frühling am Bayerischen Meer
- 15 Kulturvielfalt mitten in Oberfranken entdecken – Den Kraftort Natur Aktiv erleben

HOCH IM NORDEN - LUST AUF MEER

- 16 Nordsee Strand auf Langeoog
- 18 Ein Meer mitten in Ostfriesland
- 19 Auszeit zwischen Watt und Wellen
- 20 Steife Brise macht Kopf frei, Verzauberte Nebensaison an der Nordsee, Das gibt es nur in „Schlicktown“, Premium-Camping an der Nordsee



**THEATER
ALTENBURG
GERA**

PREMIEREN JAN-JUL 2022

Foto: Romy Risch

TIPP
2 Theaterkarten für die Große Bühne und eine Übernachtung im Doppelzimmer eines Sterne-Hotels inkl. Frühstück **ab 120 €**

Gera 0365 8279105 · Altenburg 03447 585160
www.theater-altenburg-gera.de

Der Wunderkasten
Der Krüppel von Inishmaan
(The Cripple of Inishmaan)
Die Comedian Harmonists
Der Vetter aus Dingsda
Monty Python's Spamalat
Synergien –
Tänzerisches Menü in neun Gängen
Biografie: Ein Spiel
Die Ratten
Der Wildschütz
oder Die Stimme der Natur
Foxfinder
Vom Fischer und seiner Frau
Impulse
Alles muss glänzen
HONK!
In der Strafkolonie
Liebe macht frei
Erzählte Erinnerungen



16

HOCH IM NORDEN – LUST AUF MEER



24

ENERGIE & UMWELT

RADREISEN 2022

- 22 Die neuen Eurobike-Kataloge –
Tolle Inspirationen fürs neue Radler-Jahr

ENERGIE & UMWELT

- 24 Bioabfall wird zu Kompost - Natürliche Kreisläufe schließen
26 Öfter einfach mal ausschalten, So wird der Heizungstausch
für alle erschwinglich

GESUNDHEITSCHECK

- 27 Fieber, Osteoporose, Organspendeausweis, Rosacea,
Gesundheitskarte, Schmerzmittel

ESSEN & TRINKEN

- 28 Rezepte mit Tradition
Nanettes Kochbuch - Die gesammelten
Rezepte einer Landbäuerin

SERVICE

- 30 Impressum / Bestellschein

GEWINNSPIEL

- 31 Gewinnen Sie in dieser Ausgabe
einen Gutschein im Wert von 400 EUR



ONLINE-SHOP WWW.BIRKENHOF-BRENNEREI.DE

TRADITIONELL

FEINE SPIRITUOSEN

holz fassgereift

Birkenhof
Wird
brennt
selbst
Brennerei
seit 1848

Auf dem Birkenhof · Nistertal · F 02661 982040 · info@birkenhof-brennerei.de

FREIHEIT OHNE GEDRÄNGE

Endlich wieder in alpiner Bergwelt sportlich durchstarten: Die Vorfreude darauf ist in dieser Saison besonders groß. Ausgangspunkt für winterliche Aktivitäten können Urlaubsbauernhöfe in Österreich sein. Durch ihre Lage inmitten der Natur bieten sie eine attraktive Auswahl an Langlaufloipen, Skitouren, Skipisten, Schneeschuh- und Wanderwegen direkt ab Hof. Auf vielen Seen ist zudem Eislauf möglich. Bei der Rückkehr wartet ein schmackhafter Kräutertee oder ein heißer Punsch. Das Bankerl am Kachelofen wärmt schnell auf, auf vielen Bauernhöfen kann man seine Muskeln auch mit einer Runde Sauna oder Hotpot entspannen. Infos, Kataloge zum Download und zum Bestellen sowie Buchungsmöglichkeiten gibt es unter www.urlaubambauernhof.at. (djd)

Foto: djd/www.Urlaubambauernhof.at



Foto: djd/suedamerikatours.de

TREKKINGTOUREN UND BERGSTEIGEN

Wanderurlaube stehen hoch im Kurs. Wer dabei nicht nur die Heimat entdecken möchte, findet in Europa und Südamerika traumhafte Wander- und Bergsteigregionen. In den spanischen Pyrenäen etwa zeigt die Bergwelt ihren ursprünglichen Charakter. Hier gibt es imposante Dreitausender, wilde Fels Gipfel und weiß glänzende Gletscherberge. Auch die landschaftliche Vielfalt Graubündens ist enorm - und lädt mit einem gut ausgebauten Wanderwegenetz zu abwechslungsreichen Touren ein. Für alle Wanderfreunde mit Fernweh bietet sich ein Erlebnissurlaub in Südamerika an, zum Beispiel in den Andenländern Peru und Bolivien. Individuelle Trekking-Touren und Wanderreisen abseits touristisch frequentierter Routen können beim Reiseveranstalter Thomas Wilken Tours unter www.suedamerikatours.de gebucht werden. (djd)

(djd)

WINTERWANDERN UND RODELSPASS

Unter den Schuhen knirscht der Schnee, die weiße Winterlandschaft glitzert in der Sonne und am Horizont ragen Bayerns höchste Gipfel in den blauen Himmel: Im hügeligen Allgäu rund um Nesselwang laden geräumte Wege zu erfrischenden Winterwanderungen abseits vom Pistenrummel ein. Der Luftkurort gilt als „Aussichtsterrasse des Allgäus“, der Blick reicht von den Tiroler Gipfeln bis zur Zugspitze, zum Schloss Neuschwanstein und über die vielen Seen der Region. Zwischen verschneiten Wäldern liegt viel freies, hügeliges Gelände, das Familien zum Rodeln einlädt. Und wer sportliche Herausforderungen sucht, kann Schneeschuhwanderungen durch die unberührte Natur unternehmen. Unter www.nesselwang.de sind ein interaktives Tourenportal, eine Winterwanderkarte und geführte Touren zu finden. (djd)

(djd)

Foto: djd/Nesselwang Marketing/W. Pfisterer



Foto: djd/Tourismusverband Maishofen/TVB Saalbach/Sebastian Marko

WO SONNENANBETER WEDELN

Wer Wintersport liebt, aber auf frostige Temperaturen verzichten kann, muss sich noch etwas gedulden. Beim Sonnenskilauf im März im Salzburger Land versprechen sonnenbeschienene Pisten und herrlicher Firnschnee ein lässiges Skivergnügen. Beste Bedingungen für einen unbeschwerten Skitag finden alpine Ski-Fans, Snowboarder, Wanderer und Tourengerher etwa in Maishofen. Die kleine Gemeinde am Eingang zum Glemmtal liegt in enger Nachbarschaft zum Zeller Familien-Skigebiet auf der Schmittenhöhe und dem Skicircus Saalbach-Hinterglemm, Leogang, Fieberbrunn. Hier stehen gut präparierte Pisten für Genusskifahrer jeden Niveaus bereit. Unter www.maishofen.com sind attraktive Buchungspauschalen inklusive Ski-Alpin-Card verfügbar. (djd)

(djd)



DAS TIROLER SKIGEBIET GLUNGEZER

Der Tulfer Hausberg Glungezer ist bei Skifahrern, Winterwanderern und Skitourengehern als kleines, feines Skigebiet sehr beliebt. Eine komfortable Kombibahn bringt Winterurlauber in kürzester Zeit auf über 2.000 Meter Höhe. Zunächst geht es von der Talstation in Tulfes mit der 10er-Gondelbahn in nur 6,5 Minuten zur Mittelstation Halsmarter, anschließend in knapp acht Minuten weiter mit dem "Tulfein Express" zur Bergstation Tulfein. Nun heißt es: winterwandern, auf gut präparierten Pisten bretteln und snowboarden oder auf der Alm gemütlich einkehren. Neu im Winter 2021/22 ist die familienfreundliche Panorama-Rodelbahn von der Berg- zur Mittelstation. Infos gibt es unter www.glungezerbahn.at und www.hall-wattens.at.

(djd)



ENTSPANNTE HÖHENFLÜGE IM SCHNEE

Alpenregionen, in denen die stille Winternatur eine größere Rolle spielt als der laute Skizirkus, eignen sich besonders gut zum Herunterkommen und Entspannen. Der Unesco-Biosphärenpark Salzburger Lungau verfügt über eine Berglandschaft mit vier wunderbaren Skigebieten, einsamen Seitentälern, einem schneesicheren Loipennetz, vielen Winterwanderwegen und eine Extraportion authentische Lebensart. In der Region zwischen Radstädter Tauern und Nockbergen tauchen Skifahrer, Schneeschuhwanderer, Rodler, Langläufer und Tourengeher tief in verschneite Landschaften ein. Wer noch größeren Abstand vom Alltag sucht, kann sich außerdem auf winterliche Höhenflüge begeben. Unter www.tourismuslungau.at gibt es Informationen und Videos zu allen Winteraktivitäten und die wichtigsten Termine.

(djd)

KULTURELL, SPIRITUELL UND SPORTLICH

Kulturgenuss und Besinnlichkeit in einer der schönsten Barockkirchen Süddeutschlands sowie aktive Outdoorerlebnisse in den sanften Voralpenhügeln des Unterallgäus – Ottobeuren bietet auch im Winter viele stimmungsaufhellende Momente. Während 300 Figuren und 230 Tiere die imposante Krippenlandschaft in der Klosterbasilika bevölkern, herrscht auf den Langlaufloipen und Winterwanderwegen Ruhe und Gelassenheit. In der Heimat von Gesundheitspfarrer Sebastian Kneipp kommen Kulturliebhaber und Aktivurlauber gleichermaßen auf ihre Kosten. Unter www.ottobeuren.de gibt es weitere Informationen zu Kirche, Kultur und Sport.

(djd)





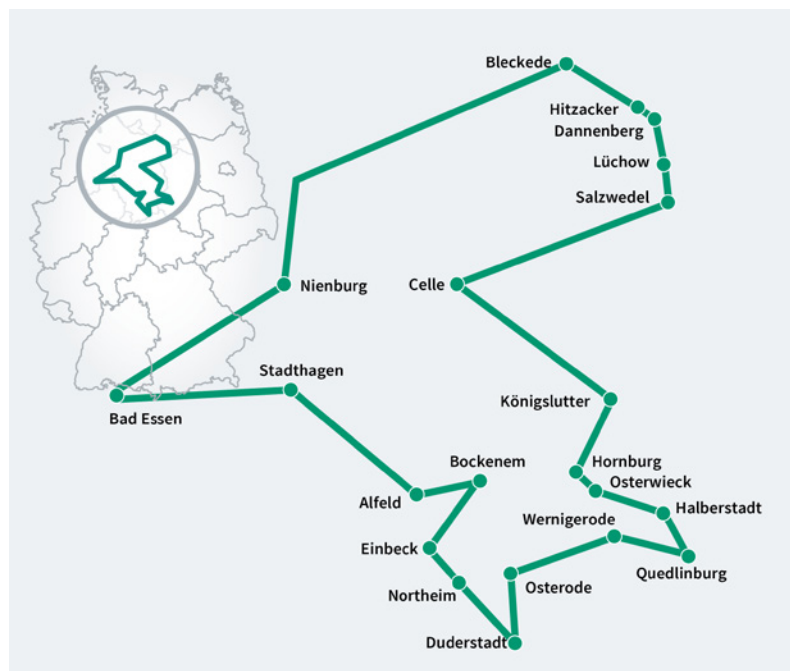
DEUTSCHE FACHWERKSTRASSE

REGIONALSTRECKE „VON DER ELBE ZUM HARZ“

Elbe, Elbtalaue und Wendland, Altmark, Lüneburger Heide, Harz, Eichsfeld, Weserbergland, Mittelweser und Wiehengebirge: Die landschaftliche Vielfalt der Regionalstrecke „Von der Elbe zum Harz“ könnte kaum kontrastreicher sein. Jede Region hat ihre Eigenarten und weiß auf ihre Art zu begeistern.

Die Fachwerkstädte der Regionalstrecke haben ihren eigenen Charme. Man spürt die Liebe zum Fachwerk, das geschätzt und mit Hingabe gepflegt wird. Die Städte mit den herrlichen Fassaden der Fachwerkhäuser, den schönen Plätzen, einladenden Cafés und Restaurants. Dabei trifft der Besucher auf Schritt und Tritt auf jahrhundertealtes Fachwerk in den 21 Städten der Regionalstrecke entlang der Deutschen Fachwerkstraße.

Eigentümer und Bewohner, Städte und Gemeinden haben den Wert historischen Fachwerks als individuelle Handwerksschöpfungen und als unwiederholbare Beiträge zur Stadtgestaltung und als Kulturgut erkannt.



In den Städten hat das Wirken von Herzögen, Fürsten und Königen Orte mit herausragenden Zeugnissen europäischer Kulturgeschichte hervorgebracht. Die Museen in den Städten spannen kunstvoll den Bogen zwischen Tradition und Moderne.

Stadtgeschichte wird lebendig. Eine Stadtführung lohnt immer, auch um lauschige Innenhöfe, bemerkenswerte Kleinigkeiten oder die Handschrift der Zimmerer zu entdecken, die diese großartige Kulisse vor hunderten von Jahren schufen und oftmals reich verzierten.

Eine UNESCO Welterbestadt ist mit Quedlinburg ebenso auf der Regionalstrecke zu finden wie das „Neue Bauen – das Bauhaus“ in Celle und Alfeld. Die fast 500 aufwendig restaurierten und denkmalgeschützten Fachwerkhäuser in Celle bilden übrigens das größte geschlossene Fachwerkensemble in Europa. Das Weserrenaissance-Rathaus in Alfeld ist neben den schönen Fachwerkhäusern der Stadt imposant und sehenswert. Wernigerode – die bunte Fachwerkstadt am Harz – begeistert unter anderem auch mit dem Rathaus als Perle mittelalterlicher Baukunst.



Duderstadt

Foto: AdobeStock / ©modernmovie

Herausragende Fachwerkbauten gibt es in jeder Stadt der Regionalstrecke, beispielsweise in Duderstadt mit dem Rathaus von 1302. Eines der ältesten Rathäuser in Deutschland.

Besuchen Sie eine der schönsten Fachwerkstädte Deutschlands!



Unsere Entdeckungstipps:

- Malerische Altstadt mit mehr als 600 Fachwerkhäusern
- Erlebnisstationen im historischen Rathaus und im einzigartigen Westerturm-Ensemble
- Beeindruckende Kirchen
- Spannende Themen- und Erlebnisführungen
- Heinz-Sielmann-Stiftung auf Gut Herbigshagen
- Grenzlandmuseum Eichsfeld
- Vielseitige Wander- und Radrouten in einer einmaligen Landschaft
- Interessante Themenmärkte und Veranstaltungen

Gästeinformation Duderstadt

Rathaus, Marktstraße 66
37115 Duderstadt
05527/841200 | info@duderstadt.de
www.tourismus.duderstadt.de



Fotos: Stadt Duderstadt, Daniel Li





Entschleunigen und auftanken in BAD ESSEN

Ein malerischer Kirchplatz umgeben von hundertjährigen Linden und Fachwerkhäusern aus dem 17. Jahrhundert, kleine Cafés und gemütliche Restaurants, ein modernes Gradierwerk mitten im grünen Solepark, die Schlösser Hünnefeld und Ippenburg mit ihren prächtigen Gärten: In Bad Essen weiß man um den Charme der Gegensätze. Begegnungen von Alt und Neu, von entschleunigt und sportlich, von Gebirge und Flachland stehen hier auf dem Programm.

Als Teil des internationalen Cittaslow-Netzwerks hat sich Bad Essen den Themen Nachhaltigkeit, Genuss und Regionalität verschrieben. Tief durchatmen in der SoleArena, sonntags durch die geöffneten Läden bummeln oder mit den Kindern im Familienpark spielen. Gute Orte entdeckt man in Bad Essen auf jeden Fall – egal ob zu Fuß oder auf dem Rad. Neben dem schönen Fachwerk und den besonderen Sehenswürdigkeiten, kann man in den Cafés und Restaurants eine Auszeit bei hausgemachtem Kuchen genießen oder es sich bei einem Essen mit regionalen Zutaten gut gehen lassen....

www.badessen.info



Fotos: ©Tourist-Information Bad Essen

DEUTSCHE FACHWERKSTRASSE

In Osterode ist es das Ritterhaus mit seinem Museum oder in Lüchow (Wendland) die Lateinschule – ein zweigeschossiges Fachwerkschulhaus.

Dome und Kirchen sind in den Fachwerkstädten ebenso sehenswert. So der Halberstädter Dom „St. Stephanus und Sixtus“ mit seinem weltberühmten Domschatz. Osterwieck glänzt gleich mit drei sehenswerten Kirchen. Das einzigartige Stadtbild mit 400 Fachwerkhäusern aus unterschiedlichsten Epochen diente bereits des Öfteren als Filmkulisse zum Beispiel „Goethe!“ und „Monuments Men“ mit George Clooney.

In Bockenem vermittelt das weitgehend geschlossene Fachwerk-Stadtbild in seiner Architektur sehr anschaulich die Art und Weise, wie man in einer Ackerbürgerstadt lebte, wohnte und wirtschaftete.

Herrlich eingebettet von Harz, Weserbergland und Solling liegt Einbeck – Oldtimerstadt – Fachwerkstadt – Bierstadt. Prachtvoll verzierte, spätmittelalterliche Fachwerkhäuser, das leckere Einbecker Bier und der ehemalige Kornspeicher, der seit einigen Jahren im PS.Speicher Europas größte Oldtimersammlung beherbergt, zeichnen die Stadt aus. Nur wenige Minuten entfernt liegt Northeim. Natürlich ist auch Northeims historisches Stadtbild von Fachwerk geprägt. Erlebte Wirtschaftsgeschichte kann man sich dort im Ausstellungsreich „Colonialwarenladen“ ansehen.

Aber auch aktiv sein kann man entlang der Regionalstrecke – mit dem Fahrrad lassen sich die Städte wunderbar entdecken.



Bad Essen

Foto: AdobeStock / ©traveller70

Die Regionalroute lädt auch zum Etappenradeln ein. Unter anderem von Bad Essen, mit dem historischen Marktplatz, dem Solepark und den lebensgroßen Saurier-Nachbildungen nach Stadthagen, das mit großartig restaurierten Fachwerkhäusern und Gebäuden im Baustil der Weserrenaissance, wie



Zeit, zu bleiben

IN WERNIGERODE & SCHIERKE

Wernigerode am Nordrand des Harzes gelegen, sollten Sie gesehen haben!
Die „Bunte Stadt am Harz“ ist: KUNTERBUNT durch farbenfrohe Fachwerkbauten aus sechs Jahrhunderten; VIELFÄLTIG durch Museen, Veranstaltungen, Themenrouten; LEBENDIG durch Angebote für Familien und Aktivurlauber; ATEMBERAUBEND durch den spektakulären Blick vom Brocken; BESONDERS durch die Harmonie wunderschöner Gärten und architektonischer Besonderheiten.

Informieren Sie sich über unsere zahlreichen Angebote!

WERNIGERODE TOURISMUS GMBH | Tourist-Information Wernigerode
www.wernigerode-tourismus.de | Tel. 0 39 43 - 5 53 78 - 35

DEUTSCHE FACHWERKSTRASSE



Foto: AdobeStock / ©Sina Ettmer

z.B. dem Schloss, überrascht. Endpunkt der Tour ist Nienburg an der Weser. Entlang der „Nienburger Bärenspur“ lassen sich die Sehenswürdigkeiten der Stadt wunderbar erkunden.

SALZWEDEL




STADT DER HANSE UND DES BAUMKUCHENS




Tourist-Information Salzweedel · mit uns unterwegs in der Stadt
 Tel 03901-422438 · tourist-info@salzweedel.de · www.kultour-saw.de

Salzweedel- die Stadt der Hanse und des Baumkuchens

Besonders schön und liebevoll restauriert ist Salzweedel. Ein geschichtliches Kleinod ersten Ranges erbauten die geschäftstüchtigen Kaufleute der Hansezeit, so dass heute städtisches Treiben und kulturelle Vielfalt in imposanter Kulisse von Backstein- und Fachwerkbauten gedeihen. Neben den zahlreichen Baudenkmälern ist die Kleinstadt berühmt für ihren Baumkuchen. Der originale Salzwedeler Baumkuchen wird seit nahezu 200 Jahren in Manufakturen über offenem Feuer direkt vor Ort gebacken.

Tourist-Information Salzweedel: www.salzweedel.de
 E-Mail: tourist-info@salzweedel.de, Telefon 03901/422438

Von Bleckede an der Elbe, das Biosphaerium Elbtalau – Schloss Bleckede - sollte unbedingt für einen Besuch eingeplant werden kann man weiterfahren und in Dannenberg, sehenswert das Alte Rathaus (1780) und die St. Johannis-Kirche (1245), Hitzacker mit dem herrschaftlichen Zollhaus und Salzweedel mit seiner mittelalterlichen Fachwerkarchitektur Station machen. Beim Stadtbummel sollte man unbedingt auch den leckeren Salzwedeler Baumkuchen probieren.

Beispielsweise kann man von Königslutter mit seinem bekannten Kaiserdom, über die kleine Fachwerk- und Hopfenstadt Hornburg mit seinen reich verzierten Renaissance-Fachwerkhäusern mit ihren bunten Fächerrosetten, darunter das Neidhammelhaus von 1563, bis nach Osterode radeln – sehenswert hier unter anderem das Harzkornmagazin – ein gewaltiger Barockbau oder die imposante St. Aegidienkirche. Also heißt es: Zeit nehmen und die Fachwerkstädte mit ihren vielen Sehenswürdigkeiten genießen.

Die aktuelle Karte der Regionalstrecke „Von der Elbe zum Harz“ erhalten Sie von der Geschäftsstelle der Deutschen Fachwerkstraße, Johannesberger Str. 2, 36041 Fulda, Tel. 0661 / 43680 oder per Mail: info@deutsche-fachwerkstrasse.de oder einfach unter www.deutsche-fachwerkstrasse.de.



Foto: Salzweedel / ©Museumsorchiv

DIE DEUTSCHE FACHWERKSTRASSE LÄSST SICH BESTENS AUF ZWEI RÄDERN ENTDECKEN

Radfahren als kleiner oder größerer Urlaub vor der Haustür boomt - in Corona-Zeiten erst recht. Auch die Deutsche Fachwerkstraße lässt sich bestens per Fahrrad und E-Bike erkunden. Sie führt Radler durch eindrucksvolle Landschaften und mitten hinein in über 100 schmucke Fachwerkstädte. Die Ferien- und Kulturstraße mit mehr als 3.900 Kilometern erstreckt sich von der Elbe im Norden über die Oberlausitz bis zum Bodensee im Süden. Zu den sieben bereits bestehenden Regionalstrecken reiht sich nun eine achte Strecke quer durch Franken ein. Reizvoll sind sie alle. Bei der Urlaubsplanung helfen eine Radkarte sowie ein Etappen-Begleiter und die Broschüre "Mit dem Rad unterwegs", die unter www.deutsche-fachwerkstrasse.de bestellt werden können.

(djd)



Foto: djd/Deutsche Fachwerkstraße/Klaus Kordesch

EINE WINTERREISE ENTLANG DER DEUTSCHEN FACHWERKSTRASSE

Die Deutsche Fachwerkstraße führt von der Elbe im Norden über die Oberlausitz im östlichen Sachsen bis hin zum Bodensee. Im Winter zeigt sich die Kulturstraße von einer besonders charmanten Seite. Viele der mehr als 100 schmucken Fachwerkstädte liegen inmitten malerischer Naturlandschaften, sodass man Kulturerlebnis und Winterwandern miteinander verbinden kann. Bei einem Besuch im schmucken Eberbach im Herzen des Neckartals lockt etwa eine Tour auf dem schönen Neckarsteig und in Osterode im Harz können Aktive in den Harzer-Hexen-Stieg einsteigen. Oder wie wäre es mit einer Rauhnachts-Winter-Märchenwanderung im baden-württembergischen Besigheim? Ein Highlight sind außerdem die vielerorts angebotenen Stadtrundgänge mit dem Nachtwächter. Infos unter: www.deutsche-fachwerkstrasse.de.

(djd)



Foto: djd/Deutsche Fachwerkstraße/Schillerstadt Marbach



Foto: djd/Deutsche Fachwerkstraße/Joerg Zank



Foto: djd/Deutsche Fachwerkstraße/Stadt Leinfelde-Worbis/Dirk Fürstenberg

WER VERBINDUNG ZUR NATUR SUCHT – VOGELPARK-REGION

Wälder ziehen uns Menschen seit jeher magisch an. Zu herrlichen Wanderungen und zum ausgiebigen „Waldbaden“ lädt die Vogelpark-Region in der Lüneburger Heide ein – etwa mit dem Hirschgeweih-Rundwanderweg, der mit Bohlenstegen, idyllischen Rastplätzen und der „Tausendjährigen Linde“ lockt. Bei so einer Waldwanderung gibt es zwar kein WLAN, aber die Möglichkeit, in direkte Verbindung mit der Natur zu treten, dem Vogelgesang zu lauschen, Käfer zu beobachten, Moos zu streicheln und den Duft der Erde zu riechen. Entschleunigung pur. Weniger Ruhe, aber dafür Natur von ihrer quicklebendigen Seite gibt es im Weltvogelpark Walsrode mit seinen 650 Vogelarten. Bei Schaufütterungen und Flugshows kann man hier Adler, Pinguine und Uhus ganz nah erleben. Mehr Infos: www.vogelpark-region.de.

(djd)

Foto: djd/Zweckverband Vogelpark-Region

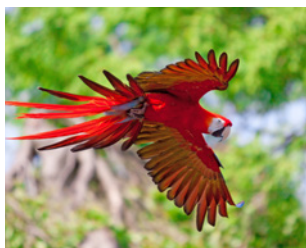


Foto: djd/Zweckverband Vogelpark-Region/Joao Marcos Rosa

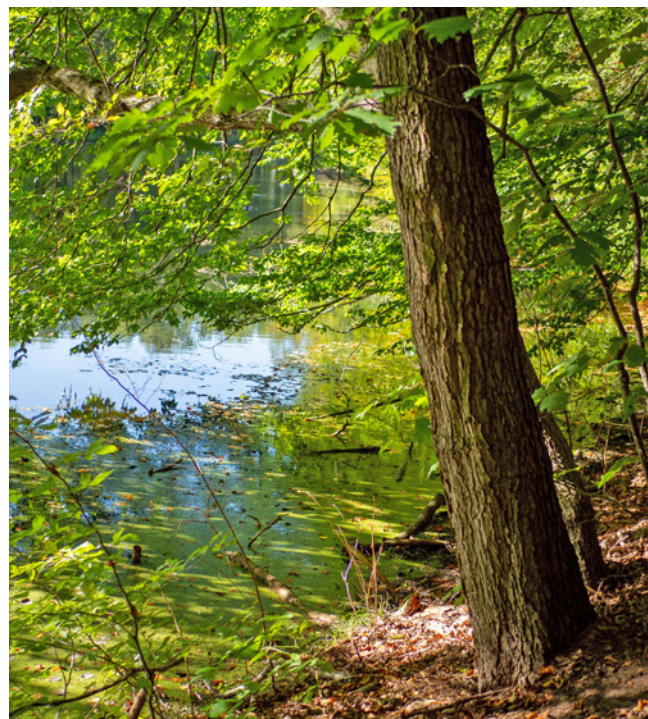
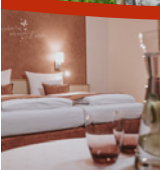


Foto: djd/Zweckverband Vogelpark-Region/Paula Muche





WinterZeit – Nur wir zwei!





Preis pro Person schon ab 264,- €
im Standard DZ Berg

WinterZeit – Nur wir zwei! (ab 3 Tage)
buchbar vom 10.01. bis 15.03. und vom 01.11. bis 15.12.2022

- 1 x prickelnde Begrüßung am Abend der Anreise
- 3 x Übernachtung mit Frühstück vom Buffet mit regionalen Produkten
- 3 x Abendessen 4-Gänge-Auswahlmenü
- Nutzung des SPAnorama-Wellness – Kleines Dankeschön bei der Abreise



PANORAMA Hotel Heimbuchenthal
Am Eichenberg 1 | 63872 Heimbuchenthal
Tel.: 06092-6070 | Fax: 06092-6802
info@panoramahotel.de
www.panoramahotel.de

Foto: djd/Touristengemeinschaft Odenwald/Christian Frumolt

FRÜHLING AM BAYERISCHEN MEER

Den Frühling begrüßen, das gelingt zum Beispiel in abwechslungsreichen Berg-Seen-Landschaften wie dem oberbayerischen Chiemsee-Alpenland. Rund um Bad Feilnbach, das auch „Bayerisches Meran“ genannt wird, verwandeln sich im April rund 25.000 Obstbäume in ein schneeweißes Blütenmeer und laden zum gemeinsamen Aufblühen in der Natur ein. Zudem zeigen sich die Gärten und Schlosspark-Beete auf den Chiemseeinseln in bunter Farbigkeit. Aussichtsreich wandern und dabei Flora und Fauna kennenlernen – das können kleine und große Entdecker unter anderem auf dem Obst- und Kulturwanderweg zur Ratzinger Höhe oder auf dem Bienenlehrpfad Kleinhöhenrain. Unter www.chiemsee-alpenland.de gibt es alle Informationen zur Region und saisonale Tipps, etwa zum Programm im Bauernhausmuseum Amerang.

(djd)



Foto: djd/Chiemsee-Alpenland Tourismus/Thorsten Brönner

KULTURVIELFALT MITTEN IN OBERFRANKEN ENTDECKEN



Foto: djd/Tourismusregion Obermain-Jura/Jana M. Schuler



Foto: djd/Tourismusregion Obermain-Jura/Angela Francisco-Enbress

Foto: djd/Tourismusregion Obermain-Jura/Angela Francisco



Foto: djd/Tourismusregion Obermain-Jura/Jana M. Schuler

Basilika Vierzehnheiligen, Flechtkultur, Biervielfalt, der Frankenlied-Texter Victor von Scheffel, Apfelmärkte, Kloster Banz mit dem sommerlichen Open-Air-Festival "Lieder auf Banz" und die Obermain Therme Bad Staffelstein: Was wie eine willkürliche Auflistung klingt, ist ein kleiner Vorgeschmack auf einen Kultururlaub in der Region Obermain-Jura. Ob für einen spontanen Ausflug oder eine mehrtägige Reise: Die Kombination aus eindrucksvoller Architektur, Kulturvielfalt in barocker Kulisse, gelebten Handwerkstraditionen und regionalen Leckereien macht die Region zu einem ganz besonderen Urlaubsort für Kulturliebhaber und Genießer, beste Freunde und Familien, Energiebündel oder Alleinreisende. Alles Wissenswerte zur Region findet man unter www.obermain-jura.de.

(djd)

DEN KRAFTORT NATUR AKTIV ERLEBEN

Wer Lust auf einen Aktivurlaub im eigenen Land hat und fernab des Massentourismus Ausflüge unternehmen möchte, sollte sich den Odenwald als nächstes Reiseziel vormerken. Rad- und Wanderfreunde finden in der Ferienregion abwechslungsreiche Tourenmöglichkeiten. Der mit drei Sternen zertifizierte Odenwald-Madonnen-Radweg etwa führt Radler von Tauberbischofsheim durch die Mittelgebirgslandschaften des Naturparks Neckartal-Odenwald bis nach Speyer. Unterwegs lernt man schmucke Fachwerkstädtchen wie Buchen und Walldürn kennen und kann zahlreiche Bildstöcke, Kreuze, Heiligenfiguren und Kapellen bestaunen. Mit dem Qualitätswanderweg Neckarsteig, der in diesem Jahr sein zehntes Jubiläum feiert, erwartet Aktive zudem ein richtiges Wanderschmankerl. Infos gibt es unter www.tg-odenwald.de.

(djd)



Foto: djd/Touristikgemeinschaft Odenwald/Barbara Wagner

Natürlich - freundlich - gemütlich

Ehrliche und naturnahe Gastronomie

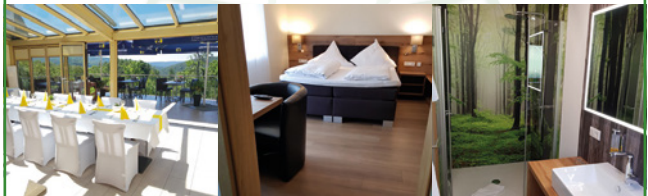
Gerichte von heimischem Wild
Regionale und tschechische Spezialitäten

Traumhafte Umgebung

Gemütliche Gasträume
Terrasse mit Fernsicht / Wildgehege

Neu renovierte Hotelzimmer

Wir freuen uns, wieder für Sie da zu sein!



Hotel und Landgasthof Oberschnorrhof

Pavel Matousek
Oberschnorrhof 3
63874 Dammbach / Krausenbach
Tel.: 06092 / 8 22 960 / Fax: 06092 / 8 22 9644
E-Mail: info@oberschnorrhof.de
www.oberschnorrhof.de

Öffnungszeiten Restaurant:
Montag und Dienstag ab 15:00 Uhr geöffnet, Mittwoch bis Sonntag von 11:30 bis 20:00 Uhr
(durchgehend warme Küche)

Reservierung erforderlich. Bitte beachten Sie die geltenden Hygienevorschriften!

Hoch im Norden - Lust auf Meer

Nordsee Strand auf Langeoog



Foto: AdobeStock / © Eva Grünwald



Ein Meer mitten in Ostfriesland

Im Herzen Ostfrieslands erwartet Sie die Gemeinde Südbrookmerland mit dem Feriengebiet „Großes Meer“. An Niedersachsens viertgrößtem Binnensee wird gesurft, gesegelt, gebadet und geangelt. Mit dem Rad oder zu Fuß geht's durch bunte Wiesen und beschauliche Dörfer und mit dem Kanu über ruhige Kanäle und das Große Meer. Im Haus am Meer erwarten Sie Konzerte, Lesungen und Feste für die ganze Familie. Neben den Veranstaltungen am Großen Meer gibt es in ganz Südbrookmerland abwechslungsreiche Kulturangebote und für Erholung und Entspannung ist ebenfalls gesorgt. Campingbegeisterte finden ihren Stellplatz dabei direkt am Gästehafen in direkter Nähe zum Großen Meer entweder auf dem Wohnmobilhafen oder dem Campingplatz.

Am Nordufer von Ostfrieslands größtem Binnensee befindet sich die Touristikzentrale im Haus am Meer. Hier gibt es alle Informationen für einen erlebnisreichen Urlaub in Südbrookmerland und Ostfriesland. Der Boule-Platz bietet die Möglichkeit, sein Geschick und die beste Wurftechnik unter Beweis zu stellen, und auf dem Riesen-Schachfeld führt der klügste Zug zum Sieg. Entspannung bietet die Sauna im kleinen roten Holzhaus, die Sie exklusiv anmieten und ganz privat genießen können.

Auf dem Piratenspielplatz sind die Kinder Pirat und entern eines der Schiffe, während die Eltern auf der Sonnenterrasse des Bistros eine Tasse Tee und ein Stück Kuchen genießen. An der Surf- und Segelschule von Jens Radde machen sich die Jüngsten während des Surfkurses mit den schwan-kenden Planken vertraut. Durch die geringe Wassertiefe von etwa einem Meter ist das Große Meer bestens für Anfänger geeignet. Familien mit Kindern genießen Badespaß am Strand des Flachmoorsees und sportlich aktiv wird es an der Paddel- und Pedalstation.

Idyllische Dörfer mit alten Kirchen, liebevoll restaurierte Mühlen und eindrucksvolle Freilichtmuseen gehören ebenso zu Südbrookmerland. Im Moormuseum in Moordorf wird die Kolonisation des Moores dargestellt und im Dörpmuseum in Münkeboe lernen Sie das Leben in einem echten ostfriesischen Dorf kennen. Das Müllerhandwerk wird Ihnen bei einer Führung in der Mühle in Wiegboldsbur erklärt und das kleine Heimatmuseum entführt Sie in längst vergessene Zeiten.

Überall erwarten Sie zuvorkommende Gastgeber, die Sie zu jeder Tageszeit mit einem freundlichen „Moin“ begrüßen.



Fotos: Südbrookmerland Touristik GmbH



Kontakt:

Südbrookmerland Touristik GmbH
Am Gästehafen 1, 26624 Südbrookmerland
Telefon [04942] 2047 2000
Telefax [04942] 2047 2001
E-Mail: info@grossesmeer.de
www.grossesmeer.de
www.facebook.com/grossesmeer
www.instagram.com/grossesmeer



Foto: djd/Tourismus GmbH Gemeinde Dornum

„TEETIED“ MIT AUSSICHT - ENTSCHEUNIGEN AN OSTFRIESLANDS KÜSTE

Auszeit zwischen Watt und Wellen

Foto: djd/Tourismus GmbH Gemeinde Dornum/Lars Wehrmann



Wann ist die beste Reisezeit für Ostfriesland? Immer! Denn es gibt kein schlechtes Wetter, sondern nur die falsche Kleidung. Und überhaupt: Da hinten wird es hell! Wer diesen nordischen Weisheiten nicht glaubt, sollte im nächsten Urlaub Dornum ansteuern. Hier findet das Leben ganz relaxt überwiegend im Freien statt. Mitten in der Natur, direkt am Nationalpark Wattenmeer. Und hektisch wird es höchstens, wenn in den Häfen von Dornumersiel und Neßmersiel die Kutter einlaufen. Dann kommt Bewegung in die Möwenschar am Himmel. Die Zweibeiner an der Küste bleiben dagegen erfrischend entspannt – so entspannt, dass sie sich das „Freilenzen“ auf die Fahne geschrieben haben. Die vermutlich stressfreieste Art, Urlaub zu machen.

Die Seele einfach baumeln lassen

„Freilenzen“ ist eine Wortschöpfung aus Freizeit und Faulenzen und bedeutet frei übersetzt in etwa: seine Zeit mit Geschenken für die Seele füllen. Das kann eine gemütliche „Teetied“ sein, also eine heiße Tasse Ostfriesentee mit Kandis und Sahne bei guten Gesprächen. Oder eine spannende Wanderung über den Meeresgrund. Ein knackfrisches Krabbenbrötchen oder eine Radtour am Deich entlang zum Schäfchenzählen. Unter freilenzen.dornum.de gibt es viele Anregungen für Freilenz-Neulinge. Wer mag, kann in dieser Disziplin sogar eine Ausbildung machen. Zu den Aufgaben gehören zum Beispiel Beine baumeln lassen, Spuren ins Watt laufen oder auch eine perfekte „Wulkje“ aus Sahne in den Tee zaubern. Als Belohnung winkt den erfolgreichen Prüflingen die Chance auf einen Kurzurlaub. Natürlich sind die Herausforderungen mit einem kleinen Augenzwinkern gemeint. Humor haben sie nämlich auch, die Dornumer. Und seit Kurzem sogar einen eigenen Podcast, „Teetied und Rosinenbrot“.

Foto: djd/Tourismus GmbH Gemeinde Dornum/Martin Staefer



Mittelalter und Kulturerbe

Wer das Meer direkt vor der Tür hat, bekommt eine besonders achtsame Einstellung zur Natur. Diese geben die Dornumer gerne an ihre Gäste weiter und laden sie ein, das Wattenmeer zu erleben. Das Unesco-Weltnaturerbe ist ein einzigartiger Naturraum, der sich zum Teil nur auf vorgegebenen Wegen erkunden lässt, um Tier- und Pflanzenwelt zu schonen. Bei guten Wetterverhältnissen kann man zu Fuß auch die Insel Baltrum erreichen – aber bitte nur in Begleitung eines versierten Wattführers! Gut auf eigene Faust lässt sich dagegen Dornum selbst erkunden. Was die wenigsten wissen: Hier in Ostfriesland hatten im Mittelalter die Häuptlinge das Sagen. Bis heute zeugen die prächtige Beningaburg und das barocke Wasserschloss von dieser glanzvollen Vergangenheit. Und jedes Jahr im Sommer erinnern die Ritterspiele an die Häuptlinge von damals. Dann wird zehn Tage lang ausgelassen gefeiert – auch ein schönes Geschenk für die Seele.

(djd).

Foto: djd/Tourismus GmbH Gemeinde Dornum



Foto: djd/Tourismus GmbH Gemeinde Dornum

STEIFE BRISE MACHT KOPF FREI

Wer im Herbst eine Reise auf die nordfriesische Insel Amrum unternimmt, darf sich auf eine steife Brise, auf Nordsee-Wellengang und Brandungsrauschen freuen. Am Himmel fliegen die Wolken, man kann sich in den windgeschützten Strandkorb gemütlich zurückziehen oder bei einer Dünenwanderung die Möwen beobachten. Amrum liegt inmitten des Naturparadieses Unesco-Weltnaturerbe Wattenmeer. Der Reichtum an Pflanzen- und Tierarten ist auf der Insel und um die Insel herum außergewöhnlich. Sehens- beziehungsweise erlebenswert sind der "Kniepsand", der größte Strand Europas, das Naturparadies Vogelkoje sowie die von Dark Blome veranstalteten Sternen- und Wattwanderungen. Infos und Buchungsmöglichkeiten für einen Inselurlaub gibt es unter www.amrum.de und unter Telefon 04682-94030. (djd)

Foto: djd/amrum



Foto: djd/Esens-Bensersiel Tourismus/Martin Stöver

VERZAUBERTE NEBENSAISON AN DER NORDSEE

Wenn die tief stehende Sonne Strand, Deich und Meer in goldenes Licht taucht, wenn der frische Wind um die Nase pfeift und das Rauschen der Wellen in den Ohren klingt, dann ist das Urlaub mit allen Sinnen. Die Zeit von November bis März ist an der Nordsee besonders schön – zum Beispiel für ein paar Tage Auszeit im ostfriesischen Bensersiel. Im Winter verbringen Urlauber gerne die Adventszeit oder die Feiertage mit langen Spaziergängen am Strand, Wattwandern, Ostfriesentee und Kerzenschein. Bei Schietwetter sind Besuche im Wattenhuus oder in den Museen und Cafés der Bärenstadt Esens angesagt. Letzte Chance auf ruhige Stunden vor der Hauptsaison bietet dann der Frühling mit helleren, milderer Tagen. Infos unter www.bensersiel.de. (djd)

(djd)

DAS GIBT ES NUR IN „SCHLICKTOWN“

Mit selbstironischem Understatement trägt Wilhelmshaven den Spitznamen „Schlicktown“. Schiffe prägen das Stadtbild und auf Hafenrundfahrten sind der traditionsreiche Marinehafen sowie der JadeWeserPort, Deutschlands einziger Tiefwasserhafen für die größten Containerschiffe der Welt, zu erleben. Die imposante Kaiser-Wilhelm-Brücke und wilhelminische Prachtbauten zeigen, wie der Namenspatron die Stadt geprägt hat. Auf der „Maritimen Meile“ liegen Erlebniswelten für die ganze Familie: das Küstenmuseum, das Unesco-Weltnaturerbe Wattenmeer Besucherzentrum, das Marinemuseum und das Aquarium Wilhelmshaven. Und gleich hinterm Deich lädt das Welterbe Wattenmeer zu Strandtagen ein. Unter www.wilhelmshaven-touristik.de lässt sich das Magazin „Havenkante“ bestellen oder herunterladen. (djd)

(djd)

Foto: djd/www.wilhelmshaven-touristik.de/Rainer Garske



Foto: djd/Kurverein Neuharlingersiel/Martin Stöver

PREMIUM-CAMPING AN DER NORDSEE

Camper bringen heute oft nicht nur selbst eine Top-Ausstattung mit, auch vor Ort wünschen sie sich Platz, Komfort und viele Angebote - Premium-Camping also. Im Thalasso-Nordseeheilbad Neuharlingersiel hat man darauf reagiert und den Ganzjahres-Campingplatz erweitert, noch besser ausgestattet sowie in weitere Highlights investiert. Der neue Platzbereich bietet großzügige Stellplätze mit Strom- und Wasseranschluss sowie ein modernes Sanitärgebäude mit Mietbadezimmern. Daneben eröffnet im Frühjahr der Kurpark mit See-Erlebnis, Kinder lockt der neue Wellenspielplatz. Für Abwechslung sorgt die Surfschule Windloop, für Entspannung das Thalasso-Zentrum BadeWerk mit seinen Wellnessangeboten - und natürlich Strand, Watt und Hafen mit echtem Nordseefeeeling. Infos: www.neuharlingersiel.de. (djd)

(djd)



BREMERHAVEN
MEER ERLEBEN!



SEESTADT BREMERHAVEN: TRÄUMEN TUT GUT!

MIT ABSTAND DEINE BESTE ZEIT.
ERLEBE BREMERHAVEN.
DIE KÜSTE. DIE STADT. DIE MENSCHEN.

 **ERLEBNIS
BREMERHAVEN**

www.bremerhaven.de

DIE NEUEN EUROBIKE-KATALOGE

Tolle Inspirationen fürs neue Radler-Jahr

Die Spannung steigt, Vorfreude kribbelt unter der Haut, und wenn es endlich so weit ist und die neuen Kataloge auf dem Tisch liegen, mischen sich Glücksgefühle mit Qual-der-Wahl-Problemen. Wohin soll 2022 die erste Radtour führen? Oder wird es diesmal eine Rad- & Schiffsreise sein? Verlässt man sich auf einen bewährten Klassiker oder ist es interessanter, ein neues Angebot zu testen? Die Auswahl ist groß. Hier ein paar Beispiele aus den Katalogen:

SO SCHÖN IST DEUTSCHLAND

Es gibt Klassiker, die dürfen in einem Katalog von Eurobike nicht fehlen. So zum Beispiel die **Starnberger See Sternfahrt – München und die Alpen**. Eine ideale Tour, um das Fünf-Seen-Land ganz entspannt per Rad zu entdecken. Jede Nacht dasselbe Bett, jeden Tag Ausflüge durchs weiß-blaue Urlaubsland. Der Riegsee und Murnau stehen auf dem Programm, Ausflüge durch den Pfaffenwinkel und nach München, zum Ammersee und Kloster Andechs sowie eine Fahrt rund um den Starnberger See. Das 3-Sterne-Hotel Seeblick in Bernried erweist sich dabei als idealer Ausgangspunkt. Zumal man nach den Ausflügen im hauseigenen Hallenbad und Saunabereich wunderbar relaxen kann. 7 Tage, ab 649,- Euro.

Neue Reisen

Chiemgauer Highlights – Vom Chiemsee durch das Berchtesgadener Land. Von dieser neuen Rundreise werden auch ambitionierte Radler begeistert sein. Denn sanft hügelige Strecken wechseln mit steilen Anstiegen, und es werden bis zu 65 Kilometer am Tag geradelt. Tagesziele sind Reit im Winkl, Bad Reichenhall, Berchtesgaden/Königssee und Laufen/Oberndorf. Unterwegs ist vor eindrucksvoller Alpenkulisse Abwechslung angesagt, von einer Fahrt mit der ältesten Seilbahn der Welt bis zum Besuch der berühmten „Stille Nacht-Kapelle“ in Oberndorf. 7 Tage, ab 649,- Euro.

Winzertour am Rhein – Durch Weinreben zu den Kaiserdomen. Wer Romantik-Radeln und kulturelle Highlights gern mit einem guten Tropfen kombiniert, kommt an dieser neuen Radreise nicht vorbei. An idyllischen Altrheinarmen entlang, durch hügelige Weinbaugebiete geht die Fahrt von Neustadt an der Weinstraße nach Heidelberg, Worms, Nierstein, Rüdesheim, Alzey und zum Winzerort Grünstadt. Zwischen Radeln und Kultur ist – wie sich's für eine Winzertour gehört – immer Zeit für eine Verkostung der Pfälzer Weine. 9 Tage, ab 859,- Euro.

RADSPASS IN EUROPA

Eine besonders beliebte Radreise in gewohnter Eurobike-Qualität: **Bozen – Venedig. Über die Hügel Südtirols der schwimmenden Stadt entgegen**. Wer Italien liebt, liebt diese Tour. Denn sie beinhaltet (fast) alles, was Bella Italia so reizvoll macht. Charmante Täler, zauberhafte Städte, Berglandschaften und den Canal Grande. Und der Genuss kommt auf dem Weg quer durch Südtirol, am Gardasee vorbei bis zur



Fotos: Eurobike Wanderreisen - Eurofun Touristik GmbH



EUROBIKE - EUROFUN TOURISTIK GmbH
 Mühlstraße 20
 A - 5162 Obertrum / Österreich
 Tel.: 00 43-(0)62 19/60866
 Fax: 00 43-(0)62 19-8272
 E-Mail: office@eurobike.at, Internet: www.eurobike.at

Adria auch nicht zu kurz. Pizza, Pasta, Antipasti, Tiramisu und ein Gläschen Rotwein gehören unbedingt dazu. **8 Tage, ab 749,- Euro.**

Neue Reisen

Alpe-Adria Radweg mit Charme – Von Salzburg nach Grado.

Der bestens ausgebaute Radweg von der Mozartstadt bis zur historischen Hafenstadt ist 2022 in einer neuen Variante buchbar. Und zwar als Radtour mit Charme, also mit besonderen Hotels. Darunter das Arcotel Castellani in Salzburg, das von einem historischen Herrenhaus zum Komfort-Hotel umgestaltet wurde, das Hotel Palais26 in Villach, ein zauberhaftes Boutique-Hotel mit exklusiver Dachterrasse, und das Hotel Laguna Palace in Grado, wo man in einem Pool im obersten Stock schwimmen und den Blick über die Lagune genießen kann. **9 Tage, ab 1.089,- Euro.**

Alpe-Adria Sternfahrt – Flüsse, Seen und Bergpanoramen.

Neu ist auch die Möglichkeit, den Alpe-Adria Radweg in Form einer Sternfahrt zu erleben. Ausgangspunkt ist das traumhaft schön an der Drau gelegene 4-Sterne-S-Hotel Voco in Villach mit 3-Hauben-Restaurant. In Tagestouren geht's einmal rund um den idyllischen Faaker See, nach Spittal, zum Wörthersee und nach Klagenfurt, zum Ossiacher See und ins italienische Tarvis. **7 Tage, ab 599,- Euro.**



RAD & SCHIFF

Zu den Klassikern unter den Reisen mit Rad & Schiff zählt die **MS Patria: Weinberge & Fachwerk an der Mosel**. Wer auf dem Sonnendeck der MS Patria sitzt und die Flusslandschaft von Saar und Mosel an sich vorbeiziehen lässt, weiß, warum diese Tour so beliebt ist. Und dann sind da ja auch die Rad-Ausflüge, die den Eindruck, an einem der schönsten Fleckchen Deutschlands zu sein, noch vertiefen. Die Teilnehmer radeln meist in Sichtweite des Flusses, erleben wunderschöne Fachwerk-Städtchen, Weinorte wie Kröv und Bernkastel-Kues, die Porta Nigra in Trier und Saarburburg, wo mitten in der historischen Altstadt ein Wasserfall sprudelt. **8 Tage, ab 499,- Euro.**

Neue Reisen

MS Manon: Passau – Budapest – Passau. Diese Reise ist ideal für Einsteiger und alle, die nur gelegentlich Radfahren. Denn die Touren auf dem Donauradweg führen durch flaches Gelände, ganz ohne Steigungen. An Bord des eleganten Premiumschiffes kann man den kleinen Wellnessbereich mit Sauna und Fitnessgeräten nutzen, in der Bibliothek schmökern oder im Panoramasaal relaxen. Die Atmosphäre: entspannt, gemütlich. Ideal für einen richtigen Erhol-Urlaub. Die Reise ist auch als Kurtour von Passau bis Wien und retour buchbar. **8 Tage, ab 999,- Euro.**

MS Normandie: Südholland mit Rad & Schiff. Kaum eine Provinz ist abwechslungsreicher als „Zuid-Holland“: unberührte Natur und Großstädte wie Den Haag, Scheveningen oder Rotterdam (Start und Ziel der Reise), idyllische Binnenseen wie das Westernsteiner Plassen Brassemeer und berühmte Städtchen wie die „Porzellan-Metropole“ Delft. Die Rad-Schiff-Urlauber gehen auf eigene Faust mit dem Rad auf Entdeckungstour oder genießen auch einfach mal das Sonnendeck ihres „schwimmenden Hotels“. Schließlich bietet die MS Normandie viel Komfort und eine nette Crew, die ihre Passagiere gern verwöhnt. **8 Tage, ab 499,- Euro.**

RUNDUM-SICHER-PAKET

Sicher. Flexibel. Aktiv. Dieses Eurobike-Motto ist in Zeiten wie diesen wichtiger als je zuvor. Der Veranstalter garantiert u. a. kostenfreie Umbuchungen auf einen anderen Termin oder eine alternative Reisedestination bis vier Wochen vor Anreise, volle Berücksichtigung von Reisewarnungen, Geld-Zurück-Garantie bei Corona-bedingter Stornierung etc.



Fotos: Main-Kinzig-Kreis / ©Eigenbetrieb Abfallwirtschaft

BIOABFALL WIRD ZU KOMPOST

Natürliche Kreisläufe schließen

Die Nährstoffversorgung der Kulturpflanzen ist für eine gute Ernte wichtig; erreicht wird dies durch Düngen. Kompost ist hier eine günstige Alternative zu mineralischen Düngemitteln. So werden Pflanzennährstoffe wieder in den Boden zurückgeführt und die im Kompost enthaltenen Humusstoffe verbessern die Bodenstruktur und das Wasserhaltevermögen des Bodens.

Qualitätskompost aus dem Main-Kinzig-Kreis gibt es für kleines Geld in den Kompostwerken Lieblos und Hohenzell zu kaufen, zusätzlich erhält man dort Tipps zur Anwendung. Da der Kompost lose abgegeben wird, sollten Sie für den Transport geeignete dicht schließende Gefäße oder stabile Säcke mitbringen. Der Kompost wird in regelmäßigen Abständen von unabhängigen Instituten untersucht und ist mit dem RAL-Gütezeichen der Gütegemeinschaft Kompost e. V. ausgezeichnet und erfreut sich hoher Nachfrage auch aus landwirtschaftlichen Biobetrieben.

In den kreiseigenen Kompostwerken wird der Bioabfall mit dem zuvor zerkleinerten Grünschnitt vermischt und in einer offenen Halle zu drei Meter hohen langgestreckten Mieten aufgesetzt. In den Mieten bauen Mikroorganismen mit Hilfe von Sauerstoff die leicht abbaubaren organischen Substanzen ab. Innerhalb von rund drei Monaten entsteht so ein Kompost, der als Dünger und Bodenverbesserer eingesetzt werden kann. Damit die Kompostierung optimal verläuft, werden die Mieten ständig überwacht und bei Bedarf bewässert. Die Temperatur im Inneren der Mieten kann bis zu 70 °C erreichen. So werden Krankheitskeime und Samen von Wildkräutern sicher abgetötet. Damit die Kompostierung gleichmäßig verläuft und auch das außenliegende Material in das heiße Innere der Miete gelangt, werden die Mieten regelmäßig umgesetzt.

Nach Abschluss der Rottephase wird der Kompost maschinell gesiebt. Dabei werden Fremdstoffe, wie Plastiktüten, Verpackungen oder Gläser mit verdorbenem Inhalt entfernt.



Main-Kinzig-Kreis
Eigenbetrieb Abfallwirtschaft

Störstoffe in der Biotonne bereiten zunehmend Sorgen

Leider sinkt die Qualität der gesammelten Bioabfälle, dies liegt vor allem an der Zunahme der Störstoffe in der Biotonne. Oft sind dies Kunststoffe in Form von Plastiktüten und Gläser, die wegen des verdorbenen Inhalts in die Biotonne geworfen wurden. Die Störstoffe lassen sich nur mit sehr hohem Aufwand entfernen. Es entstehen hohe Entsorgungskosten und ein großer Energieaufwand für das mehrfache Sieben. Zudem wird mit den Plastiktüten auch eine erhebliche Menge wertvoller Kompost ausgesiebt und landet so für teures Geld in der Müllverbrennung statt auf dem Acker. Auch Tüten, die aus kompostierbaren Kunststoffen bestehen, werden in der kurzen Rottedauer moderner Kompostwerke nicht abgebaut. Statt einer kompletten Tüte müssen dann mehrere Plastikfetzen entfernt werden. Besser sind Papiertüten oder einfach Zeitungspapier. So kann Bioabfall sauber gesammelt werden und die Feuchtigkeit wird gebunden.



Lauberde herstellen - Aktiver Umweltschutz ohne Arbeitsaufwand

Laub ist eigentlich zu schade für die Biotonne. Zwischen Büschen und unter Sträuchern lässt man das Laub am besten einfach liegen und verrotten. So gelangen die im Laub enthaltenen Nährstoffe wieder in den Boden, wie es seit Jahrtausenden im Wald geschieht. Rasenflächen sollten dagegen vom Laub befreit werden, damit sich kein Moos zwischen den Gräsern ausbreitet.



Die bunten Farben verfliegen leider rasch, aber Herbstlaub besitzt auch verborgene Qualitäten

Das gesammelte Laub lässt sich fast ohne Aufwand vererden und eine gute Lauberde weiß jeder Gärtner zu schätzen. Was dabei zu beachten ist, damit die Qualität nachher stimmt, ist nicht Ihre Aufgabe; die natürlichen Abbauprozesse laufen von alleine ab. Ganz ohne Ihr Zutun wird aus dem Herbstlaub ein hochwertiger Humus. Es reicht völlig aus, das Laub an einem schattigen Platz im Garten zu einem Haufen aufzuschichten.

Das Verwehen des Laubs kann man mit ein paar Schaufeln Erde verhindern, oder man kann den Haufen mit Maschendraht abdecken. Laubhaufen haben eine wichtige ökologische Funktion und dienen auch nützlichen Insekten als Winterquartier. Die fertige Lauberde ist ein leicht erdiges strukturreiches humoses Bodensubstrat. Sie lässt sich an Stelle von Torf einsetzen und spart so bares Geld.



Bereits nach kurzer Zeit setzt die Vererdung ein

ÖFTER EINFACH MAL AUSSCHALTEN



Foto: djid/E.ON/Getty Images/monkeybusinessimages



Foto: djid/E.ON/Elena - stock.adobe.com

Die Menschen in Deutschland sind erfolgreiche Energiesparer: Die Hälfte der Befragten einer Civey-Umfrage für E.ON reduziert bereits bewusst den Verbrauch von Strom oder Heizung, um das Klima zu schützen. Singles verbrauchen aktuell im Durchschnitt rund 1.500 Kilowattstunden (kWh) pro Jahr, bei Zwei-Personen-Haushalten sind es etwa 2.200 kWh und bei einer Durchschnittsfamilie mit zwei Kindern gut 3.000 kWh. Schon mit einfachen Maßnahmen lässt sich noch mehr einsparen, wie die Tipps etwa von E.ON zeigen. So sollten Smartphone-Ladekabel nicht permanent an der Steckdose hängen und Elektrogeräte ausgeschaltet werden, statt im Stand-by-Modus zu bleiben. Und wer die Lieblingsserie nicht über das TV-Gerät streamt, sondern am Notebook schaut, kann ebenfalls Energie einsparen.

(djd)

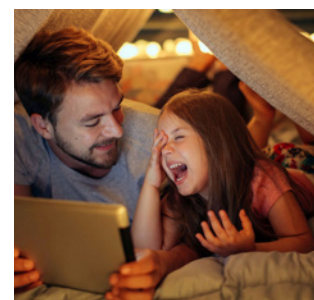


Foto: djid/E.ON/Getty Images/svetlka

SO WIRD DER HEIZUNGSTAUSCH FÜR ALLE ERSCHWINGLICH



Foto: djid/www.ewe.de/sveta - stock.adobe.com

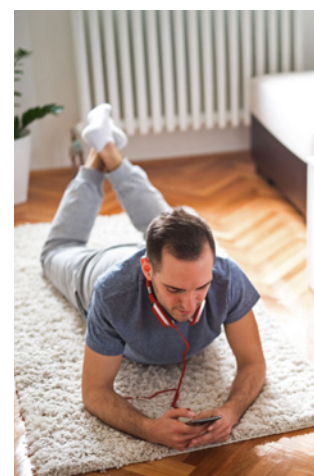


Foto: djid/www.ewe.de/Getty Images/mixetto

Strom, Gas und Heizöl sind teuer wie lange nicht, ein Ende der Preisentwicklung ist nicht in Sicht. Besonders kostspielig könnte es für Besitzer einer älteren ineffizienten Ölheizung werden. "Aber Eigentümer haben die Möglichkeit, mit moderner Haustechnik gegenzusteuern", so Pascal Zug vom Energiedienstleister EWE. Neue Brennwertheizungen verbrauchen bis zu 45 Prozent weniger Energie als ältere Ölheizungen. Aber: Nicht jeder Eigentümer kann und will sich den Austausch leisten. Die Alternative kann ein bundesweit angebotenes Mietmodell sein. Das Unternehmen übernimmt Anschaffung und Installation und organisiert die regelmäßige Wartung. Der Kunde zahlt abhängig vom Heizungsmodell einen monatlichen Grundpreis sowie den Energieverbrauch. Alle Infos gibt es unter www.ewe-waerme.de.

(djd)

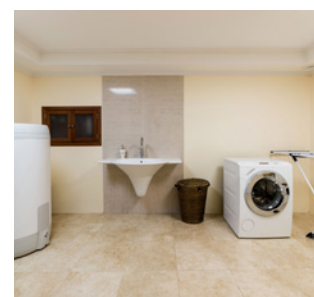


Foto: djid/www.ewe.de/Evgeny Korshenkov - stock.adobe.com

Fieber ist eine natürliche Reaktion des Immunsystems: Es bewirkt, dass der Körper seine Abwehrkräfte mobilisiert und die Krankheitserreger aus eigener Kraft angeht. Denn Viren und Bakterien können sich bei Fieber schlechter vermehren. Begleitend kann Infludoron von Weleda Erkältungsbeschwerden wie eine erhöhte Körpertemperatur auf natürliche Weise regulieren, ohne das Fieber zu unterdrücken. Mehr dazu bietet www.weleda.de.



Foto: djd-k/www.osteolabs.de

Da Osteoporose nicht heilbar, aber bei Früherkennung gut therapierbar ist, kommt es auf eine zeitige Diagnose an. Herkömmliche Verfahren können dies meist nicht. Eine Alternative bietet etwa der Frühtest OsteoTest home von Osteolabs. Man kann ihn ganz einfach per Urinprobe zu Hause durchführen und einschicken. Anleitung unter www.osteolabs.de.

Einen Organspendeausweis kann man online ausfüllen und downloaden, man kann ihn sich aber auch zuschicken lassen und zu Hause ausfüllen. Krankenkassen wie die Viactiv wollen bei der persönlichen Entscheidungsfindung unterstützen. Infos gibt es unter www.viactiv.de und unter der Service-Hotline 0800-22212.



Foto: djd-k/www.viactiv.de/Getty/Andresr

Die Kommunikation zwischen Arzt und Patient ist wichtig für eine erfolgreiche Behandlung der Rosacea. Hilfreich dabei ist zudem die Website www.StellDichDeinerRosacea.de. Hier kann man anhand von Fragen einen Leitfaden für den nächsten Arzttermin erstellen. Weiterer Tipp: die kostenlose Rosacea-Tagebuch-App verwenden!

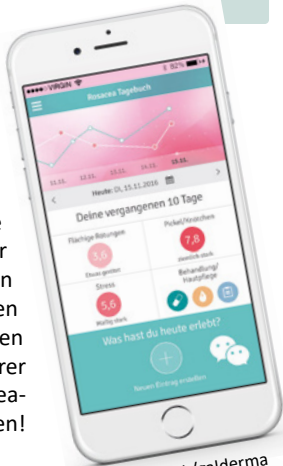


Foto: djd-k/galderma

Gesundheits CHECK

Mit E-Rezept, elektronischer Patientenakte, Notfalldaten und Medikationsplan haben Versicherte künftig ihre Gesundheitsdaten noch besser im Blick. Voraussetzung für die Nutzung aller Funktionen sind die neueste elektronische Gesundheitskarte und die PIN, die bei den Krankenkassen erhältlich sind: www.gematik.de.

Nicht alle Schmerzmittel helfen jedem gleich gut und es gibt keines, das bei allen Menschen funktioniert. Doch durch Zusatz von Koffein wirkt der bevorzugte Wirkstoff in der Regel noch schneller und stärker – wie in den Kombinationen aus ASS, Paracetamol und Koffein in Thomapyrin Classic und Intensiv oder auch Tension Duo mit Ibuprofen: www.thomapyrin.de.

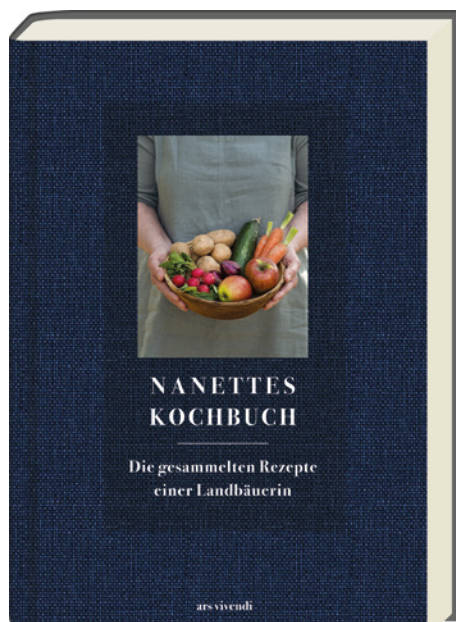


Foto: djd-k/gematik/ISO K Medien-stockadobe.com



Rezepte mit Tradition

In dieser Jahreszeit tut Deftiges gut. Unser Vorschlag: Lassen Sie sich diese Rezepte aus Nanettes Schatzkiste schmecken!



Nanettes Kochbuch - Die gesammelten Rezepte einer Landbäuerin

ars vivendi Verlag, 255 Seiten, 25,00 €

In Nanette Herz' Küche im mittelfränkischen Cadolzburg kamen nur regionale Lebensmittel auf den Tisch. Im Gasthaus Bauhof servierte sie neben kalten Brotzeitplatten auch deftige Klassiker und regionale Spezialitäten. Ihre gesammelten Rezepte sind jetzt in liebevoller, nostalgischer Gestaltung in einem Kochbuch verewigt, mit vielen Anekdoten über den Familien-, Bauernhof- und Wirtshausalltag.

ISBN 978-3-7472-0295-1

Fränkische Hochzeitssuppe

ZUTATEN FÜR 4–6 PERSONEN

1,5 l Fleischbrühe von hoher Qualität
frisch gehackte glatte Petersilie zum Garnieren

Für die Schwimmerle

1 Prise Salz
2 EL Butter
75 g Mehl
2 Bio-Eier
Pflanzenfett zum Ausbacken

Für die Pfannkuchen

50 g griffiges Weizenmehl (z. B. Type 550 oder Spätzlemehl)
125 ml Milch
2 Bio-Eier
1 Prise Salz
1 Prise Muskatnuss
1 Handvoll gehackte Petersilie
1 Schuss Mineralwasser mit Kohlensäure
Butter zum Ausbacken

Für die Leberklößchen

50 g Speck
1 Zwiebel
80 g Weißbrotscheiben
100 ml Milch
250 g Schweineleber
3 EL Butter
2 EL frisch gehackte glatte Petersilie
3 Bio-Eier
150 g Semmelbrösel
Salz und Pfeffer aus der Mühle
je 1 gute Prise Majoran, Muskatnuss und Macis

Fleischwolf

ZUBEREITUNG

Die Fleischbrühe in einem Topf bei mittlerer Temperatur erhitzen. Für die Schwimmerle 125 ml Wasser, Salz und Butter in einem Topf aufkochen. Das Mehl zugeben und kräftig rühren, bis sich ein Kloß bildet. Vom Herd nehmen und die Eier einzeln einarbeiten. Es soll ein geschmeidiger Teig entstehen. In einem Topf reichlich Fett auf 170 °C erhitzen. Mit zwei Teelöffeln Klößchen aus dem Teig abstechen und im heißen Fett schwimmend goldbraun ausbacken. Auf Küchenpapier abtropfen lassen.

Für die Pfannkuchen in einer Schüssel Mehl und Milch glatt verrühren. Eier, Salz, Muskat, Petersilie und Mineralwasser unterrühren. Den Teig etwa 30 Minuten ruhen lassen. Butter in einer Pfanne erhitzen, etwas Teig hineingießen, schwenken und einen möglichst dünnen Pfannkuchen backen. Auf einem Teller beiseite stellen. So fortfahren, bis der gesamte Teig aufgebraucht ist. Die Pfannkuchen auskühlen lassen und in dünne Streifen schneiden.

In der Zwischenzeit die Schwimmerle in die heiße Brühe einlegen.

Für die Leberklößchen Speck und Zwiebel fein würfeln. Die Weißbrotscheiben 5 Minuten in Milch einweichen. Anschließend mit den Händen ausdrücken. Zusammen mit der Leber durch die feine Scheibe des Fleischwolfs drehen und in einer Schüssel beiseite stellen.

In einer Pfanne 1 TL Butter erhitzen. Speck und Zwiebelwürfel darin 2–3 Minuten andünsten und zur Lebermasse geben. Die restliche Butter hinzugeben, braun werden lassen und vom Herd nehmen. Petersilie einstreuen und ebenfalls zur Lebermasse geben. Mit Eiern, Semmelbröseln und Gewürzen zu einem glatten Teig verkneten. Mit den Händen zu 5 cm großen Klößchen formen.

Die Fleischbrühe aufkochen und die Leberklößchen einlegen. Temperatur etwas reduzieren und die Klöße 10 Minuten sieden lassen.

Zum Servieren in jeden Teller einige Schwimmerle, Pfannkuchenstreifen und Leberklößchen legen. Mit heißer Brühe übergießen, Petersilie darüber streuen und sofort servieren.



Fränkisches Schäufele

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

1,5 kg Schweineschulter mit Knochen und Schwarte
 2 Knoblauchzehen
 1 TL Kümmelsamen
 ½ TL gemahlener schwarzer Pfeffer
 ½ TL getrockneter Majoran
 1 Msp. frisch geriebene Muskatnuss
 1 Bund Suppengrün
 2 Zwiebeln
 4 Nelken
 1 TL Salz
 2 Lorbeerblätter
 1 kleiner Zweig Rosmarin
 1 l heiße Fleischbrühe
 200 ml helles oder halbdunkles Bier (kein Pils)
 Kartoffelklöße »halb und halb« zum Servieren

Mörser, flacher Bräter, Aluminiumfolie, feines Küchensieb

ZUBEREITUNG

Das Fleisch waschen und trocken tupfen. Die Schwarte mit einem scharfen Messer rautenförmig einschneiden. Dabei nicht ins Fleisch schneiden. Die Knoblauchzehen schälen. Den Kümmel im Mörser fein zerreiben. Pfeffer, Majoran, Muskat und 1 Knoblauchzehe zugeben und zu einer Würzpaste zerstoßen. Das Fleisch (nicht die Schwarte) damit einreiben und abgedeckt über Nacht kühl stellen. Den Backofen auf 250 °C (Ober/Unterhitze, keine Umluft) vorheizen. Das Suppengrün waschen, putzen, gegebenenfalls schälen und in grobe Würfel schneiden. Zwiebeln schälen und mit je 2 Nelken spicken. Das Fleisch salzen und in einen flachen Bräter legen. Suppengrün, Zwiebeln, Lorbeerblätter, Rosmarin und Knoblauch um das Fleisch herum verteilen. Mit der heißen Brühe übergießen, bis das Gemüse fast bedeckt ist. Im heißen Ofen auf unterer Schiene 10 Minuten braten. Die Temperatur auf 150 °C senken und das Schäufele etwa 4 Stunden weitergaren. Das Fleisch dabei alle 30 Minuten mit dem Bratensaft übergießen. Darauf achten, dass die Flüssigkeit nicht vollständig verdampft. Bei Bedarf etwas heiße Fleischbrühe nachgießen, bis das Gemüse wieder fast bedeckt ist. 45 Minuten vor Ende der Garzeit das Schäufele mit etwas Bier übergießen. 15 Minuten vor Ende der Garzeit wiederholen. Das Schäufele ist gar, wenn sich das Fleisch mit einem Messer leicht vom Knochen lösen lässt. Das Fleisch herausnehmen, in Alufolie wickeln und warm stellen. Die Sauce durch ein Sieb in einen Topf abseihen und das Gemüse durch das Sieb streichen. Die Sauce nochmals mit Salz und Pfeffer abschmecken und kurz erhitzen. Das Schäufele in große Stücke teilen und mit der Sauce servieren. Dazu schmecken Kartoffelklöße.

Fränkisches Kirschenmännle

ZUTATEN FÜR 4-6 PERSONEN

1 kg Herzkirschen oder eine andere Sorte Süßkirschen
 6 altbackene Semmeln
 375 ml Milch
 125 g weiche Butter, plus etwas mehr für die Form
 5 Bio-Eier
 125 g Zucker
 1 Prise Salz
 ½ TL Zimt
 100 g Mandelblättchen
 Vanillesauce zum Servieren

Kirschenentkerner, Auflaufform, Handrührgerät

ZUBEREITUNG

Die Kirschen verlesen, waschen, entstielen und mit dem Kirschenentkerner entsteinen. Beiseitestellen. Die Semmeln in feine Scheiben oder Würfel schneiden und in eine Schüssel geben. Milch leicht erwärmen und darübergießen. Kurz quellen lassen. Inzwischen den Backofen auf 180 °C vorheizen. Eine Auflaufform mit Butter austreichen. Die Eier trennen. Die Butter mit 100 g Zucker schaumig schlagen. Eigelbe, Salz und Zimt unter die Buttermasse rühren. Eingeweichte Semmeln, Mandelblättchen und Kirschen nacheinander unterheben. Das Eiweiß mit dem restlichen Zucker sehr steif schlagen. Den Eischnee behutsam unter die Semmelmasse ziehen. Den Kirscheiteig in die vorbereitete Auflaufform füllen und in der Ofenmitte 50–60 Minuten backen. Warm oder kalt mit Vanillesauce servieren.



IMPRESSUM

ISSN 2198-8579

Idee und Herausgeber:

Verlagsbüro Bernd Schneider
Josef-Bautz-Str. 15, 63457 Hanau
Tel. 06181-2997850
Internet: www.agil-dasmagazin.de
www.verlagsbuero-bschneider.de
E-Mail: info@agil-dasmagazin.de
oder bs@verlagsbuero-bschneider.de

Redaktion:

Bernd Schneider (V.i.S.d.P.). Die Verantwortung für die Artikel liegt, sofern nicht anders gekennzeichnet, (namentlich oder durch „Red“), bei den jeweiligen Autoren. Text-/Bildbeiträge sind Anzeigen!

Anzeigenverkauf:

Verlagsbüro Bernd Schneider, Hanau
Tel. 06181-2997850 oder per Mail
info@agil-dasmagazin.de

Verbreitung und Zustellung:

Die Verbreitung erfolgt im Abonnement bundesweit. Die Zustellung des Abonnements erfolgt auf dem Postweg mit der Deutschen Post. Bestellungen des Abonnements sind nur schriftlich möglich. Per Post mit dem Coupon in dieser Ausgabe oder über www.agil-dasmagazin.de. Zusätzlich werden die Magazine an ausgewählten Stellen in den Städten und Gemeinden im Teilgebiet kostenlos zum Mitnehmen ausgelegt.

Verbreitungsgebiete der Auslagestellen:

Monatlich in den Landkreisen Rheingau-Taunus-Kreis, Main-Taunus-Kreis, Hochtaunus-Kreis, Wetteraukreis, Main-Kinzig-Kreis, Landkreis Offenbach-Land, Landkreis Darmstadt-Dieburg, Landkreis Aschaffenburg.

Grafik, Layout und Gestaltung:

Verlagsbüro Bernd Schneider
Druck: www.PreisDruckRheinMain.de, oder www.pdrm.de

Titelfoto/Fotos:

Foto: Adobe Stock / ©Daxiao Productions, ©Thomas Neumahr, ©michaeljung, ©ARochau, ©michaelheim, ©Maria Sbytova, ©rh2010, ©Jenny Sturm, ©M.studio, ©modernmovie, ©Eva Gruendemann

© Copyright 2022

für alle Beiträge und Anzeigen liegt beim Verlag. Der Abdruck auch nur in Auszügen ist nicht ohne vorherige schriftliche Genehmigung möglich. Keine Haftung bei unverlangt eingesandten Manuskripten oder Bildern. Es gilt die Anzeigenpreisliste 09-2022 gültig seit 01. Oktober 2021.



Foto: AdobeStock/©freebird7977

Ja, ich möchte „AGIL-DasMagazin“ bestellen!



Sie erhalten das Abonnement **zum Preis von 34,80 EUR inkl. MwSt. für 12 Ausgaben**. Die Zustellung erfolgt monatlich mit Ihrer Tagespost. Bitte füllen Sie den Bestellcoupon vollständig aus, und senden Sie diesen an unsere Verlagsanschrift. Ihre Einwilligung für die Datenverarbeitung ist die notwendige Grundlage für das Abonnement. Wir müssen Ihre Daten in unserem System für die monatliche Aufbereitung der Abonnements speichern. Dafür benötigen wir diese Einwilligung. Bitte beachten!

Vorname, Name

Straße, Nr.

PLZ/Ort

Zahlung per Lastschrift ☐
Bitte buchen Sie den Betrag von meinem Konto ab.

Zahlung per Rechnung ☐
Die Belieferung erfolgt nach Zahlungseingang!

IBAN

BIC

Datum, Unterschrift

Datenverarbeitung* (X = Grundlage für das Abonnement)


☐

Hiermit willige ich ein, dass meine Daten gespeichert und für die Aufbereitung der Versandunterlagen durch den Verlag benutzt und gespeichert werden können. Die Weitergabe an Dritte ist ausgeschlossen! Diese Einwilligung kann jederzeit widerrufen werden.

Ihr Widerspruchsrecht: Der Nutzung Ihrer Daten können Sie jederzeit per Post oder E-Mail widersprechen:

Verlagsbüro Bernd Schneider, Josef-Bautz-Str. 15, 63457 Hanau
E-Mail: info@agil-dasmagazin.de



Gewinnen Sie in dieser Ausgabe



einen **Gutschein**
im Wert von
400,00 €

DER NATUR GANZ NAH – AUSATMEN, LOSLASSEN, ERLEBEN – AN EINEM ORT

Raus aus dem Alltag- und rein ins Vergnügen. Und von allem nur das Beste – gutes Essen, zuvorkommender Service, ein wunderbarer Wellnessbereich auf 1.200 m², ganz viel Herzlichkeit und traumhafte Ausblicke. Im Skiurlaub direkt an der Piste im Snow Space Salzburg oder Sommerurlaub mitten im Wandergebiet – die Lage mit der Seilbahn direkt vor der Hoteltüre spricht für sich. Gerne können Sie das Verwöhnhotel auf der Homepage entdecken: www.hotel-berghof.com.

Vertretung der EU-Staaten	Barvermögen	das Ansehen einer Person	Teil des Gespanns	musikalischer Halbton	Vorname Zolas, † 1902	Walart	Grünfläche	noch bevor	inselreicher See in Finnland
direkt							Seemannsgruß		
		verzerrtes Gesicht, Fratze						Schönling (franz.)	
größte griechische Insel	Abk.: Handels-güte	Stadt an der Ems	höfliche Anrede in England				Schutzgott der Pharaonen	chem. Zeichen für Barium	
Gras-ebene in Nordamerika				englische Brief-anrede		Schiffszubehör			
damals, einstmals	Wortteil: einheitlich	Tiergruppe				Behinderung	fünfter Monat des Jahres		
			Nähfaden (Mz.)	Kolbenweg im Motor			Lehrer Samuels	Stadt am Vesuv	
		sehr betagt	lange kochen lassen				Teil des Heeres	Maßband-einteilung	
Frage-wort	Mittel-europäer			Fest-saal in Schulen		Herings-fisch			
Mantel der Araber	Hotel-diener, Bote (engl.)	Insel-europäer	ital. Rechts-gelehrter, † 1220	die neue Welt					
		Fluss in Italien	Leid zufügen			Kfz-Z. Dt. Bundes-post	Kfz-Z. Apolda		
				Raub-insekt					
Helfers-helfer	deutscher Blödel-barde			Auto-teil					

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----

Senden Sie uns das Lösungswort unter Angabe Ihrer vollständigen Adresse (Der Gewinner wird schriftlich per Post benachrichtigt) bitte über unser Kontaktformular auf www.agil-dasmagazin.de zu. Dies ist für Sie kostenfrei! Einsendeschluss ist der 28.02.2022!

An der Verlosung nehmen alle richtigen Zusendungen teil. Eine Barauszahlung der Gewinne ist nicht möglich. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen.



Löwer

grün
erleben

5-MAL IN DEINER NÄHE

GRÜN ERLEBEN!

FRISCHE IDEEN FÜR ZUHAUSE.

Als Gärtnerfamilie wissen wir seit über 140 Jahren, dass Pflanzen glücklich machen. Entdecken Sie unsere außergewöhnliche Vielfalt an Zimmer- und Gartenpflanzen. Klassiker und Exoten, alle in bester Löwer-Qualität und mit persönlicher Fachberatung und passendem Zubehör. Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

📍 HANAU

» Gewerbegebiet HU-Nord

Martin und Gustav Löwer GbR
Oderstraße 1

Tel. 06181 / 18050-0

hanau@gaertnerei-loewer.de

Mo.–Sa. 9:00–19:00 Uhr · So. geschlossen

📍 SELIGENSTADT

» A3 Abfahrt Seligenstadt

Martin Löwer
Dudenhöfer Straße 60

Tel. 06182 / 290861

seligenstadt@gaertnerei-loewer.de

Mo.–Sa. 9:00–18:30 Uhr · So. geschlossen

WEITERE LÖWER- GÄRTNEREIN:

GOLDBACH | MÖMLINGEN |
ROSSDORF

FOLGE UNS AUF:  

www.gaertnerei-loewer.de