



Heimat im Blick

mit Ihrem
lokalen Mitteilungsblatt



Neustart Kultur

New Voices
„Back on Stage“



KW 41, Samstag, 15. Oktober 2022

Das lokale Mitteilungsblatt

Ausgabe F 2

Hallo, liebe Leser

Ich bin ein Fan davon, Dinge auszuprobieren. Einmal im Jahr versuche ich mich an einem selbstgemachten Likör oder einem Schnaps, um diesen dann zu verschenken und alle mit meiner Mühe und vielleicht sogar gutem Geschmack zu begeistern. Diesmal war ich also auf der Suche nach einem leckeren Rezept für einen Likör. Ich habe letztes Jahr Schlehen-Likör mit einer winterlichen Note zubereitet, vielleicht knüpfe ich da an, dachte ich mir. Und es kam wie es sollte: ich stieß auf einen Schatz der Kategorie „Best Of Chef-köche“: ein Klarer. Zubereitung kinderleicht und er wurde auf den Namen „Draculalikör“ getauft. 20 Knoblauchzehen und eine Flasche Doppelkorn. Hoch die Gläser! Nach einem Kurzen von dem feinen Stoff weiterhin Gespräche führen? Fehlanzeige, meint

Euer Boto

Musikalische Deutschlandreise

Fulda. Lange Zeit wurde in Fulda die weltliche Musik nur stiefmütterlich behandelt. Dies sollte sich jedoch mit Fürststabt Heinrich von Bibra (1711–1788) schlagartig ändern. Er wollte eine Hofkapelle haben, mit der seine geistlichen und weltlichen Kollegen jener Zeit auch aufwarteten. Er kaufte also zahlreiche Instrumente ein und schickte junge Musiker zur Ausbildung nach Mannheim, dem Musik-Mekka der damaligen Zeit. Im umfangreichen Inventar des Fürstbischofs befanden sich um 1788 u. A. Werke der beiden Komponisten Christian Cannabich und Johann Anton Filtz. Das Konzert mit dem Freiburger Barockorchester stellt diese Komponisten ins Zentrum und lässt somit das Musikleben Fuldas im 18. Jahrhundert wiederaufleben. Das Freiburger Barockorchester (FBO) zählt heute zu den führenden Ensembles der historisch informierten Aufführungspraxis. Seit mehr als 30 Jahren prägt es das internationale Musikleben und setzt mit seinen Konzerten und Einspielungen musikalische Maßstäbe. In der Aula, Alte Universität Fulda erklingen am 1. November, um 20 Uhr: Christian Cannabich, Konzert D-Dur für Flöte und Orchester GroF 690 Johann Anton Fils, Sinfonie Es-Dur op. 2 Nr. 6 Johann Anton Fils, Konzert für Viola und Orchester In der Besetzung: Daniela Lieb, Flöte Corina Golomoz, Viola Freiburger Barockorchester Anne-Katharina Schreiber, Violine und Leitung. Tickets: www.reservix.de und an den Vorverkaufsstellen der Fuldaer Zeitung.

Jahreshauptversammlung und Dank

Fliedener Verein „Aktion Kinder im Königreich“ blickt zurück



Der Verein bedankt und verabschiedet sich von Barbara Gärtner.

Flieden. Im September blickte der Fliedener Verein „Aktion Kinder im Königreich“ nicht nur auf das vergangene Jahr zurück, sondern gar auf das ganze Jahrzehnt. Vor der Mitgliederversammlung wurde nämlich Barbara Gärtner für ihre Tätigkeit als Schriftführerin in den letzten 10

Jahren gedankt und diese verabschiedet. Sie bewies sich in dieser Zeit nicht nur als tatkräftiges Vorstandsmitglied, sondern vor allem auch als Bindeglied zu den Schulen in der Gemeinde Flieden. Gedankt wurde aber auch allen Spendern der Jahre 2020 und 2021, die vor Ort vertre-



Eine stolze Spendensumme ist zusammengekommen.

ten wurden. Aufgrund der Pandemie konnte der Spendertermin erstmals wieder seit Anfang 2020 durchgeführt werden. Insgesamt wurde während der Pandemie der unglaubliche Betrag von 19.882,33 Euro gespendet. Im Rahmen der Versammlung konnte sodann auch ei-

ne neue Satzung verabschiedet werden, welche den Verein nach der letzten Änderung in 2004 für die Zukunft wappnet. Nebst der Buchführung wurden zudem verschiedene Hilfsmaßnahmen sowie die Ukraine-Hilfe und die Adventsaktion dargelegt.

Profis rund um die Themen Biene und Imkern

Zwei neue Bienensachverständige beim Landkreis Fulda

Landkreis Fulda. Zwei neue Gesichter beim Landkreis Fulda: Ilona Grösch und Torsten Henkel sind Bienensachverständige beim Landkreis Fulda. Ehrenamtlich nehmen sie gemeinsam mit vier weiteren Kolleginnen und Kollegen diese Aufgabe ab sofort wahr. Als Bienensachverständige stehen sie den rund 600 Imkerinnen und Imkern im Landkreis Fulda mit Rat und Tat zur Seite. Hauptaufgabe ist die Unterstützung des Veterinärämtes bei der Feststellung und Bekämpfung von Bienen-seuchen. Die Bienensachverständigen stellen gemeinsam mit dem Veterinäramt ein Gesundheitszeugnis aus, wenn Bienen-völker in eine andere Gemeinde verstellt oder verkauft werden, beraten die Imkerinnen und Imker im Landkreis Fulda beispielsweise zu Bienenhaltung im Allgemeinen, zu vorbeugenden Gesundheitsmaßnahmen sowie rechtlichen und fachlichen Fragen im Falle eines Seuchenausbruchs und unterstützen die Veterinärverwaltung bei der Feststellung und Bekämpfung von Bienen-seuchen. Grösch und Henkel haben dazu den Lehrgang zur Bienensachverständigen in Kirchheim besucht und im Sommer ihre Prüfung abgelegt. Seitdem sind sie Experten für Krankheiten und Parasiten, die der Biene enorm schaden können. Um den Lehrgang zu absolvie-



Dr. Verena Eyring (Mitte) hat die Urkunden an die neuen Bienensachverständigen Ilona Grösch und Torsten Henkel überreicht.
Foto: Lisa Laibach

ren, müssen Interessierte erfahrene Imkerinnen und Imker sein – wie Ilona Grösch und Torsten Henkel. Grösch ist bereits seit sieben Jahren Imkerin und hat mittlerweile 28 Bienen-völker. Dabei arbeitet sie beim Imkern immer ohne Schutzkleidung. „Ich möchte den Bienen einfach nah sein“, erläutert die Poppenhausenerin. Mit ihrer Leidenschaft fürs Imkern hat sie auch ihren Sohn angesteckt, der nun den Beruf des Imkers lernt. „Es ist einfach eine tolle Tätigkeit.“ Torsten Henkel ist bereits seit acht Jahren Imker. Er besitzt acht Bienen-völker und ist auf die Tätigkeit als Bienensachverständiger durch den Imkerverein Ulstertal aufmerksam geworden. „Ich wollte di-

rekt wissen, wie ich Sachverständiger werden kann. Ich habe mich direkt für die Tätigkeit interessiert und dabei auch sofort Unterstützung vom Imkerverein erhalten“, erläutert der Ehrenberger. Grösch und Henkel sind nun neben vier weiteren Bienensachverständigen ehrenamtlich beim Landkreis Fulda tätig. Bienensachverständige kommen auch dann zum Einsatz, wenn bei einem Bienen-volk ein Seuchenfall eintritt. Dann muss ein Bienensachverständiger den Schaden schätzen, sodass der Imker oder die Imkerin eine Entschädigung durch die Tierseuchenkasse erhalten kann, falls Beute und Tiere vernichtet werden müssen. „Doch glücklicherweise kom-

men solche Seuchenfälle im Landkreis Fulda nicht so häufig vor“, erklärt Dr. Verena Eyring vom Fachdienst Veterinärwesen und Verbraucherschutz. Und nicht immer muss ein Schadensfall zu einer Vernichtung führen, manche Völker können durch eine Sanierung gerettet werden. In manchen Fällen genügt beispielsweise eine Erneuerung oder Desinfektion der Beute.

Kontakt

Imkerinnen und Imker, die einen Bienensachverständigen benötigen, können sich ans Veterinäramt per Mail an veternaeramt@landkreis-fulda.de oder telefonisch unter (0661) 6006-0 wenden.

Beilagen in Teilausgaben

Floh-, Trödel- und Sammlermarkt

Fulda. Der nächste Floh-, Trödel- und Sammlermarkt des DAFKS KONTAKT Fulda findet am Sonntag, 16. Oktober auf dem Gelände des EKZ Rhönhof Eichenzell statt. Der beliebte Markt wird am Sonntag von 8 bis 16 Uhr durchgeführt. Der Markt in Eichenzell ist für dieses Jahr der letzte Markt, der im Freigelände veranstaltet wird. Weitere Aussteller die Trödel oder Antiquitäten anbieten möchten, sind willkommen. Wie Winfried Jäger, Präsident des DAFKS, mitteilte, bietet der Verein im Rahmen seiner sozialen Kinder- und Jugendarbeit für Kinder bis 11 Jahren wieder kostenfreie Flächen an. Es dürfen hier kindertypische Spielsachen von Kindern verkauft werden - statt einem Tisch oder einem Stand wird eine Decke verwendet - eine Reservierung ist auch hierfür unbedingt erforderlich. Anmeldungen sind über die Homepage des Vereins www.Homepage.de möglich. Weitere Informationen gibt es unter der Rufnummer 0162-8250389 oder 0661-928980. Natürlich ist der Eintritt für die Besucher kostenfrei.

Ihr Draht zu uns:

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

Redaktion: (06051) 833-202
E-Mail: redaktion@bote.de
Zustellung: (06051) 833-299
E-Mail: zustellung@bote.de
Anzeigen: (06051) 833-244
E-Mail: anzeigenabteilung@bote.de
Internet: www.bote.de



WIR BIETEN DEN BESTEN SERVICE FÜR IHRE IMMOBILIE.

- Hausmeisterservice
- Grundstückspflege
- Entrümpelungen
- Grabpflege

Steinweg 3 | 36381 Schlüchtern
Tel.: 0 66 61 / 600 47 50
Arleser Straße 68 | 36039 Fulda
Tel.: 0661 / 410 95 400

möLLmann
HAUS- UND GRUNDSTÜCKSSERVICE

www.hmsmoellmann.de

Ihr Partner in Sachen

MEDIEN und DRUCK

GRIEBEL

DRUCKDIENSTLEISTUNGEN

Telefon: 06661 2135 | n.griebel@gnz.de | www.gnz.de

Ein Unternehmen der Druck- und Pressehaus Naumann GmbH & Co. KG

Ihr **Termin** ist richtig notiert ...

... auf einem Kalender des

DRUCK- UND PRESSEHAUS NAUMANN

Sie erhalten ab sofort bei uns:

- **Tischkalender und Wandkalender in unterschiedlichen Größen**

Pro Person werden im Druck- und Pressehaus Naumann im Kundencenter in Gelnhausen in der Gutenbergstraße 1 zwei Wandkalender kostenlos abgegeben. Weitere sind zum Stückpreis von 2,00 € erhältlich.

PS: Selbstverständlich drucken wir auch Kalender mit Ihrem Firmenlogo. FRAGEN SIE NACH! Unsere Druckereiverwaltung berät Sie gerne unter Telefon (060 51) 833 151.

ZUGREIFEN SOLANGE DER VORRAT REICHT!

Wandkalender
100 x 70 cm
70 x 50 cm

Tischkalender
DIN A4

Partner der Vereine Mittelhessen-Bote

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

MS ELEGANT LADY

KLEINE AUSZEIT AUF DEM RHEIN

KÖLN - AMSTERDAM - NIJMEGEN - KÖLN

11.11. - 14.11.2022

(4 Tage)

EXKLUSIVCHARTER

IHRE LEISTUNGEN:

- Busanreise im modernen Fernreisebus nach Köln und zurück
- Flusskreuzfahrt mit der MS ELEGANT LADY
- Komfortable Kabinen mit DU/WC, Föhn, Sat-TV, Klimaanlage, Safe
- Vollpension an Bord (Frühstück in Buffetform, Mittagessen, Kaffee/Teezeit mit Kuchen, Abendessen und Mitternachtssnack)
- Begrüßungsdrink an Bord
- **All-Inclusive-Verpflegung:** Hauswein, Bier vom Fass, Softdrinks wie Cola, Limonade, Säfte, Mineralwasser, Kaffee und Tee (von 8-24 Uhr)
- Abendunterhaltung durch Bordpianisten
- Gepäckbeförderung bei Ein- und Ausschiffung
- Alle Hafentaxen, Ein- und Ausschiffungsgebühren
- reisewelt-Reiseleitung von Anfang an

JETZT SCHNELL BUCHEN - RIESIGE NACHFRAGE!

4 TAGE ALL-INCLUSIVE

Unser Preis für Sie

ab €379,- p.P.

2-Bett-Außenkabine

GUTE GRÜNDE FÜR DIESE REISE:

- ✓ Sehr gute All-Inclusive-Verpflegung an Bord
- ✓ Viel Zeit in Amsterdam, der Weltstadt mit dem ganz besonderen Charme
- ✓ Garantierte reisewelt-Reiseleitung von Anfang an
- ✓ Viele begeisterte Gäste in den letzten Jahren
- ✓ Sehr gutes Preis-Leistungs-Verhältnis

IHR REISEVERLAUF:

Tag	Hafen	Ankunft	Abfahrt
1. Tag	Transfer nach KÖLN, Einschiffung ab 14:30	16:00	
2. Tag	AMSTERDAM / Holland	08:00	23:30
3. Tag	NIJMEGEN / Holland	08:00	16:00
4. Tag	KÖLN / Deutschland, Ausschiffung nach dem Frühstück, Zeit zur freien Verfügung, Rückfahrt am Nachmittag	08:00	

» Kabinenkategorien, Teilnehmerpreise in € pro Person

Kat.	Kabinentyp	Preis
A	Außenkabine, Hauptdeck, achtern, Fenster	AUSGEBUCHT
B	Außenkabine, Hauptdeck, Fenster	379,-
C	Außenkabine, Oberdeck, frz. Balkon	409,-

Einzelkabinenzuschlag: + € 250,- in allen Kategorien

Telefon: 06655 9609-0

reisewelt Teiser & Hüter GmbH

Fuldaer Str. 2 | 36119 NeuhoF

www.reisewelt-neuhof.de

Aus Zettel und Stift wird eine App

Landkreis Fulda stellt sich in Sachen Hydranten-Wartung digitaler auf

Landkreis Fulda. Hydranten sind für die Brandbekämpfung von zentraler Bedeutung und werden daher regelmäßig gewartet. Was früher noch mit Zettel und Stift gemacht wurde, findet heute im Landkreis Fulda in den meisten Kommunen komplett digital statt. Damit sind die Kommunen im Landkreis Fulda absolute Vorreiter in ganz Deutschland. Das Projekt ist einmalig. „Mit der Digitalisierung der Hydranten wollen wir deren Wartung vereinfachen. Dabei ist es absolut wichtig, dass sowohl die Wasserversorger als auch die Feuerwehren – die beide Hydrantenwartungen durchführen – über eine gemeinsame Plattform und vor allem über die gleiche Datenbasis verfügen“, erläutert Dr. Tom Gutzke, Geschäftsführer in einem Ingenieurbüro für Umweltinformatik, der das Projekt im Landkreis Fulda umgesetzt hat. Seit 2011 werden die Wasseranalysen von den Laboren in eine Plattform eingestellt und stehen dort den zuständigen Wasserversorgern, dem Gesundheitsamt (Trinkwasser) und dem Landesamt (Rohwasser) aktuell zur Verfügung. Seit 2015 werden zudem die Trinkwasseranalysen über das Bürgerportal Wasserqualität-Online den Bürgern aus dem Landkreis Fulda zur Verfügung gestellt. Das jetzige Projekt zur Hydrantenwartung ist eine Weiterentwicklung dieser kooperativen Plattform. Aktuell beteiligen sich 19 der 23 Kommunen an der Digitalisierung ihrer Hydranten. Damit können Hydrantenwartungen nun direkt vor Ort online dokumentiert werden.



Ab sofort digital: Sebastian Klein, Nils Waschke, Adrian Vogler und Tom Gutzke präsentieren die Software zur Wartung der Hydranten.

Erste Überlegungen für das Projekt gab es 2018. „Vorreiter und Antreiber ist die Gemeinde NeuhoF“, erläutert Kreisbrandinspektor Adrian Vogler. Die Gemeinde suchte damals eine Software, mit der die Daten von Wasserversorgern und von der Feuerwehr zusammengebracht werden können. „Früher wurden Wartungen mit Zettel und Stift durchgeführt, dann an den Wasserversorger weitergeleitet, dort bearbeitet und gegebenenfalls Fehler oder Mängel behoben. Dass auf diesem Weg Vorgänge abhandeln oder einfach manchmal länger dauern, passierte manchmal schon“, erklärt Nils Waschke, stellvertretender Gemeindebrandinspektor in NeuhoF. „Feuerwehr und Wasserversorger haben beide getrennt für sich gut gearbeitet. Wir wollten etwas finden, womit wir unsere Arbeit bündeln und damit zusammen noch

besser und effizienter werden können.“ Übernimmt beispielsweise die Feuerwehr die Wartung eines Hydranten, kann sie nun mögliche Mängel direkt online einpflegen. Sowohl Feuerwehren als auch Wasserversorger haben jederzeit Zugriff auf den aktuellen Zustand der Hydranten. Die Feuerwehr weiß damit, dass der Hydrant möglicherweise defekt ist, und der Wasserversorger kann sich umgehend um die Reparatur kümmern. „Die Digitalisierung der Hydrantenwartung hat unsere Arbeit enorm erleichtert“, erläutert Sebastian Klein, Netzmeister beim Zweckverband Gruppenwasserwerk Florenberg. „Wir werden umgehend darüber informiert, wenn bei einer Wartung der Feuerwehr Mängel gemeldet werden.“ Mit einem Hydrantenmessgerät werden Messdaten wie zum Beispiel Druck, Durch-

fluss, Temperatur und Trübung live in der App aufgezeichnet und für eine spätere Analyse abgelegt. So kann die maximale Löschwasserentnahme aus dem Hydranten gemessen und der Feuerwehr diese wichtige Information zur Verfügung gestellt werden. Einen weiteren Vorteil erläutert Gutzke: „Zahlreiche Schnittstellen zu Alarmierungsapps und Einsatzdisplays sorgen dafür, dass gleich bei der Alarmierung die tagesaktuellen Informationen zur Löschwasserversorgung am Einsatzort auf einen Blick zur Verfügung stehen. Die Feuerwehren wissen somit direkt, was sie an welchem Hydranten erwarten.“ Status-Änderungen werden quasi in Echtzeit übertragen und die Feuerwehr nutzt automatisch den aktuellen Stand der App. Dies ist bei Einsätzen und Bränden von besonderem Vorteil. Die Einsatzkräfte wissen damit direkt, wie der Zustand der Hydranten ist, welcher Wasserdruck anliegt und wo Schläuche am besten angeschlossen werden sollten. Der Landkreis Fulda unterstützt das Projekt einmalig mit 5000 Euro und zusätzlich mit 2000 Euro an den laufenden Wartungskosten. „Wir wollten damit den Kommunen zeigen, dass wir als Behörde hinter der Digitalisierung der Hydranten und damit hinter dem Projekt stehen“, erläutert Vogler. Ein weiterer Schritt im Projekt soll das Anbringen von QR-Codes an den Hydrantenschildern sein. Die Gemeinden, die die QR-Codes anbringen, können damit bei der Wartung die Hydranten direkt einfach absキャンen, auswählen und ohne Verwechslungen warten.

„Felsentour Herbstein“

Rhönklub Zweigverein NeuhoF

Neuhof. Der Rhönklub ZV NeuhoF lädt für Sonntag den 16. Oktober zur Wanderung in die Vulkan Region Vogelsberg ein. Die „Felsentour Herbstein“ beginnt an der Kälberhütte, einer Wetterschutzhütte am Kälberberg bei Eichenrod, und führt zunächst hinab ins Schalksbachtal und dann hinauf zum Hohbalz (510m), der höchsten Stelle der Tour. Dem Weitwanderweg „Vulkanring Vogelsberg“ folgen die Wanderer bis zum Rausch, einem 484m hohen Berg mit herrlichen Ausichten auf die charakteristische Silhouette von Herbstein. Weiter führt der Weg durch den Basaltdurchbruch „Felsenruhe“ hinunter nach Herbstein zum Hotel Herbstein zur Mittagsrast. Der Rückweg führt die Teilnehmer durch den Kurpark hinauf zur Kreuzkapelle, die

diese auch besichtigen. Vorbei an den Schalksbachteichen im gleichnamigen Naturschutzgebiet, und weiter durch den Heiligenwald, erreichen die Wanderer schließlich wieder die Kälberhütte, den Ausgangspunkt der Wanderung. Die herrliche Wanderung, mit vielen naturbelassenen Feld- und Waldwegen im Naturpark Hoher Vogelsberg ist ca. 15 km lang und wird geführt von Lotmar Leinweber. Treffen zur Bildung von Fahrge-meinschaften ist um 9.30 Uhr am Gemeindezentrum in NeuhoF, Hanauer Straße 4. Weitere Info auf der Homepage www.rhoenklub-neuhof.de. Für Gäste und Freunde des Rhönklubs ist mitwandern und mitgehen nicht nur erlaubt, sondern ausdrücklich erwünscht.

Heizung effizient entgasen: Energie sparen ohne aufwendige Umrüstung

ANZEIGE

Die Energiekosten steigen und steigen. Wie man langfristig in den eigenen vier Wänden auch bei bestehenden Heizsystemen den Verbrauch senken kann – und damit den Komfort erhöhen und ganz nebenbei, dank weniger Emissionen, das Klima schonen? Viele SHK-Fachhandwerker*innen empfehlen heute den Einbau einer Entgasungsanlage von Reflex Winkelmann. Die innovative Technologie zieht immer mehr auch in Ein- und Zweifamilienhäuser ein. Kaum größer als eine Laptop-Tasche, passt die mehrfach ausgezeichnete Servitec Mini in jeden Keller. Sie ist die kostengünstigste Entgasungsmöglichkeit für Privatanwender. Ohne Wärmepumpe oder aufwendige Umrüstung. Der fachmännische Einbau erfolgt schnell und unkompliziert. Das

Glücken der Heizung hat mit der Servitec Mini ein Ende, ebenso wie kalte Räume im Obergeschoss. Sie ist mit verschiedenen Anlagen kombinierbar, auch solchen, die auf erneuerbare Energien setzen. Störende Gase werden dem Anlagenwasser entzogen und kontinuierlich aus dem System abgeführt. So kann die Heizung ihre Leistung voll ausschöpfen und im gesamten Haus herrschen wieder Wohlfühltemperaturen zu geringeren Energiekosten. www.servitec-mini.de



MediaBerater

Bad Soden Salmünster, Steinau, Freiensteinau, Schlüchtern, Sinnthal, Flieden Kalbach, NeuhoF

Tobias Susgin
Telefon: 0176-11 833 351
E-Mail: key-account@gnz.de

MediaBerater

Bad Soden Salmünster, Steinau, Freiensteinau, Schlüchtern, Sinnthal, Flieden Kalbach, NeuhoF

Matthias Kaib
Telefon: 0176-11 833 336
E-Mail: m.kaib@gnz.de

kfd-Frauen feiern die Verbandsarbeit

„leidenschaftlich, glauben, leben, feiern“

Fulda. Unter dem Motto „leidenschaftlich, glauben, leben, feiern“ kamen 150 kfd Frauen im Garten des Bonifatiushauses zusammen und feierten ein rauschendes Verbandsfest. „Nach zweieinhalb Jahren Corona-Pandemie war es Zeit, endlich mal wieder zusammenzukommen und mit den vielen engagierten kfd Frauen Bistum Fulda zu feiern“, so Bettina Faber-Ruffing, die Vorsitzende der kfd auf Diözesanebene.

Zu Beginn feierten die Frauen am Nachmittag einen Festgottesdienst zur Einführung der neuen Geistlichen Leiterin des Diözesanverbandes Patricia Kraus. In einer Dialogpredigt gaben Domkapitular Thomas Renze und die Geistliche Leiterin des kfd-Bundesverbandes, Ulrike Göken-Huisman, Frau Kraus mit auf dem Weg, „mutig und stark“ die neue Aufgabe wahrzunehmen und auf die Zusage Gottes zu vertrauen. Frau Kraus ist die erste Geistliche Leiterin des kfd-Diözesanverbandes und



kfd-Frauen mit der neuen Geistlichen Leiterin Patricia Kraus.
Foto: kfd Fulda

wurde bereits im Frühjahr von der Diözesanversammlung gewählt. Im Anschluss an den Gottesdienst feierten die Frauen bei Sekt, Kaffee und Kuchen und tollem Herbstwetter die neue Geistliche Leiterin und das Engagement für die Frauengemeinschaft im Bistum Fulda. Begleitet wurde die Veranstaltung von einer Aufführung der Tanzgruppe „Artodance“ und dem Auftritt der Band „tine“ am Abend.

Über die kfd
Die Katholische Frauengemeinschaft Deutschlands (kfd) im Bistum Fulda ist mit rund 6.000 Mitgliedern der größte katholische Frauenverband im Bistum Fulda. Die kfd vertritt die Interessen von Frauen in den Bereichen Politik, Kirche und Gesellschaft. Weitere Informationen unter <https://www.kfd-fulda.de>

Konzert von Joyful für Nigeria

Fulda. Am Sonntag, 16. Oktober, findet um 18 Uhr in der Pfarrkirche St. Lukas, Fulda-Aschenberg, ein Konzert für das Hilfsprojekt „Pro Nsukka“ in Südostnigeria statt. Die musikalische Gestaltung übernimmt die Musikgruppe „Joyful“ mit ihrem Leiter Theo Sauer. Neben Gospel-songs werden aktuelle Lieder aus Pop und Rock vorgetragen. Mit stimmungsvollen Lichteffekten kommen die von jun-

gen und engagierten Sängern und Sängerinnen vorgetragenen Rhythmen in eindrucksvoller Weise zur Geltung. St. Lukas bietet barrierefreien Zugang und einen großen Kirchenraum, der Abstand erlaubt. Der Eintritt zum Konzert ist frei. Um eine Spende für die Wasserabfällanlage im Bistum Nsukka wird gebeten. Herzliche Einladung an alle Interessierten!

Welt-Osteoporose-Tag am 20. Oktober

Steigern Sie die Knochengesundheit!

Schätzungsweise 6,3 Millionen Menschen sind in Deutschland von Osteoporose betroffen.¹ Diese chronische Erkrankung der Knochen tritt im Alter besonders häufig bei Frauen auf, aber auch Männer bleiben nicht verschont. Das Motto des diesjährigen Welt-Osteoporose-Tages „Steigern Sie die Knochengesundheit“ macht deutlich, dass wir in jedem Alter dazu beitragen können, unsere Knochen zu stärken. Je früher, desto besser, lautet hier die Devise – denn die Knochendichte erreicht mit etwa 30 Jahren ihren Höchstwert und nimmt ab dann langsam ab.²

Knochen stark machen

Regelmäßige Bewegung und ein individuell angepasstes Sportprogramm, wie zum Beispiel Gymnastik und Kraft-

Bewegung macht nicht nur Spaß, sie stärkt auch die Knochen.
Foto: nd3000/iStockphoto.com

gene, kalziumreiche Ernährung und eine ausreichende Vitamin-D-Versorgung.^{4,5}

Wertvolle Alltagstipps

Knochenbrüche gehören zu den schwerwiegendsten Folgen der Osteoporose. Daher ist es wichtig, Stürzen vorzubeugen: Tragen Sie rutschfestes Schuhwerk, nicht nur bei Spaziergängen im Freien. Achten Sie zu Hause auf eine ausreichende Beleuchtung, lassen Sie Ihre Sehstärke überprüfen und beseitigen Sie Stolperfallen in Ihrer Wohnung.

Mehr Informationen und viele hilfreiche Alltagstipps gibt es im Internet unter: www.aktionsbündnis-osteoporose.de

KNOCHEN.STARK.MACHER.
Aktionsbündnis Osteoporose



» **Stationenweg in Mernes** Seit der Gemeindeerneuerung mit der Schönstatt-Bewegung „missiones“ im Jahre 2018 in der katholischen Pfarrei Jossgrund/Mernes findet am letzten Samstag im September ein Stationenweg statt. Dieses Jahr bereitete die Pfarrkuratie St. Peter Mernes den Pilgerweg mit vier Gebetsstationen vor. Los ging es um 6 Uhr morgens auf dem Kirchplatz in Mernes, nach anderthalb Stunden war das Ziel, das Gipfelkreuz auf dem Stacken erreicht. Die vier Gebetsstationen beschäftigten sich mit Glaube, Liebe, Schöpfung und Hoffnung und waren vom Pfarrgemeinderat, dem Verwaltungsrat, der kfd und Jugendlichen vorbereitet worden. Über 40 Teilnehmer aus allen Ortsteilen waren dabei. Am Gipfel angekommen, spendete Pfarrer Daniel Göller den Segen. Auf die Pilger wartete vor der Schutzhütte auf dem Stacken ein Sonnenaufgangsfrühstück. Im kommenden Jahr führt der Stationenweg von Oberndorf zur Anna-Kapelle in Burgjoß.

Verstopfung? Träge Verdauung? Blähbauch?

Der Darm leistet viel für uns, auch wenn wir im Alltag wenig davon mitbekommen. Bei Stress, einer ballaststoffarmen Ernährung oder mit zunehmendem Alter nimmt die Darmaktivität jedoch ab. Die Folge: Der Transport der Nahrung im Darm gerät ins Stocken – die Verdauung wird träge, dies führt häufig zu Verstopfung. Auch stauen sich oft Gase im Darm an, die zu einem Blähbauch führen.

Doch es gibt eine gute Nachricht: Ein innovatives Medizinprodukt (Kijimea Regularis) bringt die Darmaktivität auf natürliche Weise wieder in Schwung und lässt zudem den unangenehmen Blähbauch verschwinden.

Die Verdauung auf natürliche Weise aktivieren

Was Kijimea Regularis so einzigartig macht: Es enthält Fasern natürlichen Ursprungs, die im Darm aufquellen und die Darmmuskulatur sanft dehnen. Sie erhält dadurch den Impuls, sich wieder normal zu bewegen und die Nahrung im Darm weiterzutransportieren. Die Verdauung kommt

auf natürliche Weise wieder in Schwung und die Verstopfung löst sich – planbar und zuverlässig.

Zusätzlich reduziert Kijimea Regularis die Gase im Darm, wodurch der Blähbauch verschwindet. Kijimea Regularis ist rezeptfrei in der Apotheke erhältlich.

Kijimea Regularis auf einen Blick:

- ✓ Der Darm kommt **auf natürliche Weise** wieder in Schwung.
- ✓ Die Verstopfung wird **sanft** gelöst.
- ✓ Der Blähbauch **verschwindet**.

Für Ihre Apotheke:
Kijimea Regularis
(PZN 13880244)

www.kijimea-regularis.de

Gelenkschmerzen gezielt behandeln

Natürliches Schmerzgel überzeugt Anwender

Bei Gelenkschmerzen greifen viele zu klassischen Schmerz Gelenen oder -salben. Dabei sehen immer mehr Anwender von chemischen Produkten ab und suchen Hilfe aus der Natur. Was bereits zahlreiche Verwender begeistert: das natürliche Schmerzgel der Qualitätsmarke Rubaxx (Rubaxx Schmerzgel, Apotheke)!

„Das Gel hat mir sehr gut geholfen. Schmerzlindernd und gut verträglich“, freut sich Eva K. über „die schnelle Hilfe“ bei ihren Gelenkschmerzen. Auch andere Verwender sind von der natürlichen Wirkkraft des Rubaxx Schmerz gels begeistert. So berichtet Heinz K.: „Ich habe Knieprobleme und nach

längeren Wanderungen ist das Schmerzgel ein Muss. Es wirkt schmerzstillend und ist sehr zu empfehlen.“ Das Geheimnis hinter dem Gel? Der darin enthaltene natürliche Arzneistoff T. quercifolium!

Stark bei Schmerzen

T. quercifolium wirkt schmerzlindernd bei rheumatischen Schmerzen. Auch bei Folgen von Verletzungen und Überanstrengungen verschafft der Wirkstoff Linderung. Im Gegensatz zu vielen Gelen, die chemische Wirkstoffe wie Diclofenac oder Ibuprofen enthalten, bietet Rubaxx Schmerzgel somit wirksame und gut verträgliche Hilfe aus der Natur. Es lässt sich gezielt auf den zu behandelnden Stellen auftragen und ist dank der guten Verträglichkeit auch zur Anwendung bei chronischen Schmerzen geeignet.

Für Ihre Apotheke:
Rubaxx Schmerzgel
(PZN 16758756)

www.rubaxx.de

Oft sind rheumatische Erkrankungen oder Folgen von Verletzungen und Überanstrengungen Gründe für Gelenkschmerzen.

Abbildungen Betroffenen nachempfunden, Namen geändert

RUBAXX SCHMERZGEL. Wirkstoff: Rhus toxicodendron Dil. D6. Homöopathisches Arzneimittel bei Besserung rheumatischer Schmerzen und Folgen von Verletzungen und Überanstrengungen. www.rubaxx.de • Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. • PharmaSGP GmbH, 82166 Gräfelfing

(Abbildung Betroffenen nachempfunden.)

Kirche

Gottesdienste

Evangelische Kirchengemeinde Mottgers-Weichersbach-Schwarzenfels

Sonntag, 16.10.: Gottesdienste 9.30 Uhr Schwarzenfels 10.45 Uhr Mottgers

St. Peter Mernes

Sonntag, 16.10.: 10.30 Uhr heilige Messe Montag, 17.10.: 19.00 Uhr Friedensgebet Mittwoch, 19.10.: 19.00 Uhr heilige Messe

Evangelische Kirchengemeinde Bad Soden-Salmünster

Sonntag, 16.10.: Bad Soden 10.00 Uhr Gottesdienst Pfrin. Reidt Erlöserkirche, Weilersweg 6, Bad Soden

Evangelische Christuskirche in Sinntal und Marjoß

Sonntag, 16.10. 9.30 Uhr Gottesdienst in Neuengronau mit Lektor Gärtner 9.30 Uhr Gottesdienst in Marjoß mit Pfarrer Schmitz 10.45 Uhr Gottesdienst in Sterbfritz mit Lektor Gärtner 10.45 Uhr Gottesdienst in Züntersbach mit Pfarrer Schmitz

Evangelische Kirchengemeinde Am Landrücken Kinzigtal

Sonntag, 16.10.: Gottesdienste Hintersteinau 9.30 Uhr Reinhards 11.00 Uhr

Katholische Pfarrei Mariae Himmelfahrt Sannerz der Filialen St. Michael, Sterbfritz und St. Wigbert, Weiperz Pfarrei St. Jakobus Herolz

Samstag, 15.10.: Weiperz 18.00 Uhr heilige Messe Sonntag, 16.10.: Herolz 9.00 Uhr heilige Messe Sannerz 10.30 Uhr Festgottesdienst zur Diakonweihe von Josua Schwab Dienstag, 18.10.: Sannerz 9.00 Uhr heilige Messe Mittwoch, 19.10.: Herolz 9.00 Uhr heilige Messe Donnerstag, 20.10.: Weiperz 18.00 Uhr heilige Messe Freitag, 21.10.: Herolz 9.00 Uhr heilige Messe Sannerz 18.00 Uhr heilige Messe

Neustart Kultur – New Voices „Back on Stage“

Gesangverein Concordia Huttengrund



Am Samstag tritt der Frauenchor in Bad Soden auf.

Bad Soden-Salmünster. Nach langer Pause stehen New Voices unter dem Motto „Back on Stage“ wieder auf der Bühne. Am Samstag, 15. Oktober heißt Sie der Frauenchor aus dem Huttengrund im Spessart FORUM in Bad Soden willkommen. Zum 25-jährigen Jubiläum präsentieren New Voices neue und altbewährte, deutsche und englische Songs unter der Leitung von Dennis Korn. Dabei hat der Musiker viele der Stücke eigens für den Chor arrangiert.

Das Konzert beginnt um 19.30 Uhr; die Türen sind bereits ab 18.30 Uhr geöffnet. Sowohl vor als auch nach dem Konzert sind die Besucher zu einem gemütlichen Beisammensein eingeladen. Der Eintritt ist frei.

Amateurmusik in ländlichen Räumen

Dieses Projekt wird im Rahmen des bundesweiten Programms IMPULS gefördert. Mit dem Förderprogramm IMPULS soll der Amateurmusik in ländlichen Räumen geholfen werden.

„Babbelkaffee“ am Steinauer Katharinenmarkt

Am Samstag, 15. Oktober

Steinau. Im Rahmen des Katharinenmarkt-Programms wird am Samstag, 15. Oktober, der früher so beliebte „Babbelabend“ wiederbelebt. Allerdings nicht mehr wie früher, abends zur Einstimmung auf das alte Steinauer Heimatfest, sondern bereits am Samstagnachmittag von 15 bis 18 Uhr in der Katharinenkirche. Unter dem Motto „Babbelkaffee“ wird wieder die echte Steinauer Mundart aufleben lassen.

Premiere

Es wird wieder live geschwätzt, über dies und das und was so alles erlebt wurde. Aber, was bislang bei den Veranstaltungen des Geschichtsvereins Steinau nicht möglich war, feiert dort Premiere: Bild- und Tonaufzeichnungen von Fotografenmeister Koni Merz lassen frühere Teilnehmer wieder in Erinnerung rufen und kommen noch mal zu Wort, alte Steinauer Lieder finden ebenso Gehör. Begleitet wird das Programm von den Bänkelsängern des Steinauer Karnevalsvereins. Zwischen durch gibt es eine längere



Das alte „Spielmännje-Haus“ und sein Frisör werden im „Babbelkaffee“ wiederbelebt.

Pause, Gelegenheit zu Kaffee und Kuchen, der im Seitenschiff der Kirche für die Besucher/innen bereit gehalten wird. Die Veranstalter haben bewusst den Nachmittag gewählt, um auch älteren Leuten die Teilnahme noch bei Tageslicht zu ermöglichen und hoffen auf zahlreichen Besuch. Der Eintritt in das Erlebnis- und abwechslungsreiche „Babbelkaffee“ der Katharinenkirche ist frei.

Der Gesangverein „Sängerlust“ Hutten gibt seine Auflösung bekannt

Schlüchtern. Der Gesangverein „Sängerlust“ Hutten gibt seine Auflösung bekannt und befindet sich in Liquidation. Die erfolglose Suche nach Kandidaten für die Vorstandsfunktionen und der Wegfall zu vieler Mitglieder aufgrund Todes- und Krank-

heitsfällen hatte dieses Vorgehen erforderlich gemacht. Hiermit werden alle Gläubiger des Gesangverein „Sängerlust“ Hutten aufgefordert, offene Forderungen bis spätestens 31. August 2023 zu stellen.

Anzeige

Magnesium: der Migränekiller!

Studien zeigen^{1,2}: Magnesium kann Migräneattacken vorbeugen

Migräne ist eine der häufigsten Kopfschmerzformen. Die Betroffenen leiden unter Attacken heftiger meist einseitiger pulsierend-pochender Kopfschmerzen, oft begleitet von Übelkeit, Erbrechen, Lärm- und Lichtempfindlichkeit. Dabei quälen Patienten nicht nur die akuten Beschwerden, sondern auch die Sorge vor der nächsten Attacke. Studien zeigen, dass die Häufigkeit von Migräneattacken durch die Einnahme von Magnesium reduziert werden kann.

Für die Migräne-Prophylaxe gibt es bereits eine Reihe von verschreibungspflichtigen Medikamenten wie z.B. Beta-Blocker. Zwei Studien^{1,2} zeigen: Der Mineralstoff Magnesium kann eine nicht verschreibungspflichtige, nebenwirkungsarme Alternative sein!



Die Deutsche Migräne- und Kopfschmerzgesellschaft e.V. (DMKG) geht von „350 000 Migräneanfällen täglich“ aus.³

Magnesium überzeugt

Migränepatienten erhielten in einer der Studien¹ hochdosiertes Magnesium (2x täglich 300 mg) oder ein Scheinmedikament (Placebo). Das Ergebnis: nach 9–12 Wochen

hatte die Häufigkeit der Migräneattacken bei den Teilnehmern, die Magnesium einnahmen, um fast die Hälfte abgenommen! Auch die Anzahl der Tage mit Migräne sowie der Verbrauch von Medikamenten zur Behandlung der Attacken selbst konnte gesenkt werden. Zu ähnlichen Resultaten kommen die Autoren einer Studienzusammenfassung zum Thema Magnesium und Gesundheit: „(...) die Gabe von Magnesium ist dazu in der Lage, Migräneattacken zu verringern.“^{4,2} Dazu passt, dass schon seit längerem ein Zusammenhang von Migräne und Magnesiummangel vermutet wird⁴: Denn häufig haben Migränepatienten weniger Magnesium im Blut als Gesunde!

Magnesium 2 x 300 mg

Wieviel Magnesium kann zur Vorbeugung eingenommen werden?

Gemäß der Deutschen Gesellschaft für Neurologie (DGN) und der Deutschen Migräne- und Kopfschmerzgesellschaft (DMKG) werden zur Migräneprophylaxe 2 x täglich 300 mg Magnesium empfohlen. Zu Beginn sollte die Dosierung langsam gesteigert werden.⁵

Fazit: Es gibt überzeugende Hinweise, dass Magnesium die Häufigkeit von Migräneattacken senken kann. Denken Sie also zur Vorbeugung von Migräne an den Einsatz von Magnesium!

Erhältlich in Ihrer Apotheke:

Bioelectra® MAGNESIUM 300 mg Kapseln

- ✓ Magnesiumspeicher werden aufgefüllt
- ✓ Kleine Kapsel, leicht zu schlucken
- ✓ Vegan & frei von Zusatzstoffen

Packungsgrößen: 20 St., 40 St., 100 St.

* Magnesium trägt zu einer normalen Muskelfunktion bei.

1. Peikert, A., Wilimzig, C., Köhne-Volland, R. (1996). Prophylaxis of migraine with oral magnesium: results from a prospective, multi-center, placebo-controlled and double-blind randomized study. Cephalalgia, 16(4), 257-263. <https://doi.org/10.1046/j.1468-2982.1996.1604257.x>. 2. Veronese, N., Demurtas, J., Pesolillo, G., Celotto, S., Barnini, T., Calusi, G., Caruso, M. G., Notarnicola, M., Reddavid, R., Stubbs, B., Solmi, M., Maggi, S., Vaona, A., Firth, J., Smith, L., Koyanagi, A., Dominguez, L., Barbagallo, M. (2020). Magnesium and health outcomes: an umbrella review of systematic reviews and meta-analyses of observational and intervention studies. Eur J Nutr, 59(1), 263-272. <https://doi.org/10.1007/s00394-019-01905-w>. 3. <https://dmkg.de/therapie-empfehlungen/migraene>, aufgerufen am 18.08.2022. 4. <https://www.medical-tribune.de/medizin-und-forschung/artikel/bei-migraene-auf-den-magnesium-gehalt-achten>, aufgerufen am 06.09.22. 5. https://awmf.org/uploads/tx_szleitlinien/030-057l_S1_Migraene-Therapie_2020-12.pdf, Seite 32, aufgerufen am 19.08.2022

Bioelectra® Magnesium 300 mg Kapseln. Nahrungsergänzungsmittel sind kein Ersatz für eine ausgewogene und abwechslungsreiche Ernährung und eine gesunde Lebensweise. Verzehrsempfehlung: 1 x täglich 1 Kapsel mit reichlich Flüssigkeit schlucken. Stand: September 2021





GETRÄNKE • FACHMARKT

Angebote gültig vom 17.10. - 22.10.2022

Jede Woche erfrischende Angebote!

Warsteiner Bier

diverse Sorten,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1l = 1,00 €

-29%
9.99



St. Bonifatius Bier

diverse Sorten,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 4,50 € Pfand,
1l = 1,00 €

10.99
9.99



Weißenoher Bier

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

ANGEBOT
11.99



Würzburger Hofbräu Pilsner

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

ANGEBOT
11.99



Flensburger Pilsener

Kasten = 20 x 0,33 l,
zzgl. 4,50 € Pfand,
1l = 1,97 €

14.99
12.99



Bad Brambacher Garten-Limonade

diverse Sorten,
Kasten = 12 x 0,7 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
1l = 0,89 €

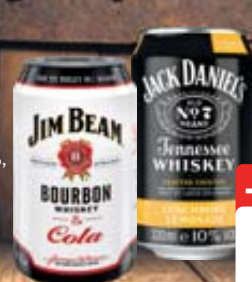
8.99
7.49



Jim Beam, Jack Daniel's Whiskey

diverse Sorten,
teilweise koffeinhaltig, 10 %,
0,33 l-Dose,
zzgl. 0,25 € Pfand,
1l = 6,03 €

-33%
1.99



Chiemseer Hell

Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1l = 1,70 €

ANGEBOT
16.99



Andechs Bier

diverse Sorten,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 3,10 € Pfand,
1l = 1,70 €

18.99
16.99



Warsteiner Bier

diverse Sorten,
Kasten = 6 x 0,33 l,
zzgl. 0,48 €
Pfand,
1l = 1,51 €

-33%
2.99



RhönSprudel Mineralwasser

diverse Sorten,
Kasten = 12 x 1 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
1l = 0,46 €

ANGEBOT
5.49



Volvic

natürliches Mineralwasser,
Kasten = 6 x 1,5 l,
zzgl. 3,00 € Pfand,
1l = 0,61 €

-21%
5.49



RhönSprudel PLUS

diverse Sorten,
Kasten = 12 x 0,75 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
1l = 0,55 €

-29%
4.99



Mio Mio Mate, Cola

koffeinhaltig,
Kasten = 12 x 0,5 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
1l = 1,17 €

-30%
6.99



Possmann Apfelwein, Apfelsaft*

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

-25%
7.49



Bad Brückener Schorle

Apfel, Johannisbeere,
Kasten = 12 x 0,75 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
1l = 0,89 €

ANGEBOT
7.99



top frisch Mineralwasser

diverse Sorten,
Kasten = 12 x 0,7 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
1l = 0,33 €

-26%
2.79



Teinacher Genuss Eistee

Zitrone, Pfirsich,
Kasten = 12 x 0,75 l,
zzgl. 3,30 € Pfand,
1l = 0,89 €

8.99
7.99



Coca-Cola Kombikiste

teilweise koffeinhaltig,
Kasten = 20 x 0,5 l,
zzgl. 4,50 € Pfand,
1l = 1,60 €

17.99
15.99



Monster Energy

diverse Sorten,
koffeinhaltig,
0,5 l-Dose,
zzgl. 0,25 € Pfand,
1l = 1,98 €

-41%
0.99



Coca-Cola XXL*

koffeinhaltig,
2 l-Flasche,
zzgl. 0,25 € Pfand,
1l = 0,60 €

ANGEBOT
1.19



Kessler Zink Rotwein

diverse Sorten,
1 l-Flasche,
zzgl. 0,05 € Pfand,
1l = 3,99 €

4.49
3.99



Schlitz

Burgenkummel,
0,7 l-Flasche,
1l = 11,41 €

-20%
7.99



ERNEUT *Wir freuen uns!*
AUSGEZEICHNET.

DtGv | Deutsche Gesellschaft
für Verbraucherstudien mbH



DEUTSCHLANDS BESTE DIENSTLEISTER
HERAUSRAGENDES
PREIS-LEISTUNGS-
VERHÄLTNIS
Branchenübergreifende Kundenbefragung
TOP 206, 11/2021, dtg.de/9135

DtGv | Deutsche Gesellschaft
für Verbraucherstudien mbH



DEUTSCHLANDS BESTE DIENSTLEISTER
HERAUSRAGENDE
KUNDEN-
ZUFRIEDENHEIT
Branchenübergreifende Kundenbefragung
TOP 206, 11/2021, dtg.de/9135



In Ihrer Nähe:



Ramazzotti, Asbach Uralt

diverse Sorten,
0,7 l-Flasche,
1l = 14,27 €

ANGEBOT
9.99



Bombay Sapphire

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

ANGEBOT
15.99



*nicht in allen Filialen erhältlich
Alle Artikel und Zugaben solange Vorrat reicht. Für Druckfehler keine Haftung!

Heurich GmbH & Co. KG • Landwehr 20-26 • D-36100 Petersberg



www.logo-getraenke.de

Einzigartige Unterlagen übergeben

Schriftstücken und Fotos aus der „Fulda Ära“ für das Blackhorse Museum

Fulda. Das Blackhorse Museum Fulda – Museum der amerikanischen Truppen in der Region Fulda ist für die Erhaltung der Geschichte der Amerikaner im Raum Fulda, Bad Hersfeld und Bad Kissingen weit über die Grenzen Deutschlands hinaus bekannt. Das Museum arbeitet dabei seit vielen Jahren auch mit der Association des 14th Cavalry Regiments in den USA eng zusammen. Das 14th Cavalry Regiment war von 1951 bis 1972 in Fulda stationiert. Neben der eigentlichen Aufgabe – der Absicherung der Grenze zur ehemaligen DDR – Szenario „Ful-

da-GAP“ hat dieses Regiment wohl den Grundstein zur deutsch-amerikanischen Freundschaft in Fulda gelegt. Seit einigen Jahren hat die Association an einer Zusammenarbeit der Geschichte und dem „Erlebten“ von Zeitzeugen während der Stationierung des Regiments im Raum Fulda gearbeitet. Passend zum „Tag der deutschen Einheit“ wurde jetzt in einer kleinen Feierstunde ein Ordner mit Schriftstücken und Fotos aus der „Fulda Ära“ an Winfried Jäger – 1. Vorsitzender des Fuldaer Museums – übergeben. Überreicht wurden diese einzigartigen Unterlagen



William Hamilton (rechts) und Winfried Jäger (links) bei der Übergabe im Fuldaer Museum.

durch extra aus den USA – Main angereisten William Hamilton. Hamilton, der selbst von 1959 bis 1962 in Fulda stationiert war, übergab die Exponate und viele Grüße im Auftrag des Executive Vice President Colonel Gordon Bratz. Hamilton dürfte noch einigen Fuldaern ein Begriff sein. Während seiner Zeit der Stationierung in Fulda hatte er unter anderem als aktives Mitglied im Spielmannszug der Feuerwehr Fulda die große Trommel gespielt. „Wir freuen uns, dass wir mit diesen Exponaten unserem Auftrag ein Stück gerechter

werden können und so die Geschichte der Stationierung der amerikanischen Truppen in der Region Fulda, Bad Hersfeld, Bad Kissingen und der deutsch-amerikanischen Freundschaft noch besser darstellen können“, sagt Jäger. Diese einzigartigen Exponate stellen einen wichtigen Teil in gemeinsamen Projekten mit dem 14th Cavalry Regiment da. „Wir arbeiten ja seit längerer Zeit am Aufbau von Datenbanken, um diesen Teil der Fuldaer Geschichte noch besser zu erhalten und darstellen zu können“, so der Vorsitzende des Fuldaer Museums.

Selbstbestimmt und finanziell unbeschwert am Lieblingsplatz verbleiben



Auch vor Ort in Ihrer Region

Nutzen Sie unser Experten-Telefon für eine persönliche Beratung:

Tel. 0800/74 99 999 (kostenfreie Rufnummer)

Trotz eigener Immobilie geht es Ihnen vielleicht wie vielen anderen Senioren: Sie müssen mit jedem Euro rechnen. Die Instandhaltung ist teuer, Sie können sich nur wenig Lebensqualität gönnen. Eine Immobilienrente der Deutsche Leibrenten Grundbesitz AG stärkt die finanziellen Möglichkeiten von Menschen ab 70 Jahren. Sie können nun das Geld nutzen, das zuvor in Ihrer Immobilie gebunden war. Und mit dem Verkauf können die Seniorinnen und Senioren ihren Lebensabend im gewohnten Zuhause dauerhaft verbringen und werden zudem von der Instandhaltung befreit. Das lebenslange Wohnungsrecht wird im Grundbuch gesichert, ebenso die Immobilienrente mit variablen Zahlungsoptionen. Das Gesamtpaket verschafft die nötige Sicherheit für ein finanziell sorgenfreies Leben im Alter.



Lebensversicherungen BGH-Urteil: Retten Sie jetzt Ihr Geld!

Wenn Sie eine Lebens- oder Rentenversicherung zwischen 1994 und 2007 abgeschlossen haben, dann sollten Sie diesen Beitrag jetzt aufmerksam lesen – denn es geht um viel Geld!

In einem sensationellen Urteil hat der Bundesgerichtshof die Rechte von Versicherten massiv gestärkt und ermöglicht Ihnen, sich Ihr Geld mit guter Verzinsung zurückzuholen, bevor es von der hohen Inflation und den Gebühren der Versicherer aufgefressen wird. Dies gilt auch für bereits ausbezahlte oder gekündigte Versicherungen. Auch hier können Sie nachträglich Tausende Euro zusätzlich vom Versicherer einfordern.

Aufgrund mangelhafter Widerrufsbelehrungen in den Vertragstexten sind viele Versicherungsverträge auch heute noch anfechtbar. Man nennt dies „ewiges Widerrufsrecht“. Bei einem Widerruf erhalten Sie – anders als bei der Kündigung

– alle eingezahlten Beiträge ohne Abzug von Maklerprovisionen und Verwaltungskosten zurück. Und nicht nur das: Die Versicherung muss Sie auch an dem mit Ihrem Geld erzielten Anlagegewinn beteiligen. So können Sie bis zu 150 % der eingezahlten Beiträge zurückholen!



Es geht um viel Geld. Foto: Bits and Splits/stock.adobe.com

Ob Ihr Vertrag betroffen ist, prüft zum Beispiel das Düsseldorf Verbraucherportal helpcheck.de gratis und unverbindlich für Sie. Die Prüfung erfolgt auf Basis Hunderter Urteile datenbankgestützt und individuell durch spezialisierte Anwälte. Sie werden nach Vertragsprüfung beraten und können das Unternehmen, sofern Sie wünschen, auf Erfolgsbasis mit der Durchsetzung Ihres Anspruchs beauftragen.

Das bedeutet für Sie: Sie können nur gewinnen, denn Sie bezahlen nur einen Anteil des für Sie bei Ihrer Versicherung erzielten Mehrwertes an das Verbraucherportal. Ein fairer Deal, denn das Geld, das Sie ohnehin von der Versicherung erhalten hätten, bleibt komplett unangetastet. Das Unternehmen hat bereits über 50 Millionen Euro an seine Kunden ausbezahlt.

Die Gratis-Vertragsprüfung finden Sie hier: www.helpcheck.de/geldzurueck

GESUNDHEIT

RHEUMA

Natürliches Arzneimittel

Ein gut verträgliches Naturarzneimittel mit 4 natürlichen Arzneistoffen (u.a. Rhododendron, Sumpfporst) begeistert aktuell viele Patienten mit rheumatischen Beschwerden (u.a. Fibromyalgie, Rheuma, Morbus Bechterew). Der spezielle 4-fach Wirkstoffkomplex (Rheumagil, Apotheke) kommt als wirksame rezeptfreie Ergänzung zur ärztlichen Therapie zum Einsatz und lindert die typischen Schmerzen und Entzündungen ohne bekannte Neben- oder Wechselwirkungen.

Für die Apotheke



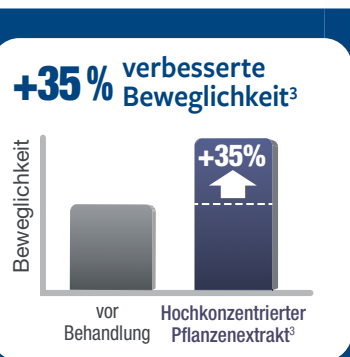
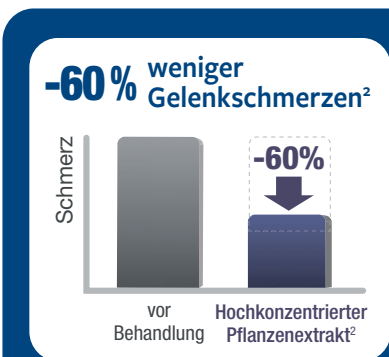
Rheumagil
50 Tabletten: PZN 12419750
150 Tabletten: PZN 13417368
www.rheumagil.de

GELENKVERSCHLEISS

Unabhängige Studien belegen starke Arthrose-Doppelwirkung

Ein gut verträglicher¹ Arthrose-Arzneistoff überzeugt in klinischen Studien: **Chronische Gelenkschmerzen werden um 60% gelindert² – die Gelenksteifheit gleichzeitig deutlich reduziert³.**

Ein gut verträglicher¹ Arthrose-Arzneistoff überzeugt in zwei unabhängigen klinischen Studien mit einer starken Doppelwirkung: Chronische Gelenkschmerzen werden um 60% gelindert² – die Beweglichkeit gleichzeitig deutlich verbessert³. Basis des untersuchten Wirkstoffs ist ein hochkonzentrierter Extrakt der bekannten Arthrose-Arzneipflanze *Harpagophytum procumbens*. Dieser ist als geschützter HPG2400-Extrakt[®] im Arzneimittel Gelencium EXTRACT (Apotheke, rezeptfrei) enthalten. Von der starken Doppelwirkung profitieren insbesondere Arthrose-Betroffene



mit wiederkehrenden Beschwerden, die meist eine besonders nebenwirkungsarme¹ Langzeittherapie suchen. Denn: Harpagophytum-Arzneimittel sind sehr gut verträglich – mehr als 97% aller Anwender haben keinerlei Nebenwirkungen.¹

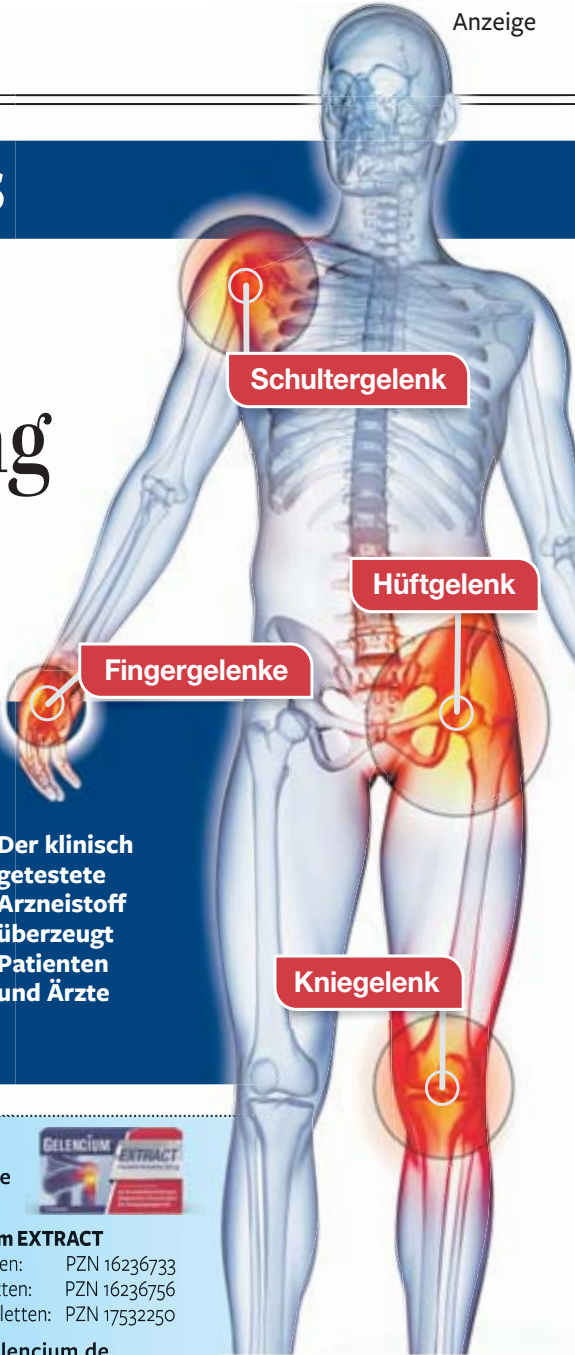
Fazit: Mit dem hochkonzentrierten Arzneistoff in Gelencium EXTRACT können Sie Gelenkschmerzen und Arthrose wirksam lindern.² Fragen Sie jetzt in Ihrer Apotheke nach Gelencium EXTRACT.

Für die Apotheke



Gelencium EXTRACT
75 Tabletten: PZN 16236733
150 Tabletten: PZN 16236756
2x150 Tabletten: PZN 17532250
www.gelencium.de

Am häufigsten von Arthrose betroffene Gelenke.



Pflichttext: Rheumagil[®]. Homöopathisches Arzneimittel bei Rheumatismus. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Heilpflanzenwohl GmbH • Alt-Moabit 101 D • 10559 Berlin.

¹) Vlachojannis. Phytother. Res. 2008; 22:149-152. Systematische Meta-Analyse von 28 klinischen Studien. ²) Chrubasik. In: Phytomedicine, 2002 Apr;9(3):181-194; Anwendungsbeobachtung ohne Randomisierung und Verblindung, durchgeführt mit Doloteffin: Enthält hochkonzentrierten Teufelskrallenwurzel-Trockenextrakt (2.400mg Tagesdosis). Hinsichtlich Zusammensetzung, Wirkstoff-Tagesdosis sowie Menge an Droge pro Tag identisch mit Gelencium Extract. ³) Wegener. In: Phytother. Res., 2003 Dec;17(10):1165-1172.

Pflichttext: Gelencium EXTRACT Pflanzliche Filmtabletten. Wirkstoff: 600mg Teufelskrallenwurzel-Trockenextrakt. Zur Anwendung bei Erwachsenen. Pflanzliches Arzneimittel zur unterstützenden Behandlung bei Verschleißerscheinungen (degenerative Erkrankungen) des Bewegungsapparates. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Heilpflanzenwohl GmbH • Alt-Moabit 101 D • 10559 Berlin.

Tipps
zum Wochenende

Workout im Büro

Armlehnen und Aktentaschen mal anders nutzen

Verspannungen im Nacken und Zwicken im Rücken zählen zu den unschönen Begleiterscheinungen der Schreibtischarbeit. Wie gut, dass sich mit einfachen Übungen gegensteuern und vorbeugen lässt. Am besten macht man sie regelmäßig, auch während der Arbeit. Ein Timer zur Erinnerung kann dabei helfen, rät der Bundesverband selbstständiger Physiotherapeuten (IFK) und liefert frische Anregungen für das tägliche Büro-Workout:

Mit dem Kopf
gegen die Wand

Armlehnen am Stuhl
als Trainingsgerät



Aufrecht an eine Wand setzen, zum Beispiel auf einem Hocker. Der Hinterkopf wird angelehnt. Nun langsam eine Nickbewegung nach vorne machen: Ein Doppelkinn entsteht und der Hinterkopf gleitet ein wenig nach oben, löst sich aber nicht von der Wand. Im vorderen Halsbereich ist eine Spannung zu spüren. Die Position rund acht Sekunden halten, ebenso lange pausieren, wiederholen. Insgesamt drei bis fünf Durchgänge machen. Das stärkt die vorderen Halsmuskeln.

Wer einen Bürostuhl mit Armlehnen hat, kann diese auch für Trainingszwecke einsetzen. Das geht einfach: Die Unterarme werden von innen kräftig gegen die Seiten gedrückt. Acht Sekunden verharrt man in Spannung, dann kommen acht Sekunden Pause. Zweimal wiederholen. Das kräftigt die Schultern.

Stärkere Adduktoren
dank Aktentasche

Es ist wichtig, den ganzen Körper zu kräftigen. Bei den Oberschenkelinnenseiten (Adduktoren) kann eine Aktentasche helfen. Sie klemmt man zwischen die Schenkel und presst diese danach kräftig zusammen. Auch hier hält man die Spannung acht Sekunden, entspannt ebenso lange. Zweimal wiederholen. Wer keine Aktentasche zur Hand hat, kann alternativ beide Fäuste zwischen die Beine klemmen.

Münz-Übung für den Po

Die Gesäßmuskeln haben beim Sitzen nur wenig zu tun und freuen sich deshalb über etwas Aktivierung. Das geht jederzeit. Man muss nur kurz aufstehen und sich vorstellen, man wolle zwischen den Pobacken eine Münze festhalten. Abwechselnd fest zusammenkneifen und entspannen. Wieder gilt: Acht Sekunden Spannung, acht Sekunden Pause.

Foto: Christin Klose/dpa-mag

Advent und neues Jahr
im schwimmenden Hotel

Flusskreuzfahrten mit Konzerten, Menüs und erholsamen Tagen

Lassen Sie das alte Jahr nicht verstreichen, ohne etwas erlebt zu haben, an das Sie sich noch lange gerne zurück erinnern werden! Den Advent können Sie vom 29. November bis zum 03. Dezember fröhlich und gleichzeitig besinnlich an Bord des luxuriösen Fünf-Sterne Flusskreuzfahrt-Schiffs MS George Eliot erleben. Und dank der „Trenkis“, Hubert, Peter und Philipp, die die Vorweihnachtszeit an Bord auch musikalisch in die Herzen tragen, ist das Weihnachtsfest nicht mehr weit. Das Trio trägt das Brauchtum der Tiroler Musik in die Welt hinaus und wird den Gästen an Bord mit ihrer gemütlichen Bar und Lounge unvergessliche Abende auf einem weihnachtlich dekorierten Schiff samt Weihnachtsmenü, Glühwein und allem, was dazugehört, beschern. Check-in ist am Hanauer Hafen. Nach dem ersten Konzert an Bord mit den Trenkwaldern geht es in die „historische Stadt Andernach, durch die romantischen Gewässer Rhein und Mosel nach Koblenz und schließlich weiter in den Rheingau nach Rüdesheim und Mainz, ehe das Schiff wieder beschwingt nach Hanau navigiert wird. Oder wie wäre es mit entspannten und genussvollen Tagen und sechs Nächten zum Jahreswechsel der stilvollen MS Swiss Crown, wenn diese ab Köln bis Hanau Hafen am 27. Dezember die Anker lich-



tet? Lassen Sie doch einfach die wunderschöne Winterlandschaft entlang Deutschlands szenischer Flusslandschaft bei einem Heißgetränk in einem gemütlichen Sessel in der Panoramalounge des Vier-Sterne-Schiffes an sich vorbeiziehen. Auf diese Weise können Sie ganz entspannt das vergangene Jahr in Gedanken Revue passieren lassen, während ihr Blick auf die romantische Mosel schweift. Das geschmackvoll eingerichtete Interieur des Kreuzfahrtschiffes, das Platz für 140 Passagiere bietet, wird Sie ebenso verzaubern wie die schönen Kabinen und die elegante Lounge. Ein ganz besonderer Passagier wird mit Mario Steffen zur Silvester-Flusskreuzfahrt mit dabei sein. Er gilt als einer der erfolgreichsten Schlagersänger in der Sparte „Rundfunkhitparaden“ und er wird an Bord sein Programm „...vom Schlager nur das Beste“

präsentieren. Aber auch an Land erwarten die Reisenden jede Menge Abwechslung und Programm. Entdecken Sie mit Cochem, Trier, Traben-Trarbach und Zell Landschaften, in denen die edelsten Weine zu Hause sind. Sie reisen sorgenfrei mit Vollpension im eleganten Bordrestaurant ins neue Jahr. Lassen Sie sich vom herzlichen Service verwöhnen und genießen Sie ein festliches Silvestermenü mit anschließender Silvesterparty. Am Silvestertag liegt das Schiff vor Koblenz vor Anker. Am Neujahrstag geht es nach Rüdesheim, vorbei am romantischen Mittelrheintal und der Loreley, der wohl bekannteste Felsen Deutschlands. Im Hanauer Hafen heißt es dann Ahoi und bis auf bald! Lassen Sie die Korken knallen, denn auch die Anreise mit Bistrobussen nach Köln ab Bruchköbel, Hanau und Maintal sind im Reisepreis enthalten.

HERBSTMODE BEI
KREBS MODEN

Wir freuen uns, Sie in unseren herbstlich dekorierten Räumlichkeiten begrüßen zu dürfen.

Ihr Spezialist für
DAMEN- & HERRENMODE in
LINSENGERICHT-GROSSENHAUSEN

10%
ab einem Einkaufswert
von 50,00 €

MAC
ANGELS
TONI
KJBRAND
BRAX
FEEL GOOD
Luigi Morini
PIONEER
MARVELIS

Mo.–Fr.
Sa.

09:30–12:30 Uhr
14:30–17:30 Uhr
09:30–13:00 Uhr

Linsengericht-Großenhausen
Poststr. 36, Tel. 0 60 51-6 60 22
www.hosen-krebs.de

Herbstmode
bei Krebs Moden erleben

Fachkundige, freundliche und persönliche Beratung

Herzlich willkommen in der herbstlichen Modewelt von Krebs Moden. Lassen Sie sich von unseren aktuellen und trendigen Modethemen immer wieder neu inspirieren und verführen. Top-Modemarken, beste Verarbeitung und Materialien, verlässliche Passformen auch in Wohlfühlgrößen – das macht das Erfolgsrezept von Krebs Moden aus. Viele Kunden schätzen schon seit Jahrzehnten die hervorragende Beratung und die persönliche, familiäre Atmosphäre in dem familiengeführten Ladenge-

schäft. Im Bereich Damenmode wurde das Label Rabe neu ins Sortiment aufgenommen –

für die elegante und modebewusste Frau mit Stil. In der Männerabteilung finden Männer alles, was das Herz begehrt, vom Anzug über die Hose bis zum sportiven Hemd, auf Wunsch auch in großen Größen. Das bereits sehr umfangreiche Hosensortiment wird mit den Labels Brax und Paddox ausgebaut. Der Oberteilbereich wird durch die Marke Hajo verstärkt. In der Anzugsabteilung sind verschiedene Schnittführungen zu finden, darunter regular fit, modern fit und body fit.

Silvester - Flusskreuzfahrt

Ab Köln bis Hanau Hafen

Termin: 27.12.2022 bis 02.01.2023

- Inklusive Busanreise nach Köln
- Winterliche Mosel
- Silvesternacht in Koblenz
- Festliches Silvestermenü
- Vollpension im eleganten Bordrestaurant

6 Nächte mit der MS SWISS CROWN **** ab Köln bis Cochem, Trier, Traben-Trarbach, Zell, Koblenz und Rüdesheim nach Hanau

Live an Bord

Mario Steffen
... vom Schlager nur das Beste

ab EUR 799,-- p.P. in der Doppelkabine

Feiertage sind zum Genießen und Entspannen da. Verbringen Sie doch mal den Jahreswechsel gemeinsam mit uns an Bord unserer stilvollen MS Swiss Crown **** und genießen Sie ganz gemütlich und ohne Vorbereitungsstress den Jahreswechsel 2022/2023. Kuscheln Sie sich in einen der gemütlichen Sessel in der Panoramalounge und genießen Sie den Ausblick auf die vorbeiziehende, romantische Winterlandschaft bei einem leckeren Heißgetränk. So können Sie das Jahr entspannt Revue passieren lassen.

Eingeschlossene Leistungen

- Flusskreuzfahrt ab Köln/bis Hanau lt. Programm
- 6 Übernachtungen auf der MS Swiss Crown ****
- Ein- und Ausschiffungsgebühren
- Bustransfer ab Bruchköbel, Hanau Hbf. und Maintal nach Köln
- Hafentaxen und Schleusengebühren
- Willkommenscocktail
- Vollpension an Bord mit Frühstück, Mittagessen, Kaffee & Kuchen und Abendessen
- Silvestermenü
- Silvesterparty an Bord
- Benutzung der Bordeinrichtung
- Unterhaltungsprogramm an Bord
- Reisebetreuung durch das Reise Jung-Team
- Gesundheitsmanagement und aktuelle Hygienemaßnahmen an Bord

Nicht im Reisepreis eingeschlossen

- Individuelle Anreise nach Köln
- Individuelle Abreise ab Hanau Hafen
- Getränke
- Trinkgelder an Bord
- Reiseversicherung
- Persönliche Ausgaben
- Ausflüge (Ausflugsprogramm folgt)

Reisepreise pro Person

Hauptdeck - Fenster nicht zu öffnen

Kleine Doppelkabine	€ 799
Doppelkabine	€ 899
Kleine Doppelkabine zur Alleinbenutzung	€ 1.349
Einzelkabine	€ 1.149

Familienkabine 2 Erwachsene (Preis p.P.) € 899

Kinderpreis (1 Kind bis 11 Jahre) € 249

Mitteldeck mit Schiebefenster

Doppelkabine achtern	€ 999
Doppelkabine 2 Personen	€ 1.099
Doppelkabine zur Alleinb.	€ 1.649
Minisuite	€ 1.299

Oberdeck mit Balkon

Doppelkabine achtern	€ 1.199
Doppelkabine	€ 1.299
Doppelkabine zur Alleinb.	€ 1.949

4 Tage Trenkwalders Adventskreuzfahrt vom 29.11.22 bis 02.12.22

Doppelkabine ab € 349 p.P.

live an Bord!

Advent auf Main und Rhein auf der MS GEORGE ELIOT*****

Hanau - Andernach - Koblenz - Rüdesheim - Mainz - Hanau

Weihnachtszeit - nimm sie mit! Die TRENKIS Hubert, Peter und Philipp tragen mit authentischer Tiroler Musik - fröhlich und besinnlich - das heimische Brauchtum in die weite Welt hinaus. Mit vielen verschiedenen Instrumenten begeistern sie uns und machen im Rahmen ihrer Weihnachtstour auch auf unserer MS George Eliot Halt. Tolle Abende mit viel Live - Musik, ein weihnachtlich dekoriertes Schiff, ein Weihnachtsmenü an Bord und Glühwein sorgen für unvergessliche und erholsame Tage in der Vorweihnachtszeit.

Eingeschlossene Leistungen

- Flusskreuzfahrt ab/bis Hanau
- 3 Übernachtungen auf der MS GEORGE ELIOT*****
- 2 Trenkwalders Konzerte
- Ein- und Ausschiffungsgebühren
- Hafentaxen und Schleusengebühren
- Willkommenscocktail
- Vollpension an Bord mit Frühstück, Mittagessen, Kaffee u. Kuchen sowie Abendmenü
- Weihnachtsmenü
- Glühweinumtrunk
- Benutzung der Bordeinrichtung
- Unterhaltungsprogramm an Bord
- Reisebetreuung durch das Reise-Jung-Team
- Gesundheitsmanagement und aktuelle Hygienemaßnahmen an Bord

Nicht im Reisepreis eingeschlossen

- Individuelle An- und Abreise zum Schiff nach Hanau
- Getränke
- Trinkgelder an Bord
- Reiseversicherung
- Persönliche Ausgaben
- Ausflüge (Ausflugsprogramm folgt)

Reisepreise

Hauptdeck

Doppelkabine achtern	€ 349 p.P.
Doppelkabine	€ 399 p.P.
Doppelkabine zur Alleinbenutzung	€ 599 p.P.
Juniorsuite	€ 499 p.P.

Mitteldeck

Doppelkabine achtern	€ 449 p.P.
Doppelkabine	€ 499 p.P.
Doppelkabine zur Alleinbenutzung	€ 749 p.P.
Juniorsuite	€ 599 p.P.

Oberdeck

Doppelkabine achtern	€ 549 p.P.
Doppelkabine mit 2 Personen	€ 599 p.P.
Doppelkabine zur Alleinbenutzung	€ 899 p.P.
Juniorsuite	€ 699 p.P.
Suite	€ 899 p.P.

Reisebüro Bruchköbel

Innerer Ring 1 • 63486 Bruchköbel • Tel.: +49 (0) 6181 / 97920

www.reisejung.de

Die wirtschaftliche Situation von Trennungsfamilien verschlechtert stetig

Interessenverband Unterhalt und Familienrecht

Fulda. Beim Interessenverband Unterhalt und Familienrecht, stellt man schon seit zwei Jahren fest, dass sich die wirtschaftliche Situation von Trennungsfamilien stetig verschlechtert hat und jetzt panisch verschlechtert. „Es reicht einfach nicht, 1160 Euro für eine angemessene warme Wohnung, Nahrung, Kleidung, notwendige Versicherungen, Umgang mit den Kindern. Der notwendige Eigenbedarf von Trennungseltern muss jetzt an die tatsächlichen Lebensverhältnisse angepasst wird. Der Selbstbehalt muss auf 1440 Euro angehoben werden“, fordert die ISUV-Vorsitzende Melanie Ulbrich.

Zusammensetzung notwendiger Eigenbedarf – „Selbstbehalt“

Der Regelsatz nach SGB II - zukünftig „Bürgergeld“ – wird ab 1. Januar 2023 von 449 auf 502 Euro angehoben. „Entsprechend muss der Regelbedarf plus 10 Prozent Selbstbedarf auf 552 Euro angehoben werden. Diese Anhebung läuft der Inflation hinterher

und dürfte nur bedingt reichen“, meint die stellvertretende ISUV-Bundesvorsitzende, Rechtsanwältin Maren Waruschewski. Des Weiteren „müssen“ im Rahmen des notwendigen Eigenbedarfs die Wohnkosten von monatlich 430,00 Euro auf 630,00 Euro erhöht werden. „Für 630 Euro – bisher für 430 Euro – sollen Unterhaltspflichtige eine angemessene – warme - Wohnung finanzieren. Mir ist bewusst, dass dies nur in wenigen Fällen zu schaffen sein wird. Da bleibt dann nur die Klage auf höheren Selbstbehalt oder Sozialleistungen in Anspruch zu nehmen“, schränkt Waruschewski ein. Zum notwendigen Eigenbedarf gehört ein Erwerbstätigenselbstbehalt jetzt von 200,00 Euro. Ihn möchte ISUV auf 250,00 Euro angehoben wissen. „Auch in der Krise muss klar sein: Erwerbstätigkeit muss sich lohnen.“ (Waruschewski) Im Selbstbehalt ist eine Versicherungspauschale von monatlich 30 Euro enthalten. „Über eine Erhöhung kann man auch da nachdenken, schließlich sind die Versicherungen im Schnitt in

den letzten drei Jahren um rund 20 Prozent gestiegen“, merkt Waruschewski an. Insgesamt fordert ISUV somit eine Anhebung des Selbstbedarfs auf 1440 Euro ab 1. Januar 2023.

Trennungsfamilien: Ein Einkommen für zwei Haushalte

Nicht nur der unterhaltspflichtige Partner einer hat die Kostenexplosion zu verkraften, sondern auch unterhaltsberechtigte. Die Inflationsrate von 8 Prozent sowie die hohen Wohnkosten treffen die Trennungsfamilie als Gan-

ze. „Mit nur einem Einkommen wird der Bedarf des unterhaltsberechtigten Elternteils, der Kinder und des unterhaltspflichtigen Elternteils in 90 Prozent der Fälle nicht abgedeckt werden können. Entscheidend ist, dass beide Elternteile einer Trennungsfamilie berufstätig sind und sich in der Kinderbetreuung ergänzen. Dennoch sind Mangelfälle vorprogrammiert, die auf Wohngeld, Unterhaltsvorschuss und lohnergänzende Leistungen notgedrungen verstärkt werden zurückgreifen müssen“, fasst die ISUV-Bundesvorsitzende die prekäre Situation zusammen.

Was gehört alles zur Trotzphase?

Fulda. Am Donnerstag, 20. Oktober in der Zeit von 20 bis 21.30 Uhr bietet das Mütterzentrum Fulda „Die MÜTZE“ einen Erziehungsworkshop zum Thema: Was gehört alles zur Trotzphase? an. „Ich will!“ schreit es durch die Wohnung, die Zeit der „Ich-Findung“ beginnt. In der Trotzphase sehen, verstehen und lassen die Kinder nichts anderes zu. Wie gehe ich als Mutter/Vater damit um? Dies werden die Teilnehmer/Innen zusammen erarbeiten und Strategien entwickeln, um diese Zeit gut zu überstehen: Eine vorherige Anmeldung bis Montag, 17. Oktober unter Tel. 0661/8050 ist erforderlich.

Kleine Fläche, großer Komfort: Das pflegegerechte Bad von ELEMENTS

Rund 4,1 Millionen Menschen sind pflegebedürftig. Etwa 80 Prozent dieser Mitmenschen würden zu Hause versorgt, so das Statistische Bundesamt. Jedoch sind hierzulande millionenfach Bäder vorzufinden, die nicht einmal eine Fläche von fünf oder sechs Quadratmeter aufweisen. Sie sind zu klein, um einer benötigten Pflegekraft oder häuslichen Assistenz ausreichend Platz



zu bieten, wenn die eigene alleinige Körperhygiene aufgrund motorischer Einschränkungen nicht mehr möglich ist. Die gute Nachricht: Auch für diese kleinen Grundrisse planen die Expertinnen und Experten des führenden Ausstellungskonzepts ELEMENTS pflegegerechte Lösungen. Diese sind nicht nur höchst funktional, sondern überzeugen auch in puncto Komfort wie Design. Sie sprechen alle Sinne an, damit man sich zu Hause möglichst lange gut aufgehoben fühlt. Zu den ELEMENTS-Ausstattungsoptionen, die das Leben und eben auch die Pflege erleichtern, gehören beispielsweise eine bodengleiche Dusche, unterstützende Handgriffe, unterfahrbare Waschbecken oder das Dusch-WC, das gerade bei körperlichen Beeinträchtigungen die Hygiene vereinfacht. Mehr unter: www.elements-show.de

Jetzt deutschlandweit bei dm erhältlich: PAEDIPROTECT Handcreme pflegt kleine & große Hände intensiv

Der Herbst ist da! Kühle Außentemperaturen, trockene Heizungsluft und häufiges Händewaschen können die **empfindliche Haut an den Händen** schnell austrocknen. Grund dafür ist oft eine **geschwächte Hautschutzbarriere**, die durch den Feuchtigkeitsverlust mit roten Fingerknöcheln und schuppigen Hautstellen reagiert. Die **PAEDIPROTECT Handcreme** enthält hochwertige Inhaltsstoffe, die die Haut lang anhaltend mit einer Extraportion Pflege versorgen.



Bio-Kamillenextrakt wirkt hautberuhigend, **Ceramide** regenerieren die Hautschutzbarriere und **Squalan** verhindert das Austrocknen.

Die innovative Rezeptur ist **parfümfrei, vegan und frei von Mikroplastik**. Da die **PAEDIPROTECT Handcreme** extra schnell einzieht und keinen Film hinterlässt, ist sie nicht nur bei Kindern, sondern auch bei Erwachsenen sehr beliebt! Die **PAEDIPROTECT Handcreme** pflegt intensiv und begleitet so die ganze Familie zuverlässig durch die kalte Jahreszeit. Erhältlich bei **dm-drogerie markt GmbH & Co. KG** sowie online unter paediprotect.de.

standesamtliche Heirat	gesellschaftl. Ansehen (engl.)	nicht hinter		franz. Herrscheranrede	zusätzl. Ausstattungsteil	nicht öffentlich; vertraulich		tier. Polstermaterial		Musikrichtung Anfang der 60er	schwanzloser Lurch		Schweden in der Landessprache		span. Königin (Kosen.) † 1969	Schluss	
								Gaststättenangestellter					niederl. Liedermacher (van ...)				
niederländischer Maler † (Anthonis)				chem. Element, Halbmetall		Niederwild					in der Höhe					tierisches Fett	
						dt. Schauspieler (Axel)		in ... und Baus					Teilzahlungsbetrag				
flache Kopfbedeckung		farbig	be-gierig, ver-sessen								Stadt in Norditalien		enthalt-samer Mensch		Vorname der Politikerin Merkel		das gesamt-e Dasein
								Ge-schwin-digkeit		russ. Maler in Frankr. † 1985							
Physik: Abstand vom Drehpunkt	An-wärter, Bewer-ber		Licht-bilder-samm-lung		Teil des Rhein. Schiefer-gebirges	trop. Knollen-frucht						ugs.: Prügel					
Oberhaupt										Latein-ameri-kanerin	Himalaja-bewohner		Enzym zur Käseherstellung		Vorname d. Schau-spielers Schweiger		
						Epi-demie		Rippen-stück (Fleisch)									
Rennstrecke in Portugal	frz. Adels-rang (Herzog)		Zentrum		Abk.: Se-natus Po-pulusque Romanus					europ. Staat (Landes-sprache)							
Oper von Mozart † 1791								deutsche Ostsee-insel		Salz-lösung		ugs.: unar-tig-les Kind					
Mineral von meist rötlicher Farbe						kath. Theologe † 1543		gezierte Haltung					AUFLÖSUNG DES LETZTEN RÄTSELS ■ C ■ G ■ H ■ H ■ B ■ K ■ ■ ■ ■ A ■ L ■ T ■ R ■ O ■ S ■ A ■ K ■ U ■ R ■ A ■ L ■ A ■ N ■ T ■ ■ M ■ A ■ I ■ E ■ P ■ R ■ A ■ E ■ Z ■ I ■ S ■ E ■ K ■ A ■ I ■ ■ A ■ B ■ E ■ I ■ S ■ E ■ N ■ M ■ O ■ T ■ S ■ A ■ T ■ Y ■ R ■ ■ T ■ R ■ E ■ F ■ F ■ C ■ H ■ O ■ N ■ A ■ B ■ E ■ I ■ O ■ ■ G ■ S ■ P ■ H ■ I ■ O ■ L ■ E ■ F ■ R ■ I ■ V ■ O ■ ■ U ■ S ■ E ■ N ■ E ■ T ■ V ■ Q ■ U ■ E ■ E ■ N ■ ■ ■ ■ F ■ E ■ T ■ E ■ L ■ L ■ U ■ L ■ E ■ I ■ E ■ V ■ E ■ N ■ ■ A ■ C ■ L ■ A ■ I ■ M ■ E ■ D ■ G ■ A ■ R ■ E ■ ■ C ■ U ■ V ■ E ■ ■ ■ I ■ M ■ P ■ E ■ R ■ A ■ T ■ O ■ R ■ ■ H ■ ■ ■ L ■ M ■ A ■ N ■ N ■ E ■ ■ ■ L ■ I ■ N ■ D ■ ■ P ■ A ■ K ■ I ■ S ■ T ■ A ■ N ■ T ■ E ■ I ■ N ■ ■ R ■ A ■ D ■ I ■ G ■ E ■ J ■ A ■ U ■ L ■ E ■ ■ T ■ R ■ E ■ U ■ L ■ O ■S ■ ■ K ■ R ■ E ■N ■ ■ A ■ L ■ E ■S ■ ■ T ■ E ■U ■T ■O ■N ■E ■				
ein-stellige Zahl					Gerät zur Tie-fenbestim-mung												
Floß-schiebe-stange		Fluss in Südtirol						Has, über-stürztes Drängen									
						Gäste-bediener											1196

Gesundes Immunsystem im Winter

ANZEIGE

Wie wir unsere Immunabwehr jetzt aktiv unterstützen können

Wir sind rund um die Uhr vielen Erregern und Viren ausgesetzt. Besonders in der dunklen Jahreszeit mit niedrigen Temperaturen und trockener Heizungsluft kann dies unsere Abwehrkräfte herausfordern. Unser Immunsystem fungiert nämlich als Schutzschild, das Erreger effektiv abwehrt. Damit es gut funktioniert, müssen wir es gezielt unterstützen. Dafür ist ein gesunder Lebensstil – sprich ausgewogene Ernährung, ausreichend Schlaf, regelmäßige Bewegung, aktiver Stressabbau – unerlässlich. Eine besonders wichtige Rolle für ein funktionierendes Immunsystem spielt die Versorgung mit Vitaminen und Mineralstoffen über eine möglichst vielseitige und ausgewogene Ernährung. Wenn das Immunsystem in der Erkälungszeit besonders gefordert wird, kann eine Mikronährstoff-

Kombination – z. B. Orthomol Im-mun aus der Apotheke – zusätzlich unterstützen. Das Nahrungsergänzungsmittel enthält 25 wichtige Mikronährstoffe in einer Kombination aus Vitaminen, sekundären Pflanzenstoffen und Mineralstoffen und liefert so alle wichtigen Mikronährstoffe, die das Immunsystem benötigt.

Leifheit zeigt: So entlasten Wäschespinnen & Co. die Haushaltskasse

ANZEIGE

Unglaublich, aber wahr: Durchschnittlich 14 % des Haushaltsstroms fließen in das Waschen und Trocknen von Wäsche. Mit Blick auf die momentan hohen Lebenshaltungskosten stellt das eine zusätzliche und nicht notwendige Belastung fürs Budget dar. Elektrische Wäschetrockner kosten, je nach Energieeffizienz, von 32 bis 95 Cent pro Trockengang. Haushaltswarenhersteller Leifheit weiß: Mit klugen Systemen für effizientes Wäschetrocknen ohne Strom lässt sich nicht nur CO₂ sparen, auch das Portemonnaie freut sich. Durch die Einsparung der Stromkosten eines elektrischen Trockners spart ein 4-Personen-Haushalt im Jahr ca. 150 Euro. Weitere Informationen auf www.leifheit.de. Bei einem qualitativ hochwertigen Standtrockner fallen ausschließlich Anschaffungskosten an. Und bereits nach 2 – 3 Monaten amortisiert sich ein Leifheit „Pegasus“ Wäscheständer

und eine „Linomatic“ Wäschespinn nach circa einem Jahr. Ab diesem Zeitpunkt trocknet die Wäsche quasi komplett kostenfrei.

CO₂ Sparen für das Klima

20 Millionen deutscher Haushalte, die bislang einen elektrischen Wäschetrockner nutzen, könnten jährlich 3 Millionen Tonnen CO₂ einsparen, wenn sie stattdessen Leifheits „Stromsparer“ zum Wäschetrocknen nutzen würden.

Mittelhessen-Bote

... auch als kostenloses epaper

Hilfe im Notfall

Polizei 110 · Feuerwehr 112 · Rettungsdienst 112
Giftnotruf (0 61 31) 1 92 40

Altkreis Schlüchtern 15. bis 21. Oktober 2022

■ **Ärzte**

- **Ärztlicher Bereitschaftsdienst Main-Kinzig-Ost**
Gelnhausen, Linsengericht, Hasselroth, Freigericht, Gründau (Lieblos, Rothenbergen und Niedergründau), Biebergemünd, Brachtal, Birstein, Wächtersbach, Bad Orb, Bad Soden-Salmünster, Sinntal, Steinau a. d. Straße, Jossgrund, Flörsbachtal, Schlüchtern.
Der regionale Ärztliche Bereitschaftsdienst ist erreichbar außerhalb der Praxiszeiten – ohne Vorwahl und kostenlos – unter Tel. **116117**. Wenn die Beschwerden keinen Aufschub bis zur regulären Sprechstunde erlauben, können Sie auch die Bereitschaftsdienstzentrale aufsuchen. Die Bereitschaftsdienstzentrale in Schlüchtern in den Main-Kinzig-Kliniken ist geöffnet am Wochenende Samstag und Sonntag sowie an Feiertagen und Brückentagen ab 8.00 Uhr, Montag, Dienstag und Donnerstag ab 19.00 Uhr, Mittwoch und Freitag ab 14.00 Uhr, jeweils bis 22.00 Uhr.

■ **Apotheken**

Der Wechsel der Dienstbereitschaft auf die nächste dienstbereite Apotheke erfolgt täglich um 8.30 Uhr.

15.10.22: ■ **Alte Apotheke**, Flieden
Schlüchterner Str. 2.....(0 66 55) 42 42

16.10.22: ■ **Coestersche Apotheke**, NeuhoF
Fuldaer Str. 1(0 66 55) 50 25

■ **Löwen-Apotheke**, Sterbfritz
Brückenaue Str. 34(0 66 64) 9 61 00

17.10.22: ■ **Brüder-Grimm-Apotheke**, Steinau
Brüder-Grimm-Str. 119.....(0 66 63) 60 18

■ **Kalbach-Apotheke**, Kalbach
Hauptstr. 10a.....(0 66 55) 91 11 96

18.10.22: ■ **Marien-Apotheke**, Flieden
Hauptstr. 28.....(0 66 55) 50 59

19.10.22: ■ **Rathaus-Apotheke**, Schlüchtern
Obertorstr. 10(0 66 61) 9 64 10

20.10.22: ■ **Bergwinkel-Apotheke**, Schlüchtern
Grabenstr. 1 a.....(0 66 61) 20 20

21.10.22: ■ **Bahnhof-Apotheke**, NeuhoF
Bahnhofstr. 7.....(0 66 55) 9 86 86 13

■ **Einhorn-Apotheke**, Sinntal
Schlüchterner Str. 9.....(0 66 64) 2 08



Herbert Motten
Ihr Partner rund ums Holz

TÜREN | BAUHOLOZ | FUSSBÖDEN
HOBELWARE | PLATTEN

TH. HERBERT GMBH & CO. KG
Fuldaer Str. 14 | 97786 Motten
Tel. 09748/9119-0 | herbert-motten.de

Empfindliche Topfpflanzen im Herbst



Kommt Nachtfrost im Herbst nur vereinzelt vor, kann man Topfpflanzen ruhig noch im Freien lassen - aber gut einpacken.

Foto: Caroline Seidel/dpa-mag

In vielen Regionen in Deutschland sind die Nächte bereits bitterkalt - aber zugleich oft noch nicht kalt genug für den Kältetod von Topfpflanzen. Denn selbst das empfindliche Grün sollte nicht zu früh ins Winterlager kommen. Eine Abwägung, wie man witterungsbedingt handelt:

Viele Kübelpflanzen vertragen Temperaturen an der Frostgrenze. Aber besonders empfindliche Pflanzen können schon Schaden nehmen, wenn die Temperaturen in Bodennähe bei plus fünf Grad liegen. Spätestens Minusgrade werden für die meisten Pflanzen zum Problem.

Gleichzeitig gilt es, das Topfgrün aus dem Garten, vom Balkon oder der Terrasse im Herbst so lange wie möglich im Freien zu lassen, da den Pflanzen zum Beispiel der Lichtmangel während des langen Aufenthalts im Winterlager nicht gut tut.

Bei schwankender Witterung können die Pflanzen erst mal im Freien bleiben. Aber: Wir sollten den Wetterbericht im Blick haben. Für drohende Fröste kann man ein Schutzvlies bereitlegen, das man teilweise über die empfindlichen Pflanzen legt.

Grad warmer Wintergarten kommt laut Gartenakademie dem Optimum sehr nahe. Gut ist auch ein Kellerraum mit natürlichem Licht, der zwischen zwei und zehn Grad warm ist. Eine Garage kann ein Winterlager für die Robusten unter den grünen Frost-

Wer diese Bedingungen in Haus oder Garage nicht bieten kann, kann seine Pflanzen womöglich gegen Gebühr in eine Gärtnerei ausquartieren. Alternativ müssen große Topfpflanzen eben im Freien bleiben und bei Minusgraden gut eingepackt werden.

500 km Draht und Gitter
1900 Türen und Tore am Lager

ZÄUNE · GITTER · TORE

Draht-Weissbäcker KG
 Steinstr. 46-48, 64807 Dieburg

Tel. (06071) 98810

Internet: www.draht-weissbaecker.de
 Email: draht@weissbaecker.de



• Draht- und Gitterzäune · Tore
 • Schiebetore · Drehkreuze
 • Schranken · Türen · Gabeln
 • Pfosten · Sicherheitszäune
 • Mobile Bauzäune · Alu-Zäune
 • sämtliche Drahtgeflechte
 • Alu-Toranlagen · Montagen
 • auch Privatverkauf

Auto gehört nach Urlaubsfahrt entrümpelt

Unnütze Ladung im Auto frisst unnötig Sprit. Daher sollten Autofahrer ihren Pkw nach der Urlaubsfahrt in den Herbstferien schnellstmöglich ausräumen und ihn von unnötigem Ballast befreien. So treibt eine überflüssige Zuladung von 100 Kilogramm den Spritverbrauch laut Tüv Süd um rund 0,4 Liter pro 100 Kilometer in die Höhe. Auch Dachboxen und Fahrradträger gehören zügig abmontiert. Wer wegen der erhöhten Zuladung den Reifendruck

für die Reise erhöht hatte, sollte ihn jetzt wieder an die normale Belastung anpassen. Wie hoch der Reifendruck dafür sein sollte, steht entweder im Bordbuch oder an entsprechenden Stellen am Auto (an der B-Säule der Fahrerseite oder an der Tankdeckel-Innenseite). Wer die Leuchtweitenregulierung manuell verstellt, sollte auch diese wieder an die normale Beladung anpassen, damit die Scheinwerfer nachts nicht zu tief stehen und man weit genug sehen kann. *dpa*

So wird der Balkon sicher für Kleinkinder

Wer kleine Kinder hat, sollte den Nachwuchs bei offener Balkontür stets im Auge behalten – und im Zweifel nur kurz stoßlüften, rät die Aktion Das sichere Haus (DSH). Blumenkübel, Balkonmöbel, Getränkekisten und andere Dinge, auf die Kleinkinder steigen können, haben deshalb nichts in der Nähe der Balkonbrüstung zu suchen. Um Kletterübungen der Kleinen direkt am Balkongeländer zu vermei-

den, sollten sie besser weit weg vom Geländer und an die Hauswand gerückt werden oder gleich ganz in der Wohnung bleiben. Eine weitere Maßnahme, um zu verhindern, dass Kleinkinder sich an der Balkonbrüstung hochziehen: Blumenpracht als Kletterbarriere nutzen. Werden Blumenkästen aufgehängt, erschweren sie dem Nachwuchs gefährliche Kletterübungen, rät die Aktion Das sichere Haus. *dpa*

Garagen

Garagen, Lager, Parkplätze, 5-45 m², in gepflegter, sicherer Liegenschaft, 3 Minuten vom Amtsgericht Hanau entfernt. ☎ 01520-2311680

Gew. Vermietungen

Gründau-Rothenbergen: Ladenlokal,
ebenerdig, 65 m², zu vermieten.
Nutzung vorzugsweise als Büro.
500,- € + NK + Kt. ☎ 0176/25033073

Grundstücke

**Zu amtlichen Preisen suchen wir
ständig Gärten, Äcker, Wiesen zum
Kauf bzw. für vorgemerkte Kunden.
Grasmück GmbH, 63654 Büdingen
Tel. (060 42) 6691 oder 0171-5734404**

Immobilien-Gesuche

Suche ruhige Eigentumswohnung
zum Kauf, in Hanau oder Umgebung,
ab 3 Zimmer, von Privat
☎ 0176/43072361

Suche 1-2 Familienhaus im Wetter-
au- MKK Kreis, von Privat,
☎ 06048/7753 oder 0171/4793372

Mietgesuche

Orgelbauer sucht Haus oder Wohnung mit Garten ab 120 m² zum 01.03.2023, auch renovierter Altbau. Angebote unter ☎ 0173/9498763

Suche dringend möbliertes Zimmer.
☎ 06052-912470

Vermietungen

Bad Orb: Biete schönen 20 m² großen Raum in freundlicher, zentral gelegener psychotherapeutischer Praxis auch stunden- oder tageweise zur Untermiete ab sofort. Email: kontakt@ppbadorb.de

Frg.-Sornborn, Stauferstr. 4: 3,5 ZKB., ca. 73 m² + Balkon, 1. Et., Diele, Keller, Garage 50€ zzgl., 600,- € + NK + 2 MM Kt., NR, keine Haustiere.
☎ 06055/3587 od. 0175/5235114

Büdingen: 3 ZKB, WC, Balkon,
Kellerraum, ab sofort frei, 600,- € +
Uml. + Kt. ☎ 06668/287

Stellengesuche

Frau sucht Arbeit als Putzkraft für Nachmittags, auf 520€ Basis. Erfahrungen sind vorhanden. In GN und näherer Umgebung. Erreichbar unter ☎ 0162/1674844

Nette, deutschsprachige Frau möchte ältere oder behinderte Personen rund um die Uhr betreuen.
☎ 06053/8099809

Dame, Ende 50, bietet seriösen Be-
treuungs- u. Begleitservice für Ihre
kranken od. pflegebedürftigen Angehö-
rige. Infos unter ☎ 0160/7723121

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 Slü, Gründau, Erlensee, Florstadt und Wetzbach. Wir haben etwas für Sie. Wetten, dass? Schriftl. Bewerbung ins Restaurant oder unter verwaltung@mcgdloth.de

Stellenangebote

Suche kinderfreundliche, deutsch
sprechende Haushaltshilfe für 4-6
Std. pro Woche auf 450,-€ Basis, in
Lieblos. Aufgaben: Putzen, Bügeln u.
gelegentl. Babysitten in den Abend-
stunden. Führerschein/Auto von Vor-
teil. Chiffre 55566

Suche Tages-Hundebetreuung! Husky, männlich, 5,5 Jahre alt, sehr lieb, von Mo.-Fr., 6-17 Uhr, VB 200,- €. ☎ 0152/08631487

Suche Reinigungskraft für privaten Haushalt, 1x pro Woche für 3 Stunden in Freigericht/Alt.
☎ 0151/16685080

Deutschsprachige Rentnerin zur tageweisen (24 Std.) Seniorenbetreuung mit PKW in Gelnhausen gesucht. ☎ 0172/7585964

Hotel Parqueo in Gelnhausen sucht
für Rezeption/Tagung in Teilzeit/Mi-
nijob m/w/d ☎ 0151-15225558

Suche Putzfee für Privathaushalt in
Gründau-Lieblös, freitagvormittags,
☎ 0171/1982901



**Landkreis
Aschaffenburg**

Gute Lage. Gute Leute. Gutes Leben.

Stellenangebote

Komm in unser Team!

Versorgungstechniker/in, Techniker/in
Fachrichtung Heizung, Lüftung, Sanitär o.Ä. *

für die Kreishochbauverwaltung
beim Landratsamt Aschaffenburg

Infos und Bewerbung bis zum 28.10.2022 unter
www.stellenangebote-ab.de



*(m/w/d)



























Stellenausschreibung

Der Eigenbetrieb Kommunale Dienste Bad Orb sucht zum 1. Januar 2023 einen

Bauhofmitarbeiter (m/w/d)

für den Bereich Betriebshof

sowie zum nächstmöglichen Termin einen

Elektroniker/Elektromeister (m/w/d)

für den Bereich Abwasserbeseitigung

Die Stellenausschreibungen mit allen relevanten Informationen finden Sie unter: www.kd-bad-orb.de/neuigkeiten und www.bad-orb.de.



ERSTARKES TEAM SUCHT VERSTÄRKUNG!

UNTERSTÜTZUNG DER HAUSTECHNIK (M/W/D) AUF MINIJOB BASIS

- » ZUR ÜBERPRÜFUNG DER ELEKTRO-NISCHEN GERÄTE NACH DGUV V3
- » VORZUGSWEISE NACHMITTAGS ODER SAMSTAGS

NICOLE SCHÜSSLER | 06056-72 129
BV.PERSONAL@HAMM-KLINIKEN.DE
BRÜDER-GRIMM-STR. 20
BAD SODEN-SALMÜNSTER



ZEIG UNS DEINE ERSTÄRKE!



Ich liebe Herausforderungen und frischen Wind. Deshalb ist mir Weiterbildung wichtig.



Deutsches Rotes Kreuz

Kreisverband Gelnhausen-Schlüchtern e. V.

Werden Sie Teil unseres Teams und starten Sie als

+ Pflegefachkraft (m/w/d)

(3-jährig), in Voll- oder Teilzeit oder auf Minijobbasis

Ihre Vorteile

- ✓ Wunschdienstplan
- ✓ Smartphone (auch zur privaten Nutzung)
- ✓ Vergütung nach DRK-Reformtarifvertrag
- ✓ 30 Tage Urlaub
- ✓ Betriebliche Altersversorgung ab dem 1. Tag
- ✓ Jahressonderzahlung
- ✓ Zuschuss zu Fitnessstudios
- ✓ Jobbike

Ihr Profil

- ✓ Abgeschlossene Ausbildung als ex. Gesundheits- und Krankenpfleger*, ex. Krankenschwester* oder ex. Altenpfleger*
- ✓ Führerschein Klasse B
- ✓ Bereitschaft zum Schichtdienst

*(m/w/d)



QR-Code scannen und mit WhatsApp bewerben!

Helfen steht jedem gut!

Deutsches Rotes Kreuz
KV Gelnhausen-Schlüchtern e.V.

Frankfurter Straße 34
63571 Gelnhausen
Telefon: 06051 4800-110
www.drk-gelnhausen-schluechtern.de

Bitte senden Sie Ihre Bewerbung per E-Mail an Personalabteilung, personal@drk-gelnhausen-schluechtern.de oder über das Bewerbungsportal auf unserer Internetseite.



Wir möchten unser Team verstärken!

Der Eigenbetrieb Stadtwerke Schlüchtern sucht eine/n

Fachkraft für Abwassertechnik (m/w/d)

(für den Kläranlagen- und Kanalbetrieb)

Informationen unter:
www.schluechtern.de/rathaus-politik/stellenausschreibungen



ERSTARKES TEAM SUCHT VERSTÄRKUNG!

FAHRER (M/W/D) ALS GERINGFÜGIGE BESCHÄFTIGUNG

- » PATIENTENTRANSPORTE IM UMGEBUNG VON BIS ZU 300KM UND FAHRTEN INNERHALB DER REGION
- » HAUPT-EINSATZTAGE SIND DIENSTAG BIS DONNERSTAG

NICOLE SCHÜSSLER | 06056-72 129
BV.PERSONAL@HAMM-KLINIKEN.DE
BRÜDER-GRIMM-STR. 20
BAD SODEN-SALMÜNSTER



ZEIG UNS DEINE ERSTÄRKE!



MAIN-KINZIG-KREIS

Geschäftszeichen: 11.1 /2/91/2022

Für das Jugendamt – Sachgebiet Sozialer Dienst – suchen wir zum nächstmöglichen Zeitpunkt, in Vollzeit- oder Teilzeitbeschäftigung mit Einsatz in Hanau, zunächst befristet auf 2 Jahre, eine

Sozialpädagogische Fachkraft (m/w/d)

mit einer abgeschlossenen Fach- oder Hochschulausbildung im Bereich der sozialen Arbeit (Diplom bzw. Bachelor)

Den vollständigen Ausschreibungstext mit allen relevanten Informationen finden Sie im Internet unter:

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



MAIN-KINZIG-KREIS

Geschäftszeichen: 11.1/2/92/2022

Für das Amt für Umwelt, Naturschutz und ländlichen Raum – mit Sitz in Gelnhausen – suchen wir zum 01.02.2023 eine

Sachbearbeitung in der Abteilung Landwirtschaft (m/w/d)

mit einem abgeschlossenen Hochschulstudium der Agrarwissenschaften oder den Abschluss staatlich anerkannte/-r Betriebswirt/-in der Fachrichtung Agrarwirtschaft oder ein Studium der öffentlichen Verwaltung (Diplom / Bachelor) mit mehrjähriger Berufserfahrung im Bereich Landwirtschaft.

Den vollständigen Ausschreibungstext mit allen relevanten Informationen finden Sie im Internet unter:

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

WIR SUCHEN

für den Standort Gelnhausen in Voll- oder Teilzeit:



Medizinische Fachangestellte m/w/d

Gesundheits- & Krankenpflegerin m/w/d

Hotelfachfrau/-mann/Rezeptionistin m/w/d

Quereinsteiger sind willkommen!

Schicken Sie uns Ihre aussagekräftige Bewerbung an:
bewerbung@neuro-chirurgie.de

oder per Post an:
Wirbelsäulenzentrum
Fulda | Main | Kinzig
Hailerer Straße 16
63571 Gelnhausen



DIE RÜCKENEXPERTEN

WIRBELSÄULEN-ZENTRUM

FULDA MAIN KINZIG

neuro-chirurgie.de



Landkreis Aschaffenburg

Gute Lage. Gute Leute. Gutes Leben.

Komm in unser Team!

Leitung (m/w/d) für den Allgemeinen Sozialen Dienst (ASD)

beim Landratsamt Aschaffenburg

Das macht UNS aus

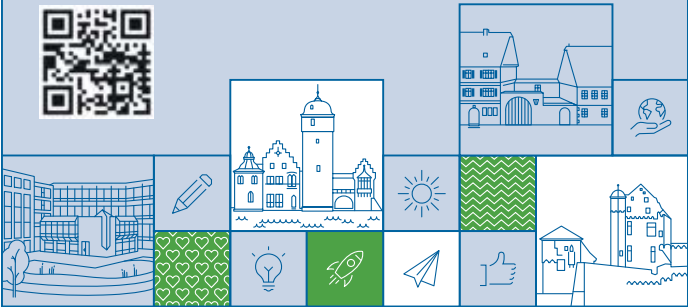
Zusammenhalt hat bei uns oberste Priorität!
Wir arbeiten teamorientiert zusammen und unterstützen uns gegenseitig.

Wir sind sehr gut vernetzt!
Die verschiedenen Fachdienste und die Wirtschaftliche Jugendhilfe arbeiten Hand in Hand mit dem ASD zusammen.

Unsere Arbeit ist besonders strukturiert!
Unsere Arbeitsprozesse sind vollständig digitalisiert, im Rahmen der Personalbemessung beschrieben und in einem Fachverfahren abgebildet.

Wir sind gut aufgestellt!
Wir werden von Fachkräften für die Qualitätssicherung und für die Informationstechnologie unterstützt.

Infos und Bewerbung bis zum 28.10.2022 unter www.stellenangebote-ab.de



Sie suchen den Einstieg in eine vielseitige, abwechslungsreiche sowie innovative Tätigkeit in einem modernen und zukunftsorientierten Medienverlag? Dann sind Sie bei uns an der richtigen Adresse: Seit mehr als 50 Jahren schreibt das Druck- und Pressehaus Naumann mit Firmensitz in Gelnhausen Erfolgsgeschichte und ist ein bedeutender Arbeitgeber in der Region. Unser Fortschritt und Wachstum wird von jedem einzelnen Mitarbeiter mitgetragen.

Seit 2017 verfügen wir über eine der modernsten Zeitungsdruckanlagen auf dem Markt. Immer am Puls der Zeit, ist Stillstand für uns ein Rückschritt.





DRUCK- UND PRESSEHAUS NAUMANN

GmbH & Co. KG

Zur Verstärkung und Erweiterung unseres Teams suchen wir:

- » **Mitarbeiter** (m/w/d)
in Teilzeit für die telefonische Kundenbetreuung und Neukunden-Akquise
- » **Kaufmännischer Mitarbeiter** (m/w/d)
im Backoffice, in Teil- oder Vollzeit
- » **Industriemechaniker/Betriebsschlosser** (m/w/d)
Instandhaltung Anlagentechnik, in Vollzeit (mit Bereitschaftsdienst)
- » **Sachbearbeiter** (m/w/d)
Rechnungswesen
- » **Zusteller** (m/w/d)
in Vollzeit (35 Std./Woche) oder auf Minijob-Basis

Ausführliche Details zu den ausgeschriebenen Stellen sowie mehr über uns und die vielseitigen Karrieremöglichkeiten im Unternehmen erfahren Sie unter www.dpn-media.de/jobs

Haben wir Ihr Interesse geweckt? Dann zögern Sie nicht und schreiben uns eine E-Mail an personal@gnz.de oder senden Sie uns Ihre Bewerbungsunterlagen an unten stehende Adresse mit Angabe der Stellenbezeichnung. Da wir Ihre Bewerbungsunterlagen nicht zurücksenden, schicken Sie uns bitte keine Originale. Mit Zusendung Ihrer Bewerbung verzichten Sie auf die Rückgabe Ihrer Unterlagen.

Wir freuen uns auf Sie!



Gutenbergstraße 1 · 63571 Gelnhausen · Telefon: (06051)833 104 · E-Mail: personal@gnz.de · Internet: www.dpn-media.de

WIR SUCHEN SIE! «

NORMA®

Kulinarische Reise

ab Montag,
17. Oktober

MINGES

Café Creme
Schümli/
Vienna

1-kg-Packung
(1 kg = 9,99)
je Packung

41% billiger

UVP 16,99
9,99*

1 kg



MUSES

Griechischer
Honig
Thymian- oder
Pinienhonig, 450-g-Glas
(1 kg = 8,87)
je Glas

20% billiger

UVP 4,99
3,99*

je Glas



Unibev

Delikatess Creme Zwiebel-,
Knoblauch-, Paprika-, Gulaschcreme,
Knoblauch-Chili-Gewürzcreme, Pizzacreme,
Zwiebel-Chili-Creme oder Paprikamark
mild oder scharf, 160-g-Tube
(1 kg = 11,19)
je Tube

35% billiger

UVP 2,79
1,79*

je Tube



Irish Whiskey Collection
Tyrconnell, Connemara, Kilbeggan
Traditional und Single Grain
40 % vol, 4x0,05-l-Flasche (1 l = 64,95)

13% billiger

UVP 14,99
12,99*

4er-Pack



Im Aktionskühlregal:

Krakauer
Sortiment

nach osteuropäischer
Art, als Stange oder im Ring
Brühwurst mit grober Fleischinlage,
500-g-Packung (1 kg = 7,98)
je Packung

27% billiger

UVP 5,49
3,99*

500 g



SEDITA

Horalky/Mila Mila: Waffeln ge-
füllt mit einer Milchcreme und halb-
seitig mit Schokolade überzogen;
Horalky: Waffeln mit Erdnusscremefüllung
5x50-g-Packung (1 kg = 7,96)
je 5er-Pack

20% billiger

zum Vergleich: UVP Einzelriegel = -50
1,99*

5er-Pack



lorenz

Saltletts
Classic

250-g-Packung
(1 kg = 4,76)

40% billiger

UVP 1,99
1,19*

je Packung



TULIP

Sandwichbelag

450-g-Dose
(1 kg = 8,87)

11% billiger

UVP 4,49
3,99*



UNSER OBST UND GEMÜSE IST PRÄMIERT!

ÜBER 120 ARTIKEL
STÄNDIG IM SORTIMENT

bilacón

eurolins



NORMA®

IMMER MEHR FÜRS GELD!

SEIT ÜBER 50 JAHREN – IMMER DER BESTE PREIS

Thermo-Fleece-
Bettwäsche

in 2 Größen
• 100 % Polyester
• Mit Marken-Reißverschluss
• Mit Antistatik-Ausrüstung
• Pflegeleicht und Bügelfrei

Extra warme
Fleece Qualität

1 Kissen ca. 80x80 cm
1 Bezug ca. 135x200 cm

15,99*

1 Kissen ca. 80x80 cm
1 Bezug ca. 155x220 cm

17,99*

24 Auch online



Thermo-Fleece-
Spannbettuch

in 3 Größen
• 100 % Polyester
• Atmungsaktiv und
allergieneutral
• Höchste Formstabilität
• Steghöhe ca. 27 cm

ca. 90 x 190 -
100 x 200 cm

8,99*

ca. 140-160x200 cm

9,99*

ca. 180-200x200 cm

12,99*

24 Auch online



ORTHOWELL

Mikrofaser-Duo-Steppbett

in 2 Größen • Winterseite in kuscheliger
Mikrofaser-Plüsch-Qualität • Bezug: 100 % Mikro-
faser-Plüsch • Füllung:
100 % Polyester

ca. 135 x 200 cm

17,99*

ca. 155 x 220 cm

22,99*

24 Auch online



Pfanne „Parma“ mit cremefarbener Beschichtung

• Hochwertiger Aluguss • Mit langlebiger Thermoceramica
Antihalt-Versiegelung • Soft-
Touch-Griff • Außen glänzende Silikon-
beschichtung, dadurch pflegeleichte
Reinigung • Backofenfest bis 150° C
4 Jahre Garantie

ca. 20 cm

15,99*

ca. 24 cm

17,99*

ca. 28 cm

19,99*

ca. 32 cm oder Schmor-
pfanne ca. 28 cm

24,99*

24 Auch online



Aluguss-Pfanne „Vinci“

• Hochwertiger Aluguss mit robuster ILAG-Granitec-
oder ILAG-Ultimate-Antihalt-Beschichtung
• Backofenfest bis 150° C

ca. 20 cm

15,99*

ca. 24 cm

17,99*

ca. 28 cm

19,99*

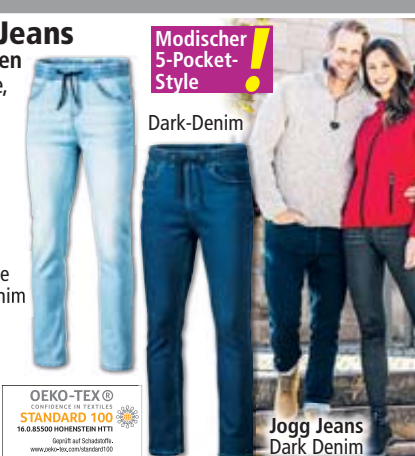
24 Auch online



Jogg-Jeans
Ronley für Herren

• 63 % Baumwolle,
36 % Polyester,
1 % Elasthan
• Elastikbund
mit Kordelzug
• Mit trendigen
Wascheffekten
• Größen
M (48/50) –
XXL (60/62)
je Jogg-Jeans

12,99*



Outdoor-/Freizeitstiefel
für Damen und Herren

• Strapazierfähiges Obermaterial • Textiles Warm-
futter • Robuste und griffige TPR-Laufsohle
• Größen 39 – 44

ca. 39 – 44

51% billiger

UVP 49,90
je Paar

23,99*

Mit hochwertigem
Warmfutter



SLIMmaxx Super-BH 4er-Set

besonders weich und flexibel • Extra breite
Schulterträger • Keine lästigen Verschlüsse
• Doppelt verstärkt • Breiter Brustgummi
• 92 % Polyamid, 8 % Elasthan
• Größen M – XXL

Set 1:
2 x Weiß,
Beige,
Schwarz

UVP 49,99
je 4er-Set

19,99*

60% billiger

24 Auch online



Nitril-
Handschuhe 100er

• Größen S – L je 100er-Pack



**100 Stück
7,99***

* Keine Mitnahmegarantie! Sofern der Artikel in unserer Filiale nicht vorhanden ist, können Sie diesen direkt in der Filiale innerhalb von 2 Tagen ab o.g. Werbebeginn bestellen und zwar ohne Kaufzwang oder Sie wenden sich bezüglich kurzfristiger Lieferbarkeit an www.norma-online.de/aktionsartikel. 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.

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

NORMA 24



ÜBER 50.000 ARTIKEL

einfach & bequem online bestellen
unter www.norma24.de

HIER GEHT'S ZU UNSEREM ONLINESHOP



NORMA24 Online-Shop GmbH & Co. KG, Manfred-Roth-Str. 7, 90766 Fürth
NORMA Lebensmittel-Filialbetrieb Stiftung & Co. KG, Heisterstraße 4, 90441 Nürnberg